

Examining the Knowledge–Performance Gap in Digital Resilience Literacy: A Qualitative Study Focusing on Active Coping Strategies

Mozhgan Oroji¹ 

PhD Knowledge and Information Science, Faculty of
Literature, Humanities and Social Sciences, Islamic Azad
University, Science and Research Branch, Tehran, Iran. E-
mail: kh_oroji@ut.ac.ir

Abstract

In the era of rapid technological transformations, users' ability to understand, analyze, and reconstruct their technological relationships plays a crucial role in determining their level of digital resilience. The present study aims to examine the gap between knowledge and performance in digital resilience literacy and to identify users' active coping strategies when facing crises in digital environments. The research employed a qualitative design based on the grounded theory approach. Data were collected through semi-structured interviews with 25 participants from the community of social media activists (including civic and media activists) on Instagram. The data were analyzed through three stages of open, axial, and selective coding. Findings revealed that the *knowledge gap* in digital resilience literacy mainly stems from superficial perceptions of technological risks, cognitive dependency on platforms, and insufficient algorithmic literacy. In contrast, the *performance gap* arises from the inability to reconstruct adaptive technological behaviors and weaknesses in digital emotion regulation. Three main dimensions of active coping strategies were identified: (1) reflective learning and self-regulation; (2) reconstruction of digital identity in the face of data crises; and (3) utilization of supportive and techno-collaborative networks. The results indicate that advancing the concept of digital resilience literacy as a key competence for modern technological life contributes to understanding

resilience not merely as an outcome of education, but as a continuous process of learning, reflection, and technological self-reconstruction.

Keywords: Digital resilience, digital literacy, coping strategies, knowledge-performance gap.

بررسی شکاف دانش و عملکرد در حوزه سواد تاب آوری دیجیتال: یک مطالعه کیفی با تمرکز بر استراتژی‌های فعال مقابله‌ای

مژگان عروجی^۱✉

دکتری علم اطلاعات و دانش‌شناسی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران. Kh_oroji@ut.ac.ir

چکیده

در عصر تحولات شتابان فناوری، توانایی کاربران در درک، تحلیل و بازسازی روابط فناورانه نقش بسیار مهمی در میزان تاب آوری دیجیتال دارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی شکاف میان دانش و عملکرد در سواد تاب آوری دیجیتال و شناسایی استراتژی‌های فعال مقابله‌ای کاربران در مواجهه با بحران‌های محیط دیجیتال صورت گرفته است. روش پژوهش، کیفی و مبتنی بر رویکرد نظریه زمینه‌ای است. داده‌های از طریق مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته با جامعه آماری ۲۵ نفر از فعالان (فعالان مدنی، کنشگران رسانه‌ای) شبکه اجتماعی اینستاگرام گردآوری و طی سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد شکاف دانشی در حوزه سواد تاب آوری دیجیتال عمدتاً ناشی از درک سطحی از خطرات فناوری، وابستگی شناختی به پلتفرم و کمبود سواد الگوریتمی است، در حالی که شکاف عملکردی به ناتوانی در بازآفرینی رفتارهای فناورانه تطبیقی و ضعف در تنظیم هیجان دیجیتال است. ۳ محور اصلی برای شکاف استراتژی‌های فعال مقابله‌ای بدست آمد: یادگیری بازتابی و مدیریت خود، بازسازی هویت دیجیتال در مواجهه با بحران داده‌ای و بهره‌گیری از شبکه‌های حمایتی و همیاری فناورانه. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد توسعه مفهوم سواد تاب آوری دیجیتال به عنوان شایستگی کلیدی در زیست فناورانه مدرن کمک کرده و تجربه تاب آوری نه صرفاً نتیجه آموزش، بلکه فرآیند پیوسته‌ای از یادگیری، بازاندیشی و بازسازی فناورانه افراد است.

کلمات کلیدی: تاب آوری دیجیتال، سواد دیجیتال، استراتژی‌های مقابله‌ای، شکاف دانش - عملکرد.

زود آیند ویراستاری نشده (نشریه بازیابی دانش و نظام‌های معنایی)

مقدمه

ظهور فناوری‌های دیجیتال در عصر تحول دیجیتال در طیف وسیعی از برنامه‌ها و پلتفرم‌های اجتماعی، منجر به پیامدهای مثبت و منفی شده است (شانموگاساندارام و تامیلاراسو^۱، ۲۰۲۳) از جنبه مثبت، کاربران می‌توانند تعامل اجتماعی، همکاری، اشتراک گذاری اطلاعات، ارتباط و تشکیل ارتباطات اجتماعی مجازی مشارکت کنند (علی و همکاران^۲، ۲۰۲۳؛ نانکلارس و گارسیا^۳، ۲۰۲۴)، اما برعکس، استفاده بیش از حد از فناوری دیجیتال می‌تواند منجر به مسائل رفتاری مختلف از جمله خستگی، استرس و چالش‌های سلامت روان ناشی از تعاملات ناسالم مانند قلدری سایبری، جرایم سایبری، فرسودگی شغلی و غیره شود (ام. شارما و همکاران^۴، ۲۰۲۱؛ سان و همکاران^۵، ۲۰۲۲). این دیجیتالی شدن فراگیر نه تنها به پیشرفت‌ها حرفه‌ای، بلکه به تعاملات اجتماعی نیز مربوط می‌شود. تجربه عوامل استرس‌زای دیجیتال در زندگی آنلاین مدرن می‌تواند سطح کلی استراس را تشدید کند (بکر و همکاران^۶، ۲۰۲۳).

با رواج روز افزون فناوری‌های دیجیتال، محققان به طور فعال در حال بررسی تأثیرات آنها بر سلامت هستند و توجه را به مزایا و خطرات بالقوه، مانند خستگی و فرسودگی دیجیتال، جلب می‌کنند. این کاوش، ساختار جدیدی را به نام «تاب‌آوری دیجیتال» ایجاد کرده است. تاب‌آوری دیجیتال به ظرفیت افراد برای اصلاح رفتارها و حالات روانی خود در پاسخ به خطرات ناشی از فناوری‌های دیجیتال در جامعه اشاره دارد (سان و همکاران، ۲۰۲۲).

