مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۹، شماره ۹، آذر ۱۴۰۱ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

تاثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم

حسین عزیزی: دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه علوم ارتباطات اجتماعی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (* نویسنده مسئول)
H.azizi1980@yahoo.com
نازنین ملکیان: استادیار گروه مطالعات فرهنگی و ارتباطات، دانشکده علوم اجتماعی، ارتباطات و رسانه، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: مقطع متوسط دوم، به عنوان مقطعی که دانش‌آموزان در آن با تغییرات شدید روانی و اجتماعی مواجه می‌شوند، مدیریت خشم و افسردگی از اهمیت بالایی برخوردار است. این مقاله به بررسی تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر کاهش افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم می‌پردازد. هدف این مقاله، بررسی اثربخشی آموزش سواد رسانه‌ای در کاهش این مشکلات است.

روش کار: روش تحقیق آزمایشی کنترل شده با پیش آزمون و گروه کنترل است. ۶۰ آزمودنی بصورت هدفمند انتخاب شدند. سپس از پرسشنامه ۴۱ سواله پرخاشگری زاهدی‌فر و همکاران (۲۰۰۱)، افسردگی لاویبوند و لاویبوند (۱۹۹۵) و پرسشنامه استاندارد سوادرسانه‌ای فلسفی (۲۰۱۵) استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند تأثیر مثبتی بر کاهش افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم داشته باشد. آموزش سواد رسانه ای به نوجوانان، می‌تواند تا حد زیادی از بروز مشکلات و آسیب‌های روانشناختی بکاهد. سواد رسانه‌ای با تکیه بر فواید و مزایای خود با تجهیز دانش آموزان (رشد و ارتقای مهارت‌های تفکر انتقادی) در خصوص پردازش پیام‌های رسانه‌ای، امکان استفاده درست و هوشمندانه آن‌ها از رسانه‌ها در فضای جهانی شدن و جامعه اطلاعاتی را فراهم می‌کند.

نتیجه‌گیری: آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به دانش‌آموزان در درک مطالب رسانه‌ای که ممکن است مضر یا محتوای خشم‌آور باشد، کمک کند و آن‌ها را به شیوه‌های سازنده و بهینه برای مصرف رسانه هدایت کند. این مهارت‌ها می‌تواند به کاهش خشم و افسردگی ناشی از محتواهای مخرب و نامطلوب کمک کند.

تعارض منافع: گزارش نشده است.
منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها
درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، آگاهی از اهداف پنهان پیام‌ها، گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای، نگاه انتقادی به پیام‌ها

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۶/۱۶
تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۹/۱۷

شیوه استناد به این مقاله:
Azizi H, Malekian N. The Effect of Media Literacy Training on Depression and Anger in Secondary School Students. Razi J Med Sci. 2022;29(9): 354-362.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;29(9):354-362. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

The Effect of Media Literacy Training on Depression and Anger in Secondary School Students

Hossein Azizi: Master's student, Department of Social Communication Sciences, Tehran East Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. (* Corresponding author) H.azizi1980@yahoo.com
Nazanin Malekian: Assistant Professor, Department of Cultural and Communication Studies, Faculty of Social Sciences, Communication and Media, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Abstract

Background & Purpose: In today's world, media and technology are present as a vital part of people's lives. People interact with information, news, and entertainment content, and communicate with others using different media such as television, radio, internet, and social networks. However one of the issues that lies with this phenomenon is the influence of media and technology on people's emotions and psychology. Anger and depression, as two key emotions in daily life, have significant effects on people's quality of life. People may experience anger and depression when exposed to various media content, such as shocking news, movies, and video games. But can media literacy training be effective in managing and reducing anger and depression? Research shows that people with strong media literacy have a better ability to analyze and evaluate media content. They can correctly identify how media and technology can influence emotions and behaviors. A better understanding of how the media is structured and functions enable people to reduce negative attitudes and interact with the media in more constructive ways. On the other hand, media literacy alone may not be enough, and sometimes media content can intensify negative emotions. Some violent, threatening, or depressing content may lead people to more anger and depression. Technology and media play an important role in our society and have a great impact on our daily lives. Some studies have shown that people who are properly trained and have strong media literacy can better deal with and exploit different media content. However, one issue that may arise regarding the effect of media literacy training on anger and depression is whether increased awareness and knowledge about media and technology might help people better deal with their emotions, especially anger and depression. , cope or recover? Or is it possible that media literacy education intensifies negative emotions and thus leads people to more anger and depression? Therefore, investigating the effect of media literacy education on anger and depression is very important. Considering the importance of media and technology in everyday life and their impact on people's emotions, providing appropriate solutions to manage anger and depression and reduce negative effects may help people. More research in this area can help us better understand if media literacy training can help control anger and depression or if we need other methods to deal with these emotions. As a result, investigating the effect of media literacy education on anger and depression requires more research and multidisciplinary interaction. The collaboration between psychologists, media scientists, and cultural and social researchers can help us to find improvement in the quality of life of people in the face of media and technology and provide appropriate solutions for anger and depression management. It is very important to understand this issue and investigate the effect of media literacy education on anger and depression. Considering that media and technology are present in the daily lives of many people, more studies are necessary to understand this effect and provide appropriate strategies to manage and reduce anger and depression related to the use of media and technology. The concept of media literacy and its importance in society, then the skills and capabilities provided to students by media literacy education, and finally the importance of media literacy education at the second secondary level and its effect on students' ability to analyze and evaluate media content are expressed. Media literacy education is a set of skills and knowledge that helps people evaluate, analyze, and review media content with the most

