

نقش سبک زندگی اسلامی در مقاوم‌سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه

کوش حضرت دوخت^۱

تینا حضرت دوخت^۲

چکیده

در عصر حاضر، گسترش بی‌سابقه رسانه‌های نوین و دسترسی آسان به محتوای متنوع، در کنار فرصت‌های بی‌شمار، چالش‌های جدی، به‌ویژه در حوزه تربیت فرزندان و محافظت آن‌ها در برابر انحرافات دارد. پژوهش حاضر با هدف تبیین نقش محوری سبک زندگی اسلامی در مقاوم‌سازی و ایجاد مصونیت برای فرزندان در برابر آسیب‌های رسانه‌ای انجام شده است. این مقاله با رویکرد تحلیلی-مروری، به بررسی ابعاد گوناگون سبک زندگی اسلامی از جمله تأثیرات بینشی و انگیزشی و رفتاری سبک زندگی اسلامی در مقاوم‌سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای می‌پردازد و چگونگی نقش هر یک از این ابعاد را در افزایش بصیرت فرزندان در مواجهه با محتوای آسیب‌زای رسانه‌ای تشریح می‌کند. یافته‌ها نشان می‌دهد که سبک زندگی اسلامی با تأکید بر تقویت بنیان‌های اعتقادی، پرورش فضایل اخلاقی، ترویج عبادات و نظارت هوشمندانه خانواده و جامعه، با ایجاد حصاری معنوی و فکری، فرزندان را در برابر محتوای انحرافی رسانه‌ای مقاوم می‌سازد.

کلمات کلیدی: سبک زندگی اسلامی، مقاوم‌سازی فرزندان، انحرافات رسانه‌ای

^۱ دانش آموخته سطح دو، مدرسه علمیه الزهرا س میان‌دواب
^۲ دانش آموخته سطح دو، مدرسه علمیه الزهرا س میان‌دواب

رسانه‌ها به عنوان یکی از قدرتمندترین عوامل شکل‌دهنده نگرش‌ها، ارزش‌ها و رفتارهای انسان‌ها، نقش بسیار مهمی در زندگی فردی و اجتماعی ایفا می‌کنند. کودکان و نوجوانان به عنوان آسیب‌پذیرترین قشر جامعه، به طور مداوم در معرض حجم گسترده‌ای از محتوای رسانه‌ای قرار دارند که بسیاری از این محتواها با ارزش‌های فرهنگی، اخلاقی و دینی جامعه اسلامی در تضاد هستند. این تضادها می‌تواند منجر به بروز انحرافات رفتاری، تضعیف هویت فرهنگی و دینی، و در نهایت، آسیب‌های جبران‌ناپذیری به نسل جوان وارد کند.

با وجود تلاش‌های صورت گرفته در زمینه کنترل و پالایش محتوای رسانه‌ای، دسترسی آسان به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، امکان نظارت کامل بر محتوای مصرفی توسط فرزندان را دشوار ساخته است. سبک و فرهنگ زندگی، لازم است با تأسی از سیره نبی مکرم اسلام (ص) و ائمه معصومین علیهم السلام در تمامی ابعاد زندگی فردی و اجتماعی نظام اسلامی جریان داشته باشد و بایستی با الگوپذیری از شیوه زندگی پیامبر اکرم (ص) و اهل بیت علیهم السلام در مسیر تعالی و تقویت فرهنگ و سبک زندگی حرکت کرد. توجه به سبک زندگی اسلامی و ایرانی در بیانات مقام معظم رهبری بیانگر این است که ایشان نگران رسوخ مدل‌های منفی و غیرقابل قبول فرهنگ‌های غربی و جوامع بیگانه هستند که هیچگونه همخوانی با مدل اعتقادی و ارزشی فرهنگی ما ندارد. مساله‌ای که در اینجا مطرح می‌گردد این است که سبک زندگی اسلامی در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه چه نقشی می‌تواند داشته باشد؟ هدف از این پژوهش بررسی نقش سبک زندگی اسلامی در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه می‌باشد. پرداختن به مسئله‌ی نقش سبک زندگی اسلامی در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای، از چند جنبه‌ی کلیدی قابل بررسی است:

با گسترش روزافزون رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی، حجم محتوای نامناسب و آسیب‌زا در دسترس کودکان و نوجوانان به شدت افزایش یافته است. این محتوا می‌تواند شامل خشونت، ترویج روابط نامشروع، القای ارزش‌های مادی‌گرایانه، تضعیف باورهای دینی و ... باشد که همگی می‌توانند به سلامت روان و اخلاقی فرزندان آسیب برسانند. رسانه‌های غربی و غیر اسلامی با هدف ترویج فرهنگ و ارزش‌های خود، به طور مداوم در حال تولید و انتشار محتوایی هستند که با هویت فرهنگی و دینی جامعه اسلامی در تضاد است. این مسئله می‌تواند منجر به دوری فرزندان از ارزش‌های اصیل خود و گرایش آن‌ها به فرهنگ بیگانه شود. از طرف دیگر انحرافات رسانه‌ای می‌تواند به بروز ناهنجاری‌های اجتماعی مانند افزایش جرایم، اعتیاد، افسردگی، و فروپاشی بنیان خانواده منجر شود. فرزندان به شدت تحت تأثیر محیط پیرامون خود قرار دارند و ارزش‌ها و باورهای آن‌ها در حال شکل‌گیری است. بنابراین، محافظت از آن‌ها در برابر تأثیرات منفی رسانه‌ها در این دوران، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. با وجود اهمیت این مسئله، تحقیقات کاربردی و راهکارهای عملی برای مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای، هنوز در مراحل ابتدایی قرار دارند. بنابراین، با توجه به این ضرورت‌ها، انجام پژوهشی جامع و کاربردی در زمینه نقش سبک زندگی اسلامی در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای، نه تنها یک ضرورت علمی، بلکه یک ضرورت اجتماعی و دینی است. نتایج این پژوهش می‌تواند به خانواده‌ها، مربیان، مسئولین و سیاست‌گذاران کمک کند تا راهکارهای مؤثرتری برای محافظت از فرزندان در برابر آسیب‌های رسانه‌ای ارائه دهند و نسل آینده را به شهروندانی آگاه، مسئولیت‌پذیر و وفادار به ارزش‌های دینی و فرهنگی خود پرورش دهند. هدفی که در این زمینه دنبال می‌شود: شناسایی عناصر کلیدی سبک زندگی اسلامی مؤثر در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای است.

