



شورای سیاست‌گذاری حوزه‌های علمیه خواهران

مرکز مدیریت حوزه علمیه خواهران

معاونت پژوهش

استان اصفهان، شهرستان اصفهان، مدرسه علمیه تخصصی النقیسه (سلام‌الله‌علیها)

عنوان

آسیب‌های روحی و روانی فضای مجازی از منظر فقه سلامت

استاد راهنما

دکتر مسعود راعی

نگارنده

اکرم رجامند

سال تدوین

۱۴۰۴



تحمیدیه

حمد و سپاس بی‌کران خدای متعال را که به بندگانش نعمت عقل و اندیشه عطا فرموده تا با بهره‌گیری از آن، به شناخت اسرار آفرینش نائل آیند. سپاسگزارم از آن ذات اقدس که توفیق انجام این پژوهش را نصیبم فرمود تا بتوانم گوشه‌ای از آسیب‌های ناشی از فضای مجازی را که سلامت روح و روان انسان را به مخاطره می‌اندازد از منظر فقه سلامت مورد بررسی قرار دهم. خداوند متعال در قرآن کریم به سلامت روح و روان انسان بسیار اهمیت داده است و در روایات ائمه معصومین علیهم‌السلام نیز بر حفظ سلامت روح و روان تأکید فراوان شده است. بادل‌ی مملو از شکرگزاری، این پژوهش را به درگاه ایزد منان تقدیم می‌دارم امید است که این پژوهش گامی کوچک در راستای ارتقای سلامت جامعه باشد و مورد رضایت حضرت حق قرار گیرد.

تقدیر و تشکر

در نگارش این پژوهش که به بررسی آسیب‌های روحی و روانی فضای مجازی از منظر سلامت می‌پردازد، از حمایت‌های بی‌دریغ بسیاری بهره‌مند شدم. بر خود لازم می‌دانم از همه عزیزانی که در این مسیر همراهی‌ام کردند، صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم.

در وهله اول، مراتب سپاسگزاری خود را به خانواده عزیزم، به‌ویژه همسرم جناب آقای مهندس علیرضا حجه‌فروش و فرزندم حلما جان، تقدیم می‌دارم. حمایت‌های بی‌وقفه و صبر و شکیبایی آن‌ها در طول این مدت، بزرگ‌ترین پشتوانه من بود. بدون همراهی و دلگرمی آن‌ها، به اتمام رساندن این پژوهش امکان‌پذیر نبود. همچنین از استاد گرامی جناب آقای دکتر مسعود راعی که با راهنمایی‌های ارزشمند و دلسوزانه خود، مرا در انجام این پژوهش یاری نمودند، کمال تشکر را دارم. دانش و تجربه ارزشمند ایشان، نقشی اساسی در ارتقای کیفیت این پژوهش ایفا نمود.

و تقدیم به همه آنان که سلامت را نعمت الهی می‌دانند و برای حفظ و ارتقای آن تلاش می‌کنند.

تقدیم به

ساحت مقدس حضرت ولی عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف و پیامبر مهربانی‌ها حضرت محمد مصطفی صل
الله علیه و آله و اهل بیت پاکش

مدیریت حوزه علمیه خواهران

چکیده

فضای مجازی به دلیل گسترش تکنولوژی‌ها، فرصت‌ساز و تهدیدساز شده است. برخی از این تهدیدها مربوط به روح و روان افراد است که با نگاهی به فقه سلامت، این موارد به‌عنوان آسیب‌هایی قابل بررسی هستند. این پژوهش باهدف شناسایی و بررسی آسیب‌های روحی و روانی ناشی از فضای مجازی از منظر فقه سلامت و ارائه راهکارهای مقابله با این آسیب‌ها انجام شده که از نوع توصیفی - تحلیلی است و از روش کتابخانه‌ای برای گردآوری اطلاعات استفاده شده است. منابع مورد استفاده شامل آیات قرآن کریم، روایات، کتب فقهی، پزشکی و روان‌شناسی و مقالات علمی معتبر می‌باشد. فقه سلامت بر اهمیت حفظ سلامت روح و روان انسان تأکید دارد و استفاده نادرست از فضای مجازی را مخالف این اصل می‌داند و آسیب‌های روحی و روانی ناشی از فضای مجازی را شامل مواردی چون افسردگی، اضطراب، انزوا، کاهش ارتباطات اجتماعی و اختلال در هویت فردی می‌داند. این آسیب‌ها می‌توانند به دلیل اعتیاد به فضای مجازی، انتشار محتوای منفی و مقایسه‌های اجتماعی که در این فضا رخ می‌دهد، افزایش یابند. راهکار فقه سلامت در مواجهه با این آسیب‌ها شامل ترویج آموزه‌های دینی و اخلاقی، توسعه مهارت‌های اجتماعی و ترویج فرهنگ استفاده معقول و آگاهانه از تکنولوژی است. همچنین، تقویت روابط خانوادگی و اجتماعی به‌عنوان راهکارهایی برای کاهش آسیب‌ها و حفظ سلامت روح و روان در فضای مجازی مطرح می‌شود. به این ترتیب، فقه سلامت به دنبال ایجاد تعادل و هماهنگی بین استفاده از تکنولوژی و سلامت روح و روان افراد است.