Keywords
Understanding the Content of Media Messages,
Awareness of Hidden Goals of Messages,
Conscious Selection of Media Messages,
Critical Look at Messages

Received: 07/09/2022
Published: 08/12/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

accurate and critical view possible. This training helps people to make good use of media and different information sources and act consciously on the influence of media on their thoughts, feelings, and behaviors. Media literacy training can have a positive effect on depression and anger in secondary school students. The second secondary stage, a stage in which students face severe psychological and social changes, anger and depression management is of great importance. This article investigates the effect of media literacy training on reducing depression and anger in secondary school students. This article aims to investigate the effectiveness of media literacy training in reducing these problems.

Methods: The research method is a controlled experiment with a pre-test and a control group. 60 subjects were selected purposefully. Then, the 41-question aggression questionnaire of Zahedifar et al. (2001), Lavibond and Lavibond depression (1995), and the philosophical media literacy standard questionnaire (2015) were used.

Results: The findings showed that media literacy training can have a positive effect on reducing depression and anger in secondary school students. Teaching media literacy to teenagers can greatly reduce the occurrence of psychological problems and injuries. Relying on its benefits and advantages, media literacy enables students to use media correctly and intelligently in the globalization and information society by equipping students (developing and improving critical thinking skills) in processing media messages.

Conclusion: Based on the surveys and research, media literacy training can have a significant effect on reducing depression and anger in secondary school students. Media literacy training can help reduce students' anger and dissatisfaction. Also, after media literacy training, students could manage their anger better and showed more controlled reactions when faced with incorrect or provocative evidence. Media literacy training can help improve online relationships and reduce anger. The results of the present study showed that media literacy training programs can help reduce depression and anger in this age group. The research results showed that media literacy training helped reduce depression. Most of the studies showed that participation in media literacy training programs had a significant improvement in mental health and reduction of students' depression and anger. By improving the skills of analyzing and evaluating media content, students will be able to better deal with media and technology and reduce their negative feelings. In order to improve students psychologically, the necessity of teaching media literacy in schools and implementing effective educational programs in this field is felt. Media literacy training can help students understand media content that may be harmful or angry content and guide them to constructive and optimal ways to consume media. These skills can help reduce anger and depression caused by harmful and undesirable content.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Azizi H, Malekian N. The Effect of Media Literacy Training on Depression and Anger in Secondary School Students. Razi J Med Sci. 2022;29(9): 354-362.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

