**بررسی تاثیر محتوای رسانه های اجتماعی**

**بر ارتقای سواد سلامت با تاکید بر بهبود سواد رسانه**

الهام خسروی پور[[1]](#footnote-1)

**چکیده:**

امروزه شهروندان دیگر با رسانه های رسمی از قبیل تلویزیون و روزنامه برای دریافت اطلاعات وابسته نیستند و هر فرد می­تواند به عنوان شهروند-خبرنگار عمل نماید چراکه با کمک شبکه های اجتماعی که در رده ی پربیننده ترین های فضای مجازی قرار دارند می تواند به ایجاد ارتباطات جمعی میان فردی، تشکیل اجتماعات مجازی، اطلاع رسانی و ... بپردازد. محتوای شبکه های اجتماعی باعث شده حجم وسیعی از اطلاعات به جوامع وارد شود و به بالارفتن آگاهی در زمینه سلامت افراد کمک شود. اما در این میان لزوم بهبود سواد رسانه ی افراد حاضر در این شبکه ها در جهت تشخیص اطلاعات صحیح و معتبر بسیار بااهمیت است. هر روزه بسیاری از افراد اطلاعات سلامت آنلاین را جستجو می­کنند ولی غالبا بیشتر آنها به کیفیت اطلاعات داده شده توجهی نمی­کنند و یا حین جستجو سردرگم می­شوند. داشتن سواد رسانه ای کافی می­تواند به فهم بهتری از اطلاعات قابل اعتماد و منابع معتبر کمک کند. مقاله ی حاضر که به شیوه ی مروری-تحلیلی و با کمک منابع کتابخانه ای و اینترنتی تهیه شده تلاش دارد به کاربردهای شبکه های اجتماعی، مفهوم سواد سلامت و اهمیت فراگیری سواد رسانه در تاثیر شبکه های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت افراد بپردازد.

**واژگان کلیدی:** سواد، سواد سلامت، سواد رسانه، رسانه های اجتماعی، شبکه های اجتماعی، محتوا

**Investigating the effect of social media content on promoting health literacy with emphasis on improving media literacy**

**Abstract:**

Today, citizens are no longer dependent on official media such as television and newspapers for information, and anyone can act as a citizen-reporter because with the help of social networks, which are among the most viewed in cyberspace, they can Establish interpersonal communication, virtual communities, information, etc. The content of social networks has caused a large amount of information to enter the communities and help to raise awareness about people's health. But in the meantime, the need to improve the media literacy of the people present in these networks in order to identify accurate and valid information is very important. Many people search for health information online every day, but often most of them do not pay attention to the quality of the information provided or get confused while searching. Having adequate media literacy can help you better understand reliable information and credible sources. The present article, which is prepared in a review-analytical manner with the help of library and Internet resources, tries to address the applications of social networks, the concept of health literacy and the importance of learning media literacy in the impact of social networks on promoting health literacy.

**Keywords:** Literacy, Health Literacy, Media Literacy, Social Media, Social Networks, Content

**مقدمه:**

امروزه تحولی تازه و بسیار گسترده در عرصه ارتباطات و اطلاع رسانی در حال وقوع است که چشم اندازي کاملا تازه و متفاوت با مفهوم، عملکرد و تاثیر رسانه در برابر پژوهشگران قرار داده است. این تحول که بسیاري آن را انقلابی در عرصه ارتباطات و شروع پارادایم جدیدي در زندگی جوامع امروزي می­خوانند، ظهور و توسعه بسیار سریع و حیرت آور فناوريهاي جدید ارتباطی در جهان امروز است، که در طول زمانی کوتاه در سراسر جهان گسترش یافته است و مهم ترین شکل و نمایانترین محصول آن، شبکه اینترنت و رسانه هاي اجتماعی است. با پیشرفت روزافزون اینترنت و بخصوص رسانه هاي اجتماعی و افزایش تعداد منابع قابل دسترس از طریق این رسانه، مساله ارزیابی منابع و اطلاعات موجود در این شبکه جهان گستر به موضوعی قابل تامل و بحث برانگیز تبدیل شده است. ماهیت رسانه هاي اجتماعی به گونه اي است که هر فرد می تواند به عنوان تولیدکننده اطلاعات عمل کند و اطلاعات خود را در محیط وب قرار دهد.(نعمتی فر و همکاران، 1396، ص 144). شبکه های اجتماعی در سالهای اخیر جایگاه قابل توجهی در اینترنت پیدا کرده اند و به رده پربیننده ترین های فضای مجازی راه یافته اند. گرایش به سایتهای شبکه های اجتماعی در سراسر دنیا همچنان رو به رشد است، با اینکه عمر خیلی زیادی ندارند اما در زندگی روزمره افراد نقش بسیار پررنگی داشته اند و بسیاری از کاربران روزانه حداقل یک بار از صفحه شخصی خود در شبکه ای که عضو هستند بازدید می­کنند.(رحیمی و همکاران، 1398، ص 3).

