



Original article

Role of media literacy in improving mental health of Iranian population: a mixed method study

Rahman Sotoodeh¹, Hasan Darzian Rostami^{1*}, Bita Shahmansouri¹

¹Department of Communication Sciences, Faculty of Social Sciences, Communication and Media, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran, Iran.

ARTICLE INFO

Corresponding Author:
Hasan Darzian Rostami
e-mail addresses:
Rostamiuk1@gmail.com

Received: 21/Mar/2024
Modified: 12/Jun/2024
Accepted: 19/Jun/2024
Published: 12/Dec/2024

Keywords:

Mental health
Media literacy
Iran

ABSTRACT

Introduction: One area that can be affected by the publication of media content is the mental health of population. The current research aimed to identify the role of media literacy in improving the mental health of Iranian society.

Methods: This applied research was done in 2024 using a mixed method approach. The statistical population in the qualitative section included communication professors specializing in media literacy and psychology, while in the quantitative section included all citizens over 18 years old living in Tehran. In the qualitative part, the interviews and purposive sampling method were used to collect data, and thematic analysis was applied to analyze the data obtained from the interviews. In the quantitative part, a researcher-made questionnaire was used to collect data, employing a multi-stage random cluster sampling method to collect data. Finally, 384 questionnaires were analyzed using SPSS version 25 and the Pearson correlation coefficient.

Results: Teaching the methods for distinguishing true from fake news, injuries resulting from negative news, teaching how to face negative news, teaching media literacy from pre-school to high school, and the development of multimedia skills have the highest frequency among the participants. According to the quantitative results, the value of Pearson's statistic for "understanding the content of media messages", "the hidden goals of media messages", "the conscious selection of media messages", "a critical look at media messages", and "the analysis of media messages" were equal to 0.541, 0.577, 0.311, 0.533, and 0.420, respectively (P<0.0001). This indicates a significant relationship between the five dimensions of media messages and the improvement of mental health in Iranian society.

Conclusion: The results show that as media literacy increases, the mental health of society also improves, and vice versa. Therefore, media literacy training should be prioritized in the field of mental health for society. Prioritizing this training not only enhances people's ability to recognize fake news and false content, but can also improve their mental health.

What was already known on this topic:

- Nowadays, media have become an integral and prominent part of our daily lives.
- The quality of information received affects our choices and their consequences.
- One of area that can be affected by media content is the mental health of society.

What this study added to our knowledge:

- With an increase in media literacy, the mental health of the society also improves, and vice versa.
- Prioritizing media literacy training in the field of mental health can lead to improvements in people's mental health.
- It is necessary for relevant organizations and institutions to formulate and implement practical, and targeted programs to promote media literacy.

Copyright: © 2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (CC BY-NC 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits any non-commercial use, sharing, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source.

Extended Abstract

Introduction

Today, media have become an inseparable part of our daily lives, making it difficult to carry out tasks without it. Mobile phones, as the dominant medium, encompass all previous forms of media and have a pervasive presence in both personal and public spheres. The influx of various media types has ushered in a new era of communication and information exchange; however, even the most private areas of our lives are not immune to media influence. This shift has led to significant changes in daily life, affecting how we process information and make decisions [1-3]. One critical area that is impacted by media content is the mental health of the community. Exposure to negative news can trigger a fight-or-flight response in the brain, activating the sympathetic nervous system and leading to the release of stress hormones such as cortisol and adrenaline. Prolonged exposure to stress can result in physical symptoms such as fatigue, anxiety, depression, and sleep issues [4-7]. Given the profound effects of media on daily life, enhancing media literacy can support the mental health of society. Media literacy is essential for all citizens, particularly younger generations, as they navigate their roles as both individuals and participants in the community [8]. A key indicator of a society's media literacy is the emphasis on media education. Therefore, national strategies should focus on promoting critical, responsible, and ethical media engagement among citizens. Improving media literacy equips individuals to interact with information and the media landscapes, fostering purposeful communication based on their informational needs. This can help mitigate the psychological harms associated with negative media content [9]. Research by Saei et al. [10] indicates that personal, demographic, social, and informational factors, alongside media literacy, play a crucial role in determining citizens' health literacy levels. Increased media access and critical evaluation skills enhance citizens' communication abilities, improve their health information processing, and strengthen their use of technology. Findings by Rezadad and Shoai [11] suggest that higher media literacy correlates with improved family health and reduced behavioral-emotional issues. Furthermore, Atrian and colleagues [12] found a significant relationship between media literacy and social health among students, as well as between various dimensions of media literacy and social health. Additionally, studies indicate a positive correlation between media literacy and health literacy [13,18]. Despite the recognized role of media literacy in mental health, it has received

limited attention in Iran, with no comprehensive studies examining its impact on mental well-being. Addressing the role of media literacy in improving health literacy and preventive health behaviors can be a valuable tool for health planners and policymakers. Therefore, the aim of this study was to explore the role of media literacy policy in enhancing the mental health of the Iranian community.

Methods

This applied research employs a mixed-methods approach, combining qualitative methods based on thematic analysis and quantitative methods using questionnaires. The study aimed to explore the factors affecting community mental health and the role of media literacy. In the qualitative phase, expert opinions were gathered to identify key components, which informed the development of a questionnaire that was used in the quantitative phase.

Qualitative Phase: The qualitative phase was conducted in 2023 to gather in-depth insights from experts regarding community mental health and media literacy. Semi-structured interviews were utilized to collect data, allowing for the exploration of nuanced perspectives. The population consisted of communication professors specializing in media literacy and psychology. Purposive sampling was employed to select participants with relevant expertise, and a total of 10 participants were selected to achieve theoretical saturation, ensuring no new information emerged from additional interviews. To analyze the qualitative data, thematic analysis was applied, identifying and reporting patterns within the data, providing both detailed descriptions and interpretive insights. This method organizes data at a minimum level and describes it in detail while also interpreting various aspects of the research topic [19]. This phase laid the groundwork for the quantitative phase by identifying impactful components that were used to develop the questionnaire.

Quantitative Phase: Informed by the qualitative findings, a researcher-designed questionnaire was developed to quantitatively measure the identified factors. In addition, the questionnaire was based on published books, articles, and theses. Its validity was ensured through face validity, verifying that the questions addressed the research objectives without ambiguity. Content validity was confirmed by experts in media literacy and psychology, and their feedback was applied to refine the tool. Reliability was assessed using Cronbach's alpha coefficient, which yielded a score above 0.70 for a sample of 30

participants, indicating high reliability. The quantitative phase targeted citizens over 18 years old residing in Tehran. Based on the 2016 census, it was estimated that approximately eight million individuals over 18 live in Tehran. A multi-stage cluster sampling method was employed to collect the data. In the first stage, four neighborhoods were randomly selected from central, eastern, western, northern, and southern regions in Tehran. In the second stage, parks, sports halls, and recreational centers within each neighborhood were randomly chosen, and participants were selected using convenient sampling. Using Cochran's formula for large populations, a sample size of 384 was determined. To account for non-responses, 400 questionnaires were distributed, and 388 valid responses were finally analyzed. The quantitative data were analyzed using SPSS version 25, with the

Pearson Correlation Coefficient employed to examine relationships between variables.

Results

The qualitative findings were extracted from interviews using a thematic analysis approach. After reaching theoretical saturation, the researcher organized the core themes and eliminated closely related or less important themes, leading to the development of a comprehensive theme network (Table 1). The themes with the highest frequency included teaching media literacy from preschool to high school, strategies for handling negative news, and developing multimedia skills, as these were regarded as crucial by experts in the field of media literacy policy-making to improve the mental health of society.