¹ - Shanmogasundaram & Tamilarasu

² - Ali et al

³ - Nanclares & Garcia

⁴ - M. Sharma et al

⁵ - Sun et al

⁶ - Becker et al

قابلیت تاب آوری در نتیجه‌ی ماهیت ذاتا اجتماعی انسان‌ها، در تعامل پیچیده‌ای از سیستم‌ها توزیع شده است. هر فرد دارای یک سیستم تطبیقی بنیادی است که توسط تکامل بیولوژیکی و فرهنگی شکل گرفته و به طور مداوم در حال تکامل و تطبیق است. افراد به عنوان سیستم‌های زنده‌ی انسانی، در حالت تعامل مداوم با محیط خود هستیم که منعکس کننده‌ی یک فرآیند مداوم است (لستاری و همکاران^۱، ۲۰۲۵).

تاب آوری، به عنوان یک قابلیت ذاتی (مابون و همکاران^۲، ۲۰۲۰)، افراد را قادر می‌سازد تا اثرات نامطلوب استفاده بیش از حد از فناوری را کاهش دهند. تاب آوری ظرفیتی برای مقاومت موثر در برابر اختلالات قابل توجه و بهبودی از آنها در عین حفظ یا افزایش عملکرد فرد است (سریواستوا و دستوزا^۳، ۲۰۱). همچنین افزایش تاب آوری ممکن است جوامع را قادر سازد تا از طریق مداخلات مختلفی که عوامل تاب آوری و مکانیسم‌های شناختی، از جمله ویژگی‌های فردی و سیستم‌های حمایت اجتماعی را پرورش می‌دهند، برای اختلالات آینده بهتر آماده شوند (شفر و همکاران^۴، ۲۰۲۴).

تاب آوری نشان دهنده یک ظرفیت ذاتی انسانی است که مستعد پرورش و تقویت است. این ویژگی برای همه افراد قابل دستیابی است و بر کسب مهارت‌های ضروری تأکید دارد. این قابلیت مستلزم استفاده ماهرانه از منابع مرتبط با فرهنگ برای حفظ رفاه فرد است که شامل برنامه‌ریزی استراتژیک، حل موثر مسئله و مدیریت ماهرانه احساسات است. تاب آوری فراتر از یک مجموعه مهارت صرف است؛ این ویژگی یک کیفیت انطباقی را دربرمی‌گیرد. بنابراین، داشتن دانش عمیق از مفاهیم اساسی مانند استرس، مکانیسم‌های مقابله و مجموعه پیچیده‌ای از منابع مقابله که مستقیماً بر انطباق و انعطاف‌پذیری تأثیر می‌گذارد، برای دستیابی به درک جامع‌تر از چارچوب تاب آوری

¹ - Lestari et al

² - Mabon, et al

³ - Shrivastava & Desousa

⁴ - Schafer et al

دیجیتال بسیار مهم است (لستاری و همکاران، ۲۰۲۵). همچنین تاب‌آوری دیجیتال شامل جنبه‌های حمایت اجتماعی دیجیتال، سلامت دیجیتال و هویت دیجیتال است. هنگامی که افراد با استرس مواجه می‌شوند، استراتژی‌های مقابله مستلزم مدیریت داخلی است، در حالی که حمایت اجتماعی از منابع خارجی مانند خانواده، دوستان و مربیان و پلتفرم‌ها سرچشمه می‌گیرد. حمایت اجتماعی به طور قابل توجهی به توانایی افراد در سازگاری با استرس کمک می‌کند (اری و همکاران^۱، ۲۰۲۱؛ روان و همکاران^۲، ۲۰۲۰؛ زاید^۳، ۲۰۲۴). اثربخشی تاب‌آوری دیجیتال به بررسی دقیق منابع دیجیتال افراد بستگی دارد. این منابع شامل سواد دیجیتال، خودکارآمدی، دسترسی به فناوری دیجیتال و قدرت شبکه‌های اجتماعی آنها می‌شود (یوسکو، ۲۰۲۱).

تاب‌آوری دیجیتال به عنوان توانایی پایدار برای بازیابی، انطباق و ادامه کنشگری موثر در برابر تهدیدات سایبری و اطلاعات نادرست تعریف می‌شود، که این پایداری مستقیماً از طریق به کارگیری مستمر استراتژی‌های فعال مقابله‌ای تقویت و عملیاتی می‌گردد. از نظر فولکمن و مسکوویتز^۴ (۲۰۰۴)، مقابله اشاره دارد به یکسری راهبردهای شناختی و رفتاری که توسط فرد برای اداره موقعیت‌های استرس‌زا بکار گرفته شده است. سبک‌های مقابله‌ای یعنی شیوه‌های واکنشی که انسان در برابر فشار روانی آسیب پذیرتر یا کمتر آسیب پذیرتر می‌سازد. به عبارت دیگر مقابله تلاش شناختی، هیجانی و رفتاری است که فرد از آنها برای کنترل درخواست‌های درونی و بیرونی خود استفاده می‌کند.

منابع مقابله و عوام محیطی بر ظرفیت فرد برای مدیریت استرس تأثیر می‌گذارند. سبک‌های مقابله شامل مقابله متمرکز بر مسئله، متمرکز بر هیجان و اجتناب است که مقابله متمرکز بر مسئله به عنوان موثرترین آنها شناخته شده است. اثربخشی راهبردهای

¹ - Eri et al

² - Ruan et al

³ - Zayed

⁴ - Folkman & Moskowitz

مقابله‌ای ممکن است بسته به عوامل استرس‌زا و شرایط خاص متفاوت باشد و افراد ممکن است گزینه‌های مقابله‌ای و سطوح مختلفی از تعامل را در موقعیت‌های مختلف نشان دهند (عباس^۱، ۲۰۲۰؛ تافس و همکاران^۲، ۲۰۲۴).