پژوهش‌های متعددی در زمینه‌ی تأثیر رسانه‌ها بر سبک زندگی کودکان و نوجوانان، آسیب‌های رسانه‌ای و راهکارهای مقابله با آن‌ها انجام شده است؛ اما پیشینه تحقیق در زمینه نقش سبک زندگی اسلامی به طور خاص در مقاوم سازی فرزندان در برابر انحرافات رسانه‌ای، هنوز به نسبت محدود است. برخی از مهم‌ترین تحقیقات مرتبط در این حیطه عبارتند از:

۱. سبک زندگی بر اساس آموزه های اسلامی (با رویکرد رسانه ای) نوشته ی حمید، فاضل قانع

۲. بررسی تأثیر و نقش فضای مجازی در سبک زندگی اسلامی نویسنده: محمدطاهر مطهری کلور / آرش هاشمزاده علی آباد / محمدرضا عطایی / عباس نجفی

۳. کتاب «رسانه و سبک زندگی»؛ نوشته عباس معلمی

مفهوم شناسی

۱. مفهوم «سبک زندگی اسلامی» به شیوه‌ای از زیستن اطلاق می‌شود که بر پایه آموزه‌های الهی، ارزش‌های اخلاقی و احکام شرعی اسلام بنا شده (رضا لطفی و مهتاب علیرزاده . سال ۱۴۰۳ ص ۱) این سبک زندگی، نه تنها وجه قابل مشاهده رفتارها را شامل می‌شود، بلکه ریشه در یک «بینش» عمیق و جهان‌بینی توحیدی دارد که تمام ابعاد زندگی فردی و اجتماعی را در بر (فرزنده جعفر زاده، محمد جواد چیت ساز، غلامرضا اسکندریان ۱۴۰۳ ص ۱). سبک زندگی اسلامی، الگویی جامع برای زیستن است که بر ارزش‌های اسلامی و هویت فرهنگی ایرانی استوار است

۲. رسانه، اسم آلت و از مصدر رسانیدن است و به معنی وسیله رسانیدن به‌کار می‌رود و در اصطلاح علوم ارتباطات اجتماعی، مقصود از رسانه، وسیله رساندن پیام از پیام‌دهنده به پیام‌گیرنده است. امروز این وسایل جزء جدانشدنی زندگی ما شده‌اند و برای شناخت بهتر و بیشتر، می‌توان آنها را به رسانه‌های سنتی، مدرن و نوین تفکیک کرد. (حسینی، محمد، فرهنگ و رسانه‌های نوین، ۱۳۸۵، ص ۸۷)

۳. مفهوم مقاومت‌سازی در بستر رسانه

مقاومت‌سازی در بستر رسانه، به فرآیندی اطلاق می‌شود که طی آن، افراد به ویژه کودکان و نوجوانان، توانایی تحلیل، ارزیابی و مقاومت فعال در برابر محتواهای رسانه‌ای مضر و انحرافی را کسب می‌کنند. این مفهوم فراتر از صرف «فیلترینگ» یا «محدودسازی» است؛ بلکه به ایجاد یک سیستم دفاعی درونی اشاره دارد که فرد را قادر می‌سازد با بصیرت و آگاهی، انتخاب‌های رسانه‌ای صحیح داشته باشد و از آسیب‌های احتمالی مصون بماند

بینشی

بعد بینشی، مربوط به درک و فهم است؛ یعنی توانایی کودک برای شناخت، تحلیل، و درک مفاهیم، ارزش‌ها و واقعیت‌ها. در زمینه مقاومت در برابر انحرافات اشاره می‌کند. بدون درک صحیح، فرد در برابر تلقینات و جذابیت‌های ظاهری انحرافات، آسیب‌پذیر خواهد بود. بصیرت، مانند یک سپر ذهنی عمل می‌کند که فرد را قادر می‌سازد تا پیام‌های گمراه‌کننده را تشخیص دهد و به آنها تن ندهد.

در عصر حاضر، رسانه‌ها به عنوان ابزاری قدرتمند، نقشی بی‌بدیل در شکل‌گیری افکار، ارزش‌ها و رفتارها ایفا می‌کنند. این تأثیرگذاری، به ویژه بر نسل کودک و نوجوان که در حال تکوین هویت و شخصیت هستند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در کنار فرصت‌های بی‌شماری که فضای رسانه‌ای برای رشد و تعالی فراهم می‌آورد، چالش‌ها و انحرافات بالقوه نیز وجود دارند که می‌توانند سلامت روانی، اجتماعی و معنوی فرزندان را تهدید کنند. در این میان، «سبک زندگی اسلامی» به عنوان یک چارچوب جامع و بینشی عمیق، ظرفیت‌های قابل توجهی برای «مقاومت‌سازی» فرزندان در برابر این انحرافات رسانه‌ای ارائه می‌دهد.

مؤلفه‌های بینشی سبک زندگی اسلامی، هسته اصلی این رویکرد را تشکیل می‌دهند. این مؤلفه‌ها شامل موارد زیر هستند:

خدا محوری، که در فارسی به آن «توحید» یا «یگانه‌پرستی» هم می‌گویند، یکی از بنیادی‌ترین مفاهیم در اسلام و سایر ادیان توحیدی است. در اصل، یعنی باور به اینکه خداوند تنها خالق، رازق، و مدیر و مدبر جهان است و تنها کسی است که شایسته پرستش و اطاعت مطلق می‌باشد. در اینجا به نکته‌های عمیقی اشاره می‌شود.