دلايل متعددي موجب محبوبيت وب سايت هاي شبكه هاي اجتماعي و ترغيب كاربران به مشاركت در اين وب سايت ها شده اند. از ميان اين دلايل دو عامل برجسته هستند؛ اول: خود عامل شبكه سازي؛ توانايي شكل دهي شبكه هاي متفاوت با افرادي كه محل، ديدگاه هاي سياسي، آرزوها و تفريحات مشترك دارند. دوم: اين واقعيت كه كاربران مي­خواهند محتواي خود را بدون اين كه لازم باشد وظيفه تاسيس و مديريت وب سايت را تحمل كنند، بسازند. محتواي توليدي كاربران، ميليون ها نفر را قادر ساخته تا ديدگاه ها و ايدئولوژي ها و احساساتشان را بيان كنند و درباره عقايد ديگران هم كسب اطلاع كنند. كاربران وب سايت هاي شبكه اجتماعي، اكنون آزادند كه دقيقا آنچه را آرزو دارند، انجام دهند و هر نوع رابطه اي را كه دوست دارند، انتخاب كنند.(قصابی و نقیب السادات، 1394، ص 88). اهمیت اطلاعات دریافتی از طریق شبکه های اجتماعی ممکن است به دلیل وجود افراد مشهوری که از این پلتفرم ها برای پیشبرد برنامه های شخصی خود استفاده می­کنند، بیشتر شود. این ممکن است اثر ایجاد سیلوی اطلاعاتی داشته باشد، که در آن فرستنده پیام، با صحبت با مجموعه خاصی از ارزش ها و باورها، به طور موثر تخصص خود را مشخص کرده و یک شبکه ی بسته ایجاد می­کند که در آن اطلاعات نادرست می­تواند آزادانه جریان یابد. افرادی که مهارت‌های سواد سلامت محدود دارند ممکن است بیشتر در معرض خطر تسلیم شدن و انتشار اطلاعات نادرست و نادرست در شبکه‌های رسانه‌های اجتماعی باشند. تجزیه و تحلیل مجله تایم در سال 2014 از پست‌های توییتر نشان می‌دهد که 33 درصد از پست‌ها در سطح خواندن کلاس چهارم نوشته شده‌اند.(هارنت[[2]](#endnote-1)، 2020، ص 159). سواد سلامت به عنوان یک مساله و بحث جهانی در قرن 21 معرفی شده است. (رحمتی و همکاران، 1397، ص 21)، در سالهای اخیر، مراقبت به واسطه ی دیجیتالی شدن چهره ی جدیدی به خود گرفته و بر اطلاعات سلامت آنلاین و برنامه های کاربردی تلفن همراه در مراقبت سلامت تاکید شده است. سواد سلامت به دلیل تاثیر بر نحوه ی تصمیم­گیری اشخاص در خصوص سلامت، یکی از موضوعات مهم مدنظر سیاست گذاران برای ارتقای سطح سلامت جامعه و بالابردن کیفیت ارائه خدمات بهداشتی درمانی است. امروزه سواد سلامت ناکافی تهدید جهانی به شمار می­آید. آموزش سلامت با هدف بالابردن سطح سواد سلامت به مردم کمک می­کند تا درباره ی سلامت خود و جامعه تصمیم صحیح بگیرند. (نکوزاد و همکاران، 1398، ص 98). نظامهای بهداشتی نوین نقشها و انتظارات جدیدی برای بیماران به همراه دارند و از آنان می­خواهند تا به جستجوی اطلاعات برای حفظ تندرستی خود، پیشگیری از بیماریها، بالابردن کیفیت زندگی، اضطراب کمتر هنگام رویارویی با بیماری و شرکت در برنامه های مراقبت بهداشتی بپردازند. زیربنای این گونه تقاضاها، دانش و مهارت افراد در محیطهای مراقبت بهداشتی است که سواد سلامت نامیده می­شود که شامل توانایی افراد در دسـتیابی به اطلاعات و درک و عمل براساس اطلاعات سلامت می­باشد، به طریقی که منجر به حفظ و ارتقای سلامت آنها گردد. پژوهشها نشان می­دهد پایین بودن سواد سلامت، اثرات زیانبار بر سلامت بیماران شامل افزایش خطر در مواقع اضطراری، کمبود اعتماد به نفس و شایستگی اجتماعی، ابتلا به بیماریهای مزمن، بستری شدن در بیمارستان و در نتیجه هزینه ی درمانی بیشتر است. سواد سلامت پایین با انواع متعدد پیامدهای نامطلوب بهداشتی و استفاده­ی نامناسب از خدمات بهداشتی ارتباط دارد. این پیامدها شامل بستری شدن بیشتر، مصرف بیشتر داروها، توانایی کمتر برای مصرف مناسب داروها، درک نکردن برچسبهای دارویی و پیامهای بهداشتی و گزارشدهی ضعیف از وضعیت سلامت خود می­شود. افراد با سواد سلامت پایین، اطلاعات شفاهی و نوشتاری را که به وسیله ی پزشکان، پرستاران و بیمه گران داده می­شود، به خوبی درک نمی­کنند و نمی­توانند طبق رویه ها و دستورهای لازم مانند برنامه های دارویی عمل کنند و قادر نیستند خدمات بهداشتی مورد نیاز خود را در نظامهای بهداشتی به دست آورند. این افراد دانش کمی درباره ی شرایط درمانی داشته و از خدمات پیشگیرانه، کمتر استفاده می­کنند. (عربی و همکاران، 1397، ص 192). نتایج پژوهش راس و کامرون(2016) نشان داد که فیسبوک زمینه ای در رسانه های اجتماعی غنی برای بررسی ارتباطات بهداشتی و هدایت برنامه های رسانه های اجتماعی با هدف مدیریت سلامت فراهم می­کند. همچنین استفاده از تصاویر به همراه اطلاعات بر حمایت اجتماعی و تعامل کاربران و در نتیجه سلامت تاثیرگذار می­گذارد. همچنین نتایج پژوهش نصراله نژاد و سلمانی(1397) نشان داد آموزش مجازی باعث ارتقای سطح سواد سلامت و سلامت بیماران دیابت نوع 2 می گردد، به طور کلی می­توان گفت برای بالاتر بردن سواد سلامت بیماران دیابتی نوع 2 به نقطه ای که کم ترین میزان عوارض و پیامدهای ناشی از سبک زندگی غلط و رفتارهای خود مراقبتی نادرست را داشته باشد لازم است در خصوص آموزش (به ویژه آموزش مجازی برای جلوگیری از اتلاف وقت) به بیماران و آگاه ساختن آنان از بیماری خود برنامه ریزی صورت گیرد. رحمتی و همکاران(1397) در مطالعه ی خود بیان می­کنند که با توجه به پایین بودن سواد سلامت و ارتباط مستقیم آن با تبعیت درمانی، توجه هرچه بیشتر به امر سواد سلامت و افزایش آگاهی و آموزشهای لازم در سطح جامعه در جهت کاهش عوارض ناشی از بیماریهای مزمن ضروری می­باشد.