مداخلات بر چگونگی استفاده از توانایی‌ها و شیوه‌های موجود افراد برای تاب‌آوری در برابر آسیب‌های تمرکز دارند، نه تمرکز بر کاستی‌های آنها. رویکردهای مبتنی بر تاب‌آوری به دنبال حفظ استقلال و توانایی افراد برای خودتنظیمی در مواجهه با آسیب‌ها هستند، به جای اینکه به طور پدیده‌محالانه از آنها در برابر مواجهه با خطر محافظت کنند (پارک و همکاران^۳، ۲۰۲۴).

در عصر دیجیتال کنونی، شبکه‌های اجتماعی به ابزاری محوری برای بسیج، اطلاع‌رسانی و کنشگری مدنی تبدیل شده‌اند. با این حال، این فضا عرصه‌ای دوگانه است که در کنار فرصت‌ها، فعالان را در معرض طیف گسترده‌ای از تهدیدات هدفمند سایبری، اطلاعات نادرست و آزار و اذیت‌های سازمان‌یافته قرار می‌دهد. در این میان، مفهوم سواد تاب‌آوری دیجیتال به عنوان مجموعه‌ای از دانش، مهارت‌ها و نگرش‌های لازم برای بقا و کنشگری امن مطرح می‌شود. پژوهش حاضر به دنبال کشف این مفهوم است که چرا افراد می‌دانند که باید در فضای دیجیتال تاب‌آور باشند و از خود محافظت کنند، اما در عمل این کار را به طور کامل یا موثر انجام نمی‌دهند و برای غلبه بر این ناهماهنگی چه راهکارهای کاربردی و فعالی را ابداع یا استفاده می‌کنند؟

پیشینه پژوهش

در داخل و خارج از ایران درخصوص تاب‌آوری دیجیتال و سواد دیجیتال مطالعات قابل توجهی صورت گرفته است؛ ترابی و احمدی (۱۴۰۴) تاب‌آوری شناختی در برابر جنگ

^۱ - Abbas et al

^۲ - Tafesse et al

^۳ - Park et al

شناختی علیه ایران: مولفه‌ها، تحلیل و راهکارهای ارتقاء را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که ضعف در آموزش سواد رسانه‌ای، نهادسازی برای جهاد تبیین و ایجاد سامانه‌های پشتیبانی روان شناختی می‌تواند کاربردی باشد. خبازه (۱۴۰۳) در پژوهش خود به شناسایی شایستگی‌های رهبری دیجیتال در عصر دیجیتال پرداخته است و به این نتیجه رسید که نقش رهبران به اقتضای تحولات فناوری‌های دیجیتالی تغییر کرده است و توسعه شایستگی‌های رهبران دیجیتال برای سازمان‌ها به عنوان یک چالش راهبردی تبدیل شده است. در نتیجه توصیه می‌شود که سازمان‌ها، توسعه مهارت‌ها و شایستگی‌های رهبری دیجیتال را برای ایجاد رشد و موفقیت پایدار در اولویت خود قرار دهند. محمدیان، قاندي و بیابان نورد (۱۴۰۳) نقش شبکه‌های اجتماعی بر تاب آوری در فضاهای شهری تهران را بررسی کردند و ۴ راهبرد برای تقویت تاب آوری اجتماعی دانشجویان از جمله شبکه سازی مجازی، توسعه اقتصادی - سیاسی، توسعه فرهنگی - اجتماعی و توسعه نظام تولید محتوا ارائه کردند. حسون و همکاران^۱ (۲۰۲۵) ایجاد تاب‌آوری دیجیتال جوانان از طریق شیوه‌های موجود «حساسیت اطلاعاتی» را مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که با پرداختن به عوامل اجتماعی و زمینه‌ای که تعامل اطلاعات آنلاین را شکل می‌دهند، می‌توانیم جوانان را توانمند کنیم تا با انعطاف‌پذیری و اختیار بیشتر در اکوسیستم‌های دیجیتال خود حرکت کنند. عبدالرزاق و همکاران (۲۰۲۵) استرس شایستگی دیجیتال و مکانیسم‌های مقابله: مطالعه‌ای بر تجربیات کتابداران دانشگاهی با فناوری‌های نوظهور در پاکستان را بررسی کردند و به این رسیدند که تغییرات سریع فناوری و پیچیدگی فناوری به طور قابل توجهی در استرس شایستگی در میان کتابداران نقش دارند و توانایی آنها را برای سازگاری و عملکرد در یک چشم انداز فناوری که دائما در حال تحول است، به چالش می‌کشد. ساکا، هورمیگا و والس- پاسولا^۲ (۲۰۲۴)، استراتژی‌های واکنش به بحران: از منظر بی میلی دیجیتال را بررسی

^۱ - Hassoun et al

^۲ - Saka, Hormiga and Valls-Pasola

کردند و یافته‌ها نشان داد که حسگری دیجیتال، تصرف دیجیتال و قابلیت‌های پیکربندی مجدد دیجیتال به طور موثر فرآیند بقار را هماهنگ می‌کنند. شفر و همکاران (۲۰۲۴) به بررسی مداخلات دیجیتال برای ارتقای تاب آوری روانی پرداختند و به این نتیجه رسیدند در میان نمونه‌های میانسال، سن بالاتر با اثرات مفید بیشتری درگیر بودند و مداخلات تاب آوری دیجیتال را برای آمده شدن برای چالش‌های آینده برجسته می‌کند. جان (۲۰۱۸) در پژوهش خود با عنوان تاب آوری و فن آوری: چالش‌ها و فرصت‌ها برای شیوه‌های جدید دانش در مواجهه با بلایا به این نتیجه رسید که نظریه تاب آوری می‌تواند با مفهوم فن آوری در ادبیات جغرافیای مجازی مرتبط باشد و این ارتباط پیامدهای معناداری برای تولید و کاربرد دانش در برنامه ریزی بلایا دارد.