کلیدواژه‌ها: فضای مجازی، آسیب‌های روحی و روانی، فقه سلامت، راهکارهای مقابله‌ای

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات تحقیق ۱

گفتار نخست: طرح تحقیق ۳

الف - تبیین مسئله ۳

ب - ضرورت تحقیق ۴

ج - اهداف تحقیق ۵

د - پیشینه تحقیق ۵

ه - سؤال اصلی ۶

و - سؤالات فرعی ۶

ز - پیش فرض های تحقیق ۶

ح - فرضیه تحقیق ۷

ط - روش تحقیق ۷

ی - روش پردازش اطلاعات ۷

ک - سازماندهی تحقیق ۷

ل - مشکلات و محدودیت های تحقیق ۸

گفتار دوم: مفهوم شناسی ۸

الف - آسیب هایی روحی و روانی ۹

ب - فضای مجازی ۱۱

ج - فقه سلامت ۱۳

فصل دوم: فقه سلامت و فضای مجازی ۳

گفتار نخست: اهمیت فقه سلامت ۱۹

الف - تأمین سلامت جامعه ۱۹

ب - پاسخگویی به نیازهای دینی ۲۰

ج - پیشگیری از بروز مشکلات ۲۱

د- ترویج اخلاق اسلامی ۲۲

ه- هم‌افزایی بین علم دین و علم پزشکی ۲۳

گفتار دوم: موضوعات فقه سلامت ۲۴

الف - بهداشت فردی و اجتماعی ۲۴

ب- تغذیه سالم ۲۶

ج- ورزش و فعالیت بدنی ۲۸

د- پیشگیری از بیماری‌ها ۳۰

ه- احکام مربوط به درمان بیماری‌ها ۳۱

و- بهداشت محیط‌زیست ۳۲

ز- احکام مربوط به حقوق بیمار و پزشک ۳۳

ح- احکام مربوط به مسائل اخلاقی در حوزه سلامت ۳۴

ط - سلامت معنوی و نقش دین در ارتقای سلامت معنوی ۳۶

گفتار سوم: ویژگی‌های فقه سلامت ۳۸

الف - جامعیت ۳۸

ب - پویایی ۳۹

ج - بین‌رشته‌ای ۴۰

د - کاربردی ۴۱

ه - توجه به معنویت ۴۲

و - نگاه پیشگیرانه ۴۳

ز- عدالت‌محوری ۴۳

ح - حفظ کرامت انسانی ۴۵

ط - پاسخگویی به نیازهای جامعه ۴۷

ی- انسجام با نظام سلامت ۴۷

ک - مرجعیت ۴۸

گفتار چهارم: قواعد فقهی در فقه سلامت ۵۰

الف - قاعده حرمت اضرار به نفس یا همان قاعده لاضرر و لاضرار ۵۲

- ب - قاعده حرمت تعزیر به نفس ۵۵
- ج - قاعده وجوب دفع ضرر محتمل ۵۶
- د - قاعده وجوب حفظ نفس محترم ۵۷
- ه - قاعده لزوم انجام کار خیر ۵۸
- و - قاعده احتیاط ۵۸

گفتار پنجم: منابع فقه سلامت ۵۹

- الف - قرآن کریم ۵۹
- ب - احادیث معصومین (ع) ۶۰
- ج - اجماع فقها ۶۱

گفتار ششم: فقه سلامت و فضای مجازی ۶۱

فصل سوم: آسیب‌ها و تهدیدها ۱۸

گفتار نخست: آسیب‌های روحی و روانی در بعد فردی ۶۶

- الف - اعتیاد به فضای مجازی ۶۶
- ب - اختلالات خواب ۷۰
- ج - کاهش تمرکز و حافظه ۷۲
- د - خودشیفتگی ۷۳
- ه - چاقی و کم تحرکی ۷۴
- و - افسردگی و اضطراب ۷۶
- ز - کاهش عزت نفس ۷۷