سواد سلامت پیش بینی کننده ی قوی سلامت است. حجم وسیعی از ادبیات نشان داده است که سواد سلامت بالاتر در سطح فردی، با پیامدهای سلامت بهتر، دسترسی بهتر به مراقبت های بهداشتی و رفتارهای مرتبط با سلامت مثبت تر همراه است. دلایل اینکه چرا سواد سلامت فردی این چنین شاخص سلامت قوی ای می­باشد به طور کامل درک نشده است. بهبود توجه به تاثیر شبکه های اجتماعی در جمع آوری، پردازش و تصمیم گیری اطلاعات سلامت ممکن است به تقویت ضعف تحقیقات موجود در زمینه سواد سلامت کمک کند. مجموعه کوچک و رو به رشدی از شواهد از ارتباط شبکه های اجتماعی با سواد سلامت به طور خاص پشتیبانی می کند. تحقیقات بسیاری نشان می‌دهند که مداخلات اجتماعی، شبکه‌های اجتماعی و/یا در سطح خانواده برای بهبود سواد سلامت می‌تواند به طور موثر نتایج سلامت را بهبود بخشد.(سنتل و همکاران، 2020، ص 2).

**در ادامه به کاربردهای شبکه های اجتماعی، مفهوم سواد سلامت و اهمیت فراگیری سواد رسانه در تاثیر شبکه های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت افراد پرداخته می­شود.**

**شبکه های اجتماعی:**

بی شک، شبکه هاي اجتماعی اینترنتی نقش بسیار موثري در توسعه ی آموزشهاي تخصصی و عمومی دارند. گرچه به علت عدم امکان نظارت علمی، بسیاري از محتواهاي اینترنتی هنوز به مرتبه ی قابل قبولی از اعتبار علمی نرسیده اند، اما در عین حال کاربران بیشمار آنها به صورت خودجوش اقدام به آموزش و انتقال دانسته هاي تخصصی و عمومی خویش به دیگران می­کنند.(دوست محمدی و خجسته، 1397، ص 252).

شبكه های اجتماعي، فضاهایي هستند که در دنیای مجازی برای ارتباط میان افراد مختلف، با سطوح متفاوت از لحاظ دسترسي، همانند فضاهای واقعي، به وجود مي­آیند. ایجاد ارتباطات جمعي و میان فردی، تشكیل اجتماعات مجازی، اطلاع رساني، تبادل اطلاعات و نظرات از شناخته شده ترین کارکردهای این فضاها هستند. شبكه های اجتماعي مجازی گونه ای از رسانه های اجتماعي هستند که بیشترین شباهت را به جامعه انساني دارند و به فرد امكان برقراری ارتباط با شمار زیادی از افراد دیگر، فارغ از محدودیتهای زماني و مكاني، سیاسي، فرهنگي و اقتصادی را مي­دهد. امروزه، استفاده از شبكه های اجتماعي مجازی باعث شده است حجم وسیعي از اطلاعات و برنامه های برون مرزی و فراسنتي به فضای فكری جوامع وارد شود و بر ابعاد مختلف زندگي فردی و جمعي تاثیر بگذارد.(زمانی و همکاران، 1398، ص 404). افراد نباید صرفا داراي دانش و آگاهی در زمینه سالم بودن و سالم ماندن باشند، بلکه باید داراي ظرفیت ها و شبکه هاي اجتماعی لازم باشند که این دانش و آگاهی را از طریق عمل و رفتار به بهترین شکل سلامتی تبدیل کنند.(پناهی و همکاران، 2018، ص 2).

به عنوان مثال همه‌گیری کنونی کووید-19 در ایالات متحده نه تنها بر عدم آمادگی برای یک رویداد جهانی بیماری تاکید می‌کند، بلکه یادآوری می‌کند که سواد سلامت برای درک چنین رویدادی و توانایی برای تفسیر، ارزیابی و استفاده از اطلاعات بهداشتی اهمیت حیاتی دارد. اکثر آمریکایی‌ها اکنون در انزوا هستند و به همین دلیل، بیش از هر زمان دیگری به منابع مبتنی بر اینترنت برای به دست آوردن اخبار و به‌روزرسانی‌های جدید درباره ویروس و جستجوی همراهی، اجتماع و حمایت در رسانه‌های اجتماعی متکی هستند. سایت‌های رسانه‌های اجتماعی مانند توییتر، فیس‌بوک، اینستاگرام و برنامه‌های پیام‌رسانی مانند واتس‌اپ و اسنپ چت فاقد فیلترهای معتبر هستند و ممکن است درباره سلامت و بیماری همه‌گیر، شایعات و حدس‌ها را بیشتر از حقایق واقعی منتشر کنند.(هارنت، 2020، ص 157).

