DOI: 10.48305/jims.v44.i876.1639

مجله دانشکده پزشکی اصفهان | سال چهل و چهارم/شماره‌ی ۸۷۶/هفته‌ی سوم مهر ۱۴۰۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۵/۰۵/۲۵ | تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۷/۱۵ | تاریخ چاپ: ۱۴۰۵/۰۷/۲۲

# مدل مفهومی پیشگیری از ترومای ثانویه ناشی از اخبار جنگ ایران با نقش سواد رسانه‌ای: یک مرور روایتی

غلامرضا عسکری[۱]، مهدی احمدی‌فر[۲]

مقاله مروری

## چکیده

**مقدمه:** جنگ ایران، به جز پیامدهای فیزیکی، با هجوم اخبار، تصاویر خشونت‌آمیز و شایعات آنلاین، زمینه گسترده‌ای برای تجربه ترومای ثانویه و اضطراب فراگیر در جمعیت غیرنظامی فراهم نمود. این مطالعه با هدف مرور روایتی راهکارهای پیشگیری از ترومای ثانویه و پیامدهای ناشی از اخبار جنگ با تاکید بر نقش سواد رسانه‌ای انجام شد.

**روش‌ها:** این مرور روایتی بر اساس مقیاس سنجش کیفیت مقالات مروری و با جست‌وجوی کلیدواژه‌ها شامل «سواد رسانه‌ای»، «بحران نظامی»، «جنگ»، «اخبار»، «سلامت روان» و «تاب‌آوری روانی»، «ترومای ثانویه»، «فرسودگی روانی»، «اضطراب» و «پریشانی» در پایگاه‌های بین‌المللی و داخلی در بازه زمانی خردادماه ۱۴۰۴ تا مهرماه ۱۴۰۵ انجام شد. از بین رکوردهای اولیه، پس از غربال‌گری، ده مقاله مرتبط با هدف مطالعه انتخاب و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد مواجهه مکرر با اخبار جنگ از طریق ایجاد چرخه‌های دوم‌اسکرولینگ یا پیمایش وسواسی اخبار منفی، با مشکلات سلامت روان، اختلال در سبک زندگی، اضطراب اطلاعاتی ناشی از تناقض منابع، افت عملکرد دانش‌آموزان و فرسودگی کادر درمان ارتباط مستقیم دارد. آموزش سواد رسانه‌ای و ارزیابی منبع، تشخیص شایعه و درک الگوریتم‌ها با بهبود خودتنظیمی رفتاری، توانمندی فردی و مهارت‌های ارتباطی برای کاهش آسیب‌های روانی، عصب‌شناختی و اجتماعی نقش حفاظتی دارند.

**نتیجه‌گیری:** اخبار جنگ در منازعات مدرن، به آسیب‌های زیست‌شناختی و روان‌شناختی می‌انجامد. ارتقای تاب‌آوری روانی جامعه، مستلزم سرمایه‌گذاری بر سواد رسانه‌ای، آموزش بهداشت رسانه‌ای، تعدیل استفاده از خبر، بهبود سبک زندگی، مداخلات حمایت روانی و دسترسی به‌موقع به حمایت‌های تخصصی سلامت روان در دوران بحران و پسابحران است.

**واژگان کلیدی:** جنگ؛ سواد رسانه‌ای؛ سلامت روان؛ ترومای ثانویه؛ اضطراب؛ اخبار

**ارجاع:** عسکری غلامرضا، احمدی‌فر مهدی. **مدل مدل مفهومی پیشگیری از ترومای ثانویه ناشی از اخبار جنگ ایران با نقش سواد رسانه‌ای: یک مرور روایتی.** مجله دانشکده پزشکی اصفهان ۱۴۰۵؛ ۴۴ (۸۷۶): ۱۶۳۹- ۱۶۴۵.

## مقدمه

در عصر ارتباطی نوین، مرزهای فیزیکی میدان‌های نبرد از میان رفته و ابعاد جنگ‌های معاصر، به قلمروهای دیجیتال و فضای شناختی شهروندان گسترش یافته است. در منازعات سال‌های اخیر، جریان بی‌وقفه اخبار جنگ از طریق بسترهای چندرسانه‌ای، شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان‌های فوری، جمعیت‌های غیرنظامی را چه در خط مقدم و چه در فواصل صدها کیلومتر دورتر از مرکز درگیری، در معرض مواجهه مداوم با محتوای بحران قرار داده است (۱). اگرچه دسترسی به اطلاعات، در زمان بحران‌های امنیتی حق طبیعی مخاطبان و امکانی برای آمادگی و صیانت از خویش است، اما استفاده افراطی از اخبار اضطراب‌آور یا پیمایش فاجعه‌بار Doomscrolling، مخاطبان را با اشباع اطلاعاتی و فرسایش روانی مواجه می‌نماید (۲). این وضعیت هنگامی دشوارتر می‌شود که انتشار گزارش‌های جنگی، به ابزاری برای القای وحشت و ابهام تبدل می‌شود.