تحقیقات نشان داده است که چگونه جوامع آنلاین به حالات اطلاعات نادرست تبدیل می‌شوند (حسون و همکاران، ۲۰۲۴)، چنین جوامعی ممکن است تاب آوری دیجیتال جوانان را هم پشتیبانی کنند. در طول همه‌گیری، جوانان در بحبوحه افزایش دیجیتالی شدن زندگی اجتماعی، راه‌های جدیدی برای مراقبت از یکدیگر از طریق فضاهای آنلاین – تا حدی با به اشتراک گذاشتن اطلاعات مربوط به سلامت و رفاه – ایجاد کردند (اونی و واینستین،^۱ ۲۰۲۱). کاستلو و همکاران^۲ (۲۰۲۳) استدلال می‌کنند که تمرکز باید بر عناصر طراحی الگوریتم‌ها و آسیب‌های ناشی از آنها (مثلاً پیمایش نامحدود، فشار و پاداش‌های اجتماعی، ریتم علان‌ها، فیدهای محتوای شخصی سازی شده) باشد، نه فقط محتوای موجود در پلتفرم. ونتینگ، سریساوات و وراچارونسری^۳ (۲۰۲۴)، تأثیر تاب آوری و راهبردهای مقابله‌ای بر استرس فنی در دانشجویان دانشگاه‌های چین را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که اهمیت پرداختن به عوامل روانشناختی موثر در ایجاد استرس ناشی از فناوری در میان دانشجویان دانشگاه‌های چین تأکید می‌کند و از افزایش

^۱ - Unni & Weinstein

^۲ - Castello et al

^۳ - Wenting, Patcharaporn & Voracharoensri

تاب آوری و اتخاذ راهبردهای مقابله‌ای موثر برای کاهش بار استرس ناشی از فناوری در دانشجویان حمایت می‌کند.

تحولات شتابان فضای دیجیتال، تهدیدات پیچیده‌ای را بر فعالان شبکه‌های اجتماعی تحمیل کرده است که این امر لزوم وجود تاب‌آوری دیجیتال را به یک ضرورت حیاتی تبدیل می‌کند. با وجود تأکید روزافزون بر این مفهوم، ادبیات موجود اغلب بر جنبه‌های انفعالی یا پیشگیرانه تمرکز کرده و شکاف قابل توجهی در درک چگونگی توسعه و اجرای استراتژی‌های فعال مقابله‌ای توسط خود فعالان را باقی گذاشته است.

روش

پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع کیفی و از روش نظریه داده بنیاد (پارادایمی) استفاده شده است، زیرا هدف بررسی عمیق، درک تفسیری و کشف تجربه زیسته افراد است که با روش‌های کمی قابل اندازه‌گیری نیستند. این روش این امکان را می‌دهد تا مفاهیم و روابط آن‌ها را مستقیماً از داده‌های جمع‌آوری شده استخراج کنیم. در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده است و از ویژگی‌های کلیدی انتخاب افراد تجربه شخصی در مواجهه با یک چالش دیجیتال که نیازمند تاب‌آوری بوده است بهره برده است. پس از تحلیل اولیه داده‌ها از طریق مصاحبه‌های عمیق نیمه ساختار یافته مفاهیم اولیه استخراج شده و پژوهشگر براساس این مفاهیم، تصمیم گرفت که چه نوع اطلاعات جدیدی برای توسعه و اعتبارسنجی مفاهیم را بررسی کند. این فرایند با تعداد ۲۵ نفر از افراد منتخب که از فعالان مدنی و کنشگران رسانه‌ای شبکه اجتماعی اینستاگرام بودند بدین دلیل که به طور فعال با محیط دیجیتال در تعامل هستند و انتظار می‌رود سطح مشخصی از سواد تاب‌آوری دیجیتال را داشته باشند. ابتدا تمامی مصاحبه خط به خط خوانده و کدگذاری اولیه انجام شد، سپس کدهای مشابه به دسته‌های محوری و زیرمقولات اصلی گروه بندی شدند (کدگذاری محوری) و در انتها مقولات اصلی

مستخرج شدند. تصمیم‌گیری برای توقف جمع‌آوری داده‌ها تا رسیدن به اشباع نظری انجام شد. همچنین جهت اعتباربخشی به پژوهش، بازبینی توسط ۵ نفر از متخصصان حوزه رسانه و علم اطلاعات و دانش‌شناسی صورت پذیرفت.

یافته‌ها

داده‌ها طی چند مرحله تحلیل و کدگذاری می‌شوند تا از سطح توصیف خام به ساختار مفهومی و نظری برسند. ابتدا در بخش نخست جملات کلیدی شرکت کنندگان جز به جز بررسی و تجزیه و تحلیل شد که در جدول ۱ مشخص شده است. به عنوان نمونه یکی از مشارکت کنندگان در توصیف تجربه‌ی حذف محتوای آموزشی خود بیان کرد:

زن، ۴۰ ساله، فعال تجاری - اجتماعی: «وقتی پست آموزشی شیرینی حذف شد، من مجبور شدم موزیکش را تغییر بدهم تا دوباره اجازه انتشار را بگیرم»

این تجربه بیانگر نوعی یادگیری ضمنی و تطبیق فعال با سازوکارهای الگوریتمی است؛ مفهوی که در این پژوهش به عنوان یادگیری تجربی از تهدید دیجیتال شناسایی شد.

مرد، ۳۷ ساله، فعال تجاری: «من هم در اینستاگرام و هم در شبکه‌های دیگر فعالیت دارم، توی کامنت‌ها خیلیا راه حل می‌دن»

برخلاف انتظار از آموزش رسمی، منبع اصلی کسب دانش عملیاتی برای دور زدن محدودیت‌ها، شبکه‌ی ارتباطی غیررسمی مشارکت کنندگان است. این فرد به این موضوع اشاره کرد که چگونه این مکانیزم، خودآگاهانه، ساختاری برای مدیریت دانش جمعی و اشتراک تجربیات را مهیا کرده است.