خدا محوری فقط یک باور قلبی نیست، بلکه باید در تمام جنبه‌های زندگی فردی و اجتماعی تجلی پیدا کند. از انتخاب شغل و نحوه گذراندن اوقات فراغت گرفته تا روابط خانوادگی و تصمیم‌گیری‌های کلان سیاسی و اقتصادی، همه چیز باید تحت شعاع رضایت خداوند باشد. وقتی خدا محور زندگی باشد، هدف و معنای زندگی روشن می‌شود؛ انسان می‌داند برای چه آمده و به کجا خواهد رفت. وقتی خدا را مرکز هستی دانسته شود، وابستگی ما به خلق کمتر می‌شود. دیگر ترس از دست دادن مقام، ثروت، یا حتی جان، مانع حق‌گویی و حق‌جویی نمی‌شود، چرا که اتکای اصلی به خداست. انسانی که خدا را محور خود قرار داده، نیازی به کوچک شدن در برابر دیگران ندارد. خدا محوری به طور طبیعی حس مسئولیت‌پذیری را افزایش می‌دهد. چون می‌دانیم که خداوند ناظر بر اعمال ماست و در نهایت باید در برابر او پاسخگو باشیم سعی می‌کنیم بهترین عملکرد را داشته باشیم و از گناه و خطا دوری کنیم. در مواجهه با وسوسه‌ها و جذابیت‌های دنیوی، خدا محوری مانند یک قطب‌نما عمل می‌کند. یادآوری حضور خداوند و حسابرسی اعمال، به انسان کمک می‌کند تا از مسیر مستقیم منحرف نشود و در دام خواهش‌های نفس نیفتد. به زبان ساده، خدا محور بودن یعنی «همه چیز برای خدا»؛ یعنی در هر کاری، هدفمان رضایت او باشد و در هر شرایطی، به او توکل می‌شود. این رویکرد، زندگی را از پوچی نجات داده و به آن جهت و معنای حقیقی می‌بخشد. که در آیه قرآنی اشاره شده است که مَنْ عَرَفَ اللَّهَ وَحَدَّهُ وَ عِبَادَهُ خَرَجَ مِنْهُ كُلُّ شَيْءٍ وَ دَخَلَ فِيهِ كُلُّ شَيْءٍ. (هرکس خداوند را به یگانگی بشناسد و او را بپرسند، از همه چیز بی‌نیاز می‌شود و همه چیز در او وارد می‌گردد.) (کافی، ج ۱، ص ۸۷ حدیث ۷) اعتقاد به یگانگی خداوند و

محوریت او در تمام شئون زندگی، که منجر به هدفمندی و معنابخشی به حیات می‌شود. که اعتقاد به وحدانیت خداوند در برابر انحرافات رسانه محافظت می‌کند

معادباوری یعنی اعتقاد راسخ به اینکه زندگی ما در این دنیا پایان نمی‌یابد، بلکه مرگی که تجربه می‌کنیم، دروازه‌ای است به سوی یک زندگی ابدی دیگر. این باور، ابعاد مختلفی دارد که هر کدام تأثیر عمیقی بر شیوه زندگی ما می‌گذارد. معادباوری به ما می‌گوید که هیچ کاری، چه خوب و چه بد، در این دنیا بی‌حساب و کتاب نمی‌ماند. تمام اعمال، گفتار و حتی نیات ما در پرونده‌ای ثبت می‌شود و روزی فرا می‌رسد که باید در برابر خداوند پاسخگو باشیم. این روز، روز «حساب» یا «قیامت» است. فکرش را بکنید، چقدر این باور می‌تواند جلوی خطاهای ما را بگیرد و ما را به سوی کارهای نیک سوق دهد! در آن دنیای دیگر، بر اساس اعمالمان پاداش یا جزا می‌بینیم. بهشت برای نیکوکاران و جهنم برای بدکاران در نظر گرفته شده است. این سیستم پاداش و جزا، انگیزه‌ای قوی برای انتخاب مسیر درست زندگی و پرهیز از گناه فراهم می‌کند. به نوعی، معادباوری یک «کنترل درونی» قدرتمند بر رفتار ماست. وقتی بدانیم این دنیا پل عبور است و قرار است به سرای جاودانه‌ای برویم، زندگی در اینجا معنای عمیق‌تری پیدا می‌کند. دیگر این دنیا را هدف نهایی نمی‌دانیم، بلکه آن را فرصتی برای جمع‌آوری توشه آخرت می‌بینیم. این دیدگاه باعث می‌شود که از غرق شدن در لذت‌های زودگذر دنیوی پرهیز کنیم و به دنبال ارزش‌های پایدارتر باشیم. معادباوری در مواجهه با سختی‌ها، مصیبت‌ها و از دست دادن عزیزان، تسلی‌بخش بزرگی است. می‌دانیم که مرگ پایان نیست، بلکه ملاقاتی دیگر در پیش است. این امید به آینده، تحمل مشکلات را آسان‌تر می‌کند. در این دنیا ممکن است بی‌عدالتی‌ها و ظلم‌هایی را ببینیم که ظاهراً بدون مجازات می‌مانند. اما معادباوری به ما اطمینان می‌دهد که در نهایت، عدالت کامل الهی برقرار خواهد شد و حق هیچ‌کس ضایع نمی‌شود. این باور به ما صبر و شکیبایی می‌دهد و امید به تحقق عدالت نهایی را زنده نگه می‌دارد.