در بطن پیامدهای بهداشتی و روانی مواجهه رسانه‌ای، سازه ترومای ثانویه Secondary Traumatic Stress قرار دارد؛ وضعیتی بالینی و روانی که نشانگان آن با اختلال استرس پس از سانحه مرتبط است و فرد بدون حضور مستقیم در رویداد آسیب‌زا، صرفا با شنیدن، مشاهده یا مرور شواهد درد و رنج دیگران به آشفتگی شناختی، افکار پارانوئیدی و اضطراب فراگیر دچار می‌شود (۳). در اینجا بایستی خاطر نشان کرد بمباران رخدادهای خشن به‌صورت تصویر و متن و به طور پیوسته، می‌تواند آسیب‌های ثانویه هم‌سطح با مواجهه مستقیم

۱- استاد علوم تغذیه، گروه تغذیه بالینی، دانشکده‌ی تغذیه و علوم غذایی، مرکز تحقیقات تغذیه و امنیت غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۲- معاونت تحقیقات و فناوری، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

**نویسنده‌ی مسؤول:** غلامرضا عسکری: استاد علوم تغذیه، گروه تغذیه بالینی، دانشکده‌ی تغذیه و علوم غذایی، مرکز تحقیقات تغذیه و امنیت غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

Email: askari@mui.ac.ir

و اختلال عملکرد به همراه داشته باشد (٤). در مواجهه با چنین پیامدهایی، دیگر نمی‌توان تنها بر راهکارهای فردی مقطعی مانند اجتناب کامل از رسانه تکیه کرد؛ پس در اینجا، ضرورت بازتعریف و به‌کارگیری سواد رسانه‌ای Media Literacy به‌عنوان مداخله‌ای محافظتی و مصون‌بخش مطرح می‌شود؛ مهارتی انتقادی و شناختی که به فرد امکان می‌دهد منابع را اعتبارسنجی کند، سوگیری‌های روایت‌های بحران را بازشناسد و عادات استفاده رسانه‌ای خود را برای صیانت از سلامت روان بازتنظیم نماید (٥، ٦).

شواهد تجربی و پژوهش‌های مبتنی بر مرور سیستماتیک در سال‌های اخیر، این گزاره‌ها را با داده‌های عینی تایید کرده‌اند. در پژوهشی پیرامون مواجهه با تصاویر گرافیکی درگیری‌های مسلحانه، مشخص شد نه صرفا میزان ساعات استفاده، بلکه نوع و ماهیت بصری محتوا عاملی تعیین‌کننده در تشدید پریشانی حاد روانی است؛ یافته‌ای که به لزوم آموزش عمومی سواد رسانه‌ای و شناخت محتواهای دستکاری‌شده تصویری انجامیده است (٤). مطالعات میدانی در جریان بحران‌های منطقه‌ای مانند درگیری مسلحانه و جنگ نیز بیانگر آن است که مواجهه زیاد با روایت‌های دیجیتال جنگ مواردی چون خستگی عاطفی، فرسودگی ناشی از همدلی و افت سلامت روان و اختلال خواب دانشجویان و کارکنان را موجب می‌شود (٧-٩). در این بین، فراتحلیل‌های حوزه سواد رسانه‌ای موید آن هستند که مداخلات ساختارمند آموزشی سواد رسانه‌ای به‌طور معناداری، مهارت افراد را در ارزیابی صحت اطلاعات و مقاومت در برابر اطلاعات نادرست در زمان بحران افزایش می‌دهند (١٠). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند، آموزش‌های سواد رسانه‌ای با راهبردهای تنظیم هیجان و بهداشت دیجیتال، به‌عنوان ضربه‌گیر شناختی عمل کرده و نقش استفاده از اخبار جنگی در بروز نشانه‌های ترومای ثانویه را تعدیل می‌کند (٦، ١١، ١٢).

با وجود شواهد گوناگون در رابطه با پیامدهای آسیب‌زای مواجهه با اخبار جنگ از یک‌سو، و ارزش سواد رسانه‌ای از سوی دیگر، ادبیات پژوهشی موجود با شکاف دانشی در این زمینه مواجه است؛ به این صورت‌که بیشتر مطالعات پیشین، به بررسی ارتباط بین استفاده رسانه‌ای و افت سلامت روان پرداخته‌اند یا سواد رسانه‌ای را تنها در بعد شناختی و تشخیص شایعات در زمان صلح مطالعه کرده‌اند. همچنین با وجود گذشت کمتر از دو سال از جنگ با ایران و کافی نبودن مطالعات انجام شده، این مرور روایتی با هدف تدوین مدل مفهومی پیشگیری از ترومای ثانویه ناشی از اخبار جنگ با ایران با نقش سواد رسانه‌ای انجام شد.

## روش‌ها

مطالعه‌ی حاضر به‌صورت مرور روایتی، بر مبنای استلنداردهای مقیاس سنجش کیفیت مقالات مرور روایتی SANRA-a scale for the quality assessment of narrative نگارش شد (١٣). جست‌وجوی منابع علمی در پایگاه‌های استنادی بین‌المللی شامل PubMed/MEDLINE، Scopus، Web of Science و همچنین پایگاه‌های داده ملی شامل مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)، (Magiran) و Irandoc انجام شد. بازه زمانی جستجو در پایگاه‌ها، طبق تاریخ آغاز جنگ ایران (خردادماه ١٤٠٤) تا زمان حاضر تعیین شد. استراتژی بازیابی داده‌ها با بهره‌گیری از اصطلاحات نمایه‌شده در سرعنوان‌های موضوعی پزشکی (MeSH) و کلیدواژه‌های آزاد در عنوان، چکیده و کلمات کلیدی مقالات، به کمک عملگرهای بولی (AND/OR) انجام شد. واژه های اصلی در پایگاه‌های بین‌المللی شامل ترکیب واژگان حوزه آموزش و سواد رسانه‌ای (“Media Literacy”, “Critical Media Literacy”, “Digital Literacy”, “Health Literacy”) حوزه بحران‌های نظامی و جریان اخبار (“War”, “Armed Conflict”, “Crisis News”, “War Exposure”, “Doomscrolling”) و حیطه‌ی سلامت روان و ترومای ثانویه (“Secondary Traumatic Stress”, “Vicarious Trauma”, “Psychological Distress”, “PTSD”, “Anxiety”, “Resilience”) بود و معادل‌های استاندارد فارسی همین کلیدواژه‌ها شامل «سواد رسانه‌ای»، «بحران نظامی»، «جنگ»، «اخبار»، «سلامت روان» و «تاب‌آوری روانی»، «ترومای ثانویه»، «فرسودگی روانی»، «اضطراب» و «پریشانی»، در پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی جستجو شدند.