جدول ۱، کدهای اولیه استخراج شده از مصاحبه شوندگان

مفاهیم/کدهای اولیه استخراج شده
فعالیت اقتصادی در شبکه‌ها، وابستگی معیشتی به پلتفرم، تهدید از سوی خط‌مشی و حذف محتوا، آگاهی متوسط امنیتی، تاب‌آوری به معنای استمرار فعالیت علی‌رغم تهدید، تجربه حذف محتوا، یادگیری از تجربه شخصی، فشار محتوا و زمان، پذیرش تغییرات پلتفرم به‌عنوان ضرورت، نبود سیستم اشتراک تجربه
تازه‌کار بودن در فضای مجازی، رقابت بالا در حرفه، تهدیدهای ارتباطی (مزاحمت فردی)، آگاهی از امنیت در حلقه آموزش رسمی، بروز خستگی روانی، واکنش اضطرابی به تهدید، ناتوانی در شبکه‌سازی حمایتی، استرس زیاد در مواجهه، امنیت را وظیفه شخصی می‌بیند نه سیستمی
فعالیت تجاری فعال در اینستاگرام، تهدید و مشتریان در دسرساز، مفهوم تاب‌آوری به‌صورت تحمل و انعطاف، تجربه تعطیلی پیج، استفاده از بک‌آپ، دانش رسمی امنیتی، نگرانی از دست‌دادن دنبال‌کنندگان، وجود گروه پشتیبان آموزشی، تأکید بر پیچیدگی تنظیمات پلتفرم
تولید محتوای آموزشی، تهدید شهرت و حریم خصوصی، مفهوم تاب‌آوری به‌عنوان حفظ تعادل روانی و حرفه‌ای، تجربه واقعی حمله و واکنش سریع (فعال‌سازی FA۲)، نداشتن اقدام پیش از حادثه، یادگیری از شکست، فشار انتشار مداوم، استفاده از حمایت اجتماعی، اشتراک تجربیات با گروهی از فعالان، انتقاد از تغییرات مداوم پلتفرم
کنشگر رسانه‌ای تحلیلی، تهدیدهای ساختاری و سازمان‌یافته، حمله جمعی سازمان‌یافته تجربه‌شده، نداشتن FA۲ و بک‌آپ، یادگیری از شکست، ضعف در پیاده‌سازی دانش امنیت، فشار تولید محتوا و ترس از الگوریتم، انعطاف روانی بالا، تشکیل گروه تبادل تجربه، انتقاد از پنهان بودن تنظیمات امنیتی
تجربه تهدید واقعی، بازسازی، خودیادگیری، خستگی تولیدکننده محتوا، پیچیدگی پلتفرم‌ها
فعالیت نیمه‌شخصی، آگاهی از خطر هک و سوءاستفاده از داده، تاب‌آوری را در حل "مسئله" می‌فهمد، تجربه تهدید فردی محدود، فعال‌سازی امنیت جزئی (در تلگرام)، ناآشنایی با امنیت سیستماتیک، یادگیری از هشدار دیگران، واکنش حذفی به حمله (بلوکه یا حذف کامنت)، تلاش برای هشدار به دیگران (اطلاع‌رسانی تجربه کلاهبرداری)
کنشگر گردشگری، تهدید از سرقت محتوا، رعایت امنیت بالا، یادگیری از دیگران، خستگی زمانی، نبود تجربه حمله، تاب‌آوری از طریق تغییر روش، وابستگی آموزشی به دیگران، انتقاد از تغییر مکرر سیاست‌ها
مصرف‌کننده محتوا، حداقل کنشگری، تأکید بر احتیاط، اجتناب از ریسک، نداشتن تجربه تهدید، تمرکز بر پرهیز و حذف موارد مشکوک، آگاهی ابتدایی از تهدیدهای سایبری، موضوع فیلترینگ به عنوان مانع اصلی

مفاهیم/کدهای اولیه استخراج شده
استفاده روزمره و ارتباطی از شبکه‌ها، ناآگاهی از تاب‌آوری، نگرانی از فیشینگ ^۱ ، نداشتن تجربه تهدید، درک ساده‌ای از مسئولیت (قبول خطا و اصلاح)، تمایل به کمک گرفتن از متخصص امنیت، ناآگاهی از سیاست‌های پلتفرم
پیچ شخصی، عدم شناخت تاب‌آوری دیجیتال، استرس هک شدن توسط افراد، ناآشنایی با سیاست‌ها

پس از استخراج کدهای اولیه و مفاهیم باز از داده‌های مصاحبه، ارتباط نظام‌مند میان مفاهیم شناسایی شده برقرار شد بدین صورت که پژوهشگر به دنبال روابط و پیوندها بین کدهای اولیه است و کدهای مجزا را به یکدیگر وصل کرده تا یک ساختار معنایی منسجم بدست آوریم. فرآیند کدگذاری محوری از روش اشتراوس و کوربین^۲ و مدل پارادایمی که به مقایسه مداوم بین موارد، جستجوی شرایط علی (چه عواملی باعث ایجاد این کد شدند؟)، زمینه‌ای پدیده محوری (خود کد چیست؟)، راهبردهای کنش (کاربران چه اقداماتی برای مدیریت این کد انجام دادند؟)، واکنش (این کد در چه شرایطی رخ می‌دهد؟) و پیامدها (نتیجه‌ی اجرای این کد یا راهبرد چیست؟) انجام شد. با استفاده از مدل پارادایم به تفکیک هر یک از مقوله‌ها می‌پردازیم: ۱- پدیده محوری: تاب‌آوری دیجیتال در مواجهه با تهدیدها: پدیده مرکزی برآمده از داده‌ها، تاب‌آوری دیجیتال فعال شبکه‌های اجتماعی است که به عنوان فرآیندی چرخه‌ای تعریف می‌شود که شامل آگاهی از تهدید، مواجهه، سازگاری، بازسازی حضور آنلاین. تاب‌آوری در این مصاحبه‌ها نه یک وضعیت پایدار، بلکه مجموعه‌ای از کنش‌ها، یادگیری‌ها و بازآفرینی‌های مداوم است. زن، ۳۵ ساله، فعال تجاری: «الان دیگه قبل از پست کردن یک دقیقه مکث می‌کنم، فکر می‌کنم که نکنه اشتباهی توی متن باشه یا نه!»