پس، معادباوری نه تنها یک اعتقاد مذهبی، بلکه یک فلسفه زندگی است که به بشر کمک می‌کند تا با دیدی بازتر و با هدفمندی بیشتر زندگی کند و از افتادن در دام فریب‌های دنیوی برحذر باشد

ایمان به زندگی پس از مرگ و مسئولیت‌پذیری در قبال اعمال دنیوی، که عامل کنترل‌کننده رفتارهای فرد در برابر جاذبه‌های زودگذر دنیاست. **الْيَوْمَ تُجْزَى كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ لَا ظُلْمَ الْيَوْمَ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ**. این آیه به مسئله پاداش و کیفر اعمال در روز قیامت اشاره دارد. (غافر آیه ۱۷) باور به معاد باعث می‌شود که افراد خود را حفظ کنند در برابر انحرافات رسانه

کرامت انسانی: کرامت انسانی یعنی اینکه انسان، به خاطر جایگاه ویژه‌ای که نزد خداوند دارد، موجودی شریف، ارزشمند و محترم است. این کرامت، ذاتی و خدادادی است و مختص نژاد، رنگ، جنسیت یا موقعیت اجتماعی خاصی نیست؛ بلکه شامل همه انسان‌ها می‌شود. از مهم‌ترین دلایل کرامت انسان در اسلام، این است که خداوند انسان را «خلیفه» خود در زمین قرار داده است. یعنی انسان نماینده خداوند بر روی زمین است و وظیفه دارد که زمین را آباد کند و عدل الهی را در آن برقرار سازد. این مسئولیت بزرگ، به انسان جایگاه و شأن ویژه‌ای می‌بخشد. در قرآن کریم آمده است: **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا**. این آیه به صراحت از کرامت و برتری بنی‌آدم بر بسیاری از مخلوقات سخن می‌گوید. (اسراء، آیه ۷۰) اعتقاد به ارزش و جایگاه والای انسان به عنوان خلیفه خدا بر روی زمین، که موجب عزت نفس و پرهیز از هرگونه خودباختگی در برابر فرهنگ‌های مهاجم می‌شود. از امام علی (ع): **"أَكْرَمُ النَّاسِ أَنْفَاهُمْ"** (گرامی‌ترین مردم، پرهیزکارترین آنهاست). این حدیث، تقوا را معیار کرامت حقیقی می‌داند. (غرر الحکم و درر الکلم ص ۸۹) به طور خلاصه، کرامت انسانی به ما می‌آموزد که هر یک از ما، گوه‌ری گرانها در خلقت هستیم که باید قدر خود را بدانیم، به خود احترام بگذاریم و در عین حال، به کرامت و حقوق دیگران نیز احترام بگذاریم. و در برابر انحرافات بااستیم

ولایت و امامت: ولایت در لغت به معنای سرپرستی، دوستی، قرب و نزدیکی، و رهبری است و امامت به معنای پیشوایی و رهبری است. امام، کسی است که از جانب خداوند برای هدایت و رهبری مردم در امور دین و دنیا انتخاب شده است. امامان معصوم (علیهم السلام) در تشیع، ادامه دهنده راه پیامبر (ص) هستند و وظایف بسیار سنگینی بر عهده دارند. که قرآن آمده است: **إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ**. این آیه به ولایت خداوند، پیامبر (ص) و مؤمنانی که در حال رکوع زکات می‌دهند (اشاره به امام علی ع) اشاره دارد. (مائده آیه ۵۵) باور به رهبری الهی و ولایت معصومین (ع)، که مسیر صحیح هدایت و کمال را نشان می‌دهد و از افتادن در دام انحرافات فکری و اخلاقی جلوگیری می‌کند. و همچنین در روایات هم اشاره شده پیامبر اکرم (ص): **"مَنْ مَاتَ وَلَمْ يَعْرِفْ إِمَامَ زَمَانِهِ مَاتَ مِيتَةً جَاهِلِيَّةً"** (هر کس بمیرد و امام زمان خود را نشناسد، به مرگ جاهلیت مرده است). این حدیث اهمیت شناخت و تبعیت از امام را بیان می‌کند (وسائل الشیعه ج ۱ ص ۵۴ حدیث ۱) که پیروی از ائمه راه برا ما نشان می‌دهند

عدالت‌خواهی و ظلم‌ستیزی: وقتی کسی به خدا محوریت اعتقاد دارد، می‌داند که تمام هستی بر پایه عدل الهی بنا شده است. وقتی به معاد باور دارد، می‌فهمد که هر ظلمی در این دنیا، پاسخی در آخرت خواهد داشت. وقتی کرامت انسانی

را می‌شناسد، نمی‌تواند ببیند انسانی تحقیر شود یا حقش پایمال گردد. و وقتی ولایت و امامت را می‌پذیرد، می‌داند که امامان (علیهم السلام) همیشه پیشروترین افراد در برپایی عدالت و مبارزه با ظلم بوده‌اند. **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ**. این آیه به مؤمنان دستور می‌دهد که برای خدا قیام کنند و به عدالت شهادت دهند، حتی اگر با دشمنی با قومی مواجه باشند (مانده آیه ۸). رویکرد فعالانه در برابر بی‌عدالتی‌ها و ظلم، که موجب بصیرت در تشخیص حق از باطل و ایستادگی در برابر امواج مسموم رسانه‌ای می‌شود. و در روایات هم اشاره شده است که از امام علی (ع): **"أَلَا وَ إِنَّ لِكُلِّ أَمْرٍ مِفْتَاحًا وَمِفْتَاحُ هَذَا الْأَمْرِ الْعَدْلُ"** (بدانید که برای هر امری کلیدی است و کلید این امر [حکومت] عدل است). (نهج البلاغه خطبه ۱۵)

این مؤلفه‌های بینشی، پایه‌ای محکم برای شکل‌گیری نگرش‌ها، باورها و ارزش‌هایی فراهم می‌آورند که فرد را در برابر تهاجم فرهنگی و محتوای مضر رسانه‌ای مصون می‌دارند.

انگیزشی

بعد انگیزشی، به چرایی و انگیزه فرد برای عمل کردن مربوط می‌شود؛ یعنی دلایل درونی، تمایلات، و اشتیاق او برای انتخاب مسیر درست و دوری از انحراف. در چارچوب سبک زندگی اسلامی است. داشتن اطلاعات و آگاهی (بینش) به تنهایی کافی نیست. اگر انگیزه درونی برای عمل به آن آگاهی وجود نداشته باشد، فرد ممکن است باز هم به سمت انحرافات کشیده شود. انگیزه، نیروی محرکه‌ای است که فرد را به سمت انتخاب‌های درست هدایت می‌کند.

