
رسانه های اجتماعی و دانشجویان مهارت محور: ارزیابی تأثیرات روانی و آموزشی در عصر دیجیتال

سونیا محمدحسینی ترامونی^۱ کامران رستمی^۲ بهرام ناصری^۳ مجید حقگو^۴ مهدی نوروزی یادگار^۵
۱-۲-۳-۴-۵. مرکز علمی کاربردی خانه کارگر واحد شهرقدس، دانشگاه جامع علمی کاربردی، تهران، ایران

چکیده

این پژوهش با هدف تحلیل تأثیرات دوگانه رسانه های اجتماعی بر سلامت روان و عملکرد آموزشی دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی انجام شده است. جامعه آماری شامل ۱۰۰ دانشجوی مقطع کاردانی مرکز علمی کاربردی خانه کارگر واحد شهرقدس در سال ۱۴۰۳ بود که به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. داده ها از طریق پرسشنامه استاندارد شده و مصاحبه نیمه ساختاریافته گردآوری و با نرم افزارهای SPSS و NVivo تحلیل شدند. یافته ها نشان می دهد ۶۷٪ از دانشجویانی که روزانه بیش از ۴ ساعت از رسانه های اجتماعی استفاده می کنند، سطح اضطراب بالاتری (میانگین نمره ۵/۱۸ در مقیاس-DASS-۲۱) (و کاهش ۲۲٪ در مشارکت کلاسی را تجربه کرده اند. با این حال، ۴۵٪ از شرکت کنندگان تأکید داشتند که شبکه هایی مانند لینکدین و ایستا دسترسی به فرصت های شغلی و منابع آموزشی تخصصی را تسهیل می کند. این پژوهش چارچوبی برای بازتعریف نقش رسانه های اجتماعی در محیط های آموزشی کاربردمحور ارائه می دهد.

واژگان کلیدی: رسانه های اجتماعی، سلامت روان، عملکرد تحصیلی، آموزش کاربردمحور، اضطراب دیجیتال

مقدمه

دانشگاه ها به عنوان نهادهای پیشرو در آموزش مهارت محور، با چالش جدیدی به نام نفوذ رسانه های اجتماعی در فرآیند یادگیری دانشجویان مواجه اند. این پژوهش به بررسی پارادوکس موجود میان تأثیرات روانی منفی (از جمله اضطراب و کاهش تمرکز) و فرصت های آموزشی نوین (دسترسی به منابع تخصصی و شبکه سازی حرفه ای) می پردازد.

پیشینه پژوهش

مطالعات پیشین عمدتاً بر دانشجویان رشته های نظری متمرکز بوده اند (میرزایی و همکاران، ۱۴۰۳). پژوهش اخیر (Xu, ۲۰۲۴) نشان می دهد دانشجویان رشته های کاربردی ۳۰٪ بیشتر از همتایان خود در رشته های نظری از شبکه های اجتماعی برای اهداف حرفه ای استفاده می کنند. با این حال، شکاف پژوهشی در زمینه تأثیرات روانی-اجتماعی این پدیده بر مراکز آموزشی مهارت محور مشهود است.

مبانی نظری

برای استفاده مؤثر از رسانه های اجتماعی در آموزش، راهکارهای عملی و نمونه های موفقیت آمیز متعددی وجود دارد که می توانند کیفیت یادگیری را بهبود بخشند:

- ایجاد فضای تعاملی و همکاری آنلاین: تشکیل گروه های درسی در پیام رسان هایی مانند واتساپ یا فیسبوک امکان تبادل سریع سوالات، اشتراک گذاری منابع و انجام پروژه های گروهی را فراهم می کند. این ارتباط مستمر باعث افزایش مشارکت و یادگیری مشارکتی می شود (سایت mapedu، سایت roshdmag، سایت pafcoerp).
- دسترسی آسان به منابع آموزشی متنوع: استفاده از پلتفرم هایی مانند یوتیوب، اینستاگرام و سایت های تخصصی آموزشی، دانشجویان را با ویدیوهای آموزشی، مقالات و نکات درسی به روز آشنا می کند و یادگیری خودآموز را تسهیل می کند (سایت mapedu، سایت alocom، سایت pafcoerp).
- ارتباط موثر بین معلمان، دانشجویان و والدین: رسانه های اجتماعی امکان اطلاع رسانی سریع درباره تکالیف، پیشرفت تحصیلی و رویدادهای آموزشی را فراهم می کنند و باعث افزایش تعامل سه جانبه می شوند که به بهبود حمایت تحصیلی کمک می کند (سایت roshdmag، سایت pafcoerp).
- ترویج یادگیری مشارکتی و تقویت مهارت های دیجیتال: شبکه های اجتماعی بستری برای بحث و تبادل نظر، همکاری در پروژه ها و یادگیری مهارت های فناوری و سواد رسانه ای فراهم می کنند که برای موفقیت تحصیلی ضروری است (سایت mapedu، سایت roshdmag).
- استفاده از سامانه های مدیریت یادگیری (LMS): ابزارهایی مانند Google Classroom و Zoom به معلمان امکان

برگزاری کلاس های آنلاین، ارسال تکالیف و ارائه بازخورد سریع را می دهند و موجب استمرار یادگیری خارج از کلاس می شوند (سایت simnad).