^۱ - فیشینگ (Phishing): یکی از روش‌های متداول کلاهبرداری اینترنتی است که در آن مهاجمان با فریب کاربران، اطلاعات حساس مانند رمز عبور، شماره کارت بانکی یا کدهای امنیتی را به دست می‌آورند.

^۲ - Strauss & Corbin

۲- شرایط علی: وضعیتی است که زمینه بروز نیاز به تاب آوری را ایجاد می‌کنند. که با توجه به داده‌های این پژوهش سه محور اصلی استخراج شد: - وابستگی فعالیت به پلتفرم‌ها، - تجربه مستقیم تهدید یا بحران سایبری از جمله هک، حذف ناگهانی حساب یا فیشینگ و - تجربه ناکافی بودن آموزش رسمی که بیشتر افراد دانش امنیتی را از تجربه یا از دیگر کاربران می‌آموزند. این شرایط سبب می‌شود نیاز به تاب آوری به صورت طبیعی در رفتار دیجیتال افراد شکل گیرد.

زن، ۴۲ ساله، فعال تجاری: «تمام کسب و کارم الان متکی به این اپلیکیشن هست. اگه فردا صبح بیدار بشم و ببینم صفحه بسته شده، عملاً بیکار شدم.»

۳- زمینه و بافت؛ در این پژوهش سه بعد زمینه‌ای بسیار قابل تمایز بود: - ویژگی‌های فردی که شامل سن، تحصیلات و انگیزه حضور در شبکه که بر نوع تهدیدات و واکنش‌های افراد تأثیر دارد، - ویژگی‌های پلتفرمی که مربوط به تنظیمات، تغییر سیاست‌ها و عدم شفافیت در فرآیند پشتیبانی و - فضای فرهنگی همانند ترس از فیلترینگ، فشار نگهداشتن دنبال کننده و قضاوت دیجیتال از سوی کاربران.

زن، ۵۲ ساله، فعال اجتماعی: «وقتی پست رو حذف کردن، به پشتیبانی تیک زدم. بعد از یه هفته بهم جواب دادن که: "قوانین ما نقض شده". خب کدوم قانون؟ هیچ توضیحی ندادن. آدم حس می‌کنه با یه دیوار حرف می‌زنه.»

۴- راهبردهای کنش و تعامل: کنش و واکنش‌های شرکت کنندگان در پاسخ به تهدیدها، محورهای عملی تاب آوری دیجیتال محسوب می‌شوند و به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند: - راهبردهای فنی که شامل استفاده از ابزارهای امنیتی مانند احراز هویت دو عاملی و پشتیبان‌گیری از محتوا، ایجاد گروه‌های همیاری برای تبادل تجربه شکست‌ها، مستندسازی تهدیدها و تدوین چک لیست امنیتی. - راهبردهای روانی - اجتماعی که

شامل حفظ آرامش و تداوم انتشار محتوا علی رغم شکست یا حذف، فاصله گیری موقت برای بازیابی ذهنی، بازتعریف هویت و هدف فعالیت در شبکه پس از بحران.

۵- شرایط مداخله گر: در بررسی داده‌ها عوامل مداخله گر متعدد شناسایی شدند که می‌توانند فرآیند تاب آوری را تسهیل یا بازدارندگی کنند همانند: - فشار تولید مستمر محتوا، که مانع انجام اقدامات امنیتی می‌شود، - اضطراب الگوریتمی ترس از کاهش بازدید و فالوئر، - خستگی روانی از تغییرات مداوم سیاست‌ها و تنظیمات، - وجود یا فقدان شبکه حمایتی در میان همکاران یا دوستان آنلاین. این عوامل، رابطه بین دانش امنیتی و رفتار امنیتی را تعدیل می‌کنند، یعنی دانستن، الزاماً به عمل نمی‌انجامد.

مرد، ۳۶ ساله، فعال اجتماعی: «من می‌دونم که باید دو مرحله‌ای (2FA) کنم، ولی اینقدر درگیر درست کردن ویدئوی بعدی هستم که وقت نمی‌کنم برم توی تنظیمات و اون کار رو انجام بدم. اولیت با تولید محتواست، امنیت می‌مونه برای بعد.»

۶- پیامدها: پیامدهای کنش‌های تاب آورانه در داده‌ها به سه دسته تقسیم می‌شوند از جمله: - سطح فردی که به افزایش حس خودکارآمدی و اعتماد به نفس فناوری است، - سطح جمعی به شکل گیری یادگیری و حمایت متقابل منجر می‌شود و - سطح سیستمی که نقد و مطالبه گری نسبت به عملکرد پلتفرم‌ها و سیاست‌های آنان است. در نتیجه تاب آوری دیجیتال نه تنها به بازیابی فردی از بحران منجر می‌شود، بلکه به شکل پنهان بذر نوعی مقاومت اجتماعی و همیاری آنلاین را در جامعه کاربردی می‌کارد.

زن، ۴۲ ساله، فعال اجتماعی: «بعد از اینکه خودم یاد گرفتم چطور از اطلاعاتم بک آپ بگیرم و ایمیل رو ایمن کنم، دیگه از به روزرسانی‌های امنیتی نمی‌ترسم. حس می‌کنم خودم کنترل رو در دست گرفتم.»