سبک زندگی اسلامی با ارائه اصول و ارزش‌های مبتنی بر تعالیم دینی، می‌تواند به عنوان یک منبع انگیزشی قوی برای تقویت روحیه مقاومت در فرزندان در برابر تأثیرات منفی رسانه‌ها عمل کند. این سبک زندگی بر پایه توحید، اخلاق، عقلانیت و مسئولیت‌پذیری استوار است (قرآن کریم، سوره آل عمران، آیه ۱۹) و می‌تواند به فرزندان کمک کند تا در مواجهه با محتوای رسانه‌ای، انتخاب‌های آگاهانه و سالمی داشته باشند (خدیجه زارع، ۱۳۹۵، ص ۲۳). بنابراین در این مقاله می‌توانیم به این محور ها اشاره می‌شود

- تقویت هویت دینی و خودارزشمندی

سبک زندگی اسلامی با تأکید بر کرامت انسانی و ارزشمندی فرد در نظام خلقت (قرآن کریم، سوره اسراء، آیه ۷۰)، به فرزندان کمک می‌کند تا خود را بر اساس معیارهای الهی بسنجند و نه معیارهای رسانه‌ای. این خودارزشمندی، انگیزه مقاومت در برابر القائات رسانه‌هایی که سعی در تحقیر هویت دینی دارند را افزایش می‌دهد (سیدمحمدباقر حجتی، ۱۳۹۰، ص ۴۵).

در عصر حاضر، رسانه‌های غربی با ترویج ارزش‌های مادی و معیارهای کاذب، هویت و خودارزشمندی نوجوانان را به طور جدی تحت تأثیر قرار داده‌اند. این مقاله با روش توصیفی-تحلیلی و با اتکا به منابع دست اول اسلامی (قرآن و حدیث) و نیز منابع علمی معتبر، به تبیین این موضوع می‌پردازد که سبک زندگی اسلامی چگونه می‌تواند با تقویت این دو مؤلفه، نوجوان را در برابر این آسیب‌ها مصونیت بخشد.

الف) کرامت ذاتی انسان: پایه خودارزشمندی در جهان‌بینی اسلامی، انسان دارای کرامتی ذاتی است که خداوند وی را بر بسیاری از مخلوقات برتری داده است (قرآن کریم، اسراء: ۷۰). این کرامت، امری اعطایی و وابسته به قومیت یا جایگاه اجتماعی نیست، بلکه ذاتی نوع انسان است (مطهری، ۱۳۹۶، ص ۴۵). هنگامی که این باور در نوجوان نهادینه شود، او خود را موجودی ارزشمند می‌داند که تحقیرهای رسانه‌ای مبتنی بر ظاهر یا ثروت، نمی‌تواند خدشه‌ای به این ارزش ذاتی وارد کند.

ب) معیارهای الهی در مقابل معیارهای رسانه‌ای: بازتعریف هویت اسلام معیار برتری انسان را "تقوا" می‌داند، نه ثروت، نژاد یا شهرت (قرآن کریم، حجرات: ۱۳). پیامبر اکرم (ص) نیز در حدیثی معیار سنجش انسان را اعمال و نیات او می‌دانند، نه ظاهر و اموال او (مجلسی، ج ۷۷، ص ۱۶۰). تربیت بر اساس این معیار، به نوجوان می‌آموزد که برای کسب تأیید، به درون و خداوند متوجه شود، نه به لایک‌ها و کامنت‌های شبکه‌های اجتماعی (قائمی، ۱۳۸۵، ص ۶۷).

ج) مسئولیت‌پذیری: منبع معنا بخشی به زندگی احساس پوچی و بی‌هدفی از بزرگترین آسیب‌های فضای مجازی است. اسلام با مفهوم "خلافت الله" به زندگی انسان معنا می‌بخشد (قرآن کریم، ذاریات: ۵۶). امام علی (ع) نیز در نهج البلاغه انسان را موجودی مسئول می‌داند (خطبه ۱۵۰). وقتی نوجوان بداند که در برابر خدا و خلق خدا مسئول است، زندگی او جهندار شده و از دنباله‌روی کورکورانه مدهای رسانه‌ای بی‌نیاز می‌شود (دلشاد تهرانی، ۱۳۹۰، ص ۱۱۵).

۲. حدیث از پیامبر اکرم (ص) درباره تفکر و تدبیر: "لَا عِبَادَةَ كَالْتَّفَكُّرِ". "هیچ عبادتی مانند تفکر نیست." (کافی، شیخ کلینی، جلد ۲، صفحه ۵۵ (یا بحار الانوار، علامه مجلسی، جلد ۶۸، صفحه ۳۲۷) این حدیث، تفکر را در اوج عبادات قرار می‌دهد. تفکر در اینجا شامل تأمل در آیات الهی و همچنین در وقایع جهان و محتوای دریافتی است. کودک با درونی کردن این ارزش، هر محتوایی را بدون تحلیل و تدبیر نمی‌پذیرد، بلکه با دیدی عمیق به آن می‌نگرد و با معیار عقل و ایمان خود آن را محک می‌زند.

ج. احساس مسئولیت در فضای مجازی و حضور فعال و مثبت: فرزند با هویت دینی قوی، در فضای مجازی احساس مسئولیت می‌کند. او می‌داند که حضور او در این فضا نه تنها برای سرگرمی، بلکه فرصتی برای تبلیغ ارزش‌ها، تولید محتوای مثبت و امر به معروف و نهی از منکر است. او خود را تنها یک مصرف‌کننده منفعل نمی‌بیند، بلکه یک شهروند فعال و متعهد در فضای دیجیتال می‌داند که باید تأثیر مثبت از خود بر جای بگذارد.