**اهمیت فراگیری سواد رسانه در بکارگیری شبکه های اجتماعی:**

از آنجایی که اطلاعات آنلاین مستعد تحریف می­باشد ممکن است هنگام مواجهه با بحران ها مشکلاتی از قبیل ایجاد شایعات در رسانه های اجتماعی و عدم پیگیری رد شایعه پراکنان را در پی داشته باشند. رسانه های اجتماعی با نیروی انسجام ساده، سریع و قدرتمند خود می­تواند بر تبادل اطلاعات تاثیر بگذارد. در ایران فضای اینترنت منبع مهمی از انتقال اطلاعات برای مردم می­باشد. براساس آمارهای منتشر شده، تعداد کل کاربران اینترنت در ایران در سال 97 ، بالغ بر 74 میلیون و 518 هزار نفر برآورد شده است که از این تعداد بین 2 تا 17 میلیون نفر مخاطب فیسبوک، 40 تا 50 میلیون نفر کاربر تلگرام و 24 میلیون نفر مخاطب اینستاگرام وجود دارد. هنگامی که کانالهای رسمی و اصلی دستیابی به اطلاعات و سازمانهای پاسخگو با شکست مواجه می­شوند، شهروندان از رسانه های اجتماعی به عنوان رسانه جایگزین دستیابی به اطلاعات استفاده می­کنند. در طی دهه گذشته بسیاری از کشورهای توسعه یافته با رشد سریع دیجیتالی شدن روبررو شده اند. با ایجاد بسترهای شبکه های اجتماعی مردم آسانتر و سریعتر با یکدیگر ارتباط می­گیرند. همچنین طی دو دهه گذشته پژوهشها در رابطه با استفاده از رسانه های اجتماعی در هنگام بروز بلایا به صورت معنی داری افزایش یافته است. با استفاده از رسانه های اجتماعی(تلگرام، اینستاگرام، توییتر، فیسربوک و ..) و استفاده فراوان از دستگاه تلفن همراه چندین گزینه برای دریافت اطلاعات و حتی شرکت در گفتگوها در رابطه با فجایع رخ داده در اختیار عموم قرار دارد. امروزه شهروندان دیگر با رسانه های رسمی از قبیل تلویزیون و روزنامه برای دریافت اطلاعات وابسته نیستند و هر فرد می­تواند به عنوان شهروند-خبرنگار عمل نماید. در همین حال، سازمانهای پاسخگو راههایی را برای استفاده موثر از رسانه های اجتماعی جستجو می­کنند که شامل کانالهای رسانه اجتماعی برای اطلاعاتی است که می­تواند در پاسخ رسمی و نظارت بر اطلاعات نادرست و شایعات کذب مفید واقع شوند. بنابراین سواد رسانه ای در هنگام کار با رسانه های اجتماعی جهت القای خواسته ها و پذیرش مطالب عنوان شده حائز اهمیت می­باشد.(آینه و حسین پور، 1400، ص 85). ﺳﻮاد رسانه‌ای ﺑﺮﺧﻮرد ﻫﺪﻓﻤﻨﺪ ﺑﺎ رسانه‌ها اﺳﺖ ﮐﻪ ﻣﻮﺟﺐ ﺑﺎﻻ رﻓﺘﻦ ﺳﻄﺢ آﮔﺎﻫﯽ اﻓﺮاد ﺟﺎﻣﻌـﻪ به‌عنوان ﻣﺨـﺎﻃﺒﯿﻦ رسانه‌ها می‌شود و ﻣﻨﺠﺮ ﺑﻪ ارﺗﺒﺎﻃﯽ دوﺳﻮﯾﻪ و ﻣﺸﺎرﮐﺖ جویانِ ﺑﺎ رسانه‌ها از ﯾﮏ ﺳﻮ و ﺗﻘﻮﯾـﺖ ﺳـﺎﺧﺘﺎر دموکراتیک جامعه در راﺳﺘﺎی ﻣﺒﺎﺣﺚ ﻣﺸﺎرﮐﺖ ﻓﻌﺎل در ﺣﻮزه رﺳﺎﻧﻪ از ﺳﻮﯾﯽ دﯾﮕﺮ می‌شود.(طاهری، 1394، ص 2).

بیشتر رسانه ها از رسانه های چاپی گرفته تا رسانه های دیجیتالی بیش از پیش راجع به مسائل سلامت بحث و گفتگو میکنند و بیشتر به سلامت از بعد فردی توجه می­کنند، یعنی به عنوان مسئولیتی فردی تا بعد اجتماعی. با افزایش تعداد کانال های مرتبط با سلامت و بهداشت، امکان استفاده وسیعتر از اطلاعات سلامت فراهم شده است. پیشگیری از بیماریها و حفظ سلامت مبنای این کانال است. اغلب این کانال ها به گونه ای طراحی شده اند که شخصی سازی و مدیریت مسائل سلامت افراد امکانپذیر شده است. با این وجود باید توجه کرد با اینکه شبکه اجتماعی منبع بسیار خوبی برای کسب اطلاعات سلامت می­باشد با این حال همه کانال ها قابل اعتماد نیستند؛ داشتن سواد رسانه ای کافی می­تواند به فهم بهتری از اطلاعات قابل اعتماد و منابع معتبر کمک کند. برخلاف سیستم بهداشت و درمان که اطلاعات و محتوای سلامت را برای جامعه تولید می­کند، محتوای سلامت موجود در فضای مجازی غالبا نامشخص است و می­تواند ارتقاءدهنده سلامت باشد یا سلامت را به خطر اندازد. با توجه به اینکه هر روزه بسیاری از افراد اطلاعات سلامت آنلاین را جستجو می­کنند. غالبا بیشتر آنها به کیفیت اطلاعات داده شده توجهی نمی­کنند و یا حین جستجو گیج و سر در گم می­شوند. بدون تردید آموزش مفید و موثر در زمینه قابلیتها و روشهای استفاده از شبکه اجتماعی از مهارتهای زندگی و نحوه تعامل با دیگران به حساب می آید. (قادیان انارمرزی، 1398، ص2).

**مرکز سواد رسانه ای پنج مفهوم بنیادین سواد رسانه ای را چنین معرفی می کند:**

رسانه ها واقعیت را بازنمایی می­کنند; هر رسانه با مجموعه ای از قواعد خاص خود از زبانی ویژه بهره می­برد; رسانه ها ارزش ها و دیدگاههای خاصی را منتقل می­کنند ; مردم پیام های رسانه ای مشابه را به شیوه ای متفاوت فهم می­کنند; بیشتر پیام های رسانه ای در راستای کسب منفعت یا قدرت پی ریزی می­شوند. همتراز با مفاهیم مذکور پرسشهای زیر می تواند نقطه ی آغازین مهمی در فهم سواد رسانه ای به شمار آیند:

چه کسی پیام رسانه ای را ایجاد کرده است؟ چه فناوری هایی در راستای جذب توجه من به کار گرفته شده است؟ چه سبک زندگی، ارزش یا دیدگاهی در آن برجسته شده یا مورد بی اعتنایی قرار گرفته است؟ چه میزان ممکن است تا افراد مختلف فهم متفاوتی نسبت به من از این پیام رسانه ای داشته باشند؟ چرا این پیام رسانه ای ارسال شده است؟ به تعبیر دیگر،

"سواد رسانه ای در پی آن است تا چشم اندازهایی در اختیار افراد بگذارد تا آنها بطور فعالانه برای قرار گرفتن در معرض رسانه از آنها بهره ببرند تا معنای پیام هایی را که با آنها مواجهند، تفسیر کنند".(یزدان پناه و بیات کمیتکی، 1399، ص 929).

