

دوستی‌های مجازی

گرایش به حضور در فضاهای مجازی و ایجاد ارتباطات متعدد در این فضا روبه افزایش است. در سال‌های اخیر، فناوری تعریف قدیمی از دوستی را تغییر داده است. با زدن یک کلید می‌توانیم یک دوست به دوستان خود بیفزاییم یا یک رابطه جدید برقرار کنیم، دوستان قدیمی خود را پیدا کنیم، از احوالشان باخبر شویم، ارتباطات خود را با آنهایی که هزاران کیلومتر با ما فاصله دارند حفظ کنیم، با افراد جدید در سراسر دنیا ارتباط برقرار کنیم و با تشکیل گروه‌های تخصصی افکار و عقاید خود را با دیگران در میان بگذاریم، شاید دنیای امروز به چنین ارتباطاتی نیاز داشته باشد، اما بر سر دوستی‌های واقعی چه آمده است؟

خاطره‌سازی‌ها، گپ و گفتگوها، قهر و آشتی‌ها، مهر و محبت‌ها، تسلی‌ها همه و همه کلاس آموزشی پایان ناپذیری بود که به ما درس‌های زیادی می‌آموخت؛ درس عشق و محبت، صبوری، شکیبایی، فداکاری، فروتنی، حل اختلاف، حل مسئله و هزاران موضوع دیگر که در دنیای مجازی هرگز تجربه نمی‌شوند.

یادمان باشد که دوستی‌های مجازی جایگزین دوستی‌های واقعی نگردد، چراکه انسان تنهای امروز، تنها و تنهاست.

نکات مثبت دوستی‌های اینترنتی

- باخبر شدن از دوستان قدیم و تبادل اطلاعات و احساسات با آنهایی که می‌شناسیم، ولی در حال حاضر امکان دیدارشان را نداریم.
- برخورداری از حمایت گروه‌هایی که با آنها علاقه‌ها، دغدغه‌ها و افکار مشترک داریم.
- تبادل اطلاعات تخصصی با افرادی که با آنها زمینه‌های تحصیلی و شغلی مشترک داریم.
- تبادل سریع اطلاعات هنگامی که ممکن است حضور فیزیکی امکان‌پذیر نباشد.
- پرکردن اوقات با گپ و گفتگوهای البته از راه دور.

معایب احتمالی دوستی‌های اینترنتی

- ۱) گاهی افراد چهره واقعی خود را پشت نقاب پنهان می‌کنند و اطلاعات غیر واقعی از خود می‌دهند. در چنین حالتی نه تنها فرد مقابل دچار اشتباه می‌شود، که خود فرد نیز مدت‌ها با هویت کاذب زندگی می‌کند و به جای حرکت مناسب به سمت آنچه می‌خواهد، با خیال و رویا زندگی می‌کند. حاصل چنین روشی، به هم خوردن تعادل روانی و بروز تعارض‌های شدید شخصی است. پنهان شدن پشت دروغی که با گذشت زمان پیچیده‌تر نیز شده، آسان نیست، دل بستن به فرد دروغین از آن هم سخت‌تر است.
- ۲) هیچ ضمانتی وجود ندارد که شناخت صحیح و عمیقی از طرف مقابل پیدا کنیم، دوستی‌هایی که در فضای مجازی شکل گرفته است، تا به دنیای واقعی وصل نشود، قابل درک و تشخیص نیست.
- ۳) با اضافه کردن یک دوست در صفحه خود، به او اجازه می‌دهیم وارد جزئی‌ترین اطلاعات زندگی ما شود و در صورتی که وی فرد موجهی نباشد، احتمال سوءاستفاده در آینده زیاد است.
- ۴) در این فضا ابراز احساسات، واقعی نیست، گاهی مبالغه‌آمیز و گاهی دل‌سرد کننده است. در واقع ظرفیت این فضا برای صمیمیت محدود است.
- ۵) فریب کاری در این فضا، راحت‌تر از فضای واقعی اتفاق می‌افتد. چراکه بسیاری از اطلاعات فقط در حد گفتار و نوشتار رد و بدل می‌شود و هرگز به مرحله آزمون نمی‌رسد.
- ۶) افرادی که به دلیل کمبود یا فقدان مهارت‌های ارتباطی یا تعارض‌های شخصی و خانوادگی توانایی ایجاد روابط واقعی در زندگی واقعی را ندارند، اگرچه با این دوستی‌ها به طور موقت تسکین می‌یابند، در بلندمدت تنها و تنهاست می‌شوند. در مهارت‌های ارتباطی نیز عقب‌گرد می‌کنند و به جای حل مشکلات خود غرق دنیایی دروغین می‌شوند.
- ۷) درگیر شدن در روابط ناسالم، آلوده و زیان‌بار و اعتیاد پیدا کردن به چنین روابطی در محیط‌های مجازی، با این استدلال که چون این روابط واقعی نیست پس مشکل ساز نیست. در حالی که روابط ناسالم و اعتیادگونه، به هر شکلی که باشد، جسم و روان فرد را درگیر می‌کند.

۸) دوستان مجازی نمی‌توانند هنگام بروز مشکلات در کنار ما باشند و با ما همدلی کنند؛ زمانی که بیماریم به ملاقاتمان بیایند یا به مناسبتی برایمان جشن بگیرند. آنها کارکردهای خود را دارند ولی جای دوستان واقعی را نمی‌گیرند. دنیای مجازی گویی همه جا هست و هیچ کجا نیست، دوستی‌ها به سادگی ایجاد می‌شود و به سادگی از بین می‌رود. یکی از دستاوردهای فن‌آوری امروز، ظهور شبکه‌ی عظیم اطلاع‌رسانی و بانک وسیع اطلاعاتی است که مرزهای جغرافیایی را پشت سر گذاشته و مردم سراسر جهان را با گستره‌ای از اطلاعات متنوع با هم مرتبط کرده است. اما خوب یا بد بودن این فن‌آوری به خود ما باز می‌گردد. در مورد دوستی‌های از نوع جدید نیز همه چیز به خود ما باز می‌گردد. از خود پرسیم آیا الفبای دوستی‌های مجازی را می‌دانم؟

دوستی‌های مجازی خوب است اگر:

- دروغین نباشد
- جای دوستی‌های واقعی را نگیرد
- سالم و سازنده باشد
- فرار از هویت واقعی خودمان نباشد
- از سر ناتوانی و بی‌مهارتی در دنیای واقعی نباشد
- رفتار عادت‌ی و اعتیادی نباشد
- به جسم و روان ما صدمه‌ای نزند.

(برگرفته از نشریه "پیام مشاور" دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم و مرکز مشاوره دانشگاه تهران . سال ۱۳۹۴)