

می‌روند و از آن شبکه به آن یکی دیگر. خب باید اعتراف کنم که شبکه‌های اجتماعی زندگی را برای خیلی از ما راحت‌تر کردند، اما مشکلات زیادی هم به وجود آوردند. شاید با خودتان بگویید چه مشکلاتی؟!

● مشکلات زیاد

همیشه وقتی حرف از مشکلات می‌شود، آدم نگران می‌شود و به فکر راه چاره می‌افتد تا مشکل را حل کند، اما شبکه‌های اجتماعی آن‌قدر مردم را سرگرم کرده‌اند که خیلی وقت‌ها آدم‌ها مشکلاتش را نمی‌بینند یا خودشان را به ندیدن می‌زنند. شبکه‌های اجتماعی آدم‌ها را تنبل کرده‌اند. خیلی‌ها صبح تا شب پای همین شبکه‌ها می‌نشینند و از جای‌شان تکان نمی‌خورند، آن‌قدر که آدم می‌ترسد زیر مبل و صندلی‌شان علف سبز شود. اگر همین‌جور ادامه پیدا کند، ممکن است آدم‌ها تغییر شکل دهند و کم‌کم زندگی‌شان تغییر کند. شاید روزی برسد که آدم‌ها روی صندلی نشسته و گوشی به دست همه جا بروند! شبکه‌های اجتماعی موجب شده آدم‌ها کمتر

هم را ببینند. ممکن است آن‌قدر اطرافیان را نبینند که کم‌کم قیافه‌شان را فراموش کنند. فکرش را بکنید سرتان را از روی گوشی یا رایانه‌تان بلند کنید و یک نفر غریبه را توی خانه ببینید که دارد برای خودش چای می‌ریزد و بگوید: سلام من مامانت هستم!

شبکه‌های اجتماعی همان‌قدر که پر از مطالب خوب هستند، می‌توانند پر از مطالب نامناسب و بد هم باشند. ممکن است هر کسی با این شبکه‌ها سر و کار داشته باشد، اشتباهی از این‌جور صفحه‌ها سر در بیاورد و این‌جور مطالب را ببیند. این اصلاً خوب نیست. چون ممکن است بعدش اتفاق‌های بدتری بیفتد جوری که افراد دچار مشکلات اخلاقی، روحی و... بشوند. خب اگر سرمان توی شبکه‌های اجتماعی است، باید حواس‌مان باشد به کجاها سر می‌کشیم. مشکلات دیگری هم هست که حتماً خودتان بهتر از من می‌دانید مثل: بی‌توجهی به مشق و درس، چشم درد گرفتن، گوشه‌گیر و تنها شدن و... .

● راه درست

خب اگر بخواهیم هم از امکانات خوب شبکه‌های اجتماعی استفاده کنیم و هم از مشکلاتش دور باشیم، باید یک برنامه خوب داشته باشیم. باید زمان‌های مشخص و کوتاه‌تری را برای سرزدن به این شبکه‌ها انتخاب کنیم. شاید پیرسید: بقیه روز را چه کار کنیم؟ خب معلوم است، زندگی کنید. مگر مردم پیش از آمدن این شبکه‌های اجتماعی چه کار می‌کردند. بروید بیرون و قدم بزنید، با مردم حرف بزنید، کتاب بخوانید، دوچرخه‌سواری کنید و کلی کار دیگر. بله زندگی که فقط شبکه‌های اجتماعی نیست. مگر نشنیدید؟ پس چرا هنوز گوشی به دست و تبلت به دست نشستید؟