با گسترش روزافزون فناوریهای ارتباطی و توسعه فناوریهای دیجيتال، افراد با دورانی مواجهند که در آن توليد و عرضه محتوای رسانه ای در ابعاد و گستره بسيار وسيع، با تنوع بالا و سرعت بسيار زیاد امکان پذیر شده است. همين امر موجب شده است که روشها و بسترهای توليد محتوا به نحو شگفت آوری توسعه یابند و اذهان جامعه نيز در برابر حجم عظيمی از داده ها که به طرق مختلف و تحت شرایط گوناگون ارائه می­شوند و دارای آثار روانی و اجتماعی متفاوت هستند قرار گيرد؛ بنابراین مخاطبان محتواهای رسانه ای، نيازمند سوادی برای بهره گيری و مواجهه ی با رسانه ها، متناسب با عصر حاضر هستند. سواد رسانه ای توانایی افراد در فهم محتوای رسانه ای و قدرت تمایز، دسته بندی و ارزشیابی آنهاست. سواد رسانه ای در واقع قدرت دسترسی و استفاده، تحليل و ارزشیابی و نيز توانایی توليد و ایجاد محتوای رسانه ای است.(همراز و همکاران، 1399، ص 68).

**سواد سلامت و کاربرد آن:**

سواد سلامت به عنوان تمایل افراد برای دسترسی به منابع اطلاعاتی مرتبط با سلامت و درک کافی اطلاعات و پیام های مرتبط با سلامت به منظور تصمیم گیری در مورد مسائل مربوط به خدمات بهداشتی در طول زندگی توصیف می­شود و به افراد در حفظ و ارتقای سلامت و افزایش کیفیت زندگی کمک می­کند. سواد سلامت چیزی فراتر از داشتن مهارت های آموزشی اولیه برای به کارگیری مهارت های زبان، سواد و شمارش برای پردازش اطلاعات در مورد مسائل بهداشتی است. همچنین در مورد داشتن دانش، اعتماد به نفس و مهارت برای جستجو و تفسیر اطلاعات است. به عنوان مثال، برای دانستن اینکه وقتی ادعاهای مرتبط با سلامتی در مورد محصولات و فعالیت های خاص مطرح می­شود، به دنبال چه چیزی باشید، و همچنین بهتر می­توانید مفاهیم خطر و فایده مرتبط با انتخاب های مختلف سبک زندگی یا گزینه های مختلف درمان مراقبت های بهداشتی را درک کنید. سواد سلامت که به عنوان گامی اساسی در برنامه ریزی فعالیت های توسعه سلامت پذیرفته شده است، در تغییرات رفتاری مرتبط با سلامت و رشد مهارت ها به ویژه در دوران کودکی مهم است. علاوه بر این در پیشگیری از رفتارهای پرخطر سلامتی که ممکن است در آینده رخ دهد، به عنوان یک مفهوم مهم تعیین شده است که در دوران کودکی برای تقویت رفتارهای سالم باید مورد توجه قرار گیرد.(آیار و همکاران، 2021، ص 388).

به طور کلی بار بیماریهای روانی در جوامع در حال افزایش است و ابزار و وسایل جلوگیری از آن و آموزشهای لازم برای این کار در دسترس افراد قرار نمی­گیرد. یکی از دانشهایی که می­تواند در این مورد مفید باشد، سواد سلامت است.(علیزاده اقدم و همکاران، 1395، ص 383). سواد سلامت، مفهوم گسترده ای است که به شیوه های گوناگونی تعریف شده است. از نظر سورنسن و همکاران (2012) سواد سلامت ظرفیت افراد، مهارتها و انگیزه برای دسترسی، فهم و درک، ارزیابی و به کار بردن اطلاعات سلامتی است؛ که شامل

**دسترسی:** توانایی جستجو، یافتن و کسب کردن اطلاعات سلامت؛

**درک و فهم:** توانایی فهمیدن اطلاعات سلامت؛

**ارزیابی:** توانایی تفسیر، پالایش، قضاوت و ارزیابی اطلاعات سلامت و

**کاربرد:** توانایی ارتباط برقرار کردن و استفاده از اطلاعات به منظور بهبود و حفظ سلامت است. هر کدام از این چهار مفهوم، بعد مهمی از سواد سلامت را نشان می­دهند که نیازمند کیفیت شناختی است و به کیفیت اطلاعات سلامت فراهم شده بستگی دارد: دسترسی و کسب اطلاعات سلامت به درک، به روز بودن، و معتبر بودن آن بستگی دارد. درک و فهم اطلاعات به انتظارات، دریافت منفعت، نتایج شخصی و تفسیر علتها مربوط است. ارزیابی و پردازش اطلاعات به پیچیدگی، زبان حرفه ای(غیرمصطلح)، و درک بخشی از اطلاعات بستگی دارد و کاربرد و ارتباط موثر به ادراک مربوط است.(رحیمی و فتاحی، 1398، ص 202).

در سال های اخیر به دلیل افزایش توجه به مشارکت های مردم در تصمیم گیری و مدیریت بیماری، اهمیت سواد سلامت افزایش یافته است. ولی با این حال بررسی های مختلف طیف گسترده ای از سواد سلامت ناکافی را درکشورهای مختلف نشان می­دهد.(آقاملایی و همکاران، 1395، ص 37).