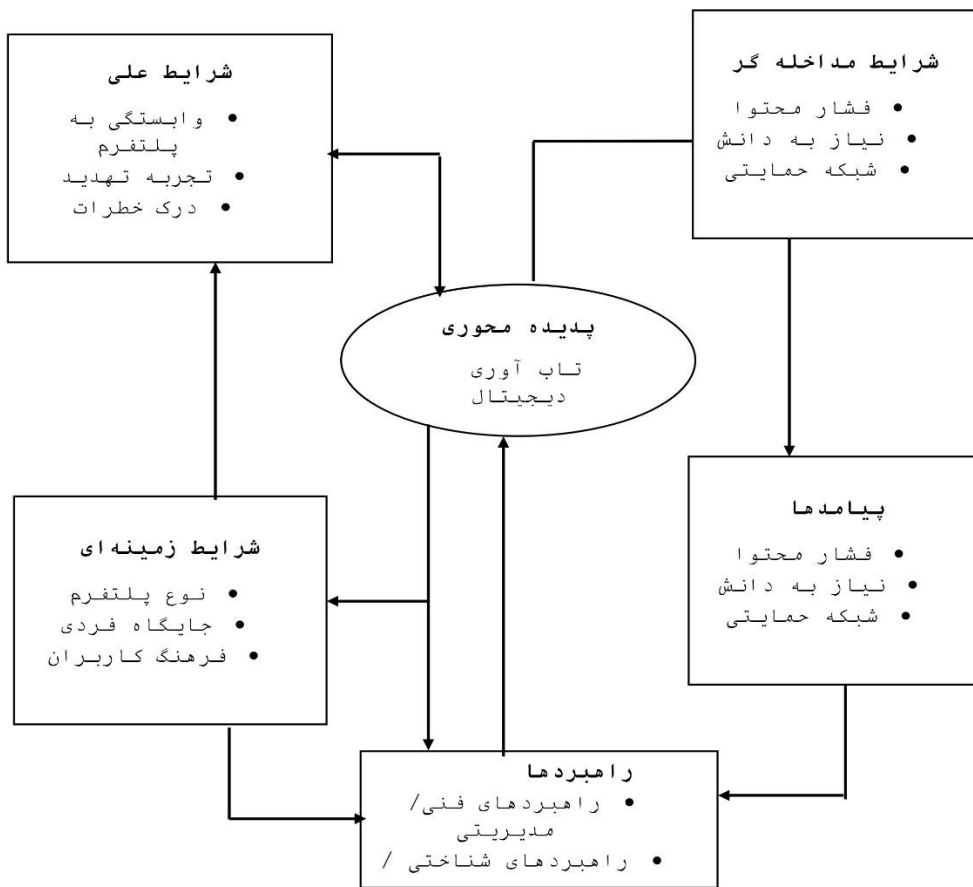
مقوله محوری
ماهیت فعالیت و میزان وابستگی به پلتفرم
درک تهدید و ریسک در فضای دیجیتال
دانش امنیتی
شکاف میان دانستن و عمل امنیتی
فشارها و محدودیت‌های حرفه‌ای
تاب‌آوری دیجیتال
واکنش در بحران و بازیابی
شبکه‌های حمایتی و یادگیری جمعی
موانع پلتفرمی در تداوم امنیت

در مرحله بعد کدگذاری انتخابی و تدوین مدل نظری است. پس از مقایسه عمیق، مشخص شد که فرآیند غالب و چرخه‌ای که فعالان برای حفظ پایداری خود طی می‌کنند، هسته مدل را تشکیل می‌دهد که شامل: "تاب‌آوری دیجیتال به مثابه بازسازی هویت فناورانه" است. تحلیل محوری داده‌ها نشان داد که هسته نظری پدیده مورد مطالعه، چیزی فراتر از «امنیت فردی»، یا «کنش محافظتی» است. پاسخ دهندگان فرآیند تاب‌آوری را نوعی بازسازی مداوم هویت فناورانه خویش می‌دانستند: یعنی یادگیری از شکست، بازسازی اعتماد به توانایی خود و تنظیم رابطه جدید با فناوری پس از بحران. در واقع این مفهوم، پیوسته و چرخه‌ای است، از تهدید و آسیب آغاز می‌شود و به خودکارآمدی، همیاری جمعی و بازتاب اجتماعی منجر می‌گردد. براساس تکرار مضامین در گفت‌وگوها، تاب‌آوری دیجیتال یک چرخه یادگیرنده است، هر بار که چرخه طی می‌شود، حس خودکارآمدی فناورانه تقویت می‌گردد و آسیب‌پذیری ذهنی کاهش می‌یابد به تعبیر شرکت‌کنندگان «با هر بحران، کمی حرفه‌ای‌تر می‌شویم».

تاب‌آوری دیجیتال در میان کاربران شبکه‌های اجتماعی، فرایندی پویا و چرخه‌ای از بازتعریف هویت فناورانه است که در پی تجربه بحران و تهدید، از طریق تعامل میان دانش تجربی، فشار پلتفرمی و حمایت همسالان شکل می‌گیرد. نتیجه این فرآیند پیدایش حس جدیدی از خودآکارآمدی دیجیتال و شکل‌گیری جامعه‌ای یادگیرنده و تاب‌آور است. با توجه به یافته‌ها ترسیم نمودار مفهومی مدل تاب‌آوری دیجیتال به مثابه بازسازی هویت فناورانه بدین صورت است:

فرآیند ویرانگری نشده (نشریه بازیابی دانش و نظام‌های معنایی)

مدل تاب آوری دیجیتال به مثابه بازسازی هویت فناورانه



به طور روایی، مدل نشان می‌دهد که کاربران ایرانی شبکه‌های اجتماعی در مواجهه با تهدیدهای امنیتی، به جای خروج از فضا، درون همان محیط تهدیدزا، روش بقا و رشد را در پیش می‌گیرند. تاب‌آوری برای آنان به معنای «برگشت به قبل نیست»، بلکه جلو رفتن با دانشی بیشتر است. این نگاه باعث می‌شود فضای دیجیتال به بستری برای خودیادگیری، همیاری و بازسازی جمعی تبدیل گردد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تبیین فرآیند تاب‌آوری دیجیتال در میان کنشگران فضای مجازی بر مبنای رویکرد نظریه داده بنیاد انجام شد. سه مرحله تحلیل داده‌ها (کدگذاری باز، محوری و انتخابی) بود که منجر به شکل‌گیری مدلی نظری گردید که فرآیند پویای بازسازی هویت فناورانه در مواجهه با تهدیدها و فشارهای محیط دیجیتال را توضیح می‌دهد. در این مدل تاب‌آوری دیجیتال نه به معنای ایستادگی منفعل در برابر آسیب‌های فناورانه و دیجیتالی، بلکه به منزله‌ی کنشی بازسازی و یادگیرنده در تعامل با فناوری تبیین شد. کنشگر دیجیتال در جریان تجربه‌ی تهدیدها و ناپایداری‌های سایبری، از طریق یادگیری، پالایش ادراک‌ها و بازتعریف نقش فناورانه‌ی خود، فرآیندی از تحول شناختی و کنشی را طی می‌کند که پیامد آن احیای خودکارآمدی فناورانه، بازسازی هویت دیجیتال و ایجاد شبکه‌های حمایتی آنلاین است. در واقع ظرفیت‌های فناوری ابزارهایی هستند که به افراد در ساخت تاب‌آوری زنجیره تأمین در هر یک از این ابعاد کمک می‌کنند. در این شرایط رسانه‌های اجتماعی وظیفه‌ای فراتر از اشتراک‌گذاری مطالب و عکس و فیلم را دارند و باید به عنوان ابزاری برای ارتباط میان موسسات و مشتریان و حتی مشتریان با یکدیگر مورد استفاده قرار گیرند و به عنوان هدف جهت‌گذاری روابط مالی نوین در تجارت باشند.