مقدمه

در دنیای امروز، رسانه‌ها و تکنولوژی به عنوان بخشی حیاتی از زندگی افراد حضور دارند. افراد با استفاده از رسانه‌های مختلف مانند تلویزیون، رادیو، اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، با اطلاعات، خبرها، محتواهای تفریحی و ارتباط با دیگران در تعامل هستند. اما یکی از مسائلی که به همراه این پدیده نهفته است، تأثیر رسانه‌ها و تکنولوژی بر عواطف و روانشناسی افراد است (۱). خشم و افسردگی به عنوان دو احساس کلیدی در زندگی روزمره، تأثیرات قابل توجهی بر کیفیت زندگی افراد دارند. افراد ممکن است در مواجهه با محتواهای رسانه‌ای مختلف، مانند اخبار تکان‌دهنده، فیلم‌ها و بازی‌های ویدئویی خشم و افسردگی را تجربه کنند (۲). اما آیا آموزش سواد رسانه‌ای می‌تولند در مدیریت و کاهش خشم و افسردگی تأثیرگذار باشد؟ تحقیقات نشان می‌دهد که افرادی که دارای سواد رسانه‌ای قوی هستند، تولنایی بهتری در تحلیل و ارزیابی محتواهای رسانه‌ای دارند. آن‌ها می‌توانند به درستی شناسایی کنند که چگونه رسانه‌ها و تکنولوژی می‌توانند احساسات و رفتارها را تحت تأثیر قرار دهند. فهم بهتر از چگونگی ساختار و عملکرد رسانه‌ها، افراد را قادر می‌سازد تا نگرش‌های منفی را کاهش دهند و با رسانه‌ها در روش‌های سازنده‌تری ارتباط برقرار کنند. از طرفی، ممکن است سواد رسانه‌ای به تنهایی کافی نباشد و در برخی مواقع محتواهای رسانه‌ای می‌توانند عواطف منفی را تشدید کنند. برخی از محتواهای خشونت‌آمیز، تهدیدآمیز یا ناامیدکننده ممکن است افراد را به خشم و افسردگی بیشتری سوق دهند (۳). تکنولوژی و رسانه‌ها در جامعه ما نقش مهمی ایفا می‌کنند و تأثیر زیادی بر زندگی روزمره ما دارند. برخی از مطالعات نشان داده‌اند که افرادی که به درستی آموزش دیده‌اند و دارای سواد رسانه‌ای قوی هستند، می‌توانند بهتر با محتواهای رسانه‌ای مختلف برخورد کنند و از آنها بهره‌برداری کنند. اما یکی از مسائلی که ممکن است در رابطه با تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر خشم و افسردگی پیش آید، این است که آیا افزایش آگاهی و دانش درباره رسانه‌ها و تکنولوژی ممکن است به افراد کمک کند تا بهتر با احساسات خود، به ویژه خشم و افسردگی، مقابله کنند یا بهبود یابند؟ یا اینکه ممکن است آموزش سواد رسانه‌ای عواطف منفی را تشدید کند و در نتیجه افراد را به خشم و افسردگی بیشتری سوق دهد؟ بنابراین، بررسی تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر خشم و افسردگی اهمیت بسیاری دارد. با توجه به اهمیت رسانه‌ها و تکنولوژی در زندگی روزمره و تأثیر آنها بر عواطف افراد، ارائه راهکارهای مناسب برای مدیریت خشم و افسردگی و کاهش اثرات منفی ممکن است به افراد کمک کند. تحقیقات بیشتر در این زمینه می‌تواند به ما کمک کند تا بهتر درک کنیم که آیا آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به کنترل خشم و افسردگی کمک کند یا اینکه نیاز به روش‌های دیگری برای مقابله با این عواطف داریم. در نتیجه، بررسی تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر خشم و افسردگی نیازمند تحقیقات بیشتر و تعامل چند رشته‌ای است. همکاری بین روانشناسان، رسانه‌شناسان و پژوهشگران فرهنگی و اجتماعی می‌تولند به ما کمک کند تا بهبودی در کیفیت زندگی افراد در مواجهه با رسانه‌ها و تکنولوژی را بیابیم و راهکارهای مناسبی برای مدیریت خشم و افسردگی ارائه دهیم. آموزش سواد رسانه‌ای به مجموعه‌ای از مهارت‌ها و دانش‌ها گفته می‌شود که به افراد کمک می‌کند تا ارزیابی، تحلیل و بررسی محتوای رسانه‌ای را با دقت و انتقادی‌ترین نگاه ممکن انجام دهند. این آموزش به افراد کمک می‌کند تا به خوبی از رسانه‌ها و منابع اطلاعاتی مختلف استفاده کنند و آگاهانه در مورد تأثیر رسانه‌ها بر روی افکار، احساسات و رفتارهایشان عمل کنند (۴). آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند تأثیر مثبتی بر افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم داشته باشد (۵). با توجه به این تأثیرات، آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به طور کلی به افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم کمک کند. با این حال، باید توجه داشت که آموزش سواد رسانه‌ای تنها یک عامل است و نمی‌تواند به تنهایی مشکلات افسردگی و خشم را حل کند. عوامل دیگری مانند محیط خانوادگی، روابط اجتماعی و عوامل شخصی نیز در تشکیل این احساسات نقش مهمی دارند. بنابراین، بهتر است آموزش سواد رسانه‌ای را به عنوان یک بخش از یک برنامه جامع‌تر برای حفظ روان‌بهداشت دانش‌آموزان در نظر گرفت. آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند تأثیرات قابل توجهی بر رفتارها و نگرش‌های افراد داشته باشد. این آموزش