Table 1. Organizing themes emerging from the research process and their frequency

Row	The title of the theme of the organizer	Abundance of related basic themes (occurrences)
1	Media literacy teaching from preschool to high school	12
2	Structuring and categorizing media literacy education	5
3	Training media literacy experts	4
4	Utilizing appropriate educational tools in the field of media	3
5	Involvement of formal and informal organizations	2
6	Use of national media for media literacy education	3
7	Educating people on how to handle negative news	13
8	Enhancing family media literacy	4
9	Accuracy in spreading negative news by media outlets	7
10	Injuries from the spread of negative news	16
11	Influence of emotional reactions generated by media	12
12	Risks to family mental health	7
13	Active participation in the media space	9
14	Vulnerability of social beliefs	4
15	Inability to monitor content in digital space	4
16	Teaching methods to distinguish true from false news	17
17	Developing multimedia skills	11
18	Techniques for news highlighting and gatekeeping	2
19	Evaluating the tone and language of the news	3
20	Optimal use of media-sourced data and information	4

Based on these findings, three themes were further refined to create the overarching framework (Table 2). Key elements included media literacy education from early childhood, strategies for handling negative news, and multimedia skill development,

all of which play a critical role in fostering societal mental health. Experts noted the significant role of accurate news dissemination, the prevention of harm from negative news, and methods for verifying news authenticity.

Table 2. Comprehensive network of themes in the research

Row	Overarching themes	Number of subcategory organizer (Table 1)
1	Media literacy education, including structuring, categorization, and tools	Themes 1-8
2	Psychological and emotional impacts of media, including participation and content monitoring	Themes 9-15
3	Skills development in news evaluation and analysis	Themes 16-20

Qualitative results indicate that the introduction of media literacy education from preschool to high school, the training of media literacy experts, and increasing family engagement with media literacy can enhance societal mental health. On the other hand, risks include emotional manipulation by the media, which can undermine the mental well-being of families, societal beliefs, and the inability to control digital content. Quantitative data were collected from respondents, of whom 51.5% were men and 48.5% were women. Respondents' age groups included 18-25 (28.1%), 26-28 (24.5%), 29-31 (22.7%), and 32-35 (24.7%). Educational levels varied from below diploma (24.5%) to bachelor's degree (26.9%) and master's degree or higher (26.5%). To examine the relationship between

media message comprehension and the mental health of society, Pearson's correlation test was applied. Results showed a significant positive relationship between understanding media messages and the improvement of mental health ($P = 0.001$), with a Pearson coefficient of 0.541 for content comprehension, 0.577 for recognizing hidden motives, 0.311 for selective message perception, 0.533 for critical media evaluation, and 0.420 for media message analysis. These findings highlight that as the ability to critically analyze and understand media messages improves, so does societal mental health. In contrast, lower levels of media literacy correlated with a reduction in mental health benefits.

Table 3. Pearson's correlation between various aspects of media messages and societal mental health

Dimensions of media messages	Improving the societal mental health	
	Pearson coefficient	P-values
Media message comprehension	0.541	$P < 0.0001$
Understanding hidden motives	0.577	$P < 0.0001$
Selective message perception	0.311	$P < 0.0001$
Critical evaluation of media	0.533	$P < 0.0001$
Media message analysis	0.420	$P < 0.0001$

These results demonstrate that increasing critical and analytical thinking about media messages leads to better mental health outcomes for society, establishing media literacy as a vital tool in safeguarding psychological well-being.

Discussion

The undeniable connection between societal mental health and media literacy plays a crucial role in both scientific understanding of issues and the identification and dissemination of positive and negative news [3-4, 20-21]. The qualitative findings of this research suggest that media literacy education from preschool through high school, structured training programs, training of media literacy experts, the use of appropriate educational tools, and the involvement of formal and informal organizations can collectively enhance media literacy, thereby improving societal mental health. Interviewees emphasized that accuracy in the dissemination of negative news, the impact of media-induced emotions, the risk to family mental health, active participation in media spaces, and the inability to monitor online content are among the significant challenges posed by media in relation to public mental health. Furthermore, key educational strategies such as distinguishing real from fake

news, developing multimedia skills, and evaluating language and tone of news are crucial for fostering societal mental health. Quantitative findings also reveal a statistically significant relationship between media message comprehension and the improvement of mental health in Iranian society. As media message comprehension increases, societal mental health improves accordingly, and vice versa. These results align with the findings of Rezaad and Shoaei [11] and Xin et al. [19]. Similarly, a significant relationship exists between understanding the hidden goals of media messages and mental health, reaffirming the importance of comprehending media content for psychological well-being. This finding is consistent with those of Salemi et al. [15] and Xin et al. [19]. Additionally, the research reveals a significant correlation between conscious selection of media messages and improved mental health, a result supported by Rezaad and Shoaei [11] and Vahedi et al. [16]. The data also indicate that critical evaluation of media messages contributes to enhanced mental health, a conclusion consistent with the studies by Rezaad and Shoaei [11] and Salemi et al. [15]. The final quantitative finding shows a statistically significant relationship between analyzing media messages and

societal mental health, indicating that better media analysis skills result in improved mental health. These findings align with those of Rezadad and Shoaie [11], Salemi et al. [15], and Xin et al. [19]. Media literacy, especially during social crises, has a more profound impact than the crises themselves. In today's world, where social networks and advanced communication technologies have transformed the globe into a connected village, media literacy is crucial for discerning the truth and mitigating the negative effects of crises. Ignoring this vital knowledge can lead to severe psychological and social consequences. Media plays a dual role during crises. It can either foster hope and mental balance in society or, through the spread of false and negative information, exacerbate feelings of despair and anxiety. The strong relationship between societal mental health and media literacy underscores the importance of scientific understanding and the ability to discern between positive and negative news [3-4, 20-21]. The research findings highlight that teaching media literacy from early education through high school and using appropriate educational tools can enhance societal mental health. Interviewees pointed out that accuracy in the dissemination of news and the management of media-induced emotions are critical to protecting the mental health of families. This calls for the implementation of strategies that help individuals distinguish real news from fake, develop multimedia skills, and evaluate the content of media messages [22]. Quantitative findings further confirm a significant relationship between media message comprehension and mental health in Iranian society. This result, in line with previous studies such as those by Rezadad and Shoaie [11] and Xin et al. [19], underscores the importance of understanding the hidden objectives of media messages. Additionally, the significant relationship between the conscious selection of media messages and mental health, particularly in times of crisis, requires further attention. This study also emphasizes the need for critical thinking and media literacy education as essential components for societal well-being. This study clearly demonstrates that media literacy is a fundamental need for all citizens, especially younger generations, and plays a crucial role in improving both mental health and social awareness. With the rapid growth of media and its widespread influence on individual and social behaviors, media literacy has become an essential

skill. This study emphasizes that media literacy education must become a priority for society. Such education not only enhances the ability of individuals to identify fake news and misinformation but also contributes to improving mental health. Therefore, it is essential for relevant organizations to develop and implement practical and targeted programs aimed at promoting media literacy. Finally, the following recommendations are proposed based on the findings of this research: First: Increase media literacy programs in schools and universities to reduce the negative impact of misinformation and enhance the ability to analyze media content. Second: promote a culture of media critique through public media and social networks to reduce anxiety and stress caused by false and negative news. Finally, develop national policies to strengthen media literacy, with the goal of improving citizens' ability to understand media messages and prevent their negative effects on mental health. By implementing these recommendations, media literacy in society can be enhanced, leading to improved mental health for all citizens.

Declarations

Ethical Considerations: This study was conducted in full compliance with ethical principles in research. All information was used confidentially and securely, and the relevant ethical principles were adhered to. This research received ethical approval from Islamic Azad University, Tehran Center Branch (No 814/10472).

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Conflict of Interest: The authors declared no conflicts of interest.

Authors' Contributions: **HDR:** Conceptualization, Study design, Supervision, Data analysis, Writing-original draft; **BSH:** Conceptualization, Study design; **RS:** Conceptualization, Study design, Data collection, Writing-original draft. All authors reviewed and approved the final manuscript.

Consent for Publication: Not applicable.

Data Availability: Access to the research data can be obtained by sending an email to the corresponding author.

AI Declaration: Not applicable.

Acknowledgements: The authors thank all the experts who participated in this study.