گزینش مطالعات، بر اساس معیارهای ورود و خروج مشخص صورت گرفت؛ بدین ترتیب مقالات پژوهشی اصیل شامل کمی، کیفی و ترکیبی، کارآزمایی‌های میدانی، مطالعات مقطعی و مقالات مروری منتشرشده به زبان‌های فارسی و انگلیسی که به تحلیل ارتباط بین استفاده رسانه‌ای اخبار جنگ و سلامت روان پرداخته یا نقش سواد رسانه‌ای، خودتنظیم‌گری و راهبردهای تاب‌آوری شناختی- رفتاری را در تعدیل این آسیب‌ها بررسی کرده بودند، جستجو و وارد فرآیند بررسی شدند. یادداشت‌های کوتاه و نامه به سردبیر، چکیده‌های همایشی فاقد متن کامل و گزارش‌های غیرپژوهشی از مطالعه خارج شدند. فرایند غربالگری با حذف رکوردهای تکراری آغاز شد و سپس ارزیابی عنوان‌ها، چکیده‌ها و در نهایت ارزیابی نقادانه متن کامل مقالات توسط دو پژوهشگر به‌صورت مستقل صورت گرفت؛ در موارد بروز اختلاف‌نظر نیز با بررسی مجدد داده‌ها و دستیابی به توافق مشترک عمل شد. داده‌ها در جدول استخراج داده بر اساس نام نویسنده اصلی، سال انتشار، مکان انجام در صورت ذکر، روش مطالعه و یافته اصلی ارائه شدند.

پژوهشگران، اصول بین‌المللی اخلاق در نشر را رعایت نمودند؛ منابع بر اساس شیوه استناددهی ونکوور ارجاع داده شده و اصل صداقت

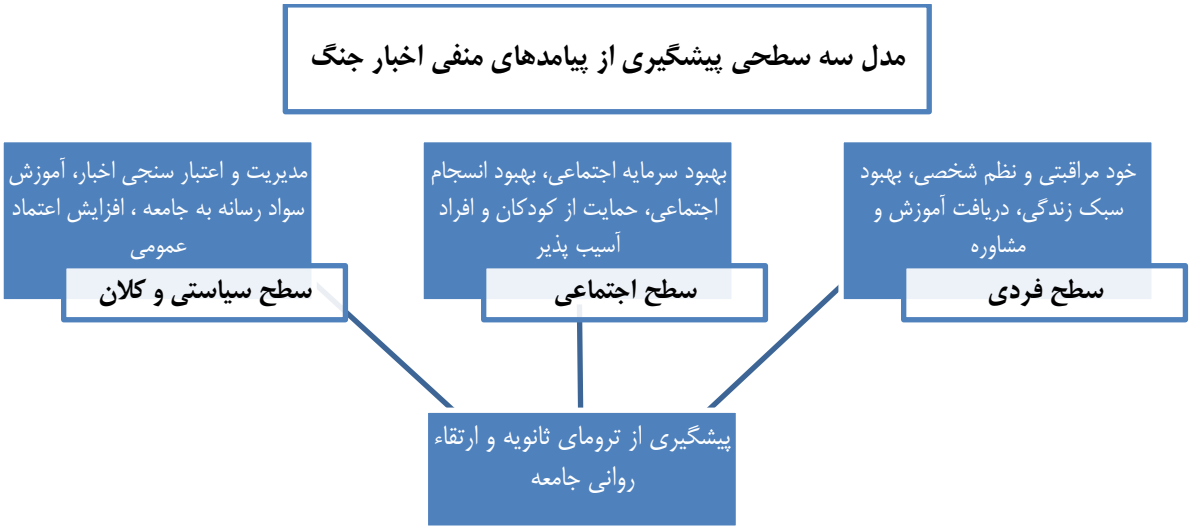
و امانت‌داری علمی بدون دستکاری در داده‌ها، سرقت ادبی یا گزینش‌گری سوگیرانه نتایج رعایت شد. پژوهشگران متعهد شدند روایت‌های موافق و متناقض درباره اثربخشی سواد رسانه‌ای را به‌طور بی‌طرفانه منعکس کنند و در کلیه مراحل مطالعه، تضاد منافع مالی یا وابستگی غیرعلمی به رسانه‌ها و نهادهای ذی‌نفع که بر نتایج تاثیرگذار باشد، وجود نداشته است.

## یافته‌ها

داده‌های ۱۰ مقاله کیفی، مروری و مقطعی مرتبط با سواد رسانه و پیامدهای روانی جنگ با ایران، در جدول ۱ ارائه شد.