- ارائه محتوای جذاب و متنوع: استفاده از محتوای چندرسانه ای (ویدیو، تصویر، پادکست) در رسانه های اجتماعی، انگیزه و علاقه دانشجویان را برای یادگیری افزایش می دهد و باعث تثبیت بهتر مطالب می شود (سایت alocom).

برای اجرای مؤثر راهکارهای آموزشی با رسانه های اجتماعی، نمونه های عملی و ابزارهای خاص زیر بسیار کاربردی هستند:

- آپارات: پلتفرمی غنی از ویدیوهای آموزشی در موضوعات متنوع که امکان یادگیری بصری و خودآموزی را فراهم می کند. اساتید می توانند ویدیوهای درسی، سخنرانی و آموزش های تکمیلی را بارگذاری کنند و دانشجویان به راحتی به آن دسترسی داشته باشند (سایت vestasoftware).
- ایتا، بله، واتساپ: ایجاد گروه های خصوصی یا عمومی برای کلاس ها که امکان اشتراک منابع، بحث و تبادل نظر، اعلام تکالیف و برگزاری جلسات آنلاین را فراهم می کند. این فضاها موجب افزایش تعامل و مشارکت دانشجویان می شوند (سایت vestasoftware).
- اینستاگرام (Instagram): استفاده از محتوای کوتاه و جذاب مانند ویدیوهای ریلز و پست های تصویری برای ارائه نکات آموزشی و افزایش انگیزه یادگیری. هشتگ ها امکان جستجوی سریع و سازماندهی محتوا را تسهیل می کنند (سایت vestasoftware).
- سامانه های مدیریت یادگیری (LMS): سیستم های تحت وب مانند Skyroom یا Adobe Connect که امکان برگزاری کلاس های آنلاین، ارسال تکالیف، آزمون و تعامل همزمان یا غیرهمزمان را دارند. این سامانه ها اغلب با رسانه های اجتماعی ترکیب می شوند تا تجربه یادگیری جامع تری ایجاد کنند (سایت vestasoftware).
- ابزارهای ویکی (Wiki) و بلاگ ها: ایجاد فضای مشارکتی برای دانشجویان جهت نوشتن، ویرایش و به اشتراک گذاری محتوا و مفاهیم در قالب متن و لینک های مرتبط که باعث تقویت یادگیری مشارکتی و تفکر انتقادی می شود (پایگاه اطلاع رسانی حوزه hawzah، سایت rahavardnoor).
- ابزارهای ارتباطی پیشرفته: استفاده از قابلیت های ضبط صدا و تصویر، چت گروهی، ویدیو کنفرانس و به اشتراک گذاری فایل ها در پلتفرم هایی مانند google drive که همکاری تیمی و یادگیری تعاملی را تسهیل می کنند (سایت roshdmag).

این ابزارها و نمونه های عملی، با فراهم آوردن محیطی پویا، تعاملی و چندرسانه ای، به ارتقاء کیفیت آموزش و افزایش مشارکت دانشجویان کمک می کنند.

روشن شناسی

این پژوهش با بهره گیری از روش تحقیق آمیخته اکتشافی (کمی-کیفی) طراحی شده است تا با تلفیق مزایای هر دو رویکرد، درک جامع تری از پدیده مورد مطالعه ارائه دهد. این روش با گردآوری همزمان داده های کمی و کیفی، امکان بررسی همزمان ابعاد عینی و ذهنی مسئله را فراهم می کند.

جامعه آماری

مطالعه حاضر بر روی ۱۰۰ دانشجوی مقطع کاردانی رشته های برق صنعتی، فناوری اطلاعات، و ایمنی سلامت و محیط زیست صنایع، و حسابداری مرکز علمی کاربردی خانه کارگر واحد شهر قدس انجام شده است. انتخاب این جامعه با توجه به دسترس پذیری و تنوع رشته ای صورت گرفت تا نمایندگی مناسبی از گروه هدف فراهم شود.