References

1. Tsortanidou X, Daradoumis T, Barberá-Gregori E. Convergence among imagination, social-emotional learning and media literacy: an integrative literature review. *Early Child Development and Care*. 2022; 25;192(2):173-86. doi:10.1080/03004430.2020.175372
2. review. *Early Child Development and Care*. 2022; 25;192(2):173-86. doi:10.1080/03004430.2020.175372
3. Ansari M, Mohammad moradi F, Khaledian M, Shekofteh M, Karimi A, Valinejadi A. Assessment of health literacy level in 18 30 year old adults: an Iranian experience. *Library Philosophy and Practice*. 2018; 7: 1-15. <https://core.ac.uk/download/pdf/189480057.pdf>
4. Kawyannejad R, Mirzaei M, Valinejadi A, Hemmatpour B, Karimpour HA, AminiSaman J, Ezzati E, Vaziri S, Safaeepour M, Mohammadi S. General health of students of medical sciences and its relation to sleep quality, cell phone overuse, social networks and internet addiction. *Biopsychosoc Med*. 2019;13:1-7. doi:10.1186/S13030-019-0150-7
5. Saman JA, Valinejadi A, Mohammadi S, Karimpour H, Mirzaei M, Kawyannejad R. Assessment of relationship between the use of cell phone and social networks and sleep quality in students of medical sciences: A cross-sectional study. *Interventional Medicine and Applied Science*. 2020, 16;11(3):131-5. doi: 10.1556/1646.10.2018.30
6. Mohammadi S, Valinejadi A, Saman JA, Karimpour H, Kaivanfar M, Safaeipour M, Mohammadi A, Kawyannejad R. Assessment of addiction to internet, smartphone and social networks among students of medical sciences: a cross sectional study. *Electronic Journal of General Medicine*. 2018; 15;15(4). DOI.ORG/10.29333/EJGM/85685
7. Langarizadeh M, Naghipour M, Valinejadi A, Tabatabaei SM, Yousefianzadeh O, Keraroudi SJ, Shamami ZM, Mirzaei A, Fallah AA. The relationship between information literacy, Internet addiction and general health of an Iranian medical students. *Koomesh*. 2018;20(2): 248 – 255. [In Persian] <https://brieflands.com/articles/koomesh-152955.pdf>
8. Datu JA, Wong GS, Rubie-Davies C. Can kindness promote media literacy skills, self-esteem, and social self-efficacy among selected female secondary school students? An intervention study. *Computers & Education*. 2021;1;161:104062. doi:10.1016/j.compedu.2020.104062
9. Doley JR, Rodgers RF, Paxton SJ, McLean SA. Effectiveness of recruitment strategies for a social media literacy E-intervention for young adults with body dissatisfaction: cost, time, diversity, and completion. *Eat Disord*. 2022, 3;30(5):515-39. doi:10.1080/10640266.2021.1938855
10. Polanco-Levicán K, Salvo-Garrido S. Understanding social media literacy: A systematic review of the concept and its competences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022, 20;19(14):8807. doi:10.3390/ijerph19148807
11. Saei, M., Hosseini Moghaddam, M., Basirian Jahromi, H. Assessment of health literacy of tehranian and the factors affecting it. *Commun Res*, 2019; 26(99): 113-147. [In Persian] doi:10.22082/CR.2019.112855.1908
12. Rezadad N, Shoaee MH. The moderating role of media literacy in the relationship between family health level and emotional-behavioral problems of adolescents. *Communication & Religious*. 2020, 27(1): 323-365. [In Persian] doi: 10.30497/RC.2020.75523
13. Atrian, N., Omrani, G., Mahdikhani, M. Media literacy and social health: An analysis of the relationships between indicators among students of Islamic Azad University of Shahinshahr. *Society Culture Media*, 2020; 9(35): 31-53. [In Persian] doi: 20.1001.1.38552322.1399.9.35.2.8
14. Salemi, A., Khaniki, H., Sabouri Khosrowshahi, H., Hashemi, S. The relationship between social media consumption by the users and media literacy (in the domain of Tehran's Health). *Journal of Interdisciplinary Studies in Communication and Media*, 2021; 4(12): 5-36. [In Persian] doi: 10.22034/jiscm.2021.296970.1243
15. Jahangiri Zarkani R, Hashemi S, Geranmayeh Poor A. Investigating the relationship between media literacy and physical health literacy of citizens of Bandar Abbas. *Journal of Culture-Communication Studies*. 2021;22(55):39-62. [In Persian] doi: 10.22083/JCCS.2020.230109.3078
16. Salemi A, Khaniki H, Habib Sabouri KhosrowShahi H, Hashemi S. A path analysis on media health literacy and its relation to social media consumption in Tehran. *New Media Studies*. 2022;8(29):74-41. [In Persian] doi: 10.22054/nms.2022.62608.1258
17. Vahedi Z, Sibalís A, Sutherland JE. Are media literacy interventions effective at changing attitudes and intentions towards risky health behaviors in adolescents? A meta-analytic review. *J Adolesc*. 2018 Aug 1;67:140-52. doi: 10.1016/j.adolescence.2018.06.007
18. Mingoia J, Hutchinson AD, Gleaves DH, Wilson C. The impact of a social media literacy intervention on positive attitudes to tanning: A pilot study. *Computers in Human Behavior*. 2019,1;90:188-95. doi:10.1016/j.chb.2018.09.004
19. Austin EW, Austin BW, Willoughby JF, Amram O, Domgaard S. How media literacy and science media literacy predicted the adoption of protective behaviors amidst the COVID-19 pandemic. *J Health Commun*. 2021, 3;26(4):239-52. doi:10.1080/10810730.2021.1899345
20. Xin M, Luo S, Wang S, Zhao J, Zhang G, Li L, Li L, Lau JT. The roles of information valence, media literacy and perceived information quality on the association between frequent social media exposure and COVID-19 vaccination intention. *American Journal of Health Promotion*. 2023; 37(2):189-99. doi: <https://doi.org/10.1177/089011712211212>
21. Ziari A, Binaei F, Ansari M, Valinejadi A. The gap between the service quality and patients expectations in amir-al-momenin hospital of Semnan university of medical sciences in 2016, Semnan, Iran. *Koomesh*.

- 2018;20(2):221-7. [In Persian]
<https://brieflands.com/articles/koomesh-152952.pdf>
22. Askari-Majdabadi H, Valinejadi A, Mohammadpour A, Bouraghi H, Abbasy Z, Alaei S. use of health information technology in patients care management: a mixed methods study in Iran. *Acta Inform Med.* 2019;27(5):311-317. doi: 10.5455/aim.2019.27.311-317.
23. Panahi S, Fahimi F, Asgharnezad Farid A, Ansari M. The effect of library use on improving the mental health of homeless people recovered from addiction. *Journal of Health Administration.* 2023; 26 (1) :90-109. doi: 10.22034/26.1.90.

واکاوی نقش سواد رسانه‌ای در ارتقاء سلامت روان جامعه ایران: پژوهشی به روش ترکیبی

رحمان ستوده^۱، حسن درزیان رستمی^{۱*}، بیتا شاه‌منصوری^۱^۱ گروه علوم ارتباطات، دانشکده علوم اجتماعی، ارتباطات و رسانه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران.

اطلاعات مقاله چکیده

نویسنده مسئول:

حسن درزیان رستمی

رایانامه:

Rostamiuk1@gmail.com

وصول مقاله: ۱۴۰۳/۰۱/۰۲

اصلاح نهایی: ۱۴۰۳/۰۳/۲۳

پذیرش نهایی: ۱۴۰۳/۰۳/۳۰

انتشار آنلاین: ۱۴۰۳/۰۹/۲۲

واژه‌های کلیدی:

سواد رسانه‌ای

سلامت روان

ایران

مقدمه: سلامت روان جامعه یکی از زمینه‌هایی است که می‌تواند تحت تاثیر انتشار محتوای رسانه‌ای قرار گیرد. پژوهش حاضر با هدف شناسایی نقش سواد رسانه‌ای در ارتقاء سلامت روان جامعه ایران انجام شد. **روش‌ها:** این پژوهش کاربردی با روش ترکیبی در سال ۱۴۰۲ انجام شد. جامعه آماری در بخش کیفی شامل اساتید ارتباطات متخصص در زمینه سواد رسانه‌ای و روانشناسان، و در بخش کمی کلیه شهروندان بالای ۱۸ سال ساکن تهران بود. در بخش کیفی، از مصاحبه و نمونه‌گیری هدفمند برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. تحلیل داده‌های به دست آمده نیز با روش تحلیل موضوعی انجام شد. در بخش کمی، برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد. با نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی ساده و چند مرحله‌ای، ۳۸۴ پرسشنامه گردآوری شد و داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS 25 و ضریب همبستگی پیرسون مورد تحلیل قرار گرفت. **یافته‌ها:** یافته‌های کیفی پژوهش نشان داد که موضوعاتی مانند آموزش روش‌های تشخیص اخبار واقعی از جعلی، شکل‌گیری آسیب‌ها در صورت انتشار اخبار منفی، آموزش نحوه مواجهه با اخبار منفی، آموزش سواد رسانه‌ای از پیش دبستانی تا دبیرستان و توسعه مهارت چندرسانه‌ای بیشترین فراوانی را در بین نظرات کارشناسان دارد. با توجه به نتایج کمی، ارزش آمار پیرسون برای «درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای»، «اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای»، «انتخاب آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای»، «نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای» و «تحلیل پیام‌های رسانه‌ای» به ترتیب برابر با ۰/۵۴۱، ۰/۵۷۷، ۰/۳۱۱، ۰/۵۳۳ و ۰/۴۲۰ بود ($P < ۰/۰۰۱$)، که نشان دهنده برقرار بودن رابطه معنادار آماری بین این پنج محور پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران است. **نتیجه‌گیری:** افزایش سواد رسانه‌ای و سلامت روانی جامعه همبستگی مثبت دارند. بنابراین، آموزش سواد رسانه‌ای باید به یک اولویت جدی حوزه سلامت روان برای جامعه تبدیل شود. توجه به این آموزش به افزایش توانایی افراد در تشخیص اخبار جعلی و محتوای نادرست کمک می‌کند و همچنین، می‌تواند منجر به بهبود سلامت روان افراد شود.

آنچه می‌دانیم:

- امروزه رسانه‌ها به بخش جدایی‌ناپذیر و بدیهی از زندگی روزمره بدل شده‌اند.
- با توجه به زندگی رسانه‌ای، کیفیت اطلاعات دریافتی بر انتخاب‌ها و پیامدهای آن اثر می‌گذارد.
- سلامت روان جامعه یکی از حوزه‌هایی است که می‌تواند تحت تاثیر انتشار مطالب و محتوای رسانه‌ها قرار گیرد.

آنچه این پژوهش اضافه کرده است:

- با افزایش سواد رسانه‌ای، سلامت روانی جامعه نیز بهبود می‌یابد.
- توجه به آموزش سواد رسانه‌ای، به‌عنوان اولویت جدی حوزه سلامت روان جامعه، می‌تواند بهبود سلامت روان افراد را نیز به دنبال داشته باشد.
- ضرورت دارد که سازمان‌ها و نهادهای مرتبط، برنامه‌های عملی و هدفمند برای ارتقاء سواد رسانه‌ای تدوین و اجرا کنند.

مقدمه

امروزه رسانه‌ها به بخشی جدایی‌ناپذیر و بدیهی از زندگی روزمره بدل شده‌اند، به‌گونه‌ای که شاید بتوان گفت انجام امور بدون آنها میسر نیست. تلفن همراه به‌عنوان رسانه غالب، که همه رسانه‌های پیش از خود را در خود جمع کرده است، در خصوصی‌ترین تا عمومی‌ترین عرصه‌های زندگی حضوری فراگیر و همه‌جانبه دارد. به عبارت دیگر، ورود فزاینده انواع رسانه به زندگی انسان‌ها نویدبخش فصل نوینی در عرصه ارتباطات و گردش اطلاعات است. باین‌حال، خصوصی‌ترین و احتمالاً امن‌ترین قلمرو زیست آنها از دسترس رسانه‌ها مصون نمانده است. این امر سبب‌ساز دگرگونی‌های زیادی در زندگی روزمره افراد شده است. با توجه به زندگی رسانه‌ای، کیفیت اطلاعات دریافتی، بر انتخاب‌ها و پیامدهای آن اثر می‌گذارد [۱-۳]. یکی از حوزه‌هایی که می‌تواند تحت تاثیر انتشار مطالب و محتوای رسانه‌ها قرار گیرد، سلامت روان جامعه است. در واقع، قرار گرفتن در معرض اخبار و مطالب منفی می‌تواند بر مغز تأثیر بگذارد زیرا در صورت احساس هر گونه تهدید، مغز واکنش مبارزه یا گریز را فعال می‌کند و بدن نیز بر این اساس واکنش نشان می‌دهد. بر این اساس، دریافت اخبار می‌تواند سیستم عصبی سمپاتیک را فعال کند که باعث می‌شود بدن نیز هورمون‌های استرس مانند کورتیزول و آدرنالین را ترشح کند. بنابراین، در هنگام رخ دادن بحران و تجربه واکنش استرس‌زا ممکن است علائم جسمی ظاهر شوند. برخی از شایع‌ترین این علائم شامل خستگی، اضطراب، افسردگی و مشکل خواب است [۴-۷]. با توجه به تاثیر عمیق رسانه‌ها بر زندگی روزمره، بهبود سواد رسانه‌ای می‌تواند زمینه‌های رشد سلامت روان جامعه را فراهم نماید. در واقع، سواد رسانه‌ای برای تمامی شهروندان مورد نیاز است و نقش مهمی برای نسل‌های جوان‌تر، هم به‌عنوان شهروند و هم به‌عنوان مشارکت‌کننده در اجتماع، بازی می‌کند [۸]. عامل اساسی در فهم سواد رسانه‌ای جامعه، توجه به آموزش سواد رسانه‌ای در آن جامعه است. بنابراین، باید به دنبال راهبردهای ملی سواد آموزی رسانه‌ای بود و استفاده نقادانه، مسئولانه و اخلاقی از پیام‌های رسانه‌ای را در میان شهروندان تشویق و ترویج نمود. بر این مینا، ارتقاء سواد رسانه‌ای جامعه، توانایی لازم برای تعامل با بسترهای اطلاعاتی و رسانه‌ای را به‌منظور ایجاد ارتباط هدفمند و مبتنی بر نیاز اطلاعاتی برای شهروندان فراهم می‌کند و آنان را به تحقیق، جستجو و عدم تسلیم و انفعال در برابر پیام‌ها ترغیب می‌کند. بنابراین، می‌تواند از آسیب‌های روانی مخاطبان در مواجهه با اخبار و مطالب منتشر شده در رسانه‌ها بکاهد [۹]. نتایج پژوهش ساعی و همکاران [۱۰] نشان داده است که عوامل / متغیرهای چهارگانه فردی، جمعیت‌شناختی، اجتماعی و اطلاعاتی، در کنار متغیر سواد رسانه‌ای، در تعیین سطح سواد سلامت شهروندان نقش دارند. همچنین، افزایش دسترسی رسانه‌ای و توان ارزیابی انتقادی که از عوامل مهم سواد رسانه‌ای هستند، بر توان ارتباطی شهروندان، افزایش ظرفیت آنان برای حفظ و پردازش اطلاعات سلامت و در نهایت، تقویت مهارت‌هایشان در به‌کارگیری فناوری‌های نوین اثرگذارند. یافته‌های مطالعه رضاداد و شعاعی [۱۱] حاکی از آن بوده است که هرچه میزان سواد رسانه‌ای شخص افزایش یابد، میزان سلامت خانوادگی افزایش یافته و در نتیجه مشکلات رفتاری-هیجانی او کاهش می‌یابد. همچنین، نتایج عطریان و همکاران [۱۲] نشان داده است بین