حدیث از امام صادق (ع) درباره تأثیرگذاری و دعوت عملی:

"كُونُوا دُعَاءَ لِلنَّاسِ بِغَيْرِ اَلْسِنَتِكُمْ". "با غیر زبان‌هایتان (یعنی با عملتان) مردم را به خدا دعوت کنید." (کافی، شیخ کلینی، جلد ۲، صفحه ۷۸) این حدیث بر اهمیت دعوت عملی و الگوی حسنه بودن تأکید دارد. در فضای مجازی، این به معنای ارائه رفتاری اخلاقی، تولید محتوای مفید و مثبت، و حضور هدفمند است که خود بهترین تبلیغ برای ارزش‌های اسلامی است. کودکی که با عمل خود به الگوی حسنه تبدیل می‌شود، نه تنها خود را در برابر انحرافات حفظ می‌کند، بلکه می‌تواند تأثیر مثبتی بر دیگران نیز بگذارد.

۴. رفتارهای مرتبط با سواد رسانه‌ای اسلامی

در این بخش، ما به دو جنبه کلیدی می‌پردازیم: تفکر انتقادی و جستجوی حقیقت. این دو، ابزارهای اصلی یک مسلمان آگاه در دنیای اطلاعات هستند.

الف. تفکر انتقادی نسبت به محتوا و منابع: کودکی که با سبک زندگی اسلامی رشد کرده، محتوای رسانه‌ای را دریافت نمی‌کند، بلکه آن را در بوته نقد می‌گذارد. او یاد می‌گیرد که به سادگی هر خبری را قبول نکند، منابع اطلاعاتی را بسنجد، پیام‌های پنهان و اهداف پشت پرده را تشخیص دهد، و از پذیرش جانبدارانه و سطحی‌نگرانه پرهیز کند. این توانایی، او را در برابر اطلاعات غلط، تبلیغات گمراه‌کننده و ترویج افکار انحرافی محافظت می‌کند.

۱. آیه قرآن کریم درباره تحقیق و عدم پذیرش شایعات: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ) "ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اگر فاسقی خبری برای شما آورد، پس (در باره آن) تحقیق کنید، مبدا (به سبب گفتار او) گروهی را از روی نادانی آسیب برسانید، و سپس از آنچه انجام داده‌اید پشیمان شوید." (سوره حجرات، آیه ۶) (تفسیر المیزان ج ۱۸ ص ۲۷۲ تا ۲۷۷) مفهوم "فاسق": علامه طباطبایی (ره) در تفسیر المیزان، "فاسق" را کسی می‌دانند که از حدود شرعی خارج شده و فسق او آشکار است. هرچند خیر او صرفاً به دلیل فسق مردود نیست، اما چون ملاک صدق و کذب در او مورد اعتماد نیست، لازم است خبرش مورد تحقیق و بررسی قرار گیرد. این نکته بسیار مهم است که آیه نمی‌گوید خبر فاسق را مطلقاً دروغ بدانید، بلکه می‌گوید: "تحقیق کنید".

اهمیت "تبیین": "تبیین" در این آیه، به معنای روشن شدن حقیقت امر و کشف واقع است. این تحقیق شامل بررسی منبع خبر، بررسی دلایل و شواهد، و در صورت لزوم، پرسیدن از دیگران و مقایسه اطلاعات است. این دقیقاً همان مفهوم "راستی‌آزمایی در سواد رسانه‌ای امروزی است.

علت وجوب تبیین: علت این وجوب، همان "نصیحت" و "خیرخواهی" الهی نسبت به بندگان است. خداوند نمی‌خواهد بندگان را ناآگاهانه به خود یا دیگران ضرر برسانند و سپس دچار حسرت و پشیمانی شوند.

این حکم، محدود به خبر فاسق نیست، بلکه اصل "تبیین" باید در مواجهه با هر خبری که احتمال صحت آن ضعیف است یا منبع آن ناشناخته، مورد اهتمام قرار گیرد. هرچند در مورد خبر فاسق، تأکید بیشتری شده است.

این آیه، مبنایی برای جلوگیری از غیبت، تهمت، شایعه‌پراکنی و دروغ‌پردازی در جامعه اسلامی است. وقتی ما قبل از انتشار یا باور هر خبری، وظیفه "تبیین" را انجام دهیم، بسیاری از اختلافات و مفاسد اجتماعی پیشگیری خواهد شد.

حدیث از امام علی (ع) درباره پرسشگری و طلب علم: "اَلْإِيْمَانُ اَنْ تُصَدَّقَ اَللّٰهُ بِاَمْرِهِ وَتُكْذِبَ عَدُوَّهُ وَتُحْيِيَ اَمْرَهُ وَتُقَتِّلَ عَدُوَّهُ. قِيلَ: وَكَيْفَ نُحْيِي اَمْرَهُ؟ قَالَ: اَنْ تَدْعُوَ اِلَيْهِ وَتُصَدِّقَ بِهِ. قِيلَ: وَكَيْفَ تُقَتِّلُ عَدُوَّهُ؟ قَالَ: بِاَنْ تَسْأَلَ عَنْهُ وَتَسْأَلَ عَنْ عَدُوِّهِ وَتُفَكِّرَ فِيْ ذٰلِكَ". (بخشی از حدیث) "...گفتند: چگونه دشمن او را باطل می‌سازیم؟ فرمود:

با پرسیدن درباره او (حق) و پرسیدن درباره دشمن او (باطل) و تفکر در آن. " (شیخ کلینی، جلد ۲، صفحه ۷۴)
(محمد باقر مجلسی، جلد ۶۹، صفحه ۱۹۴) این حدیث، پرسشگری و تفکر را ابزار اصلی مقابله با باطل و دفاع از حق معرفی می‌کند. این دقیقاً همان روح تفکر انتقادی است. کودک یاد می‌گیرد که وقتی با محتوایی روبرو می‌شود، به جای سکوت یا پذیرش، سوال کند: "این از کجا آمده؟ هدفش چیست؟ آیا با حقایق دینی من همخوانی دارد؟ این پرسشگری، او را در برابر شبهات و اطلاعات نادرست واکسینه می‌کند

ب. جستجوی حقیقت و اولویت دادن به منابع موثق: در سبک زندگی اسلامی، جستجوی حقیقت یک ارزش والا تلقی می‌شود. کودک یاد می‌گیرد که برای رسیدن به درک صحیح، باید به منابع معتبر و موثق (مانند قرآن، سنت پیامبر، عالمان ربانی و پژوهشگران متعهد) مراجعه کند. او می‌فهمد که اطلاعات سطحی و زودگذر رسانه‌ها، هرچند جذاب، نباید جایگزین دانش عمیق و یقینی شود. این رفتار، او را به سمت یادگیری مستمر و پالایش اطلاعات سوق می‌دهد.