**جدول ۱. داده‌های مطالعات مرتبط با سواد رسانه و پیامدهای روانی جنگ با ایران**

| ردیف | نویسنده و سال | نوع مطالعه | مکان | نمونه | یافته |
|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | Sabri و همکاران ۲۰۲۵ | مقطعی | خوی | ۴۷۲ بزرگسال | با توجه به ارتباط بین سواد رسانه‌ای و کاهش استرس و اضطراب، تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی برای ارتقای سواد رسانه‌ای در جامعه می‌تواند راهکاری موثر برای حمایت از سلامت روان، به‌ویژه در شرایط بحرانی مانند جنگ باشد (۱۴). |
| ۲ | مهدی‌پور ۲۰۲۵ | کیفی | تهران | ۳۸۵ پست و خبر | راهکارها برای مقابله با نفوذ جنگ، شامل تدوین دکترین ملی، بازنگری در برنامه‌های درسی مدارس، ایجاد رشته دانشگاهی رسانه و ادراک، معرفی شاخص ملی تاب‌آوری شناختی و توسعه شبکه‌های سواد رسانه‌ای جامعه‌محور است (۱۵). |
| ۳ | Sokhanvar و Zareipour ۲۰۲۵ | مرور دامنه | | ۲۵۰ رکورد | قرار گرفتن در معرض محتوای رسانه‌های مرتبط با جنگ، با مواردی چون افزایش اضطراب، علائم افسردگی و تظاهرات مرتبط با تروما، به ویژه در جمعیت غیرنظامی مرتبط است (۱۶). |
| ۴ | Kashani و همکاران ۲۰۲۶ | نظام مند و فرا تحلیل | | ۱۵ رکورد | ارتقای سواد سلامت و سواد رسانه‌ای می‌تواند ضمن بهبود تاب‌آوری در مناطق درگیر در جنگ، میزان اضطراب، افسردگی و PTSD را کاهش دهد (۱۷). |
| ۵ | محسنیان ۱۴۰۵ | مروری | | | تمرکز سیاست‌گذاری‌ها بایستی بر ایجاد نظامی منسجم برای پایش و تحلیل روایت‌های رسانه‌ای، تقویت هماهنگی نهادی در مدیریت اطلاعات و ارتقای سواد رسانه‌ای عمومی باشد تا ظرفیت کشور برای مواجهه فعال و هوشمندانه با جنگ شناختی افزایش یابد (۱۸). |
| ۶ | شبیری و همکاران ۱۴۰۵ | مروری | | ۷ رکورد | طراحی مداخلات در ابعاد مختلف شامل پایش روانی کودکان، آموزش تاب آوری، ارتقای سواد رسانه ای با حمایت های روانی، پزشکی و تغذیه ای ضروری است. کاهش آسیب های روانی جنگ در کودکان، نیازمند سیاست گذاری جامع و هماهنگی بین بخشی در سطح ملی و بین المللی می باشد (۱۹). |
| ۷ | متقی و همکاران ۱۴۰۵ | مروری | | | به دلایل مختلف از جمله تاثیر رسانه‌ها بر ادراک ژئوپلیتیکی، شکل‌دهی به افکار عمومی و سیاست خارجی و نقش آنها در جنگ اطلاعاتی و همچنین نقش‌آفرینی در تقویت هویت ملی و جهت‌دهی به بحران‌های ژئوپلیتیکی، ضرورت اتخاذ رویکرد ژئوپلیتیکی در آموزش سواد رسانه‌ای به طور استراتژیک برای ایران لازم است (۲۰). |
| ۸ | پیرزاد ۱۴۰۵ | مروری | | | در شرایط آتش بس و پس از جنگ، احتمال افزایش شیوع اختلالات روانی، اضطراب، استرس، ترس و افسردگی در در عموم مردم به‌ویژه کسانی که سابقه ابتلا به این اختلالات را دارند وجود دارد (۲۱). |
| ۹ | Jouzi و همکاران ۲۰۲۶ | مرور نظام مند | | ۲۲ رکورد | مداخلات چندبعدی و جامعه‌محور می‌توانند به کاهش پیامدهای حاد روانی-اجتماعی و تقویت تاب‌آوری در بحران‌های کوتاه‌مدت کمک کنند (۲۲). |
| ۱۰ | زهیری و خوجیر ۲۰۲۶ | کیفی ثانویه | | ۴۰ رکورد | در بعد جسمانی، رسانه از طریق مواجهه بیش‌ازحد با اخبار، هم‌زمان موجب اختلالات خواب و کاهش عملکرد جسمانی می‌شد و در عین حال، دسترسی به خدمات اورژانسی و پزشکی از راه دور را از طریق پلتفرم‌های دیجیتال تسهیل می‌کرد. در بعد روانی، مواجهه رسانه‌ای مرتبط با جنگ، ترومای ثانویه، جستجوی اطلاعات ناشی از اضطراب مانند پدیده غرق شدن در اخبار منفی و علائم اختلال استرس پس از سانحه را تشدید می‌کرد؛ در حالی که تنظیم هیجان و راهکارهای خودمراقبتی دیجیتال، تاب‌آوری را افزایش می‌دادند. در بعد اجتماعی، یافته‌ها بر ماهیت دوگانه رسانه تاکید داشتند: از یک سو کاهش سرمایه اجتماعی و اعتماد عمومی ناشی از اطلاعات نادرست و جعل عمیق، و از سوی دیگر، احیای انسجام اجتماعی از طریق ارتباطات بحران فراگیر و راهبردهای پیش‌دستانه برای خنثی‌سازی اطلاعات نادرست. در بعد معنوی، رسانه می‌توانست از طریق بازنمایی ارزش‌های تمدنی، مناسک مذهبی و روایت‌های فرهنگی مشترک، یا اقتدار مذهبی را تضعیف کند یا به تقویت رفاه معنوی بپردازد (۲۳). |