سطح سواد رسانه‌ای و میزان سلامت اجتماعی دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد. بین ابعاد سطح سواد رسانه‌ای و ابعاد سلامت اجتماعی نیز رابطه معنادار وجود دارد. علاوه‌براین، براساس یافته‌های سالمی و همکاران [۱۳]، رابطه همبستگی بین میزان برخورداری از سواد رسانه‌ای سلامت با نحوه استفاده از این رسانه‌ها در حوزه سلامت معنادار است. همچنین، نتایج تحقیق جهانگیری زرکانی و همکاران [۱۴] حاکی از آن است که بین سواد رسانه‌ای و ابعاد آن با سواد سلامت شهروندان ارتباطی مثبت و مستقیم و معنادار وجود دارد. علاوه‌براین، بر اساس الگوی تحلیل مسیر سواد رسانه‌ای سلامت و ارتباط آن با مصرف رسانه‌های اجتماعی در تهران، مشخص شد که از میان متغیرهای بررسی شده، «رضایتمندی از کاربرد رسانه‌های اجتماعی در حوزه سلامت» بیشترین سهم را در پیش‌بینی تغییرات سواد رسانه‌ای سلامت کاربران اینترنت دارد [۱۵]. یافته‌های واحدی و همکاران [۱۶] بیانگر آن است که مداخلات سواد رسانه‌ای، رفتار هدف، موفقیت مداخله در نگرش‌ها و نیت نسبت به رفتارهای پرخطر سلامت را تعدیل می‌کند. این مداخلات بسته به رفتار رسانه‌ای و هدف، تأثیرات مثبتی بر مهارت‌های سواد رسانه‌ای و تأثیرات مثبت اما کمتر بر نگرش‌ها و نیت رفتاری دارند. همچنین، بر اساس یافته‌های مینگویا و همکاران [۱۷]، آموزش سواد رسانه‌ای راهبرد جدیدی برای کاهش اثرات مضر پیام‌های رسانه‌های اجتماعی در مورد عوامل خطر سرطان پوست است. علاوه‌براین، پژوهش آستین و همکاران [۱۸] نشان‌دهنده اهمیت انتظارات برای میانجی‌گری تأثیرات سواد رسانه‌ای، کارآمدی و دانش بر رفتارهای محافظتی در میان همه‌گیری کرونا بوده است. همچنین، در پژوهش شین و همکاران [۱۹] یافته‌های به دست آمده از دانشجویان پنج دانشگاه مختلف مبین آن بود که قرار گرفتن بیشتر در معرض اطلاعات مثبت رسانه‌های اجتماعی در مورد اثربخشی واکسن کووید ۱۹ (نسبت شانس تعدیل شده و ایمنی واکسن) با قصد واکسیناسیون همراه بود. به‌رغم نقش سواد رسانه‌ای در سلامت روان جامعه، در ایران به این موضوع کمتر پرداخته شده است. مطالعه‌ای یافت نشد که به بررسی جامع پیامدهای ارتقاء سواد رسانه‌ای بر سلامت روان بپردازد. پرداختن به موضوع نقش سواد رسانه‌ای در ارتقا سواد سلامت، وضعیت سلامت روان و انجام رفتارهای پیشگیرانه و استفاده از خدمات سلامت می‌تواند به‌عنوان ابزاری مؤثر به برنامه‌ریزان و مسئولان امر سلامت و سیاستگذاران کمک کند. بنابراین، هدف پژوهش حاضر، واکاوی نقش سواد رسانه‌ای در ارتقاء سلامت روان جامعه ایران بود.

روش‌ها

این مطالعه کاربردی در سال ۱۴۰۲، با روش تحقیق آمیخته که ترکیبی است از روش‌های کیفی (تحلیل مضمون) و کمی (مبتنی بر پرسشنامه) انجام شد.

بخش کیفی: برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه استفاده شد. جامعه آماری شامل اساتید ارتباطات با تخصص در حوزه سواد رسانه‌ای و روانشناسان بود. برای انتخاب شرکت‌کنندگان، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بنابراین، انتخاب نمونه تا اندازه‌ای بود که اشباع نظری حاصل شد. در مجموع، با انتخاب ۲۵ نفر (از اعضای هیات علمی

استناد به آمار سرشماری مرکز آمار ایران در سال ۱۳۹۵ و ارائه آمار برای برخی از گروه‌های سنی، می‌توان تعداد افراد بالای ۱۸ سال ساکن شهر تهران را حدود ۸ میلیون نفر برآورد نمود. به‌منظور محاسبه حجم نمونه، از فرمول نمونه‌گیری کوکران برای جامعه بزرگ استفاده شد که بر اساس فرمول مذکور، حجم نمونه مورد نیاز ۳۸۴ نفر بود. با این‌حال، به‌منظور کاهش خطای بی‌پاسخی و پاسخ‌های مخدوش، تعداد ۴۰۰ پرسشنامه در بین پاسخگویان توزیع شد. از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای برای انتخاب نمونه آماری استفاده شد. بدین‌صورت که در مرحله ابتدایی پژوهش از بین مناطق مختلف شهر تهران به‌شیوه تصادفی تعداد چهار محله از بخش‌های مرکزی، شرق، غرب، شمال و جنوب به‌عنوان خوشه اول در نظر گرفته شد. همچنین در مرحله دوم از هر یک از بخش‌های ذکر شده به‌صورت تصادفی چند محله، پارک‌ها، سالن‌های ورزشی، مراکز تفریحی انتخاب و از بین هر یک از مکان‌های ذکر شده اعضای نمونه به‌صورت تصادفی در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و پرسشنامه‌های تحقیق در بین آنان توزیع و پس از ارائه توضیحات لازم به پاسخگویان توسط پرسشگران، تکمیل شد. پس از حذف پرسشنامه‌های بی‌پاسخ و مخدوش، تعداد ۳۸۸ پرسشنامه مورد تحلیل نهایی قرار گرفت. در نهایت، برای تحلیل داده‌های کمی از نرم‌افزار آماری SPSS 25 و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌ها

یافته‌های کیفی: مصاحبه‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون تحلیل شد. با گردآوری مضمون‌های سازمان‌دهنده و فراوانی مضمون‌های پایه مرتبط با هر کدام از این مضمون‌های سازمان‌دهنده، مضمون‌های نزدیک به هم یا کم‌اهمیت‌تر (از منظر کم بودن میزان فراوانی) حذف شد تا شبکه مضمون‌های فراگیر حاصل شود (جدول یک).

دانشگاه‌های وزارت علوم در دو تخصص رسانه و روانشناسی، پژوهش به اهداف خود نائل شد. برای تحلیل داده‌های به‌دست‌آمده از مصاحبه‌ها، از تحلیل مضمون (Thematic Analysis) استفاده شد. تحلیل مضمون روشی برای تعیین، تحلیل و بیان الگوهای موجود درون داده‌ها است. این روش در حداقل خود داده‌ها را سازماندهی و در قالب جزئیات توصیف می‌کند اما می‌تواند از این فراتر رفته و جنبه‌های مختلف موضوع پژوهش را تفسیر کند [۱۹].

بخش کمی: این بخش با روش پیمایشی انجام شد. از عوامل و مؤلفه‌های استخراج شده از تحلیل مصاحبه‌ها، برای تدوین پرسشنامه استفاده شد. گزینه‌های پرسشنامه (حاوی ۲۰ سوال)، بر اساس طیف لیکرت طراحی شدند که از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) تنظیم شده بود. این طیف به پاسخ‌دهندگان این امکان را می‌داد تا شدت یا میزان توافق خود را با هر عبارت به‌صورت استاندارد مشخص کنند. به‌منظور بررسی روایی پرسشنامه (پوشش اهداف مورد نظر و فقدان مشکلات نگارش و ابهامدر جملات)، از روایی صوری استفاده شد. نمره تاثیر برای کلیه گویه‌های تحقیق بالاتر از چهار بود که بیانگر روایی قابل قبول سوالات پرسشنامه در اندازه‌گیری سازه‌ها است. برای روایی محتوایی، پرسشنامه را ۱۰ نفر از متخصصان حوزه سواد رسانه‌ای و روانشناسی بازبینی کردند. در این فرآیند، نظرات آنها برای اصلاح و بهبود پرسشنامه در نظر گرفته شد. علاوه بر این، به‌منظور بررسی پایایی ابزار اندازه‌گیری از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. با توجه به مقادیر ضرایب به‌دست آمده در یک نمونه ۳۰ نفری (بالاتر از ۰/۷۰)، پایایی نیز تایید شد، بدین معنی که پاسخ‌های داده شده ناشی از شانس و تصادف نبوده، بلکه به دلیل اثر متغیری می‌باشد که مورد آزمون قرار گرفته است. جامعه آماری در این بخش، شامل کلیه شهروندان بالای ۱۸ سال ساکن شهر تهران بودند. با

جدول ۱: شبکه مضمون‌های سازمان‌دهنده ظهور یافته در جریان تحقیق و فراوانی مضمون‌های پایه