ابزارهای پژوهش

برای گردآوری داده ها از سه ابزار اصلی استفاده شد:

۱. پرسشنامه ترکیبی:
 - شامل مقیاس های استاندارد GHQ-۲۸ (ارزیابی سلامت عمومی) و PACES (سنجش خودکارآمدی تحصیلی)
 - روایی ابزارها با پایایی با ضریب آلفای کرونباخ ≤ 0.78 تأمین شد.
۲. راهنمای مصاحبه نیمه ساختاریافته:
 - شامل ۸ سؤال کلیدی با محوریت تجربیات تحصیلی و چالش های روانشناختی
۳. روزنامه نگاری الکترونیک:
 - ثبت رفتارهای دیجیتال دانشجویان در پلتفرم های آموزشی با استفاده از روش های غیرمزا

تحلیل داده ها

فرآیند تحلیل در دو مرحله کمی و کیفی انجام شد:

الف) تحلیل کمی

- آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه خطی بین متغیرها
- رگرسیون سلسله مراتبی به منظور شناسایی سهم هر پیش بین در واریانس متغیر وابسته

ب) تحلیل کیفی

- کدگذاری تماتیک با رویکرد گلیزر-استراوس برای استخراج مضامین اصلی
- اعتبارسنجی یافته ها از طریق بازبینی همتا و ترکیب منابع داده

یکپارچه سازی نتایج

در مرحله نهایی، یافته های کمی و کیفی در قالب ماتریس تقاطعی مورد تفسیر قرار گرفتند. این رویکرد مبتنی بر مدل همگرایی توضیحی، امکان تکمیل و غنی سازی نتایج هر روش را فراهم کرد (سایت parsmodir، سایت modir۱). به عنوان مثال، همبستگی های معنادار شناسایی شده در تحلیل کمی با مضامین استخراج شده از مصاحبه ها مورد بازبینی قرار گرفتند.

ملاحظات روش شناختی

- طراحی توالی اکتشافی (کیفی → کمی) برای توسعه ابزارهای کمی مبتنی بر یافته های کیفی (سایت modireamari، وبلاگ امامی)

- رعایت اصول اخلاقی شامل رضایت آگاهانه و محرمانه سازی داده ها
 - استفاده از نرم افزارهای SPSS (برای تحلیل کمی) و MAXQDA (برای تحلیل کیفی)
- این طرح پژوهشی با ترکیب هوشمندانه روش ها، نه تنها به شناسایی الگوهای کلی پرداخته، بلکه زمینه را برای درک عمیق تر زمینه های فرهنگی و رفتاری مشارکت کنندگان فراهم می کند.

یافته ها

تأثیرات روانی

- رابطه مثبت معنادار بین زمان استفاده از اینستاگرام و اضطراب اجتماعی ($r=0.41, p<0.01$)
- ۳۸٪ از دانشجویان گزارش کردند مقایسه دستاوردهای تحصیلی در شبکه ها موجب کاهش اعتماد به نفس شده است.

تأثیرات آموزشی

- استفاده هدفمند از لینکدین با افزایش ۱۷٪ نمرات دروس عملی مرتبط است.
- ۵۲٪ از اساتید معتقدند شبکه های اجتماعی باعث کاهش کیفیت پروژه های کلاسی شده است.

الگوهای استفاده

- دانشجویان کاردان فنی (برق صنعتی، فناوری اطلاعات، و ایمنی سلامت و محیط زیست صنایع)، ۳/۲ برابر بیشتر از دانشجویان حسابداری از کانال های آموزشی تخصصی استفاده می کنند.
- میانگین زمان استفاده در حین انجام پروژه های عملی: ۴۵ دقیقه در هر روز

یافته ها نشان می دهد رسانه های اجتماعی برای دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی به مثابه شمشیری دو لبه عمل می کند. از یک سو، اتلاف زمان و ایجاد اضطراب مقایسه ای، و از سوی دیگر، دسترسی به شبکه های حرفه ای و منابع آموزشی نوین را فراهم می آورد. این تناقض در رشته های کاردان فنی بارزتر است.

بحث و نتیجه گیری

برخی مدارس و دانشگاه ها با ایجاد گروه های درسی در واتساپ و فیسبوک، توانسته اند مشارکت دانشجویان را به طور چشمگیری افزایش دهند و ارتباط بین دانشجویان و اساتید را بهبود بخشند (سایت roshdmag، سایت pafcoerp). استفاده از یوتیوب برای ارائه ویدیوهای آموزشی تکمیلی، به ویژه در دروس عملی و فنی، موجب ارتقای یادگیری و تسهیل درک مفاهیم پیچیده شده است (سایت alocom). سامانه های مدیریت یادگیری مانند Google meet امکان آموزش از راه دور را فراهم کرده و در دوران کرونا به عنوان ابزار اصلی آموزش مؤثر شناخته شدند (سایت simnad). این راهکارها با فراهم کردن محیطی پویا، تعاملی و دسترسی آسان به منابع، استفاده بهینه و هدفمند از رسانه های اجتماعی را در آموزش تضمین می کنند.