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

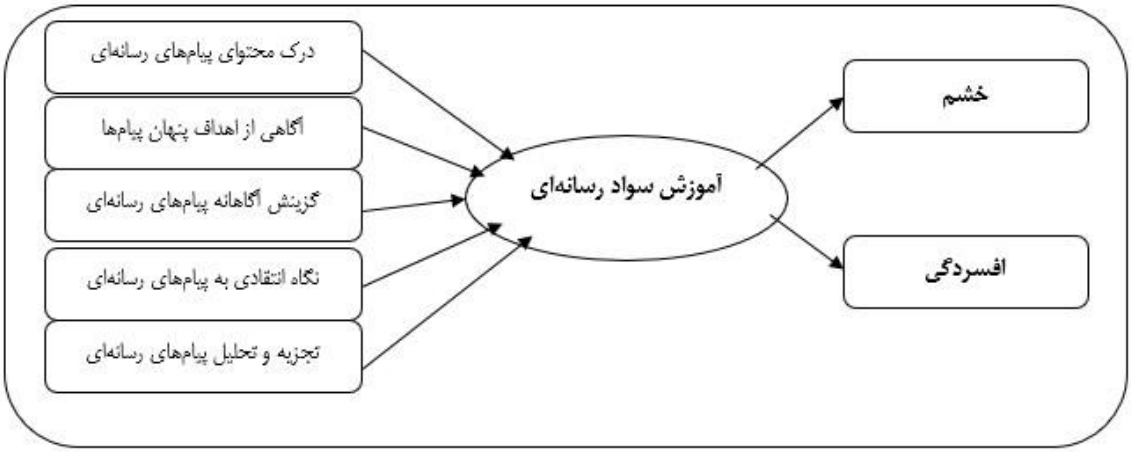
می‌تواند بهبود تفکر انتقادی، انتخاب منابع اطلاعاتی، کاهش تأثیرات منفی رسانه‌ها، مشارکت سازنده در رسانه‌ها و افزایش آگاهی اجتماعی را ترویج دهد (۶). در دوره متوسط دوم، دانش‌آموزان با چالش‌های روزمره جامعه و فضای رسانه‌ای پیش رو قرار می‌گیرند. در این دوره سنی، رشد سریع فناوری‌های ارتباطی و رسانه‌ها، نیازمندی برای آموزش سواد رسانه‌ای به دانش‌آموزان را افزایش داده است. آموزش سواد رسانه‌ای به دانش‌آموزان از اهمیت بسیاری برخوردار است و می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر توانایی آن‌ها داشته باشد (۷). آموزش سواد رسانه‌ای به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند اطلاعات رسانه‌ای را تحلیل و ارزیابی کنند. این مهارت به آن‌ها کمک می‌کند تا از اخبار جعلی، تبلیغات تقلبی و منابع ناشناس جدا شوند و به طور کلی به طور منطقی و بحرانی نگرشی به اطلاعات داشته باشند (۸). همچنین کمک می‌کند تا تبلیغات را شناسایی کرده و تأثیر آن‌ها را درک کنند. آن‌ها می‌توانند به طور فعال و هوشمندانه با تبلیغات برخورد کنند و تصمیمات مبتنی بر اطلاعات صحیح بگیرند. این مهارت به آن‌ها کمک می‌کند تا از تأثیرات منفی تبلیغات تقلبی و مضر جلوگیری کنند و مسیرهای بهتری را برای خرید و استفاده از محصولات و خدمات انتخاب کنند (۹). به علاوه با مفهوم و عملکرد رسانه‌های دیجیتال آشنا شوند و از طریق آن‌ها به طور موثر و خلاقانه ارتباط برقرار کنند. آن‌ها می‌توانند از این رسانه‌ها به عنوان ابزاری برای یادگیری، خلق و انتشار محتوا استفاده کنند و مهارت‌های دیجیتال را تقویت کنند (۱۰). آموزش سواد رسانه‌ای به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اطلاعات رسانه‌ای را با دقت بیشتری تحلیل کنند و قادر به ارزیابی درستی اطلاعات باشند. آن‌ها می‌توانند خبرها را از جعلی بودن آنها تشخیص دهند و در تصمیم‌گیری‌هایشان از اطلاعات صحیح و معتبر استفاده کنند. همچنین، آموزش سواد رسانه‌ای به آن‌ها کمک می‌کند تا تأثیرات تبلیغات را درک کنند و بتوانند با تبلیغات به طور هوشمندانه و منطقی برخورد کنند. افسردگی یک مشکل روانی است که در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم نیز ممکن است رخ دهد. افسردگی می‌تولند تأثیرات منفی زیادی بر روحیه، رفتار و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشد. درک و مراقبت از دانش‌آموزانی که با افسردگی مواجه هستند، بسیار مهم است (۱۱). افسردگی در دانش‌آموزان می‌توانند به علت فشارهای تحصیلی، مشکلات اجتماعی و روابط دوستانه، تغییرات در خانواده، افتا دوستان یا اعتماد به نفس کاهش یافته و موارد دیگر باشد (۱۲). تشخیص افسردگی در دانش‌آموزان ممکن است چالش برانگیز باشد زیرا علائم آن ممکن است مختلف باشند. برخی از علائم ممکن شامل حالت افسرده، کاهش انگیزه و انرژی، عدم تمایل به شرکت در فعالیت‌های معمول، کاهش عملکرد تحصیلی، تغییرات در خواب و سطح انرژی، خشم و عدم تحمل، تغییرات در رفتار و وزن، احساس ناامیدی و ارزش کم شدن خود، فکرهای منفی و افکار مربوط به مرگ و خودکشی می‌باشند (۱۳). حمایت و مراقبت از دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم مبتلا به افسردگی بسیار مهم است. مدارس می‌توانند نقش مهمی در شناسایی و مدیریت افسردگی در دانش‌آموزان داشته باشند. ایجاد فضایی صمیمی و باز برای بحث و گفتگو در مورد افسردگی در محیط مدرسه و خانه می‌تواند به دانش‌آموزان امکان دهد تا درباره مشکلاتشان صحبت کنند و حمایت و راهنمایی لازم را دریافت کنند. در نهایت، مهم است که همکاری مؤثر بین خانواده، مدرسه و متخصصین روانشناسی برای تشخیص و مدیریت افسردگی در دانش‌آموزان صورت گیرد. همچنین، ایجاد آگاهی درباره افسردگی و کاهش تبعات منفی آن در جامعه نیز بسیار حائز اهمیت است (۴). رسانه‌ها و فناوری در جوامع مدرن نقش مهمی در زندگی روزمره دانش‌آموزان ایفا می‌کنند. این رسانه‌ها شامل تلویزیون، رادیو، اینترنت، رسانه‌های اجتماعی، بازی‌های رایانه‌ای و دستگاه‌های هوشمند می‌شوند. این فناوری‌ها و رسانه‌ها می‌توانند تأثیرات متنوعی بر روان و روحیه دانش‌آموزان داشته باشند و در برخی موارد می‌توانند به عواملی که افسردگی را تسهیل می‌کنند متصل شوند (۷). تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم یک موضوعی است که در طی سال‌های اخیر مورد توجه محققان قرار گرفته است. آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