ردیف	عنوان مضمون سازمان‌دهنده	فراوانی مضمون‌های پایه مرتبط
۱	آموزش سواد رسانه‌ای از پیش‌دبستانی تا دبیرستان	۱۲
۲	سطح‌بندی و طبقه‌بندی آموزش سواد رسانه‌ای	۵
۳	تربیت متخصصان سواد رسانه‌ای	۴
۴	استفاده از ابزارهای کمک آموزشی متناسب با حوزه رسانه	۳
۵	بهره‌گیری از تشکلهای غیررسمی و رسمی	۲
۶	استفاده از رسانه ملی به منظور آموزش سواد رسانه‌ای	۳
۷	آموزش نحوه مواجهه با اخبار منفی	۱۳
۸	ارتقا سواد رسانه‌ای خانواده	۴
۹	دقت در انتشار اخبار منفی از سوی رسانه‌ها	۷
۱۰	شکل‌گیری آسیب‌ها در صورت انتشار اخبار منفی	۱۶
۱۱	تاثیرپذیری از هیجانات ایجاد شده توسط رسانه‌ها	۱۲
۱۲	در خطر قرار گرفتن سلامت روانی خانواده‌ها	۷
۱۳	مشارکت فعال در فضای رسانه‌ای	۹
۱۴	آسیب‌پذیری باورهای جامعه	۴
۱۵	عدم امکان نظارت بر محتوای منتشر شده در فضای مجازی	۴
۱۶	آموزش روش‌های تشخیص اخبار صحیح از جعلی	۱۷
۱۷	توسعه مهارت چندرسانه‌ای	۱۱
۱۸	آموزش نحوه برجسته‌سازی و دروازه‌بانی خبر	۲
۱۹	سنجش لحن و زبان خبر	۳
۲۰	استفاده بهینه از داده‌ها و اطلاعات به‌دست آمده از رسانه	۴

منفی، آموزش نحوه مواجهه با اخبار منفی، آموزش سواد رسانه‌ای از پیش- دبستانی تا دبیرستان و توسعه مهارت چندرسانه‌ای بالاترین میزان فراوانی را در بین دیدگاه‌های متخصصان به خود اختصاص داده‌اند. به عبارت دیگر، این عوامل و مولفه‌ها از اهمیت بالایی در سیاست‌گذاری سواد رسانه‌ای به‌منظور بهبود سلامت روان جامعه برخوردار می‌باشند.

علاوه‌براین، پس از مرور جدول یک، مضمون‌های سازمان‌دهنده‌ای که از منظر محقق به لحاظ محتوایی و درونمایه به هم شبیه هستند، در قالب یک مضمون فراگیر قرار گرفت تا شبکه مضامین فراگیر ترسیم گردد (جدول دو). همانطور که یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد مضامینی همچون آموزش روش‌های تشخیص اخبار صحیح از جعلی، شکل‌گیری آسیب‌ها در صورت انتشار اخبار

جدول ۲: جدول شبکه مضامین فراگیر

ردیف	عنوان مضمون فراگیر	شماره عناوین سازمان دهنده زیرمجموعه
۱	آموزش سواد رسانه‌ای از پیش‌دبستانی تا دبیرستان، سطح‌بندی و طبقه‌بندی آموزش سواد رسانه‌ای، تربیت متخصصان سواد رسانه‌ای، استفاده از ابزارهای کمک آموزشی متناسب با حوزه رسانه، بهره‌گیری از تشکلهای غیررسمی و رسمی، استفاده از رسانه ملی به‌منظور آموزش سواد رسانه‌ای، آموزش نحوه مواجهه با اخبار منفی، ارتقا سواد رسانه‌ای خانواده	۱-۸
۲	دقت در انتشار اخبار منفی از سوی رسانه‌ها، شکل‌گیری آسیب‌ها، تاثیرپذیری از هیجانات ایجاد شده توسط رسانه‌ها، در خطر قرار گرفتن سلامت روانی خانواده‌ها، مشارکت فعال در فضای رسانه‌ای، آسیب‌پذیری باورهای جامعه، عدم امکان نظارت بر محتوای منتشر شده در فضای مجازی	۹-۱۵
۳	آموزش روش‌های تشخیص اخبار صحیح از جعلی، توسعه مهارت چندرسانه‌ای، آموزش نحوه برجسته‌سازی و دروازه‌بانی خبر، سنجش لحن و زبان خبر، استفاده بهینه از داده‌ها و اطلاعات به‌دست آمده از رسانه	۱۶-۲۰

مقدار آماره پیرسون به‌ترتیب برابر ۰/۵۴۱، ۰/۵۷۷، ۰/۳۱۱، ۰/۵۲۳، ۰/۴۲۰ با میزان سطح معناداری $P < ۰/۰۰۰۱$ است. مقدار ضریب همبستگی نشان‌دهنده ارتباط بین متغیرها در سطح متوسط و به‌صورت مستقیم می‌باشد. بنابراین، یافته‌های آماری نشان می‌دهد که بین درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای، گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای، نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای، و تحلیل پیام‌های رسانه‌ای با ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، افزایش درک اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای، افزایش گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای، افزایش نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای، بهبود تحلیل پیام‌های رسانه‌ای، سلامت روان جامعه نیز ارتقاء خواهد یافت و برعکس.

یافته‌های کمی: از مجموع پاسخگویان، ۵۱/۵ درصد مرد و ۴۸/۵ درصد نیز زن بودند. همچنین، ۲۸/۱ درصد در گروه سنی ۱۸-۲۵ سال، ۲۴/۷ درصد در ۲۶-۳۵ سال، ۲۴/۵ درصد در گروه سنی ۲۶-۲۸ سال و ۲۲/۷ درصد در گروه سنی ۳۱-۳۹ سال قرار داشتند. علاوه‌براین، از مجموع پاسخگویان، ۲۶/۵ درصد دارای تحصیلات در سطح کارشناسی ارشد و بالاتر، ۲۶ درصد در حد دیپلم، ۲۴/۵ درصد در سطح زیردیپلم و ۲۲/۹ درصد نیز در سطح کارشناسی‌ارشد و بالاتر بودند. به‌منظور بررسی ارتباط بین درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای، گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای، نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای، و تحلیل پیام‌های رسانه‌ای با ارتقاء سلامت روان جامعه ایران، از آزمون آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. با توجه به نتایج

جدول ۳: آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین ابعاد مختلف پیام‌های رسانه‌ای و سلامت روان جامعه ایران

محورهای پیام‌های رسانه‌ای	ارتقاء سلامت روان جامعه
آماره پیرسون	سطح معناداری
درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای	۰/۵۴۱ $P < ۰/۰۰۰۱$
اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای	۰/۵۷۷ $P < ۰/۰۰۰۱$
گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای	۰/۳۱۱ $P < ۰/۰۰۰۱$
نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای	۰/۵۲۳ $P < ۰/۰۰۰۱$
تحلیل پیام‌های رسانه‌ای	۰/۴۲۰ $P < ۰/۰۰۰۱$

بحث

بسا فاجعه ایجاد خواهد کرد. در بحران‌های اجتماعی همیشه رسانه‌ها حکم قیچی دو لبه دارند، هم می‌توانند مروج روحیه امید، نشاط اجتماعی و تعادل روحی جامعه با تکیه بر اصالت مطالبه‌گری خود باشند و هم می‌توانند موجبات روحیه یأس و ناامیدی و برهم زدن سلامت روانی جامعه را ایجاد کنند. در واقع، ارتباط تنگاتنگ سلامت روانی جامعه با سواد رسانه‌ای در سطح جامعه واقعیتی انکارناپذیر است که تأثیر به‌سزایی هم در شناخت علمی از موضوعات و هم در تشخیص نظرات و نشر اخبار و اطلاعات منفی و یا مثبت و به اصطلاح خوب و بد

سواد رسانه‌ای به‌عنوان یکی از مهمترین مؤلفه‌ها در شرایط بحران‌های اجتماعی می‌تواند اهمیتی حتی بیشتر از ماهیت خود آن بحران از جنبه‌های فردی و اجتماعی داشته باشد. در شرایطی که شبکه‌های متنوع و متعدد مجازی با بهره‌گیری از قدرت عظیم فناوری‌های نوین ارتباطی در کمترین زمان ممکن، دنیا را به یک دهکده جهانی تبدیل کرده‌اند، غفلت از دانش سواد رسانه‌ای برای تشخیص و رسیدن به واقعیت بدون تردید آثار به‌مراتب زیان‌بارتری از خود آن بحران و چه