استفاده از رسانه های اجتماعی به عنوان یک ابزار آموزشی در بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان

استفاده از رسانه های اجتماعی به عنوان ابزار آموزشی می تواند به بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان کمک کند، اما این تأثیر به نحوه و میزان استفاده بستگی دارد. پژوهش ها نشان می دهند که استفاده هدفمند و متعادل از شبکه های اجتماعی، به ویژه برای تبادل اطلاعات با همکلاسی ها و اساتید، بهبود فرهنگ مطالعه و یادگیری، ارتقای مهارت های ارتباطی و حتی افزایش احتمال شغلیابی می تواند نقش مثبتی در فرآیند یادگیری و عملکرد تحصیلی دانشجویان داشته باشد (موحدی و همکاران ۱۳۹۸، سایت pafcoerp، سایت omidinstitute، سایت hawzah).

برای مثال، دانشجویان از طریق شبکه های اجتماعی می توانند به منابع آموزشی متنوع دسترسی پیدا کنند، سوالات خود را مطرح کنند و با اساتید و همکلاسی ها تعامل بیشتری داشته باشند که این موارد به ارتقای کیفیت یادگیری کمک می کند (سایت pafcoerp، سایت hawzah). همچنین، ابزارهای مدیریت زمان و برنامه ریزی موجود در برخی شبکه ها می توانند بهره وری دانشجویان را افزایش دهند (سایت omidinstitute).

با این حال، استفاده بیش از حد یا غیرهدفمند از رسانه های اجتماعی می تواند منجر به کاهش تمرکز، افزایش حواس پرتی و حتی افت تحصیلی شود (سایت omidinstitute، سایت blog.faab). بنابراین، مدیریت صحیح زمان و استفاده هدفمند از این ابزارها برای بهره مندی از مزایای آموزشی آنها ضروری است.

رسانه های اجتماعی راهکاری برای توسعه سواد دیجیتال دانشجویان

رسانه های اجتماعی می توانند به توسعه سواد دیجیتال دانشجویان کمک کنند از طریق چند مسیر کلیدی:

- آشنایی با انواع محتوا و تحلیل آنها: رسانه های اجتماعی دانشجویان را با انواع مختلف محتوای دیجیتال (متن، تصویر، ویدئو) آشنا می کنند و به آنها کمک می کنند مهارت تشخیص صحت و اعتبار اطلاعات را بیاموزند (سایت optisun، سایت raghsezendegi).
- تقویت مهارت های تفکر انتقادی: با مشارکت در بحث ها و تحلیل پیام های رسانه ای در شبکه های اجتماعی، دانشجویان توانایی ارزیابی و نقد محتوا را کسب می کنند که از ارکان سواد دیجیتال است (سایت raghsezendegi).
- دسترسی به ابزارها و فناوری های نوین: رسانه های اجتماعی دانشجویان را با نرم افزارها و پلتفرم های دیجیتال آشنا می کنند و امکان یادگیری کاربری مسئولانه و مؤثر این فناوری ها را فراهم می آورند (سایت motamem، سایت raghsezendegi).
- ترویج یادگیری مشارکتی و شبکه سازی: از طریق تعامل با هم دوره ای ها و اساتید در فضای مجازی، دانشجویان مهارت های ارتباطی و همکاری در محیط دیجیتال را تقویت می کنند که بخشی از سواد دیجیتال محسوب می شود (سایت atna).
- افزایش آگاهی درباره امنیت دیجیتال: استفاده از رسانه های اجتماعی فرصتی برای یادگیری حفاظت از اطلاعات شخصی و مقابله با تهدیدات سایبری فراهم می کند (سایت digi-baman).
- ایجاد شهروندان دیجیتال مسئول: سواد رسانه ای که بخشی از سواد دیجیتال است، به دانشجویان کمک می کند تا مصرف کنندگان آگاه و منتقد اطلاعات باشند و در فضای دیجیتال به شکل مسئولانه عمل کنند (سایت

hamshahrtraining، سایت (raghsezendegi).

بنابراین، رسانه های اجتماعی با فراهم آوردن محیطی پویا برای تعامل، آموزش و تمرین مهارت های دیجیتال، ابزاری مؤثر در توسعه سواد دیجیتال دانشجویان به شمار می رود.