گفتار دوم: آسیب‌های روحی و روانی در بعد اجتماعی و مشکلات بین فردی ۷۹

- الف - اشاعه فحشا و منکرات ۷۹
- ب - شایعه‌پراکنی و دروغ‌پردازی ۸۲
- ج - خشونت و جرم ۸۴
- د - فقدان حریم خصوص ۸۵
- ه - سست شدن بنیان خانواده ۸۷

و- نفرت پراکنی ۸۹

ز- توهین به دیگران ۹۴

ح - مقایسه کردن خود با دیگران ۹۵

فصل چهارم: راهکارها ۶۶

گفتار نخست: راهکارهای پیشگیرانه ۹۹

الف - شناسایی روان و سازمان دادن رفتارهای انسان ۱۰۰

ب - یاد خدا و تقویت ایمان و معنویت ۱۰۲

ج - دوری از گناهان ۱۰۷

د - محاسبه نفس ۱۰۹

ه - انس با قرآن ۱۱۲

و- کنترل و مدیریت زمان ۱۱۳

ز- انتخاب محتوای مناسب ۱۱۶

ح - حفظ حریم خصوصی ۱۱۷

ط - پرهیز از شایعات و اخبار کذب ۱۱۸

ی - تقویت روابط اجتماعی سالم ۱۱۹

ک - آموزش و آگاهی ۱۱۹

ل - رعایت اخلاق اسلامی ۱۲۰

م - هنجاری کردن مفهوم اطلاع رسانی در فضای مجازی بر مبنای فقه شیعه ۱۲۴

گفتار دوم: راهکارهای درمانی ۱۳۸

الف - درمان مشکلات روان شناختی با سبک زندگی اسلامی ۱۳۹

ب - راهکار فقه سلامت برای مقابله با افسردگی و اضطراب و انزوا ۱۴۱

۱- توکل و ایمان به خدا ۱۴۲

۲- دعا و ذکر ۱۴۵

۳- صلوة رحم ۱۴۸

۴- ورزش و فعالیت بدنی ۱۴۹

۷- اعتماد، سیده مریم، سجاد نعیم وفا، "قلمرو حریم خصوصی در فضای مجازی از منظر فقه". دفتر مطالعات

اسلامی

۸- اکران طویه، مهرناز گلی، "سبک تغذیه در سلامت انسان از دیدگاه آیات و روایات" مقاله علمی وزارت علوم

زمستان ۱۳۹۶ - شماره ۳۲

۹- باهنر، ناصر، "ریشه‌های سکولاریسمی در نظریه‌های هنجاری رسانه‌ها"، مجموعه مقالات همایش سراسری

رسانه تلویزیون و سکولارم، مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما، خانه هنر و اندیشه

۱۰- بهشتیانمهر، محمد. "تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر افسردگی". خانه سلامت روان کلینیک افسردگی و

دوقطبی، آخرین به‌روزرسانی: ۶ اسفند ۱۴۰۰

۱۱- پژوهشگاه فضای مجازی. هفتمین کرسی ترویجی ارائه مقالات مرتبط با جشنواره بین‌المللی دین و فضای

مجازی ijtihadnet.ir

۱۲- تهران، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، ۱۳۸۰.

۱۳- حامیان. زهره، لیلی بختیاری. "رابطه استفاده از فضای مجازی با احساس تنهایی، افسردگی و اضطراب

اجتماعی." اولین کنفرانس ملی روان‌شناسی اجتماعی، شخصیت و ناهنجاری با نگاهی ویژه به فضای

مجازی. سال انتشار: ۱۴۰۳

۱۴- حسن وند، عارفه، "اهمیت ورزش در اسلام"، همایش ملی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، ۱۴۰۰

۱۵- حسینی. ابوالحسن. "نظام موضوعات فقه فضای مجازی". دفتر مطالعات اسلامی و ارتباطات حوزوی.

