

## عنوان مقاله:

آموزش مهارت خودتنظیمی: ابزاری برای مقابله و کاهش میزان استفاده آسیب زا از شبکه های اجتماعی مجازی

## محل انتشار:

اولین کنگره ملی پیشگیری از آسیب های اجتماعی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

احسان روح پرور - دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی و مدرس دانشگاه آزاد واحد اسفراین

زهرا رجایی فر - دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه آزاد واحد اسفراین

## خلاصه مقاله:

مسئله: عصر امروز دورانی است که ارتباطات رایانه‌ای و اینترنتی در آن نقش پررنگ و مهمی را ایفا میکند. با پیشرفت روزافزون تکنولوژی ارتباط افراد نیز هر روز بیشتر به سمت مجازیشن پیش میرود و شبکه های اجتماعی مجازی یکی از ابزارهای مورد استفاده روزافزون است. رشد روز افزون این ابزار مجازی و عدم وجود آموزش ها و فرهنگ سازی های اولیه در این زمینه موجب استفاده آسیب زا کاربران بویژه نوجوانان و جوانان از این ابزار گردیده است. هدف این پژوهش، به مهارت خودتنظیمی و مولفه های آموزش آن، به عنوان یکی از مهارتهایی که در زمینه کاهش استفاده آسیب زا از شبکه های اجتماعی مجازی نقش پررنگی دارد، پرداخته شده است. بر اساس اطلاعات این پژوهش، آموزش مهارت خودتنظیمی یکی از آموزش های ضروری در زمینه استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی است که در این آموزش مولفه های مهم آن از جمله راهبردهای شناختی، راهبردهای فراشناختی و راهبردهای مدیریت منابع باید مدنظر قرار گیرد. بنابراین پیشنهاد می گردد که بسته های آموزشی خودتنظیمی مبتنی بر بافت شبکه های اجتماعی مجازی تهیه و تدوین گردد و این بسته ها توسط والدین، اولیا مدرسه و سایر نهادهای آموزشی و تربیتی مورد توجه قرار گیرد.

## کلمات کلیدی:

خودتنظیمی، شبکه های اجتماعی مجازی، استفاده آسیب زا

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/901284>