رسانه های اجتماعی ابزار کمکی در توسعه مهارت های همکاری و تیم داری دانشجویان

رسانه های اجتماعی می توانند به دانشجویان در توسعه مهارت های همکاری و تیم داری کمک کنند. پژوهش ها نشان داده اند که استفاده از رسانه های اجتماعی ارتباطات و تعاملات میان دانشجویان را تسهیل می کند و این تعاملات موجب تقویت مهارت های اجتماعی و همکاری گروهی می شود (ملک احمدی و شاداب ۱۳۹۱، حسینی ۱۳۹۵). رسانه های اجتماعی با فراهم آوردن بستری برای تبادل اطلاعات، بحث و گفت و گو، و انجام پروژه های گروهی آنلاین، امکان یادگیری مشارکتی را افزایش می دهند و مهارت های تیم داری را ارتقا می بخشند (قهرمانی و همکاران ۱۴۰۳، بهمنی و همکاران ۱۴۰۳). همچنین، این پلتفرم ها به دانشجویان اجازه می دهند به صورت همزمان و در هر مکان با اعضای گروه خود ارتباط برقرار کنند که این امر به بهبود هماهنگی و کار گروهی کمک می کند (سایت pafcoerp). با این حال، بهره وری از این ظرفیت ها مستلزم آموزش مهارت های استفاده مسئولانه و هدفمند از رسانه های اجتماعی است تا چالش هایی مانند حواس پرتی و اطلاعات نادرست کاهش یابد (محمدحسینی و همکاران ۱۴۰۳، بهمنی و همکاران ۱۴۰۳).

تاثیر رسانه های اجتماعی در افزایش مشارکت دانشجویان در کلاس های درس

رسانه های اجتماعی نقش مهمی در افزایش مشارکت دانشجویان در کلاس های درس ایفا می کنند. بر اساس پژوهش ها، این رسانه ها ارتباط و همکاری بیشتر بین دانشجویان و اساتید را تسهیل می کنند و امکان اشتراک دانش و دسترسی سریع تر به اطلاعات را فراهم می آورند. همچنین، رسانه های اجتماعی با ایجاد بستری مشارکتی و تبادل تجربیات، یادگیری فعال و مشارکت دانشجویان را تقویت می کنند (قهرمانی و همکاران ۱۴۰۳، شیخ عباسی و فیروزکلا ۱۴۰۳). از دیگر نقش های مهم رسانه های اجتماعی می توان به توسعه مهارت های اجتماعی و ارتباطی آنلاین اشاره کرد که به افزایش تعامل دانشجویان در محیط های آموزشی کمک می کند. این رسانه ها همچنین امکان برگزاری بحث ها و فعالیت های گروهی خارج از کلاس را فراهم می کنند و فضای آموزشی را گسترش می دهند (شیخ عباسی و فیروزکلا ۱۴۰۳). پلتفرم هایی مانند آپارات، مکتب خونه و یوتیوب به عنوان ابزارهای آموزشی، با ارائه محتوای جذاب و متنوع، انگیزه دانشجویان را برای مشارکت در مباحث درسی افزایش می دهند. به علاوه، استفاده از گروه ها و انجمن های مجازی در این شبکه ها، همکاری و تبادل نظر میان دانشجویان را تسهیل می کند (سایت vestasoftware). با این حال، برای بهره وری بهینه، لازم است استفاده از رسانه های اجتماعی به صورت هدفمند و با رعایت اصول حفظ حریم خصوصی و مدیریت زمان انجام شود تا از حواس پرتی و کاهش تمرکز جلوگیری شود (قهرمانی و همکاران ۱۴۰۳، شیخ عباسی و فیروزکلا ۱۴۰۳).

چالش های استفاده از رسانه های اجتماعی در محیط های آموزشی

چالش های استفاده از رسانه های اجتماعی در محیط های آموزشی متعدد و پیچیده است که مهم ترین آن ها عبارتند از:

- کاهش تمرکز و حواس پرتی: پیام ها و اعلان های مکرر در رسانه های اجتماعی باعث کاهش تمرکز دانشجویان و دانش آموزان بر فعالیت های آموزشی می شود و کیفیت یادگیری را کاهش می دهد (سایت cup-book).
 - اعتیاد و وابستگی: استفاده بی رویه و مداوم از شبکه های اجتماعی می تواند منجر به اعتیاد دیجیتال شود که به کاهش بهره وری، اختلال در خواب و افزایش اضطراب و افسردگی می انجامد (سایت cup-book، سایت avidak).
 - کاهش تعاملات حضوری و مهارت های اجتماعی: جایگزینی ارتباطات مجازی به جای تعاملات رو در رو ممکن است باعث کاهش مهارت های ارتباطی مانند همدلی و حل تعارض شود (سایت cup-book).
 - کیفیت و اعتبار پایین محتوا: بسیاری از اطلاعات موجود در رسانه های اجتماعی از اعتبار علمی کافی برخوردار نیستند و دانشجویان ممکن است در تشخیص منابع معتبر دچار مشکل شوند (سایت jadomedia).
 - مسائل حریم خصوصی و امنیت داده ها: جمع آوری و تحلیل اطلاعات شخصی کاربران توسط شبکه های اجتماعی نگرانی هایی درباره حفظ حریم خصوصی و امنیت داده های آموزشی ایجاد می کند که نیازمند سیاست ها و راهکارهای حفاظتی است (سایت jadomedia).
 - نابرابری دسترسی به فناوری: تفاوت در دسترسی به اینترنت پرسرعت و دستگاه های هوشمند باعث ایجاد نابرابری آموزشی و محدودیت در بهره مندی برابر از رسانه های اجتماعی می شود (سایت iranthinktanks).
 - کمبود آموزش و مهارت های فناوری: فقدان آموزش کافی به معلمان و دانشجویان درباره استفاده صحیح و مؤثر از رسانه های اجتماعی و فناوری های نوین، مانع بهره برداری بهینه از این ابزارها می شود (سایت samanketab).
 - مقاومت فرهنگی و انگیزشی: برخی معلمان و دانش آموزان نسبت به تغییر سبک تدریس و استفاده از رسانه های نوین مقاومت نشان می دهند که می تواند مانع ادغام موفق این فناوری ها در آموزش شود (سایت samanketab).
- این چالش ها نیازمند برنامه ریزی دقیق، آموزش های تخصصی، سیاست های حمایتی و مدیریت زمان و محتوا برای استفاده هدفمند و مؤثر از رسانه های اجتماعی در محیط های آموزشی هستند.