**شکل ۱. مدل مفهومی پیشگیری از پیامدهای منفی اخبار جنگ**

## بحث

تحلیل شواهد استخراج داده‌های مطالعات مرتبط با جنگ با ایران، تعامل بین استفاده رسانه‌ای، بار اطلاعاتی و سلامت روان در شرایط بحران حاد جنگی را نشـــان می‌دهد. این یافته‌ها حکایت از آن دارند در نبردهای مدرن، مرزهای آســـیب‌دیدگی روانی محدود به خطوط مقدم یا اهداف برخورد فیزیکی نیســـت، بلکه زنجیره و بافت ارتباطی و روایت‌های رسانه‌ای به‌طور مستقیم در فرایند شکل‌گیری ترومـا، بازتولید اضـطراب جمعی و فرســـودگی تـاب‌آوری روانی مـداخلـه می‌کننـد. از نظر سبب‌شـناسـی، قرار گرفتن مداوم در معرض محتوای رسـانه‌ای مرتبط با جنگ با مجموعه‌ای از پیامدهای نامطلوب شـــامل اضـــطراب فراگیر، نشانه‌های افسردگی، اختلال خواب، پیمایش وسواسی اخبار فاجعه‌بار و تظاهرات اختلال استرس پس از سانحه مرتبط است. با این حال، تحلیل مقطعی این مطالعات نشـان می‌دهد سـواد رسـانه‌ای و سـواد سـلامت با نقش حفاظتی و تعدیل‌کننده می‌توانند زنجیره تبدیل اخبار هشـداردهنده به ترومای ثانویه را قطع کنند.

در تبیین ارتباط بین سـواد رسـانه‌ای و شـاخص‌های روان‌شـناختی، مطالعه‌ی Sabr و همکاران روی نمونه‌ای از بزرگسالان شهرستان خوی پس از جنگ ۲۰۲۵، شـواهد عینی مسـتقیمی ارائه می‌دهد مبنی بر اینکه سطوح بالاتر سواد رسانه‌ای با کاهش معنادار میزان استرس، اضطراب و افسـردگی همبسـتگی دارد (۱٤). این یافته با نتیجه‌گیری مرور نظام‌مند و فراتحلیل Kashani و همکاران همسـو بود؛ مطالعه‌ای که تصـریح کرد، سواد سلامت و سواد رسانه‌ای در مناطق درگیر منازعه نظامی، از یک‌سو تاب‌آوری شـناختی- روانی را ارتقا می‌دهد و از سـوی دیگر، شـیوع و شـــدت اضـــطراب، افســـردگی و PTSD را مهار می‌نماید. از دیدگاه شـناختی، سـواد رسـانه‌ای به مخاطب این ظرفیت را می‌دهد که اهداف پشت بازنمایی‌های تصویری و زبانی را درک کرده، سوگیری منفی‌نگری ذهن را مهار کند و به‌جای مواجهه منفعلانه و هیجان‌محور با خبر، کنش‌گری آگاهانه و خودتنظیم‌گر را انتخاب کند (۱۷).

Sokhanvar و Zareipour در مرور دامنه، با تمرکز بر جنگ شناختی مبتنی بر رسانه، بر این واقعیت صحه می‌گذارند که قرار گرفتن کنترل‌نشـــده در معرض اخبار جنگی، آســـیب‌پذیری روانی جمعیت غیرنظامی رابه طور قابل توجهی افزایش می‌دهد (۱٦). تطبیق این یافته‌ها حاکی از آن اسـت که آموزش سـواد رسـانه‌ای در زمان بحران، در واقع نوعی ایمن‌سازی شناختی در برابر فرسودگی روانی است.

ابعاد آسیب‌شناختی و حمایتی اخبار جنگ در مطالعه‌ی کیفی ثانویه زهیری و خجیر، در چهار حیطه تفکیک‌پذیر جسـمانی، روانی، اجتماعی و معنوی طبقه‌بندی شـــده اســـت که درک دقیق‌تری از پیامدهای جنگ ایران فراهم می‌آورد. در بعد جســـمانی، افراط در اســـتفاده از اخبار به اختلال در کیفیت و تداوم خواب و افت کارکرد فیزیولوژیک می‌انجامد؛ اگرچه همین بستر رسانه‌ای در صورت مدیریت مناسب توانسته است دسترسی به خدمات اورژانس و پزشکی از راه دور را تسهیل نماید. در بعد روانی، زهیری و خجیر نشـان دادند که مواجهه هیجانی و پیوسته با رویدادها، ترومای ثانویه، دوم‌اســـکرولینگ و علائم PTSD را تشـــدید می‌کنـد، درحـالی‌کـه راهبردهـای تنظیم هیجـان و خودمراقبتی دیجیتـال، تاب‌آوری فردی را بازسـازی می‌کنند. در بعد اجتماعی، شـیوع اطلاعات نادرست، شایعات و جعل عمیق Deepfake به کاهش سرمایه اجتماعی و تضـعیف اعتماد عمومی منجر شـده اسـت؛ موضـوعی که ضـرورت مداخله‌های پیشـــگیرانه همچون پیش‌دســـتی شـــناختی و خنثی‌ســـازی شـــایعات و ارتباطات بحران‌زا را توجیه می‌کند. نهایتاً در بعد معنوی، رسانه می‌تواند نقشی دوگانه ایفا کند: بازنمایی مخدوش یا تضعیف‌کننده

ارزش‌های جامعه، یا برعکس، تقویت بهزیستی معنوی و انسجام فرهنگی از طریق مناسک جمعی و روایت‌های همدلانه (۲۳).