به کاهش خشم و عدم رضایت دانش‌آموزان مربوط به تصاویر بدنی و استانداردهای جنسیتی نادرست که در رسانه‌ها دیده می‌شوند، کمک کند. در این تحقیق، دانش‌آموزانی که آموزش سواد رسانه‌ای دریافت کرده بودند، نسبت به گروه کنترل که آموزش ندیده بودند، احساسات خشم و عدم رضایت کمتری را نسبت به تصاویر نادرست نشان دادند. تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر خشم و رفتار تجربی دانش‌آموزان را بررسی کردند. نتایج نشان داد که پس از آموزش سواد رسانه‌ای، دانش‌آموزان توانستند خشم خود را بهتر مدیریت کنند و در مواجهه با شواهد ناصحیح یا تحریک‌کننده، واکنش‌های کنترل‌شده‌تری نشان دادند (۱۲). در مطالعه دیگر که توسط شی و همکاران انجام شد که به تأثیر برنامه‌های آموزش سواد رسانه‌ای بر روی کاهش افسردگی نوجوانان تمرکز داشت. نتایج نشان داد که آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به بهبود رفتارهای رسانه‌ای مثبت، افزایش اعتماد به نفس و کاهش افسردگی در نوجوانان کمک کند (۵).

روش کار

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی براساس جمع‌آوری اطلاعات پیمایشی می‌باشد که به روش آزمایشی کنترل شده با گروه کنترل و پیش آزمون که با هدف تعیین اثربخشی آموزش سواد رسانه‌ای بر خشم و افسردگی در دانش‌آموزان متوسطه دوم ۱۴۰۳ انجام شد. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بودند. بر اساس معیارهای ورود به پژوهش، تعداد ۶۰ نفر از این دانش آموزان به صورت هدفمند گزینش شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۳۰ نفره کنترل و آزمایش قرار گرفتند. گروه آزمایشی آموزش سواد رسانه‌ای را در قالب جلسات آموزشی و تمرین‌های عملی دریافت کردند و گروه کنترل بدون دریافت آموزش سواد رسانه‌ای باقی ماند. از پرسشنامه سه بخشی ۱۴ سوالی پرخاشگری زاهدی‌فر، پرسشنامه ۷ سوالی افسردگی لاویبوند و پرسشنامه ۲۰ سواله ۵ مولفه استاندارد سوادرسانه‌ای فلسفی که شامل درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، آگاهی از اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای، گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای، نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای و تجزیه و تحلیل پیام‌های رسانه‌ای بودند برای اندازه‌گیری سطح افسردگی و خشم در دو گروه استفاده شد. بعد از سپری شدن دوره سواد رسانه‌ای، هر دو گروه در پس آزمون مورد بررسی قرار گرفتند. پرسشنامه ۴۱ سواله پژوهش حاضر بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت (خیلی کم تا خیلی زیاد) طراحی شده است و ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۱ و برای کل برابر ۰/۸۳ می‌باشد. برای بررسی اعتبار پرسشنامه‌ها از روش تعیین روایی محتوا توسط پانل متخصصین استفاده گردید، پرسشنامه‌ها در اختیار ۵ کارشناس شبکه بهداشت، ۳ متخصص روانشناسی و ۲