حدیث از پیامبر اکرم (ص) درباره طلب علم از گهواره تا گور: "أَطْلُبُوا الْعِلْمَ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ." "دانش را از گهواره تا گور بجوید." (شیخ حر عاملی، جلد ۱۷، صفحه ۲۳۰) (محمد باقر مجلسی، جلد ۱، صفحه ۷۸) این حدیث، بر پیوستگی و دائم بودن فرایند یادگیری تأکید دارد. این روحیه "جستجوی حقیقت" را در کودک تقویت می‌کند. او می‌فهمد که یادگیری و تحقیق، یک فرایند مادام‌العمر است و نباید به اطلاعات لحظه‌ای و سطحی بسنده کند. این دیدگاه، او را به سمت منابع عمیق‌تر و معتبرتر هدایت می‌کند و او را در برابر اطلاعات نادرست رسانه‌ها مصون می‌دارد.

نتیجه گیری

این پژوهش با واکاوی نقش سبک زندگی اسلامی در مصونیت بخشی به فرزندان در برابر تهدیدات فضای رسانه‌ای، آن را از سه منظر بینشی، انگیزشی و رفتاری مورد تحلیل قرار داد. یافته‌های تحقیق به وضوح نشان می‌دهد که سبک زندگی اسلامی نه به عنوان یک مجموعه قواعد محدودکننده، بلکه به مثابه یک سیستم یکپارچه و پیشگیرانه عمل می‌کند که با تقویت درونی فرزندان، آنان را به کاربرانی فعال، هوشمند و مقاوم در عصر رسانه تبدیل می‌کند.

در بُعد بینشی، سبک زندگی اسلامی با ارائه یک چهارچوب معنادار، به فرزندان کمک می‌کند تا رسانه و محتوای آن را در راستای اهداف متعالی زندگی تفسیر کنند. این نگاه، عمیق‌ترین سطح دفاعی را ایجاد می‌کند؛ به طوری که فرزندان با تکیه بر مبانی فکری قوی، توانایی نقد و ارزیابی محتوا را پیدا کرده و به سادگی تحت تأثیر پیام‌های مخرب یا ارزش‌های متضاد قرار نمی‌گیرند. او می‌آموزد که رسانه یک ابزار است، نه یک هدف.

در بُعد انگیزشی، این سبک زندگی با پرورش عزت نفس ریشه‌دار در ایمان و تقویت حس مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی (امر به معروف و نهی از منکر در فضای مجازی و...)، انگیزه‌های درونی فرزندان را جهت می‌دهد. هنگامی که احساس هویت و ارزشمندی فرزندان از منابع درونی و معنوی سرچشمه می‌گیرد، نیاز به تأییدطلبی از شبکه‌های اجتماعی و جلب توجه در فضای مجازی در او به حداقل می‌رسد. این امر، آسیب‌پذیری در برابر خطراتی چون بحران هویت، افت عزت نفس و اضطراب ناشی از مقایسه اجتماعی را کاهش می‌دهد.

در بُعد رفتاری، سبک زندگی اسلامی با تعریف الگوها و عادت‌های سالم ارتباطی، جایگزین‌های عملی و جذابی را برای استفاده انفعالی از رسانه پیشنهاد می‌کند. تقویت روابط عاطفی عمیق در خانواده، مشارکت در فعالیت‌های گروهی مذهبی و فرهنگی، و تشویق به تفریحات سالم، از مصادیق این بعد هستند. این جایگزین‌ها، خلأیی که معمولاً با پناه بردن به فضای مجازی پر می‌شود را پر کرده و «وقت» به عنوان مهم‌ترین منبع، صرف تعاملات واقعی و سازنده می‌شود.

سبک زندگی اسلامی با یک رویکرد چندلایه و همه‌جانبه، از «فکر» و «انگیزه» تا «عمل» فرزندان را تحت پوشش قرار می‌دهد. این سبک، مصونیت را از درون ایجاد می‌کند و نسلی را پرورش می‌دهد که به جای آن که قربانی رسانه باشد، بر آن مسلط است. آن‌ها نه منفعلانه محتوای رسانه را مصرف می‌کنند، نه از آن می‌گریزند، بلکه با انتخابی آگاهانه و مسئولانه، از آن برای رشد فردی و پیشبرد اهداف متعالی خود بهره می‌برند. بنابراین، ترویج و نهادینه‌سازی سبک زندگی اسلامی، کارآمدترین راهبرد برای ایمن‌سازی نسل آینده در برابر طوفان سهمگین رسانه‌های جدید است.