این تأثیرات به شکل حادتری در گروه‌های آسیب‌پذیرتر، به‌ویژه کودکان نمایان می‌شود. شبیری و همکاران در مرور روایتی پیرامون کودکان در جنگ ایران یادآور می‌شوند سیستم شناختی و هیجانی کودکان فاقد فیلترهای تحلیلی بزرگسالان است و مواجهه با تصاویر و روایت‌های جنگی، احساس تهدید وجودی و ناامنی پایدار را در آن‌ها بازتولید می‌کند. راهکار پیشنهادشده توسط آنان فراتر از توصیه‌های انفرادی بوده و بر طراحی مداخلات چندبعدی تاکید دارد؛ یعنی پایش مستمر سلامت روانی کودکان، آموزش تاب‌آوری در مدارس، توانمندسازی والدین در سواد رسانه‌ای، و همزمانی خدمات روانی با مراقبت‌های پزشکی و تغذیه‌ای. ضرورت این دیدگاه زمانی آشکارتر می‌شود که چشم‌انداز دوره آتش‌بس و پساجنگ مورد توجه قرار گیرد (۱۹).

پیرزاد جهرمی، با اتخاذ رویکرد عصب‌شناختی تبیین می‌کند که آسیب‌های روانی جنگ با پایان درگیری متوقف نمی‌شوند؛ بلکه در دوران آتش‌بس و بازگشت ظاهری آرامش، احتمال بروز تاخیری یا تشدید اختلالات خلقی، ترس، استرس و افسردگی به‌ویژه در افراد با سابقه اختلالات روان‌پزشکی وجود دارد. از این دیدگاه، نظام سلامت نیازمند هوشیاری پساحادثه است تا پیامدهای زیست‌شناختی و مدارهای برانگیختگی عصبی ناشی از هراس حاد جنگ را پایش کند (۲۱).

در بحث مداخله‌ی میدانی و حمایت‌های روانی- اجتماعی، مرور نظام‌مند Jouzi و همکاران، درباره اقدامات جمعیت هلال احمر نشان داد، رویکردهای چندبعدی، جامعه‌محور و واکنش‌سریع می‌توانند با موفقیت پیامدهای حاد روانی بحران‌های کوتاه‌مدت را تخفیف داده و بازیابی تاب‌آوری عمومی را تسریع نمایند. این شواهد نشان می‌دهند مدیریت ترومای ثانویه جنگی تنها با اصلاح رفتارهای انفرادی آنلاین محقق نمی‌شود، بلکه نیازمند حضور فعال تیم‌های حمایت روانی- اجتماعی در محلات و فضای جامعه است (۲۲).

در سطح کلان و راهبردی، مطالعات محسنیان، مسأله سواد رسانه‌ای را از حوزه مهارت فردی به دکترین امنیت روانی و شناختی ملی ارتقا می‌دهند (۱۸). یافته‌های مطالعه‌ی مهدی‌پور به روشنی نشان داد مواجهه مؤثر با جنگ تحمیلی شناختی مستلزم سیاست‌گذاری‌های ساختاری است؛ از جمله تدوین دکترین ملی تاب‌آوری شناختی، بازنگری کتب درسی، راه‌اندازی رشته‌های تخصصی مثل رسانه و ادراک و شبکه‌سازی محلی برای ارتقای تفکر انتقادی عمومی (۱۵).

متقی و همکاران نیز با تحلیل رویکرد ژئوپلیتیکی به آموزش سواد رسانه‌ای، استدلال کردند رسانه‌ها مستقیما بر بازنمایی جغرافیای قدرت، جهت‌دهی به افکار عمومی در سیاست خارجی و تقویت هویت ملی اثرگذارند و عدم تجهیز جامعه به سواد ژئوپلیتیک رسانه‌ای، آسیب‌پذیری در جنگ اطلاعاتی را افزایش می‌دهد (۲۰). محسنیان نیز بر ایجاد نظام متمرکز برای رصد روایت‌ها و هماهنگی نهادی بین رسانه‌ها و بخش سلامت تأکید داشت (۱۸).

انطباق این یافته‌ها، مدل سه‌سطحی را برای پیشگیری از پیامدهای منفی اخبار جنگ ترسیم می‌کند: در سطح فردی، انضباط استفاده از خبر، پیشگیری از دوم‌اسکرولینگ، خودمراقبتی دیجیتال و بهداشت خواب؛ در سطح بین‌فردی و خانواده، مراقبت از کودکان و گروه‌های آسیب پذیر در برابر محتوای بصری آسیب‌زا و مداخله حمایت روانی چندبعدی MHPSS؛ و در سطح سیاستی و کلان، اعتبارسنجی نهادی، مقابله با دیپ‌فیک و اخبار جعلی با روش Prebunking و بازتعریف سواد رسانه‌ای در قالب دکترین ملی سلامت و تاب‌آوری شناختی.