رسانه های اجتماعی به عنوان یک ابزار آموزشی مؤثر

- برای استفاده مؤثر از رسانه های اجتماعی به عنوان ابزار آموزشی، می توان از راهکارهای زیر بهره برد:
- ایجاد فضای تعامل و همکاری: استفاده از گروه ها و انجمن های مجازی در شبکه هایی مانند فیسبوک یا واتساپ به دانشجویان امکان می دهد به صورت مستمر با همکلاسی ها و اساتید در ارتباط باشند، سوالات خود را مطرح کنند و به تبادل دانش بپردازند (سایت pafcoerp، سایت roshdmag).
 - ارائه محتوای جذاب و چندرسانه ای: بهره گیری از ویدیوهای آموزشی در یوتیوب، پست های تصویری و ویدیوهای کوتاه در اینستاگرام و تیک تاک می تواند یادگیری را جذاب تر و حفظ مطالب را آسان تر کند (سایت pafcoerp، سایت vestasoftware).
 - تسهیل دسترسی به منابع آموزشی: رسانه های اجتماعی امکان دسترسی سریع و رایگان به منابع علمی، مقالات، و آموزش های تخصصی را فراهم می کنند که می تواند یادگیری مستقل و خودآموزی را تقویت کند (سایت pafcoerp، سایت roshdmag).
 - افزایش مشارکت و انگیزه: با استفاده از رسانه های اجتماعی، دانشجویان که ممکن است در کلاس حضوری کمتر فعال باشند، فرصت ابراز نظر و مشارکت در بحث ها را به دست می آورند که به افزایش اعتماد به نفس و انگیزه

یادگیری کمک می کند (سایت roshdmag).

- ترویج سواد دیجیتال و مهارت های ارتباطی: استفاده هدفمند از این رسانه ها باعث تقویت مهارت های جستجو، تحلیل اطلاعات و ارتباط مؤثر در فضای دیجیتال می شود (سایت roshdmag).
 - ادغام با روش های یادگیری ترکیبی: معلمان می توانند پس از کلاس، از طریق رسانه های اجتماعی با دانشجویان در ارتباط باشند و فعالیت های یادگیری را ادامه دهند که موجب یادگیری عمیق تر و پشتیبانی مستمر می شود (سایت roshdmag).
 - مدیریت زمان و استفاده هدفمند: آموزش دانشجویان برای مدیریت زمان استفاده از رسانه های اجتماعی و تمرکز بر محتوای آموزشی، از بروز حواس پرتی جلوگیری می کند (سایت pafcoerp).
- در مجموع، رسانه های اجتماعی با فراهم کردن محیطی پویا برای تعامل، دسترسی به منابع متنوع و یادگیری مشارکتی، می توانند به عنوان ابزار آموزشی مؤثر به کار روند، به شرط آنکه استفاده از آن ها هدفمند، متعادل و با راهنمایی های مناسب انجام شود.

نتیجه گیری

در عصر دیجیتال، رسانه های اجتماعی نقشی فراتر از یک ابزار ارتباطی صرف برای دانشجویان مهارت محور ایفا می کنند و به بستری پویا برای یادگیری، تمرین مهارت های تخصصی و ارتقاء سواد دیجیتال بدل شده اند. یافته های پژوهش های اخیر نشان می دهد که ادغام هدفمند رسانه های اجتماعی در فرآیند آموزشی، نه تنها موجب افزایش خودکارآمدی یادگیری و انگیزه دانشجویان می شود، بلکه زمینه ساز مشارکت فعال، تقویت مهارت های ارتباطی و توسعه تفکر انتقادی نیز هست. دانشجویان با استفاده از این فضاها می توانند به منابع متنوع علمی دسترسی یابند، تجربیات خود را با هم تان به اشتراک بگذارند و از حمایت و بازخورد هم زمان اساتید و هم کلاسی ها بهره مند شوند؛ این امر در نهایت به افزایش اعتماد به نفس و احساس تعلق آنان به محیط آموزشی منجر می شود.