نیز افزایش خواهد یافت و برعکس. این یافته با نتایج پژوهش رضاداد و شعاعی [۱۱]، سالمی و همکاران [۱۵] و شین و همکاران [۱۹] همسو است. سواد رسانه‌ای، به‌عنوان یکی از کلیدی‌ترین مؤلفه‌ها در بحران‌های اجتماعی، می‌تواند تأثیری عمیق‌تر از خود بحران داشته باشد. در عصر کنونی که شبکه‌های اجتماعی و فناوری‌های نوین ارتباطی، دنیا را به یک دهکده جهانی تبدیل کرده‌اند، اهمیت دانش سواد رسانه‌ای در تشخیص واقعیت و جلوگیری از آثار منفی بحران‌ها به‌وضوح مشهود است. غفلت از این دانش می‌تواند به فجایع روانی و اجتماعی جدی منجر شود. [۴-۳ و ۲۰-۲۱]. بر اساس یافته‌های پژوهش، آموزش سواد رسانه‌ای از پیش‌دبستانی تا دبیرستان و استفاده از ابزارهای آموزشی مناسب، می‌تواند به بهبود سلامت روان جامعه کمک کند. نظرات مصاحبه‌شوندگان نشان می‌دهد که بی‌دقتی در انتشار اخبار و مقابله با هیجانات رسانه‌ای از جمله آسیب‌های مهمی هستند که سلامت روانی خانواده‌ها را تهدید می‌کنند. این نکات نشان‌دهنده لزوم آموزش روش‌های تشخیص اخبار صحیح و جعلی، توسعه مهارت‌های چندرسانه‌ای و ارزیابی محتوای رسانه‌ها است [۲۲]. از سوی دیگر، یافته‌های کمی پژوهش نشان می‌دهد که بین درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. این ارتباط با یافته‌های قبلی همچون رضاداد و شعاعی [۱۱] و شین و همکاران [۱۹] همسو است و اهمیت توجه به اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای را برجسته می‌کند. همچنین، ارتباط معنادار بین گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای و سلامت روان، به‌ویژه در شرایط بحرانی، نیازمند تأمل بیشتری است. در نهایت، این پژوهش بر ضرورت توجه به آموزش سواد رسانه‌ای و ارتقاء تفکر انتقادی در جامعه تأکید می‌کند. با بهبود مهارت‌های تحلیلی و درک پیام‌های رسانه‌ای، می‌توان به بهبود سلامت روان جامعه کمک کرد و در مواجهه با بحران‌ها، رویکرد هوشمندانه‌تر اتخاذ کرد. در این مطالعه به مانند سایر پیمایش‌ها، انتخاب نمونه‌ای که به‌طور کامل نماینده جامعه آماری باشد، دشوار بود و ممکن است نتایج به‌دست‌آمده قابل تعمیم به کل جامعه نباشد. این پژوهش نشان می‌دهد که آموزش سواد رسانه‌ای باید به اولویت جدی برای جامعه تبدیل شود. توجه به این آموزش به افزایش توانایی افراد در تشخیص اخبار جعلی و محتوای نادرست کمک می‌کند و می‌تواند بهبود سلامت روان افراد را نیز به دنبال داشته باشد. از این‌رو، ضرورت دارد که سازمان‌ها و نهادهای مرتبط، برنامه‌های عملی و هدفمند برای ارتقاء سواد رسانه‌ای تدوین و اجرا کنند. در نهایت، پیشنهادی زیر بر اساس یافته‌های پژوهش به‌عنوان گام‌های کاربردی برای بهبود سواد رسانه‌ای و سلامت روان جامعه ارائه می‌شوند: افزایش برنامه‌های آموزشی سواد رسانه‌ای در مدارس و دانشگاه‌ها به‌منظور کاهش تأثیرات منفی اطلاعات نادرست و افزایش توانایی در تحلیل محتوای رسانه‌ها، ترویج فرهنگ نقد رسانه‌ای از طریق رسانه‌های عمومی و شبکه‌های اجتماعی جهت کاهش اضطراب و استرس ناشی از اخبار منفی و نادرست و تدوین سیاست‌های ملی برای تقویت سواد پیشنهادها، می‌توان گامی مؤثر در جهت افزایش سواد رسانه‌ای جامعه و تقویت سلامت روان شهروندان برداشت.

دارد [۴-۳ و ۲۰-۲۱]. در مجموع، بر اساس یافته‌های کیفی پژوهش می‌توان گفت که آموزش سواد رسانه‌ای از پیش‌دبستانی تا دبیرستان، سطح‌بندی و طبقه‌بندی آموزش سواد رسانه‌ای، تربیت متخصصان سواد رسانه‌ای، استفاده از ابزارهای کمک آموزشی متناسب با حوزه رسانه، بهره‌گیری از تشکلهای غیررسمی و رسمی، استفاده از رسانه ملی برای آموزش سواد رسانه‌ای، آموزش نحوه مواجهه با اخبار منفی و ارتقاء سواد رسانه‌ای خانواده می‌تواند ضمن افزایش سواد رسانه‌ای، زمینه‌های بهبود سلامت روان جامعه را فراهم آورد. همچنین، از دیدگاه مصاحبه‌شوندگان، دقت در انتشار اخبار منفی از سوی رسانه‌ها، شکل‌گیری آسیب‌ها، تأثیرپذیری از هیجانات ایجاد شده توسط رسانه‌ها، در خطر قرار گرفتن سلامت روانی خانواده‌ها، مشارکت فعال در فضای رسانه‌ای، آسیب‌پذیری باورهای جامعه و عدم امکان نظارت بر محتوای منتشر شده در فضای مجازی از مهمترین آسیب‌ها و ظرفیت‌هایی است که رسانه‌ها در زمینه سلامت روان جامعه از آن برخوردارند. علاوه‌براین، آموزش روش‌های تشخیص اخبار صحیح از جعلی، توسعه مهارت چندرسانه‌ای، آموزش نحوه برجسته‌سازی و دروازه‌بانی خبر، سنجش لحن و زبان خبر و استفاده بهینه از داده‌ها و اطلاعات به‌دست آمده از رسانه از مهمترین روش‌های آموزشی رسانه‌ای به‌منظور ارتقاء سلامت روان جامعه به شمار می‌آیند. علاوه‌براین، در بخش کمی پژوهش، یافته‌های آماری بیانگر آن است که بین درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، سلامت روان جامعه نیز افزایش خواهد یافت و برعکس. این یافته با نتایج مطالعه رضاداد و شعاعی [۱۱] و شین و همکاران [۱۹] همسو است. همچنین، نتایج نشان می‌دهد که بین اهداف پنهان پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، سلامت روان جامعه نیز افزایش یافت و برعکس. این یافته با نتایج مطالعه سالمی و همکاران [۱۵] و شین و همکاران [۱۹] همسو است. از سوی دیگر، یافته‌های آماری بیانگر آن است بین گزینش آگاهانه پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، به‌نظر می‌رسد با افزایش درک محتوای پیام‌های رسانه‌ای، سلامت روان جامعه نیز افزایش خواهد یافت و برعکس. این یافته با نتایج مطالعه رضاداد و شعاعی [۱۱] و واحدی و همکاران [۱۶] هم‌راستا است. علاوه‌براین، نتایج مبین آن است که بین نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای، سلامت روان جامعه نیز افزایش خواهد یافت و برعکس. این یافته با نتایج مطالعه رضاداد و شعاعی [۱۱] و سالمی و همکاران [۱۵] همسو است. همچنین، بر اساس یافته‌ها بیانگر آن است که بین تحلیل پیام‌های رسانه‌ای و ارتقاء سلامت روان جامعه ایران ارتباط معنادار آماری وجود دارد. به عبارت دیگر، با بهبود تحلیل پیام‌های رسانه‌ای میزان سلامت روان جامعه ایران رسانه‌ای با هدف ارتقاء توانایی شهروندان در درک پیام‌های رسانه‌ای و پیشگیری از تأثیرات منفی آن‌ها بر سلامت روان جامعه. با اجرای این