**تاثیر شبکه های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت:**

ابعاد گوناگون زندگی افراد به طور همه جانبه ای تحت تاثیر رسانه های نوین از جمله اینترنت و شبکه های اجتماعی قرار گرفته است به طوری که نمی­توان آثار و پیامدهای این فناوری های نوین اطلاعاتی و ارتباطی را انکار کرد.(آهنگری و همکاران، 1396، ص 41). امروزه رسانه‌های اجتماعی از طریق برنامه‌های کاربردی مختلف سریعا در حال پیشرفت هستند و برای دسترسی مردم به اطلاعات مرتبط با سلامت بسیار محبوب شده اند. فربرادر، کرتیس و گویدر[[3]](#endnote-2) (2016) در مطالعه خود درباره ی دسترسی به اطلاعات سلامت و سواد سلامت 53 کودک 9 تا 10 ساله مشخص کردند که کودکان می­توانند از طریق ابزارهای اطلاعاتی مختلف به اطلاعات مربوط به غذاهای سالم دست یابند (سایت های رسانه های اجتماعی، حرفه ای ها، تبلیغات). علاوه بر این، آکادمی اطفال آمریکا [[4]](#endnote-3)(2012) نشان داد که سایت های رسانه های اجتماعی اطلاعات مختلف مرتبط با سلامت را منتشر می­کنند و سطح سواد سلامت کودکان برای درک صحیح این اطلاعات مهم است. مطالعات مختلف دیگر نشان داده‌اند که سایت‌های رسانه‌های اجتماعی از سوی مردم برای انتشار اطلاعات مرتبط با سلامت مورد استفاده و ترجیح قرار می‌گیرند. همچنین تاکید شده است که این رسانه ها برای تصمیم گیری در مورد مسائل بهداشتی اهمیت حیاتی دارند. مطالعات انجام شده در رسانه‌های اجتماعی نشان داده است که تاثیر مثبتی بر کسب، شکل‌دهی و اشتراک‌گذاری اطلاعات و مهارت‌های ارتباطی افراد دارند و ارتباط قوی بین رسانه های اجتماعی و سواد سلامت در فرآیند توسعه سلامت وجود دارد. علاوه بر این، رسانه های اجتماعی به عنوان ابزار قدرتمندی برای انتشار اطلاعات واقعی مرتبط با سلامت به ویژه در کشورهای در حال توسعه مورد استفاده قرار گرفته است.(آیار و همکاران، 2021، ص 388).

شبکه اجتماعی به افراد توان تسهیم اطلاعات و ساختن جهانی آزادتر و با ارتباطات بیشتر را می­دهد. امروزه، شبکه های اجتماعی تاثیر اساسی بر زندگی ما دارند و کمک زیادی به ما در حوزه های مختلف می­کند. به طوریکه در حال حاضر مردم تمایل بیشتری به صرف زمان خود در محیط شبکه های اجتماعی دارند تا اینکه بخواهند دیدارهای فیزیکی داشته باشند. شبکه های اجتماعی نه تنها امکان ارتباط با دیگران را فراهم می­نمایند بلکه به افراد اجازه می­دهند تا خود را با سایر کاربران مقایسه نمایند. از طرفي هر پديده ی جدید، آثار و كاركردهاي مخصوص به خود را در جامعه دارد كه سبب تغييرات گسترده اي در جامعه مي­شود. شبکه های مجازی بر ابعاد مختلف زندگي فردي و اجتماعي افراد و در سطح کشورها و حتي بين الملل تاثيرگذارند که یکی از مهمترین ابعاد آن می تواند سواد سلامت افراد جامعه باشد. شبکه های اجتماعی به عنوان بخش جدایی ناپذیر زندگی بیشتر کاربران تبدیل شده است که نه تنها تاثیر عمیقی بر جنبه های اجتماعی کاربران در جوامع مختلف گذاشته است بلکه در زمینه های مختلف برای مثال: آموزشی، پزشکی و شغلی دارای کاربردهای فراوانی هستند. از سوی دیگر، بالا بودن هزینه های درمان و گسترش جوامع، استفاده بیش از پیش از اطلاعات الکترونیکی سلامت را می­طلبد.(رحیمی و فتاحی، 1398، ص 202). لذا می توان با توجه به سطح وسیع استفاده از شبکه های اجتماعی از این فرصت استفاده کرد و در جهت ارتقای سطح سواد سلامت و رفتارهای مرتبط با آن گامهای موثری را برداشت. در عین حال تقریبا از هر دو نفر ایرانی، یک نفر از سواد سلامت محدود برخوردار است. یافته های مطالعات محدود انجام شده در ایران نیز سواد سلامت مردم نقاط مختلف کشور را چندان مناسب ارزیابی نکرده اند. (پاشایی پور و همکاران، 1397، ص 68).

افراد در رسانه های اجتماعی به منظور پیدا کردن اطلاعات بهداشتی، حمایت از سوی گروههای آنلاین، بحث و گفتگو در انجمنها، بیان تجربیات و شرح وقایع مربوط به سیر سلامت و بیماری خود به فعالیت می­پردازند. بدیهی است که زمانی می­توان از این فناوری استفاده بهینه نمود که افراد جامعه سواد لازم برای استفاده از این اطلاعات را داشته باشند. بر این اساس سازمان بهداشت جهانی اخیرا در گزارشی، سواد سلامت را به عنوان یکی از مهمترین تعیین کننده های سلامت مشخص نموده است. افراد جامعه اکنون با مسائل و مشکلات و انتظارات بسیار متنوعتری به سوی نظامهای سلامت روی می­آورند، نه فقط برای برطرف کردن درد و درمان بیماریها و اختلالات عاطفی، بلکه برای دریافت توصیه درباره رژیم غذایی، تربیت کودک و رفتار جنسی و مواردی از این دست که قبلا از منابع دیگر آن را کسب می­کردند. وجود این انتظارات باعث شده است که معرفی، استفاده و توسعه ی روشهای جدید در فرایند ارائه خدمات سلامت با کیفیت بالاتر به عنوان یک اولویت اصلی در نظامهای سلامت تبدیل شود. با طراحی سیستمهایی که دارای ارتباط اجتماعی فعال بین مشارکت کنندگان هستند، می­توان طرحهایی که توانایی تغییر در عوامل اجتماعی مورد نیاز برای تغییر رفتار بهداشتی لازم است را ارائه نمود. با بکارگیری فناوریهای اجتماعی که از این استراتژیها استفاده می­کنند می­توان تغییر رفتارهای بهداشتی را مشاهده نمود. مطالعات انجام شده بر کارکنان اداری و غیر اداری نشان می­دهد که با مشکلات عمده جسمی، روانی و اجتماعی روبرو هستند. این در حالی است که فرصت پرداختن به امور سلامت در کارکنان بسیار محدود است و نقش شبکه های اجتماعی پررنگتر می­شود. نقش شبکه های اجتماعی در سلامت کارکنان عبارتند از: بر عهده داشتن مسئولیت مراقبت از خود بیمار و کاهش بار بر روی سیستم مراقبتهای بهداشتی، به وجود آوردن بستری به منظور به اشتراک گذاری تجربه ها، شرکت در اجتماعات آنلاین، احساس خوب شدن، افزایش کنترل بیماری، توانمندسازی شخصی، افزایش سطح دانش پزشکی، کسب نتایج مطلوب روانی، بهبود در تصمیم گیریهای درمانی و تغییر رفتار در جهت مثبت، کنترل بیماریهای مزمن و غیره. رسانه های اجتماعی افراد را در جهت رسیدن به یک چشم انداز بهتر در خصوص مشکلات سلامتی و بهداشتی و از بین بردن این نگرانیها یاری می­نمایند. سازمانهای بهداشتی، مانند مراکز کنترل و پیشگیری از بیماریها از رسانه اجتماعی برای ارتقای سلامت و حتی برای ارائه اطلاعات درباره خطرات بهداشتی استفاده می­نمایند. (پاشایی پور و همکاران، 1397، ص 68).