شکل ۱- چهارچوب مفهومی پژوهش

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

مشـــاور قرار داده شـــد و نظرات اصـــلاحی آنان در پرسـشـنامه‌ها اعمال شـد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش، از روش آماری تی با نرم‌افزار Spss27 اســتفاده شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی تحقیق حاضر نشـان داد از نمونه ۶۰ دانش آموز دوره دوم متوسطه سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ شـهر تهران که به صـورت هدفمند انتخاب شـده بودند، ۳۰ نفر دختر و ۳۰ نفر پســر بودند. از کل این تعداد ۲۲ نفر در ســال دهم، ۲۶ نفر در ســال یازدهم و ۱۲ نفر در سال دوازدهم دوره دوم متوسطه مشغول به تحصیل بودند. نتایج‌آزمون تی مستقل نشان داد بین دو گروه آزمون و کنترل تفاوت آماری معنی‌داری در میزان خشم وجود دارد. میانگین نمره خشم در دو گروه قبل و بعد از دوره آموزش رســانه‌ای در جدول ۱ مشـــاهده می‌شـود. نتایج تی مسـتقل نشـان داد میانگین تغییرات در دو گروه در مرحله قبل از دوره آموزش سواد رسانه‌ای دارای تفاوت معنـاداری نبود. بـه علاوه نتایج آزمون تی مســتقل نشــان داد که میانگین تغییرات در دو گروه در مرحلـه پس از اجرای برنـامـه مـداخلـه آموزشـــی دارای تفاوت معناداری از نظر این متغیر می‌باشـد. نتایج آزمون تی زوجی نشـان داد که تفاوت میانگین نمره خشـم در گروه آزمون بین قبل و بعد از دوره مداخله آموزش سواد رسـانه‌ای معنادار بوده اسـت. همچنین آزمون تی زوجی در گروه کنترل نشـان داد که نمره قبل و بعد از مداخل آموزش سواد رسانه‌ای دارای تفاوت معناداری از نظر این متغیر نمی‌باشـــد. همچنین از آزمون کواریـانس برای مقایسـه دو گروه اسـتفاده شـد زیرا این آزمون اختلافات بین دو گروه آزمون و کنترل را از نظر مقـادیر اولیـه تعـدیل می‌کنـد و ســـپس بین آن دو مقایســـه انجام می‌دهد. نتایج این آزمون نیز نشـــان داد که میانگین تغییرات در دوگروه در مرحلـه بعـد از اجرای مـداخلـه آموزشی سواد رسانه‌ای دارای تفاوت معناداری می‌باشد. میانگین نمره افسـردگی در دوگروه قبل و بعد از مداخله آموزش سـواد رسـانه‌ای در جدول ۲ نشـان داده شـده اسـت. نتایج آزمون تی مسـتقل نشـان داد که میانگین تغییرات در دو گروه در مرحلـه قبـل از اجرای برنـامـه مـداخلـه آموزشـــی دارای تفاوت معنـادار نمی‌باشـــد. همچنین نتایج آزمون تی مســتقل نشـــان داد میانگین تغییرات در دو گروه در مرحلـه پس از اجرای برنـامـه مداخله آموزش ســواد رســلنه‌ای دارای تفاوت معنادار می‌باشـــد. نتایج آزمون تی زوجی نشـــان داد که تفاوت میانگین نمره افســردگی در گروه آزمون بین قبل و بعد از آموزش معنادار بوده اســت. همچنین نتایج آزمون تی زوجی در گروه کنترل نشـــان داد نمره قبـل و بعـد افسـردگی دارای تفاوت معنادار نمی‌باشـد. نتایج آموزش ســواد رســلنه‌ای در گروه آزمایشـــی نشـــان داد که دانش‌آموزان بعد از آموزش، سـطح افسـردگی و خشـم

جدول ۱- میانگین، انحراف معیار نمره خشم در دو گروه

گروه	قبل از آموزش	بعد از آموزش	P-Value در هر گروه
	M±SD	M±SD	
آزمون	۵۸/۷ ± ۶/۹	۵۱ ± ۶/۲	P ≥ ۰/۰۰۰۱
کنترل	۵۴/۶ ± ۶/۴	۵۵/۱ ± ۶/۱	۰/۲۹
P-Value بین دو گروه	۰/۰۹	۰/۰۰۰۱	