بخش عمده‌ای از شواهد موجود در این موضوع شامل مرورهای دامنه، روایتی و مطالعات کیفی بوده و پژوهش‌های تجربی که رابطه مستقیم سواد رسانه‌ای و شاخص‌های بالینی را سنجیده باشند، با توجه به فاصله زمانی کم از جنگ، مانع از تعیین روابط علی و محاسبه اندازه اثر کمی برای متغیرها شده است. همچنین همان‌طور که در داده‌های استخراج‌شده مشاهده می‌شود، برخی از مطالعات مروری فاقد اطلاعات دقیق درباره مکان، حجم نمونه دقیق یا تفکیک جنسیتی و سنی بوده‌اند که این امر پایش اثرات تعدیل‌کننده سن یا طبقه اجتماعی را در تحلیل کیفی ناممکن نمود.

## نتیجه‌گیری

تحلیل مطالعات نشان داد جنگ با ایران در خردادماه ۱۴۰۴، به جز اهداف رویارویی نظامی، عاملی برای جنگ شناختی و نبردی رسانه‌ای بود که سلامت روانی، جسمانی، اجتماعی و معنوی شهروندان را به طور مستقیم و آشکار هدف قرار داد. مواجهه بی‌رویه، کنترل‌نشده و هیجانی با اخبار بحران و تصاویر خشونت‌بار از طریق پدیده‌هایی چون دوم‌اسکرولینگ و قرارگیری در معرض اطلاعات نادرست و دیپ‌فیک، به افزایش معنادار ترومای ثانویه، اختلالات سلامت روان و سبک زندگی و افت انگیزش در جامعه به‌ویژه در گروه‌های آسیب‌پذیر انجامیده است؛ وضعیتی که با ورود به مرحله آتش‌بس متوقف نشده و نیازمند مراقبت‌های عصب‌شناختی و روانی پساجنگ است. برآیند شواهد به‌روشنی تأیید کردند سواد رسانه‌ای و خود مراقبتی، مولفه‌های اصلی تاب‌آوری و مصون‌سازی روانی جامعه در شرایط اضطرار هستند و از این طریق می‌توانند پاسخ‌های مقابله‌ای سالمی چون ارزیابی منتقدانه محتوا، کاهش استفاده خبر، تفکیک شایعه از واقعیت و بهره‌گیری از حمایت‌های روانی- اجتماعی جامعه‌محور را جایگزین وحشت فراگیر نماید.

از دیدگاه سیاست‌گذاری سلامت عمومی، پیشگیری از ترومای ثانویه ناشی از اخبار جنگ، مستلزم برنامه‌ریزی‌های ساختاری پیشگیرانه است. تدوین دکترین ملی تاب‌آوری شناختی، طراحی سواد رسانه‌ای سلامت‌محور در متون درسی مدارس و دانشگاه‌ها، به‌کارگیری راهبرد پیش‌دستانه در رد شایعات، راه‌اندازی هماهنگ ارتباطات بحران و ارائه خدمات پایش سلامت روان برای اقشار آسیب‌پذیر، راهبردهای مهم حفظ بهداشت روانی جامعه در منازعات معاصر هستند.