در دوران جدید با ویژگی ظهور وسایل ارتباطات نوین، جوامع تحت نفوذ رسانه اي قرار گرفته و به نظر می­رسد به منظور بقاء در این شبکه اطلاعاتی که در سراسر محیط فرهنگی انسان ریشه دوانیده، حفظ استقلال فکري و اندیشه، اجتناب از انفعال، بهره مندي از تفکر انتقادي و افزایش توانایی گزینش و انتخاب و رویارویی با این فرآیند پیچیده و فراگیر از طریق تکوین و تکامل سواد رسانه اي، قابل حصول تلقی می­شود. استفاده ی بهینه از رسانه های اجتماعی، نه تنها نیازمند سواد رسانه ای است، بلکه ممکن است با بهبود این مهارت ها همراه باشد. افراد با سواد رسانه اي در برابر اطلاعات رسانه اي، آسيب پذيري كمتري دارند. زيرا پيامهايي را كه به منظور تاثيرگذاري بر آنها طراحي و ارسال مي شود-در سطوح مختلف- مورد شناسايي قرار مي دهند.(خسروی پور و خسروی پور، 1400، ص 10 و 11).

**نتیجه گیری و پیشنهادها:**

ابعاد گوناگون زندگی افراد در عصر جهانی شدن به طور همه جانبه ای تحت تاثیر رسانه های اجتماعی نوین و شبکه های اجتماعی قرار گرفته است و این شبکه ها نقش بسزایی در بالارفتن دانش سلامت، خودمراقبتی ها، درک اطلاعات و برچسب های دارویی و بطور کلی ارتقای سواد سلامت افراد جامعه دارد. از آنجا که اغلب شبکه های اجتماعی فاقد فیلترهای معتبر هستند، ممکن است درباره سلامت و بیماری همه‌گیر، شایعات و حدس‌ها را بیشتر از حقایق واقعی منتشر کنند. امکان تحریف، وجود شایعات و یا حتی اطلاعات نادرست و نامعتبر در این اطلاعات آنلاین وجود دارد. در این رابطه سواد رسانه به شهروندان کمک می کند تا به فهم بهتری از اطلاعات قابل اعتماد و منابع معتبر برسند. لذا مخاطبان محتواهای رسانه ای، نيازمند سواد رسانه ای برای بهره گيری و مواجهه ی با رسانه ها، متناسب با عصر حاضر هستند. **باتوجه به اهمیت مطالب بیان شده، تاثیر محتوای رسانه های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت و نقش موثر سواد رسانه در این زمینه پیشنهادهای زیر ارائه می شود:**

* موضوع آشنایی با سواد سلامت و آموزش سواد رسانه ای از سوی نهادهای مختلف مورد توجه قرار گیرد.
* تدوین برنامه ی درسی مناسب برای آموزش سواد رسانه ای در مدارس و موسسات آموزش عالی از سنین پایین به افراد
* تعیین و معرفی پایگاهها و سایتهای اینترنتی معتبر فعال در حوزه مباحث مرتبط با اطلاعات و محتوای سلامت برای جامعه
* برگزاری سمینارهای علمی جهت آشنا ساختن تمامی افراد جامعه جهت توانمندساختن آنان با کسب مهارتهای لازم در این زمینه و بکارگیری صحیح شبکه های اجتماعی در جهت ارتقای سواد سلامت ضمن بهبود سواد رسانه
* انجام پژوهش های لازم در جهت سنجش سطح سواد سلامت، سواد رسانه و بررسی تاثیر رسانه های مختلف اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت در سازمانهای دولتی و خصوصی

**منابع:**

آقاملایی، تیمور و همکاران.(1395). ارتباط سواد سلامت با رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت دانش آموزان. مجله طب پیشگیری، سال 3، شماره 2، صص 43-36.

آهنگری، الهه و همکاران.(1396). بررسی رابطه استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه و میزان پای بندی به اعتقادات دینی دانش آموزان 12 تا 18 سال شهر کاشمر. فصلنامه علمی ترویجی مطالعات فرهنگی اجتماعی خراسان، سال 12، شماره 3.

آینه، معصومه و حسین پور، مهدی.(1400). بررسی تأثیر عوامل مؤثر در استفاده از رسانه های اجتماعی بر ارتقای سطح سواد سلامت الکترونیک شهروندان در بحرانها.

پاشایی پور، شهزاد و همکاران.(1397). بررسي ارتباط بين سواد سلامت و ميزان استفاده از شبکه هاي اجتماعي در کارکنان اداري دانشگاه علوم پزشکي تهران. مجله پژوهش پرستاري، دوره 13، شماره 2، صص 72-67.

پناهی، رحمان و همکاران.(1397). سواد سلامت: مولفه کلیدي کنترل عوامل اجتماعی تعیین کننده سلامت. مجله آموزش و سلامت جامعه، دوره 5، شماره 1، صص 3-1.