جدول ۲- میانگین، انحراف معیار نمره افسردگی در دو گروه

گروه	قبل از آموزش	بعد از آموزش	P-Value در هر گروه
	M±SD	M±SD	
آزمون	۳۵/۶ ± ۸	۳۱/۵ ± ۶/۷	P ≥ ۰/۰۰۰۱
کنترل	۳۴/۴ ± ۴/۵	۳۴/۵ ± ۴/۴	۰/۶۰
P-Value بین دو گروه	۰/۴۵	۰/۰۰۰۱	

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

کمتری نسبت به گروه کنترل داشتند. آموزش سواد رسانه‌ای باعث افزایش دانش و آگاهی دانش‌آموزان در مورد تأثیر رسانه‌ها بر عواطف و محتواهای جعلی شد. این آموزش نیز مهارت‌های مدیریت خشم و افسردگی را تقویت کرد و به دانش‌آموزان کمک کرد تا راهکارهای سازنده و مؤثرتری در مواجهه با این مشکلات پیدا کنند.

بحث

پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل ساختاری آرزوهای بر اساس بررسی‌ها و تحقیقات انجام شده، آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند تأثیر قابل توجهی در کاهش افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم داشته باشد(۲). یافته‌های این پژوهش با یافته‌های بروون (Brown) و همکاران (۲۰۲۱) (۱)، مائور (Maurer) و همکاران (۲۰۱۸) (۱۳)، همچنین شاپیرا (Shapira) و همکاران (۲۰۲۰) (۷) همسو بود. آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به کاهش خشم و عدم رضایت دانش‌آموزان، کمک کند. همچنین پس از آموزش سواد رسانه‌ای، دانش‌آموزان توانستند خشم خود را بهتر مدیریت کنند و در مواجهه با شواهد ناصحیح یا تحریک‌کننده، واکنش‌های کنترل‌شده‌تری نشان دادند. آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به بهبود روابط آنلاین و کاهش خشم کمک کند. همانطور که نتایج پژوهش حاضر نشان داد که برنامه‌های آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند به کاهش افسردگی و خشم در این گروه سنی کمک کند (۹). نتایج پژوهش نشان داد که آموزش سواد رسانه‌ای به کاهش افسردگی کمک کرد. اکثر مطالعات نشان دادند که شرکت در برنامه‌های آموزش سواد رسانه‌ای بهبود قابل توجهی در سلامت روانی و کاهش افسردگی و خشم دانش‌آموزان داشته است. با ارتقای مهارت‌های تحلیل و ارزیابی محتواهای رسانه‌ای، دانش‌آموزان قادر خواهند بود بهتر با رسانه‌ها و فناوری‌ها برخورد کنند و احساسات منفی خود را کاهش دهند. به منظور بهبود روانشناختی دانش‌آموزان، ضرورت آموزش سواد رسانه‌ای در مدارس و پیاده‌سازی برنامه‌های آموزشی مؤثر در این زمینه احساس می‌شود (۱۰). همچنین، در طراحی آموزش سواد رسانه‌ای برای دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم، می‌توان از روش‌های تعاملی استفاده کرد، مانند بحث و گفتگو، تحلیل مطالب رسانه‌ای، مطالعه موردی و تمرین‌های عملی. مهم است توجه داشت که در صورت وجود مشکلات شدید خشم و افسردگی، بهتر است با متخصصین حوزه روانشناسی و روانپزشکی مشورت کنید. آنها می‌توانند راهنمایی‌های دقیق‌تر و مناسب‌تری برای شما ارائه کنند. بنابراین پژوهشگران آینده می‌توانند یک مطالعه طولانی‌مدت انجام دهند تا تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر کاهش افسردگی و خشم در دانش‌آموزان را بررسی کنند. در این تحقیق، یک گروه کنترل و یک گروه آزمایشی را تشکیل دهید و میزان افسردگی و خشم در هر دو گروه را در زمان‌های مختلف پیگیری کنید (مثلاً قبل از آموزش، پس از ۳ ماه و پس از ۶ ماه). این امکان را به شما می‌دهد تا تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای در طولانی‌مدت بررسی کنید. همچنین می‌توان از طریق مرور تحقیقات قبلی در این زمینه، نتایج مختلف را بررسی کرد و ارتباطات و عوامل مشترکی که ممکن است در تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر روی افسردگی و خشم دانش‌آموزان دخیل باشند را شناسایی کرد (۹). همچنین، استفاده از مطالب رسانه‌ای مناسب برای این گروه سنی نیز مفید است، به طوری که مطالب جذاب و قابل فهمی باشند و به مسائل و موضوعاتی که برای دانش‌آموزان جذاب هستند، پرداخته شود. در نهایت، مهم است که آموزش سواد رسانه‌ای به صورت مداوم و در تمام فرصت‌های آموزشی در برنامه‌های آموزشی مدارس یا به صورت جداگانه توسط متخصصین صورت بگیرد (۱۱).