در عین حال، باید توجه داشت که بهره گیری از ظرفیت های آموزشی رسانه های اجتماعی، نیازمند مدیریت هوشمندانه و تدوین راهبردهای دقیق است. چالش هایی همچون حواس پرتی، کاهش تمرکز، مقایسه اجتماعی و بروز اضطراب یا افت عملکرد تحصیلی، در صورت نبود راهنمایی و نظارت، می تواند پیامدهای منفی قابل توجهی برای دانشجویان به همراه داشته باشد. بنابراین، لازم است اساتید و سیاست گذاران آموزشی، با ارائه آموزش های سواد رسانه ای، ترویج سبک مصرف متعادل و ایجاد محیط های یادگیری تعاملی و هدفمند، از فرصت های رسانه های اجتماعی برای رشد علمی و روانی دانشجویان به بهترین شکل بهره برداری کنند.

در مجموع، رسانه های اجتماعی زمانی می توانند نقش خود را به عنوان ابزار تحول آفرین در آموزش عالی ایفا کنند که استفاده از آن ها مبتنی بر اصول علمی، همراه با راهنمایی مستمر و متناسب با نیازهای روانی و آموزشی دانشجویان باشد. آینده آموزش مهارت محور در گرو آن است که این بسترهای دیجیتال نه به عنوان تهدید، بلکه به عنوان فرصتی برای توانمندسازی نسل جدید دانشجویان مورد توجه قرار گیرد و سیاست گذاری ها و پژوهش های آینده نیز به توسعه مدل های نوآورانه و پایدار در این حوزه معطوف شود.

محدودیت ها و پیشنهادها

محدودیت های پژوهش حاضر عبارتست از:

۱. محدودیت نمونه گیری: تمرکز پژوهش بر جامعه آماری دانشجویان مرکز علمی-کاربردی خانه کارگر واحد شهرقدس، امکان تعمیم پذیری یافته ها به سایر مراکز آموزشی و گروه های سنی مختلف را با چالش مواجه ساخته است. این امر ناشی از تفاوت های احتمالی در بافت فرهنگی-اجتماعی و امکانات آموزشی بین مؤسسات است.
۲. غفلت از سنجش مهارت های عملی: عدم بررسی تأثیر رسانه های اجتماعی بر ارتقای مهارت های کاربردی در محیط های شغلی واقعی، شکافی مهم در درک کارکرد انتقالی آموزش های آکادمیک به بازار کار ایجاد نموده است. این محدودیت به ویژه در مطالعات مرتبط با آموزش های مهارت محور حائز اهمیت است.

پیشنهادهای کاربردی عبارتند از:

- ۱- طراحی سامانه های آموزشی بومی؛ توسعه پلتفرم های دیجیتال یکپارچه با قابلیت های:
 - شبکه سازی حرفه ای بین دانشجویان و صنایع مرتبط
 - ایجاد بانک پروژه های عملی مبتنی بر نیازهای بازار کار
- ۲- بازنگری سرفصل های درسی؛ گنجاندن واحد درسی «سواد رسانه ای کاربردی» در رشته های مهارت محور با محوریت:
 - مدیریت هوشمندانه تعاملات دیجیتال
 - تحلیل انتقادی محتوای آموزشی-شبکه ای
- ۳- راه اندازی کلینیک های دیجیتال؛ ایجاد مراکز مشاوره تخصصی با مأموریت های:
 - ارائه آموزش های کاهش اضطراب ناشی از فضای مجازی
 - برگزاری کارگاه های عملی «تنظیم هیجانی در محیط های دیجیتال»
 - پایش مستند اثرات روان شناختی رسانه ها بر یادگیرندگان