پژوهشگاه فضای مجازی. آبان ۱۳۹۸

۱۶- حسین‌پور، اکرم، "تربیت‌بدنی و ورزش از منظر اسلام"، سومین همایش ملی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی،

۱۳۹۵

۱۷- حسینی مهدی، محمدرضا برزویی. "مبانی و مولفه های فقهی حمایت از حریم خصوصی افراد در فضای

مجازی". مطالعات حقوق بشر اسلامی. سال ۶ شماره ۱۳ پاییز و زمستان ۱۳۹۶

۱۸- حقایقی رودی، زینب "توهین، شایعه پراکنی، مزاحمت و نشر اکاذیب در فضای مجازی از نظر فقه و حقوق

موضوعه". دانشگاه پیام نور. خراسان رضوی ۱۳۹۶

۱۹- خسروپور فرشید و غلامرضا ساردوئی، "بررسی تأثیر ارزش های مذهبی در طول مدت درمان بیماران مبتلا

به افسردگی"، مجموعه چکیده مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، تهران، دانشگاه علوم پزشکی و

خدمات بهداشتی درمانی ایران. ۱۳۸۰

۲۰- دهیم فرید، عباس دعاگو رزگه. سید فرهنگ حسینی میرآباد. "تأثیر استفاده بیش از حد از فضای مجازی بر

تمرکز و یادگیری". محل انتشار: اولین همایش بین المللی آموزش و پرورش با رویکرد مدارس هوشمند،

معلمان خلاق و دانش آموزان متفکر در افق ۱۴۰۴ سال انتشار: ۱۴۰۳

۲۱- رحیمی. محمد، رادبه پرنده. "آسیب شناسی فضای مجازی و خانواده؛ تهدیدها و چالش ها". ۱۳ خرداد

۱۳۹۶

۲۲- رضائی ونن، مهدی. "بررسی چگونگی استفاده از فرهنگ اسلامی برای کاهش خشونت در فضای مجازی".

نهمین کنفرانس بین المللی فقه، حقوق، روان شناسی و علوم تربیتی در ایران و جهان اسلام. ۱۴۰۳

۲۳- رضائی، احمدرضا. "آسیب شناسی و نقش فضای مجازی در ایجاد خشونت و جرم زایی". دانشگاه شمال.

۱۷ خرداد ۱۳۹۹

۲۴- رنجبر ضرابی الهام. سجاد آستانی. "سلامت، بهداشت محیط و محیط زیست از منظر اسلام، قرآن و

روایات" دومین کنفرانس برنامه ریزی و مدیریت محیط زیست. ۱۳۹۱

۲۵- زالی. علیرضا. "نقش اخلاق پزشکی در نظام جامع سلامت" اردیبهشت ۸۷.

۲۶- سعدی. حسین علی، بهنام طالبی طادی. روش‌شناسی استنباط در فقه نظام سلامت، پژوهش در دین و

سلامت، مقاله پژوهشی وزارت بهداشت. دوره ۶، ۱۳۹۹ شماره ۴

۲۷- صبوری خسروشاهی، حبیب، "بررسی آسیب‌های اجتماعی اینترنت،" دبیرخانه شورای عالی انقلاب فرهنگی.

۱۳۸۶

۲۸- صفایی سهیلا، محمود عباسی. "اصل آسیب‌رساندن در فقه و حقوق اسلامی و کاربرد آن در فقه

زیست‌پزشکی". اخلاق زیستی سال پنجم، شماره هفدهم، پاییز ۱۳۹۴

۲۹- صفورایی پاریزی، محمدمهدی، سلیمان قاسمیان، "سلامت روان در پرتو التزام عملی به آموزه‌های دینی"

۱۳۸۴ شماره ۹۷

۳۰- عدنانی، محمد، قاعده فقهی لاضرر و کاربرد آن در فقه پزشکی، پژوهشنامه فقه اجتماعی، دوره ۲، ش ۳، ۱۳۹۲

۳۱- عندلیب، حسین. "بایسته‌های فقهی - حقوقی و اخلاقی زیست در فضای مجازی". پژوهشگاه علوم انسانی

و مطالعات فرهنگی. ۱۳۹۵

۳۲- غباری بناب، باقر، خدایاری فرد، محمد رابطه توکل به خدا با اضطراب و صبر و امیدواری در شرایط ناگوار،

مجموعه چکیده مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، تهران، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات

بهداشتی درمانی ایران، ۱۳۸۰

۳۳- غفاریان، علی. "تبیین حکم فقهی اشاعه فحشا در فضای رسانه‌ای". دانشکده غیردولتی - غیرانتفاعی رفاه