## References


1. Wilson TD, Maceviciute E. Information seeking in a time of war: coping with stress in Lithuania during the Russia/Ukraine war. Journal of Documentation 2025; 81(7): 31-62.
2. Sharpe ATR, Tyndall I, Poulus DR, Obine EA, Sharpe BT. The influence of doomscrolling on mental health: a scoping review. Mental Health and Digital Technologies 2026; 3(3): 290-342.
3. Lamba N, Khokhlova O, Bhatia A, McHugh C. Mental health hygiene during a health crisis: Exploring factors associated with media-induced secondary trauma in relation to the COVID-19 pandemic. Health Psychology Open 2023; 10(2): 20551029231199578.
4. Holman EA, Garfin DR, Lubens P, Silver RC. Media exposure to collective trauma, mental health, and functioning: does it matter what you see?. Clinical Psychological Science 2020; 8(1): 111-24.
5. Huang G, Jia W, Yu W. Media literacy interventions improve resilience to misinformation: A meta-analytic investigation of overall effect and moderating factors. Communication Research. 2026; 53(7): 899-926.
6. Pasitselska O, Neag A. Media literacy as resilience: A conceptual framework. Media and Communication 2026; 14: 11458.
7. Aljabri MM, Alharbi BS, Ali EA. Exposure to Conflict-Related News and Psychological Distress Among Nursing Students: The Mediating Role of Sleep Difficulties and Study Disruption. Healthcare (Basel) 2026; 14(12): 1609.
8. Khalili F, Jabali O, Saeedi M, Jabali S. Screens of suffering: how Gaza war news impacts students' minds and motivation. BMC Public Health 2025; 25(1): 4148.
9. Yacoub L, Elhajjar S, Al Maalouf NJ. The impact of social media exposure to war content on emotional exhaustion, anxiety, and work performance: The moderating role of organizational support. Acta Psychologica. 2026; 266: 106913.
10. d'Haenens L, Vissenberg J, Puusepp M, Edisherashvili N, Martinez-Castro D, Helsper EJ, et al. Fostering media literacy: a systematic evidence review of intervention effectiveness for diverse target groups. Media and Communication. 2024; 13.
11. Al Adwan MN, Basha SE, Hegazy A, Ahmed AM, Fayez H. Audience Exposure to Digital Media Coverage of the Civil War in Sudan and Its Relationship with Psychological Immunity and Post-Traumatic Stress Disorder. Journalism and Media 2026; 7(2): 106.
12. Regnoli GM, Tiano G, De Rosa B. Media exposure and vicarious trauma: Italian adaptation and validation of the Media Vicarious Traumatization Scale and its impact on young adults' mental health in relation to contemporary armed conflicts. Eur J Investig Health Psychol Educ. 2025; 15(9): 184.
13. Baethge C, Goldbeck-Wood S, Mertens S. SANRA—a scale for the quality assessment of narrative review articles. Res Integr Peer Rev 2019; 4: 5.
14. Sabri V, Sokhanvar MA, Zareipour MA, Safaralizadeh H. The Relationship between Media Literacy and Stress, Anxiety, and Depression among Adults in the Aftermath of the 2025 Iran-Israel War. Journal of Health Literacy. 2026: e28509.
15. Mahdipour F. Redefining Media Literacy Policy for Confronting Influence Warfare: A Narrative Evaluation of the 2025 Imposed War [in Persian]. Communication Research 2025; 32(3): 157-87.
16. Sokhanvar M, Zareipour M. Media-Based Cognitive Warfare and Its Mental Health Consequences: A Scoping Review of Anxiety, Depression, and PTSD. Iran J War Public Health 2026; 18(1): 21-8.
17. Kashani M, Sadeghi R, Kamani M. Health and Media Literacy for Psychological Resilience During Military Conflicts: A Systematic Review. J Research Health 2026; 16(4): 321-32.
18. Mohsenian SA. Analysis of media strategies in contemporary wars in the representation of victory: examination of the western media model with a focus on the Ramadan War [in Persian]. Reports 2026; 34(2): e21479.
19. Shobeiri S, Khazaei Z, Shegarfnakhaie M, Hassanpour K. Impact of the 12-Day War on Children's Mental Health: A Narrative Review [in Persian]. Journal of Military Medicine, 2025; 27(1): 6-14.
20. Mottaghi Dastenaei A, Gholami J, Karami A. Explaining the necessity of adopting a geopolitical approach to media literacy education in Iran. International Relations Researches. 2026. [Articles in Press].
21. Pirzad JG. Psychological Trauma from a Neuroscience Perspective Following Israel's 12-day War against Iran [in Persian]. Journal of Military Medicine 2025; 27 (1): 96-101.
22. Jouzi M, Khalili J, Khalili Dehkalbali H. A Systematic Review of Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) Services of the Iranian Red Crescent Society in Response to the 12-Day War of 2025. JORAR 2026; 18(2): 117-24.
23. Zoheiri M, Khojir Y. Optimal Use of Media in Promoting Health of Citizens under Conditions of Cognitive Warfare: A Study of the Ramadan War [in Persian]. Journal of Military Medicine. 2026; 28(Special Issue 1): 97-107.

**DOI:** *10.48305/jims.v44.i876.1639*

**Journal of Isfahan Medical School** **Vol. 44, No. 876, 3rd Week, October 2026**

Received: 16.06.2026 Accepted: 07.10.2026 Published: 14.10.2026

# A Conceptual Model for Preventing Secondary Trauma Resulting from News of the War with Iran: The Role of Media Literacy - A Narrative Review

Gholamreza Askari[1], Mehdi Ahmadifar[2]

**Review Article**

## Abstract

**Background:** Beyond its physical consequences, the Iran war in (May/June 2025) created fertile ground for secondary trauma and pervasive anxiety among the civilian population due to the influx of news, violent imagery, and online rumors. This study aimed to conduct a narrative review of strategies to prevent secondary trauma and the adverse effects associated with war-related news, emphasizing the role of media literacy.

**Methods:** This narrative review was conducted based on quality assessment criteria for review articles. Searches were performed using keywords such as "media literacy," "military crisis," "war," "news," "mental health," "psychological resilience," "secondary trauma," "psychological burnout," "anxiety," and "distress" across international and domestic databases, covering the period from (May 2025 - September 2026). Following an initial screening of records, ten articles relevant to the study's objective were selected and analyzed.

**Findings:** The results indicated that repeated exposure to war news facilitated by cycles of "doomscrolling" (compulsive scrolling through negative news) is directly linked to mental health issues, lifestyle disruptions, information anxiety caused by conflicting sources, a decline in student academic performance, and burnout among healthcare personnel. Media literacy education covering source evaluation, rumor detection, and an understanding of algorithms serves a protective function. It fosters behavioral self-regulation, personal empowerment, and communication skills, thereby helping to mitigate psychological, neurological, and social harm.

**Conclusion:** War-related news in modern conflicts leads to biological and psychological harm. Enhancing societal psychological resilience requires investment in media literacy, education on media health, moderation of news consumption, lifestyle improvements, psychological support interventions, and timely access to specialized mental health care during and after crises.

**Keywords:** Iran War, Media Literacy, Mental Health, Secondary Trauma, Anxiety, News

**Citation:** Askari Gh, Ahmadifar M. **A Conceptual Model for Preventing Secondary Trauma Resulting from News of the War with Iran: The Role of Media Literacy - A Narrative Review.** J Isfahan Med Sch 2026; 44(876): 1639- 45.

1- Nutrition and Food Security Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran
2- Vice-Chancellery for Research and Technology, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran
**Corresponding Author:** Gholamreza Askari, Nutrition and Food Security Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran; Email: askari@mui.ac.ir