خسروی پور، الهام و خسروی پور، بهمن.(1400). نقش آموزش سواد رسانه ای در کاهش آسیب های شبکه های اجتماعی. اولین همایش الکترونیک مدیریت کسب و کار اخلاقی، دانشگاه آزاد اسلامی یزد، 25 آذرماه

دوست محمدی، مهدیه و خجسته، سعیده.(1397). بررسی رابطه ی بین میزان استفاده از شبکه هاي اجتماعی با اعتماد به نفس و سلامت روان اعضاي هیات علمی و دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز کرمان. فرهنگ در دانشگاه اسلامی، سال هشتم، شماره دوم.

رحمتی، مرضیه و همکاران.(1397). بررس رابطه سواد سلامت با تبعیت از رژیم درمانی در سالمندان مبتلا به پرفشاری خون. نشریه پژوهش پرستاری ایران، دوره 13، شماره 5، صص 21-15.

رحیمی، صالح و فتاحی، مرضیه.(1398). بررسی رابطه ی استفاده از شبکه های اجتماعی با سواد سلامت کاربران در کتابخانه های عمومی شهر ایلام در سال 1396. مجله دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران(پیاورد سلامت)، دوره 13، شماره 3، صص 210-201.

رحیمی، صالح و همکاران.(1398). توسعه سواد سلامت با استفاده از شبکه های اجتماعی. تعامل انسان و اطلاعات. جلد ششم، شماره دوم، صص 11-1.

زمانی، محمدتقی و همکاران.(1398). تأثيرميزان استفاده از شبكه هاي اجتماعی مجازي با نقش ميانجی گري كيفيت زندگی بر سلامت عمومی ورزشكاران جانباز و معلول ايران. مجله دانشكده پزشكي دانشگاه علوم پزشكي مشهد، سال 62، صص 410-403.

طاهری، لیلا.(1394). تأثیر ارتقای سواد رسانه‌ای بر کاهش آسیب‌های اجتماعی نوپدید و نقش تعاملی مددکاران اجتماعی نیروی انتظامی در کاهش آن. فصلنامه دانش انتظامی اصفهان، شماره 6، شماره پیاپی 13، صص 38-21.

عربی، حکیمه و همکاران.(1397). رابطه ی بین سواد سلامت با سبک زندگی ارتقادهنده ی سلامت و رفتار زیست محیطی. فصلنامه ی مطالعات توسعه ی اجتماعی- فرهنگی، دوره ی ششم، شماره ی 4، صص 216-191.

علیزاده اقدم، محمدباقر و همکاران.(1395). بررسی رابطه خودمراقبتی و سواد سلامت با سلامت روانی در بین شهروندان شهر تبریز. فصلنامه پژوهشهای سلامت محور، سال 2، شماره 4.

قادیان انارمرزی، فاطمه.(1398). نقش سواد رسانه بر سواد سلامت زنان در استفاده از فضای مجازی مطالعه موردی: زنان شهرستان محمود آباد استان مازندران. فصلنامه علمی تخصصی مطالعات کاربردی در علوم اجتماعی و جامعه شناسی، سال 2، شماره 2.

قصابی، فاطمه و نقیب السادات، رضا.(1394). نقش ارزش هاي فرهنگي بر محتواي شبكه هاي اجتماعي (مطالعه تطبيقي محتواي شبكه هاي اجتماعي ايراني و غيرايراني). رسانه و فرهنگ، پژوهشگاه علوم انساني و مطالعات فرهنگي، سال 5، شماره 1، صص 109-83.

نصراله نژاد، ژاله و سلمانی، زهرا.(1397). بررسی تاثیر آموزش مجازی بر اساس ابعاد سواد سلامت در بیماران دیابت نوع 2. اولین همایش فناوری اطلاعات و ارتقاء سلامت.

نعمتی فر، نصرت اله و همکاران.(1396). مطالعه سطح سواد رسانه اي کاربران رسانه هاي اجتماعی (مطالعه موردي کاربران شبکه اجتماعی تلگرام). فصلنامه مطالعات رسانه هاي نوین، سال چهارم، شماره 16.

نکوزاد، نیلوفر و همکاران.(1398). واکاوي تجربه هاي زیسته در ارتقاي سواد سلامت الکترونیکی دانشجویان علوم پزشکی: مدل مفهومی. فصلنامه پژوهش و برنامه ریزي در آموزش عالی، دوره 25 ، شماره 1، صص 122-97.

همراز، ویدا و همکاران.(1399). شیوه هاي مناسب براي برنامه سازي آموزش سواد رسانه اي در راديو جوان. دوفصلنامه علمی نامه فرهنگ و ارتباطات، سال 5، شماره 1، صص 104-67.

یزدان پناه، زین العابدین و بیات کمیتکی، مهناز.(1399). نقش سواد رسانه ای در تحقق گفتمان حقوق شهروندی. فصلنامۀ مطالعات حقوق عمومی، دوره 50، شماره 3، صص 937-921.

Ayar, D et al.(2021). Social Media Use Purposes of Children and The Impact of Their Self-Directed Learning with Technology on Health Literacy. DEUHFED, 14(4), 387- 394 DOİ: 10.46483/deuhfed.796132.

Harnett, S.(2020). Health Literacy, Social Media and Pandemic Planning. JOURNAL OF CONSUMER HEALTH ON THE INTERNET, VOL. 24, NO. 2, 157–162, <https://doi.org/10.1080/15398285.2020.1756677>.

Rus, H.M., Cameron, L.D., (2016). Health Communication in Social Media: Message Features Predicting User Engagement on Diabetes -Related Facebook Pages. The Society of Behavioral Medicine, 50(5), 678-689.

Sentell, T et al.(2020). Considering Health Literacy, Health Decision Making, and Health Communication in the Social Networks of Vulnerable New Mothers in Hawai‘i: A Pilot Feasibility Study. Int. J. of Environ. Res. Public Health 2020, 17, 2356; doi:10.3390/ijerph17072356

1. دانش آموخته ی کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، گرایش مدیریت منابع انسانی، اهواز، خوزستان، ایران ، Khosravipour1400@gmail.com [↑](#footnote-ref-1)
2. Harnett [↑](#endnote-ref-1)
3. Fairbrother, Curtis & Goyder [↑](#endnote-ref-2)
4. American Pediatric Academy [↑](#endnote-ref-3)