ص: ۱۰۷- ۱۳۲ مطالعات فقه و حقوق رسانه بهار و تابستان ۱۴۰۳

۳۴- فاضل فاضلی، داود. عباسعلی حیدری. "آسیب‌شناسی فضای مجازی از منظر فقهی و اخلاقی". ششمین

کنگره سراسری فناوری‌های نوین ایران باهدف دستیابی به توسعه پایدار - ۱۳۹۶

۳۵- فولادی دهقی، خدیجه. "حدود حریم خصوصی در فضای مجازی از منظر فقه". هشتمین کرسی ترویجی

ارائه و نقد علمی مقالات مرتبط با جشنواره بین‌المللی دین و فضای مجازی، خبرگزاری حوزه

۳۶- قهرمانی محمد و دیگران، "بررسی تأثیر روزه‌داری بر وضعیت سلامت روانی"، مجموعه چکیده مقالات

همایش نقش دین در بهداشت روان

۳۷- گلابی، فاطمه، "رسانه و سبک زندگی سلامت‌محور مطالعه سبک زندگی سلامت‌محور شهروندان در استان

آذربایجان شرقی" مطالعات توسعه اجتماعی ایران، دوره ۱۴، شماره ۲، ۱۴۰۱

۳۸- مصلحی جواد. "سلامت معنوی؛ رویکردی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی مقاله پژوهشی حوزه". تحقیقات

بنیادین علوم انسانی سال پنجم زمستان ۱۳۹۸ شماره ۴ پیاپی ۱۷

۳۹- موسوی بجنوردی سید محمد، محسن داورزنی "پزشک خانواده، تحقق عدالت در سلامت با رویکردی به

آرای امام خمینی" پژوهش‌نامه متین، سال ۱۷، بهار ۱۳۹۴، شماره ۶۶

۴۰- میرحسینی، سید احمد، "دین و درمان افسردگی"، پژوهش‌های دینی ۱۳۸۴ شماره ۳

۴۱- نظری توکلی، سعید، "قواعد فقهی سلامت محور و تاثیر آن بر امید به زندگی"، تهران، دانشگاه

تهران، ۱۴۰۴

فصلنامه

۱- ادبی، حسین، فقه سلامت و پزشکی؛ یک قرن بعد. پرونده مبادی فقه سلامت و پزشکی / ۱۰ پژوهشگاه فقه

معاصر. riicj.com

۲- _____ روش کشف قواعد فقه سلامت، پرونده مبادی فقه سلامت و پزشکی / ۳ پژوهشگاه فقه معاصر

riicj.com

۳- _____ فقه سلامت بین‌المللی؛ قواعد و روش‌های چندبُعدی، پرونده مبادی فقه سلامت و پزشکی ۱۹،

پژوهشگاه فقه معاصر. riicj.com

۴- اسفندیاری، رضا، بررسی فقهی آثار مصرف فضای مجازی بر فرد و خانواده، فصلنامه مطالعات فقهی حقوقی زن و خانواده، قم،

۵- اسماعیلی محسن و عبدالله جلالی، نظام هنجاری اطلاع‌رسانی در فقه شیعه، فصلنامه رسانه، دوره ۲۳، شماره ۲، ۱۳۹۱

۶- پیروزمند علیرضا. مرتضی خاقانی‌زاده. محمود عباسی. حسن ملکی. بررسی اخلاق پزشکی با رویکرد اسلامی. فصلنامه اخلاق پزشکی سال سوم، شماره دهم، زمستان ۱۳۸۸

۷- ذکایی، محمد سعید، رسانه و سبک زندگی سلامت‌محور، فصلنامه پژوهش‌های ارتباطی، شماره ۸۵، دوره ۲۳، ۱۳۹۵

۸- سلطانی بناوندی، مهین. "خواب از دیدگاه قرآن و روایات". کنگره بین‌المللی علوم اسلام علوم انسانی. آذر ۱۳۹۵

۹- سهمانی، ریحانه، "تأثیر شبکه‌های اجتماعی و گوشی‌های هوشمند بر کاهش تمرکز و بیش‌فعالی" تاریخ انتشار ۴ شهریور ۱۴۰۳

۱۰- شیبانی محمد، محسن جهانگیری، سید علی اصغر حسینی، در آمدی بر مبانی فقهی استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، فصلنامه جستارهای فقهی و اصولی، سال چهارم، شماره ۱۳، زمستان ۱۳۹۷