فهرست منابع

* قرآن کریم

* نهج البلاغه

الف: کتب حدیثی و تفسیر

۱. آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم. قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، بی‌تا.
۲. حر عاملی، محمد بن الحسن، وسائل الشیعه. بیروت: دار احیاء التراث العربی، بی‌تا
۳. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی. قم: دار الحدیث، بی‌تا
۴. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی، بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار. بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.
۵. طباطبایی، سید محمدحسین. (بی‌تا). المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۴، ج ۱۳، ج ۱۵، ج ۱۶، ج ۱۶، ج ۱۸، قم: انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، بی‌تا
۶. متقی هندی، علاء الدین، کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال. بیروت: مؤسسة الرسالة، بی‌تا

ب: کتب علمی (فارسی)

۱. اسدی، محمدعلی، سبک زندگی اسلامی و رسانه. قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۹۶
۲. حسینی، سید بشیر، کودک، رسانه و خانواده. تهران: انتشارات تابان، ۱۳۹۸
۳. حسین‌زاده، علی.، سیره تربیتی پیامبر(ص) و اهل بیت(ع): درس‌هایی از زندگی معصومان. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۲
۴. حجتی، سید محمدباقر، اسلام و تربیت فرزند. تهران: انتشارات فرهنگ اسلامی، ۱۳۹۰
۵. خسروپناه، عبدالحسین، عقلانیت: مقایسه میان مکاتب مختلف. قم: انتشارات دفتر مطالعات علوم اسلامی، ۱۳۹۲
۶. دلشاد تهرانی (دلشاد تهرانی)، مصطفی، مسئولیت و سازندگی: شرح منشور تربیتی امام علی(ع) در نامه ۳۱ نهج‌البلاغه. تهران: دریا، ۱۳۹۰
۷. زارع، خدیجه، تربیت دینی کودکان و نوجوانان در عصر رسانه، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۹۵
۸. شریفی، احمدحسین، اخلاق اسلامی (مبانی و مفاهیم). قم: نشر معارف، ۱۳۹۸
۹. شرفی، محمدرضا، خانواده، رسانه و تربیت. تهران: انتشارات اطلاعات، ۱۳۹۹.
۱۰. صفوی، علی‌اکبر، روانشناسی پرورشی نوین: روانشناسی یادگیری و آموزش (چاپ هفتم). تهران: نشر دوران، ۱۴۰۰
۱۱. قائمی، علی، تربیت دینی کودک و نوجوان. قم: انتشارات امیری، ۱۳۸۵
۱۲. فتحی و اجارگاه، کوروش، مهارت‌های تفکر انتقادی: مبانی نظری و کاربردی. تهران: انتشارات آبیژ، ۱۳۹۸.
۱۳. محسنی، لیلا، درآمدی بر فلسفه برای کودکان (فبک): نظریه و عمل. تهران: انتشارات علم. ۱۳۹۷
۱۴. مطهری، مرتضی، انسان‌شناسی (چاپ جدید). تهران: انتشارات صدرا، ۱۳۹۶
۱۵. اعرافی، علیرضا، تربیت دینی و رسانه. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. ۱۳۹۷

د) مقالات علمی

۱. زهرا نشاط‌نویس، حمیده سادات، «بررسی رابطه بین معناداری زندگی و استفاده مطلوب از شبکه‌های اجتماعی در نوجوانان». فصلنامه روانشناسی کاربردی. دوره ۱۶، شماره ۱، ۱۴۰۱
 ۲. زارعیان، زهرا و احمدی، سیدعلی، «سواد رسانه‌ای و ضرورت آموزش تفکر انتقادی به نوجوانان در عصر دیجیتال». مجله مطالعات رسانه‌ای. سال پانزدهم، شماره ۳۷، ۱۳۹۹
 ۳. صفری شالی، رضا و علیپور، مهدی، «نقش سواد رسانه‌ای در پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی بر کودکان». فصلنامه علمی-پژوهشی رسانه و فرهنگ. دوره ۱۰، شماره ۱، ۱۳۹۹ ش
 ۴. فرمehنی فراهانی، محسن و زارعی، فهیمه. («تأثیر آموزش معنویت و ارزش‌های اخلاقی بر کاهش وابستگی کودکان به فضای مجازی»). مجله روانشناسی مدرسه. دوره ۱۰، شماره ۲، ۱۴۰۰ ش
 ۵. کاربانی و همکاران، «مسئولیت‌پذیری و مقاومت در برابر رسانه». فصلنامه مطالعات رسانه. دوره ۱۲، شماره ۳، ۱۴۰۰
 ۶. محمدی و رضوانی، «نقش مسئولیت‌پذیری در کاهش آسیب‌های فضای مجازی». مجله پژوهش‌های ارتباطی. دوره ۲۸، شماره ۱۰۵، ۱۴۰۰ ش
 ۷. نظری، علیرضا، «الفبای تفکر انتقادی: از نظریه تا عمل». فصلنامه علمی-ترویجی پژوهش‌های فلسفی-کلامی. سال ۲۲، شماره ۸۴، ۱۳۹۹
 ۸. حسنی، محمد. (بی‌تا). «فرهنگ و رسانه‌های نوین». فصلنامه تحقیقات فرهنگی. دوره ۵، شماره ۲، صص ۱۸۵-۲۰۰.
 ۹. لطفی، رضا و علیراده، مهتاب، «سبک زندگی اسلامی». فصلنامه اسلام و مطالعات اجتماعی. دوره ۱۵، شماره ۱، ۱۴۰۳
 ۱۰. جعفرزاده، فرزانه؛ چیت‌ساز، محمدجواد و اسکندریان، غلامرضا، «ویژگی و شاخص سبک زندگی اسلامی». مجله اخلاق. دوره ۱۰، شماره ۱، ۱۴۰۳
 ۱۱. مقاله: «رابطه بین پابندی به ارزش‌های دینی و عزت نفس در نوجوانان». (فصلنامه مطالعات اسلام و روانشناسی. سال یازدهم، شماره ۲۱، ۱۳۹۶
- ه) منابع سازمانی و گزارش‌ها
۱. انجمن سواد رسانه‌ای ایران، راهنمای سواد رسانه‌ای برای والدین. تهران: انتشارات انجمن سواد رسانه‌ای ایران. ۱۴۰۰
 ۲. مرکز توسعه فرهنگ و سواد رسانه‌ای، راهنمای مربی: آموزش تفکر انتقادی در مواجهه با رسانه. تهران: انتشارات مرکز توسعه فرهنگ و سواد رسانه‌ای. ۱۴۰۱