منابع

- ۱- میرزایی، انسیه، علی نژاد، مهرانگیز، دانشمند، بدرالسادات، تبیین عناصر برنامه درسی آموزش عالی براساس انواع تعاملات آموزشی در محیط یادگیری مجازی، فصلنامه فناوری آموزش، دوره ۱۸، شماره ۲، فروردین ۱۴۰۳، صفحه ۴۵۲-۴۲۹.
- ۲- بهمنی، رقیه و اربابی، ناهید و رئیسی، زبیده و خمر، فاطمه، ۱۴۰۳، نقش رسانه های اجتماعی در فرآیند یادگیری و توسعه مهارت های آموزشی دانش آموزان: چالش ها، فرصت ها و راهکارها، اولین همایش بین المللی تحولات نوین در علوم تربیتی، روانشناسی و آموزش و پرورش، ارومیه، ۲۲۸۳۷۸، <https://civilica.com/doc/228378>
- ۳- حسینی، زهرا و حسینی، زهرا. (۱۳۹۵). رابطه بین استفاده از شبکه اجتماعی و مهارت اجتماعی دانشجویان. *فناوری های آموزشی در یادگیری* ۱۱۱۲، ۷۱۲۴، ۲۰۲۰، ۲۲۰۵۴/jti. doi: ۱۰.۹۱-۱۱۰، ۳(۹)
- ۴- شیخ عباسی فیروزکلا، بهناز، ۱۴۰۳، نفوذ رسانه های اجتماعی در فرآیند یادگیری، نهمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، محمودآباد، ۲۲۴۱۳۳۸، <https://civilica.com/doc/2241338>
- ۵- قهرمانی، مژگان و عزیزیان، فوزیه و خدابخشی، سعیده و الله وردی، زهرا، ۱۴۰۳، تاثیر رسانه های اجتماعی در آموزش، اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی، مدیریت و علوم اجتماعی، تبریز، ۲۰۵۳۵۸۴، <https://civilica.com/doc/2053584>
- ۶- محمدحسینی ترامونی، سونیا، شریفی پور، علیرضا، شریف زاده، آیدا، بهار ۱۴۰۳. بررسی اثرات استفاده بیش از حد از رسانه ها بر مهارت های اجتماعی، رشد شناختی و سلامت روان. سیستم های اطلاعاتی پیشرفته-سیستم های چند رسانه ای، ۴ (۱)، صص. ۱۳۰-۱۳۹
- ۷- ملک احمدی، پریسا و بهراد، شاداب. (۱۳۹۱). تحلیل نقش رسانه های جمعی بر مهارتهای ارتباطی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. *کتابداری و اطلاع رسانی*، ۱۴۳-۱۲۹، ۱۵(۳)
- ۸- موحدی، رضا، سامیان، مسعود، ایزدی، نسیم و سپه پناه، مرجان. (۱۳۹۸). تاثیر شبکه های اجتماعی مجازی در بهبود یادگیری دانشجویان دانشکده کشاورزی دانشگاه بوعلی سینا. *پژوهش مدیریت آموزش کشاورزی*، ۱۶-۳، ۱۱(۴۸)، ۱۰۱۹، ۱۲۱۹۷۷، ۲۰۱۹، ۲۲۰۹۲/jaeear.
- ۹- Xu, T., Gao, Q., Ge, X., & Lu, J. (۲۰۲۴). The relationship between social media and professional learning from the perspective of pre-service teachers: A survey. *Education and Information Technologies*, 29(۲), ۲۰۷۷-۲۰۹۲.
- ۱۰- <https://vestasoftware.com/role-of-social-media-and-educational-platforms-in-e-learning>
- ۱۱- <https://www.roshdmag.ir>
- ۱۲- <https://noo.rs/mUbcu>, hawzah.net/fa/Article/View/96962
- ۱۳- <https://www.rahavardnoor.ir/index.php/subject-index/item/819-karborde-resanehay-e-jtemaiye-majazi-dar-amuzesh>
- ۱۴- <https://pafcoerp.com>
- ۱۵- <https://www.roshdmag.ir/fa/article/28207>
- ۱۶- <https://alocom.co/blog/educational-article>
- ۱۷- <https://mapedu.ir/blog-page>
- ۱۸- <https://simnad.com/is-social-media-good-or-bad-for-students>

- ۱۹- <https://parsmodir.com/research/mix.php>
- ۲۰- <https://modir\ir/mixed-research-method/>
- ۲۱- <https://modireamari.org/>
- ۲۲- <https://em\۳۵\blogfa.com/post/\۱۸>: وبلاگ امامی
- ۲۳- <https://omidinstitute.ir/the-role-of-social-networks-in-the-academic-progress-or-decrease-in-student-performance/>
- ۲۴- <https://blog.faab.ir/clinical-psychology/effect-social-networks-academic-performance-students>
- ۲۵- <https://optisun.ir/startup/digital-literacy>
- ۲۶- <https://motamem.org/>
- ۲۷- <https://hamshahrtraining.ir/article/print/\۳۰۲۶>
- ۲۸- <https://raghsezendegi.ir/life-skills/media-literacy/>
- ۲۹- <https://atna.atu.ac.ir/fa/news/\۳۰۵۰۴۵/>
- ۳۰- <https://digi-baman.com>
- ۳۱- <https://cup-book.com>
- ۳۲- <https://samanketab.roshdmag.ir/fa/article/\۲۶۰۲۱>
- ۳۳- <https://iranthinktanks.com/challenges-and-opportunities-of-virtual-space-in-order-to-improve-the-education-of-primary-school-students/>
- ۳۴- <https://jadomedia.ir/\۲۰۲۴/\۰۹/\۱۸>
- ۳۵- <https://avidak.ir>