۱۱- قباد، احسان "تحلیل فقهی نشر اکاذیب در مطبوعات" فصل نامه مطالعات فقه امامیه، دوره ۹۷، شماره ۱۱، سال ۱۳۹۷

۱۲- یآوری زهرا. ابراهیم یاقوتی. احمد رضا خزایی. اصول حاکم بر سلامت و تحکیم بنیان خانواده از منظر فقه و

حقوق موضوعه. فصلنامه مطالعات میان‌رشته‌ای فقه شماره ۱۷ زمستان ۱۴۰۳

نشریه

۱- اسماعیلی، محسن، جایگاه حقوقی رسالت رسانه‌ها، نشریه پژوهش‌های ارتباطی، شماره ۳۵، پاییز ۱۳۸۲

۲- اعرافی علیرضا. "نگرش فلسفی فقهی کلان به مقوله سلامت معنوی از منظر اسلام". قسمت سوم. مجله

فرهنگ و ارتقای سلامت. سال ۴. شماره ۳. پاییز ۱۳۹۹

۳- بردبار، سهند، آسیب‌های اعتقادی و اخلاقی فضای مجازی برای کودکان و راهکارهای مقابله با آن، نشریه

پژوهش و نوآوری در تربیت و توسعه. دوره ۵ شماره ۱. ۱۴۰۴

۴- تلخابی مجید. علی تقی‌خانی. "تحلیل فقهی مسئله اشاعه فحشا و تطبیق آن با فعالیت‌های رسانه‌ای". نشریه

فقه و حقوق ارتباطات پاییز و زمستان ۱۳۹۰ شماره ۱

۵- جهانگیر اکرم، کاربخش مژگان، موسوی بتول، معنویت و هوش معنوی از منظر دینی و نقش آن در ارتقای

سلامت، نشریه: پژوهش‌های ادیانی، ۱۳۹۹ دوره: ۸ شماره: ۱۵

۶- حسینی، غلامرضا، نظام بهداشت و سلامت در اسلام، نشریه قرآن و علم، سال سوم، شماره ۵، پاییز و زمستان

۱۳۸۸

۷- سندرم خودشیفتگی و بحران روحی در رسانه‌هایی اجتماعی. مجله موعود. تیرماه سال ۱۳۹۶ شماره ۱۸۵

۸- سیف‌علی‌ئی فاطمه، "مؤلفه‌های سلامت روابط اجتماعی در قرآن کریم با تأکید بر روابط میان‌فردی"،

نشریه: مشکوه، ۱۴۰۱ | دوره: ۴۱ شماره: ۱۵۵،

۹- شاملی، علی اکبر، "آسیب‌های فردی فضای مجازی از منظر اخلاق اسلامی". نشریه اخلاق، بهار ۱۳۹۶،

شماره ۱

۱۰- سیده فاطمه، عبدالرضا محمدحسین زاده، مریم امین، واکاوی مبانی فقهی اعتیاد به اینترنت از منظر فقیهان

معاصر امامیه، فصلنامه علمی مطالعات فقه اسلامی و مبانی حقوق، سال ۱۷، شماره ۴۷، بهار و تابستان ۱۴۰۲،

۲۴۶-۲۱۷

۱۱- معتمدی عبدالله، خانجانی مهدی. دینداری، معنویت و سلامت - مکانیزم‌ها و شواهد علمی. نشریه فرهنگ و

ارتقاء سلامت. ۱۳۹۹؛ ۴ (۴): ۵۲۵۱۰-۰

۱۲- مولانا، حمید، رسانه‌های ارتباطی در جهان اسلام، نشریه پژوهش‌های ارتباطی، شماره ۳۵، پاییز ۱۳۸۲

سایت‌های اینترنتی

۱- اکبری حسن. اخلاق پزشکی در اسلام. <https://drakbary.com>

۲- حکیم، سید منذر. درس خارج فقه ۱۴/۱۰/۹۵.

https://eshia.ir/feqh/archive/text/hakim_monzer/feqh/۹۵/۹۵۱۰۱۴

۳- بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار مدیران و مسئولان مطبوعات کشور ۱۳ اردیبهشت ۱۳۷۵.

Khamenei.ir

۴- سویدان، محمد طارق، ۲۰۲۲، sueidan.com.