اعلان‌ها

Science. 2020, 16;11(3):131-5. doi: 10.1556/1646.10.2018.30

5. Mohammadi S, Valinejadi A, Saman JA, Karimpour H, Kaivanfar M, Safaeipour M, Mohammadi A, Kawyannejad R. Assessment of addiction to internet, smartphone and social networks among students of medical sciences: a cross sectional study. *Electronic Journal of General Medicine*. 2018; 15;15(4). DOI.ORG/10.29333/EJGM/85685
6. Langarizadeh M, Naghipour M, Valinejadi A, Tabatabaei SM, Yousefianzadeh O, Keraroudi SJ, Shamami ZM, Mirzaei A, Fallah AA. The relationship between information literacy, Internet addiction and general health of an Iranian medical students. *Koomesh*. 2018;20(2): 248 – 255. [In Persian] <https://brieflands.com/articles/koomesh-152955.pdf>
7. Datu JA, Wong GS, Rubie-Davies C. Can kindness promote media literacy skills, self-esteem, and social self-efficacy among selected female secondary school students? An intervention study. *Computers & Education*. 2021;1;161:104062. doi:10.1016/j.compedu.2020.104062
8. Doley JR, Rodgers RF, Paxton SJ, McLean SA. Effectiveness of recruitment strategies for a social media literacy E-intervention for young adults with body dissatisfaction: cost, time, diversity, and completion. *Eat Disord*. 2022;30(5):515-39. doi:10.1080/10640266.2021.1938855
9. Polanco-Levicán K, Salvo-Garrido S. Understanding social media literacy: A systematic review of the concept and its competences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022, 20;19(14):8807. doi:10.3390/ijerph19148807
10. Saei, M., Hosseini Moghaddam, M., Basirian Jahromi, H. Assessment of health literacy of tehranian and the factors affecting it. *Commun Res*, 2019; 26(99): 113-147. [In Persian] doi:10.22082/CR.2019.112855.1908
11. Rezadad N, Shoaee MH. The moderating role of media literacy in the relationship between family health level and emotional-behavioral problems of adolescents. *Communication & Religious*. 2020, 27(1): 323-365. [In Persian] doi: 10.30497/RC.2020.75523
12. Atrian, N., Omrani, G., Mahdikhani, M. Media literacy and social health: An analysis of the relationships between indicators among students of Islamic Azad University of Shahinshahr. *Society Culture Media*, 2020; 9(35): 31-53. [In Persian] doi: 20.1001.1.38552322.1399.9.35.2.8
13. Salemi, A., Khaniki, H., Sabouri Khosrowshahi, H., Hashemi, S. The relationship between social media consumption by the users and media literacy (in the domain of Tehran's Health). *Journal of Interdisciplinary Studies in*

ملاحظات اخلاقی: این پژوهش با رعایت کامل اصول اخلاق در پژوهش انجام شد. طرحنامه پژوهش مورد تایید کمیته اخلاق در پژوهش‌های واحد تهران مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی (نامه شماره ۸۱۴/۱۰۴۷۲) است. تمامی اطلاعات حاصل از پژوهش به صورت محرمانه و محفوظ مورد استفاده قرار گرفت و اصول اخلاقی مربوطه در این پژوهش رعایت شد.

حمایت مالی: مطالعه حاضر بدون حمایت مالی انجام شد.

تضاد منافع: نویسندگان اظهار داشتند که تضاد منافی وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان: حسن درزیان رستمی: مفهوم‌سازی، طراحی مطالعه، سرپرستی مطالعه، تحلیل داده، نگارش پیش‌نویس؛ بیتا شاه منصور: مفهوم‌سازی، طراحی مطالعه، تحلیل داده؛ رحمان ستوده:

مفهوم‌سازی، طراحی مطالعه، تحلیل داده، نگارش پیش‌نویس. تمام نویسندگان متن نهایی مقاله را مطالعه و تایید کردند.

رضایت برای انتشار: مورد ندارد.

دسترسی به داده‌ها: داده‌های پژوهش با ارسال ایمیل به نویسنده مسئول قابل دسترسی می‌باشد.

استفاده از هوش مصنوعی: در فرایند اجرای این مطالعه و نوشتن مقاله از ابزارهای هوش مصنوعی استفاده نشد.

تقدیر و تشکر: نویسندگان مراتب تشکر خود را از تمامی متخصصانی که در این پژوهش همکاری کردند، اعلام می‌کنند.

منابع

1. Tsortanidou X, Daradoumis T, Barberá-Gregori E. Convergence among imagination, social-emotional learning and media literacy: an integrative literature review. *Early Child Development and Care*. 2022, 25;192(2):173-86. doi:10.1080/03004430.2020.1753720
2. Ansari M, Mohammad moradi F, Khaledian M, Shekofteh M, Karimi A, Valinejadi A. Assessment of health literacy level in 18 30 year old adults: an Iranian experience. *Library Philosophy and Practice*. 2018; 7: 1-15. <https://core.ac.uk/download/pdf/189480057.pdf>
3. Kawyannejad R, Mirzaei M, Valinejadi A, Hemmatpour B, Karimpour HA, AminiSaman J, Ezzati E, Vaziri S, Safaeepour M, Mohammadi S. General health of students of medical sciences and its relation to sleep quality, cell phone overuse, social networks and internet addiction. *Biopsychosoc Med*. 2019;13:1-7. doi:10.1186/S13030-019-0150-7
4. Saman JA, Valinejadi A, Mohammadi S, Karimpour H, Mirzaei M, Kawyannejad R. Assessment of relationship between the use of cell phone and social networks and sleep quality in students of medical sciences: A cross-sectional study. *Interventional Medicine and Applied*

- protective behaviors amidst the COVID-19 pandemic. *J Health Commun.* 2021, 3;26(4):239-52. doi:10.1080/10810730.2021.1899345
19. Xin M, Luo S, Wang S, Zhao J, Zhang G, Li L, Li L, Lau JT. The roles of information valence, media literacy and perceived information quality on the association between frequent social media exposure and COVID-19 vaccination intention. *American Journal of Health Promotion.* 2023; 37(2):189-99. doi:<https://doi.org/10.1177/089011712211212>
20. Ziari A, Binaei F, Ansari M, Valinejadi A. The gap between the service quality and patients expectations in amir-al-momenin hospital of Semnan university of medical sciences in 2016, Semnan, Iran. *Koomesh.* 2018;20(2):221-7. [In Persian] <https://brieflands.com/articles/koomesh-152952.pdf>
21. Askari-majdabadi H, Valinejadi A, Mohammadpour A, Bouraghi H, Abbasy Z, Alaei S. Use of health information technology in patients care management: a mixed methods study in Iran. *Acta Inform Med.* 2019;27(5):311-317. doi: 10.5455/aim.2019.27.311-317.
22. Panahi S, Fahimi F, Asgharnezad Farid A, Ansari M. The effect of library use on improving the mental health of homeless people recovered from addiction. *Journal of Health Administration.* 2023; 26 (1) :90-109. doi: 10.22034/26.1.90.
- Communication and Media, 2021; 4(12): 5-36. [In Persian] doi: 10.22034/jiscm.2021.296970.1243
14. Jahangiri Zarkani R, Hashemi S, Geranmayeh Poor A. Investigating the relationship between media literacy and physical health literacy of citizens of Bandar Abbas. *Journal of Culture-Communication Studies.* 2021;22(55):39-62. [In Persian] doi: 10.22083/JCCS.2020.230109.3078
15. Salemi A, Khaniki H, Habib Sabouri KhosrowShahi H, Hashemi S. A path analysis on media health literacy and its relation to social media consumption in Tehran. *New Media Studies.* 2022, 21;8(29):74-41. [In Persian] doi: 10.22054/nms.2022.62608.1258
16. Vahedi Z, Sibalis A, Sutherland JE. Are media literacy interventions effective at changing attitudes and intentions towards risky health behaviors in adolescents? A meta-analytic review. *J Adolesc.* 2018 Aug 1;67:140-52. doi: 10.1016/j.adolescence.2018.06.007
17. Mingoia J, Hutchinson AD, Gleaves DH, Wilson C. The impact of a social media literacy intervention on positive attitudes to tanning: A pilot study. *Computers in Human Behavior.* 2019,1;90:188-95. doi:10.1016/j.chb.2018.09.004
18. Austin EW, Austin BW, Willoughby JF, Amram O, Domgaard S. How media literacy and science media literacy predicted the adoption of