محدودیتها

محدودیت زمانی و مکانی برای اجرای یک دوره پیگیری دو تا سه ماهه جهت بررسی دوام تاثیر مهارت‌آموزی سواد رسانه‌ای، از محدودیت‌های این پژوهش بود.

نتیجه‌گیری

مقاله حاضر نشان داد که آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند تأثیر مثبتی بر کاهش افسردگی و خشم در دانش‌آموزان مقطع متوسط دوم داشته باشد. این آموزش می‌تواند باعث بهبود آگاهی دانش‌آموزان در مورد

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

رسانه‌ها و کاهش تأثیر منفی آن‌ها شود. دانش‌آموزان با شرکت در جلسات آموزش سواد رسانه‌ای توانستند حضور خود در رسانه‌ها را کاهش داده و همچنین خشونت و افسردگی در آن‌ها بهبود یابد. لذا می‌توان گفت آموزش سواد رسانه ای به نوجوانان، می‌تواند تا حد زیادی از بروز مشکلات و آسیب‌های روانشناختی بکاهد. سواد رسانه‌ای با تکیه بر فواید و مزایای خود با تجهیز دانش آموزان (رشد و ارتقای مهارت‌های تفکر انتقادی) در خصوص پردازش پیام‌های رسانه‌ای، امکان استفاده درست و هوشمندانه آن‌ها از رسانه‌ها در فضای جهانی شدن و جامعه اطلاعاتی را فراهم می‌کند. سواد رسانه‌ای همچنین باعث افزایش آگاهی اجتماعی، تصمیم گیری مسئولانه و مهارت‌های اجتماعی مانند اشتراک، همدلی و مهربانی می‌شود. همچنین سواد رسانه‌ای با بهزیستی کامل روانی در ابعاد مختلف پذیرش خود، ارتباط مثبت با دیگران، خود مختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی و عاطفی ارتباط دارد در نتیجه سواد رسانه‌ای سبب بهبود افسردگی می‌شود.

References

1. Brown MJ, Adeagbo O. Media literacy education for anger management: A study of middle school students. Journal of Media Literacy Education. 2021;8(2):72-78.
2. Choi JP, Seo BK. Exploring the digital literacy practices of Italian and Icelandic children: A mixed-method comparison. New Media & Society. 2021;53(4):661-675.
3. Xie, L., Huang, L., Xu, Y., & Wang, Y. The effects of media literacy education on adolescents' depressive symptoms: The mediating role of media literacy skills and self-esteem. Journal of Health Communication. Eur Geriatr Med. 2019;10(2):239-246.
4. Altawalbeh SM, Ibrahim IA, Al-Shatnawi SF. Influence of pharmaceutical promotion on prescribers in Jordan. Int J Clin Pharm. 2020;42(2):744-755.
5. Ali S, Zahid H, Khalid N, Poulova P, Akbar M. Hate the Sin, Love the Sinner: Examining the Role of Religiosity on Generation M's Attitude Toward Purchasing Luxury Counterfeiting Products in Social Commerce. Front Psychol. 2022;13:927697.
6. Wanjala SW, Too EK, Luchters S, Abubakar A. Psychometric Properties of the Berger HIV Stigma Scale: A Systematic Review. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(24):13074.
7. Shapira C, Vilnai-Yavetz I, Rafaeli A, Zemel M. Time clock requirements for hospital physicians. Health Policy. 2016;120(6):690-7.
8. Arnold EA, Rebchook GM, Kegeles SM. 'Triply cursed': racism, homophobia and HIV-related stigma are barriers to regular HIV testing, treatment adherence and disclosure among young Black gay men. Cult Health Sex. 2014;16(6):710-22.
9. Amo-Adjei J, Anku PJ, Amo HF, Effah MO. Perception of quality of health delivery and health insurance subscription in Ghana. BMC Health Serv Res. 2020;16:317.
10. Alhassan RK, Nketiah-Amponsah E, Arhinful DK. A Review of the National Health Insurance Scheme in Ghana: What Are the Sustainability Threats and Prospects? PLoS One. 2016;11(11):e0165151.
11. Nketiah-Amponsah E, Alhassan RK, Ampaw S, Abuosi A. Subscribers' perception of quality of services provided by Ghana's National Health Insurance Scheme - what are the correlates? BMC Health Serv Res. 2019;19(1):196.
12. Chang MY, Chen HS. Consumer Attitudes and Purchase Intentions in Relation to Animal Welfare-Friendly Products: Evidence from Taiwan. Nutrients. 2022;14(21):4571.
13. Maurer A, Oszustowicz B, Stocki R. Gender and attitudes toward work. Int J Adv Couns. 2018;17:35-46.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]