۵- کریم‌زاده، رحمت‌الله، ایمان به خدا و آثار عملی آن در ایجاد آرامش روانی در سخنان امام رضا

علیه‌السلام، rasekhoon-net، ۱۳۹۴

۶- حلوانی، غلامرضا، فقه پزشکی؛ چیستی، سرفصل‌ها و مهم‌ترین مسائل. پرونده مبادی فقه سلامت و

پزشکی/۲۲. riicj.com

۷- کلاته میمری، علی، پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی به کودکان: نقش والدین از نگاه فقه، حقوق و

تجربه‌های جهانی، <https://civilica.com/p/۴۵۷۸۱۸>

۸- مجله علمی - پژوهشی فقه پزشکی: <https://mf.ir.ac.sbmu.journals> پرتال جامع علوم انسانی

<https://ir.ensani.ir/> اندیشکده بین‌المللی کرامت انسانی مرکز تحقیقات اخلاق و حقوق پزشکی

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

۹- مکارم شیرازی، ناصر. بهداشت فردی و اجتماعی در آموزه‌های اسلامی از منظر آیت‌الله‌العظمی مکارم

شیرازی . makarem.ir ۸ اسفند ۱۳۹۸

۱۰- _____، استفتائات آیت‌الله مکارم شیرازی، بی‌جا، بی‌تا

۱۱- مجله علمی - پژوهشی فقه پزشکی: <https://mf.ir.ac.sbmu.journals> مرکز فقهی ائمه اطهار

پژوهشکده اخلاق و حقوق پزشکی

۱۲- آسیب‌ها و راهکارهای فضای مجازی، پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه،

<https://hawzah.net/fa/Article/View/> ، ۶/۰۶/۱۳۹۷

۱۳- تأثیر چاقی بر سلامتی روان. سایت مونوپی. [https://monoppy.ir/the-effect-of-obesity-on-](https://monoppy.ir/the-effect-of-obesity-on-mental-health/)

[mental-health/](https://monoppy.ir/the-effect-of-obesity-on-mental-health/)

۱۴- . توفیق اسد ف. " آسیبهای فضای مجازی بر سلامت روان و راهکارها " ۲۱، دانشگاه مجازی

المصطفی، اسفند ۱۴۰۱، mou.ir

۱۵- جبّاری علیرضا، آسیب روحی چگونه بر شما تأثیر می‌گذارد،

<https://www.psychologytoday.com/intl/basics/trauma>

۱۶- حبیبی نازنین، تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر روان افراد، nazaninhabibi.ir

۱۷- تأثیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اینترنت بر سلامت روان انسان، kmtmed.com

۱۸- عزت‌نفس از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی، <https://parvareshaefkar.com/>

۱۹- عوارض جدی و خطرناک استفاده مکرر از فضای مجازی - نمناک namnak.com

۲۰- گنجینه معارف . <https://hawh.nezat/>

۲۱- مصطفی‌پور، حامد، "سلامتی در سبک زندگی اسلامی"، <https://onlinehawzah.com>

۲۲- واشیان، عباس‌علی، فقه پزشکی؛ ظرفیت‌ها و بایسته‌ها، <https://hawzahnews.com/>

۲۳- ورزش در فقه اسلامی از منظر حقوق ورزشی، مؤسسه حقوقی امید نوید عدالت‌گستر نواندیش،

[omidnav. om](http://omidnav.om)

۲۴- "آسیب‌شناسی تأثیر فضای مجازی بر خانواده". پایگاه علمی اعتقادی الشیعه فرهنگی ۱۳۸۶

Fa.al.shia.org .

منابع خارجی

Abdel-Khalek, A. M. (۲۰۱۹). Religion, mental health, and well-being: A systematic review

Journal of Religion and Health, ۵۸*(۵), ۱۶۳۳-۱۶۵۳

Smith, T. B., & McCullough, M. E. (۲۰۰۳). Religion and mental health: A review.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, ۷۱*(۶), ۱۰۸۹-۱۱۰۲

Weinstein, A. Lejoyeux, M(۲۰۱۰) Internet Addiction or Excessive Internet Use. The

American Journal of and Alcohol Abuse, ۳۶, p(۱), ۲۷۷-۲۸

Y. J. Kim,D. J. Choi, J. S(۲۰۱۷) The cognitive dysregulation of Internet Kim .

addiction and its neurobiological correlatesFrontiers In Bioscience, Elite, ۹, ۳۰۷-۳۲۰.