یافته‌ها نشان دهنده این است که تاب آوری دیجیتال یک چرخه شناختی - اجتماعی است که در آن فرد بین درک تهدید، یادگیری، بازسازی و آموزش به دیگران حرکت می‌کند. در نتیجه تاب آوری فرآیندی جهت سوق به سمت احیای خود و دیگران است. افرادی که تاب آوری بالای دارند، از سلامت روان بیشتری نیز برخوردار هستند (جمشیدی عینی و رضوی، ۱۳۹۶؛ خوسلا^۱، ۲۰۱۷).

این پژوهش مدل تازه‌ای از تاب آوری دیجیتال ارائه می‌دهد که در آن، فرد به عنوان کنشگر یادگیرنده و بازسازنده‌ی هویت فناورانه ظهور می‌یابد، تاب آوری دیجیتال نه بازگشت بلکه یک فرآیند یادگیری تحولی است که کاربر از خلال آن تجربه فناورانه را به بازتولید هویت شخصی و اجتماعی تبدیل می‌کند، یعنی فرد دیگر صرفاً مقاومت کننده نیست، بلکه بازآفرین است. در واقع فرآیند تاب آوری از مسیر یادگیری بازتابی و فناورانه می‌گذرد و کاربر با شکت‌ها یا تهدیدهای فناورانه مواجه می‌شود و راهکار خودتنظیمی و بازآفرینی کارکردی را می‌آموزد و به تعبیر لاپتون^۲ (۲۰۲۳) بازنگری در خویشتن از دریچه داده و فناوری می‌رسد. در نتیجه تاب آوری دیجیتال در مدل ارائه شده در این پژوهش به جای انطباق با فناوری به معنای هم زیستی بازسازانه با فناوری است (جایی که انسان و سامانه‌های هوش مصنوعی در یک فرآیند دو سویه هویت را شکل می‌دهند).

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد تاب آوری دیجیتال صرفاً فرآیندی روان شناختی یا فنی نیست، بلکه ساختاری هویتی و شناختی دارد که از تعامل انسان با فناوری و اجتماع آنلاین شکل می‌گیرد. پژوهشگران آینده می‌توانند با استفاده از مدل حاضر، مفهوم تاب آوری را در پیوند با نظریه‌های هویت دیجیتال، عاملیت فناورانه و یادگیری اجتماعی بازخوانی کنند. در همین راستا پیشنهاد می‌گردد براساس راهبردهای شناختی و هیجانی شناسایی شده در این مدل، آموزش سواد دیجیتال تطبیقی در قالب ماژول‌هایی طراحی

¹ - Chosla

² - Lupoton

شود تا کاربران یاد بگیرند چگونه در شرایط تهدید سایبری از خودکارآمدی و مدیریت هیجان بهره ببرند. همچنین پیشنهاد می‌شود نهادهای آموزشی، مراکز رشد و انجمن‌های کارآفرینی دیجیتال، کارگاه‌هایی طراحی کنند که کاربران را به بازاریابی در نقش و هویت خود در فضای دیجیتال ترغیب کنند.

تعارض منافع

این مقاله فاقد هرگونه تعارض منافع است.

منابع

خبازه، کبری (۱۴۰۳). شناسایی شایستگی‌های رهبری دیجیتالی در عصر دیجیتال. دوفصلنامه پژوهش‌های کیفی در علوم رفتاری، ۳(۲)، ۱۸-۱. [10.22077/qrebs.2025.8330.1065](https://doi.org/10.22077/qrebs.2025.8330.1065)

ترابی، حسن و احمدی، فاطمه (۱۴۰۴). تاب‌آوری شناختی در برابر جنگ شناختی علیه ایران: مولفه‌ها، تحلیل و راهکارهای ارتقا. شناخت پژوهی مطالعات سیاسی، ۲(۱)، ۱۲۱-۱۰۱.

Abbas, A., Eliyana, A., Ekowati, D., Saud, M., Raza, A., & Wardani, R. (2020). Data set on coping strategies in the digital age: The role of psychological well-being and social capital among university students in Java Timor, Surabaya, Indonesia. *Data in Brief*, 30, 105583. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.105583>

Ali, S., Wang, D., Hussain, T., & Li, B. (2023). The Impact of Virtual Society on Social Capital Formation: A Comparative Analysis of Facebook and WhatsApp. *Sage Open*, 13(4), 21582440231210077. <https://doi.org/10.1177/2158244023121007>

Becker, L., Heimerl, A., & André, E. (2023). ForDigitStress: Presentation and evaluation of a new laboratory stressor using a digital job interview-scenario. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1182959>

Costello, Nancy, Rebecca Sutton, Madeline Jones, Mackenzie Almassian, Amanda Raffoul, Oluwadunni Ojumu, Meg Salvia, Monique Santoso, Jill R. Kavanaugh, and S. Bryn Austin. (2023). Algorithms, Addiction, And Adolescent Mental Health: An Interdisciplinary Study to Inform State-Level

Policy Action to Protect Youth from the Dangers of Social Media. *American Journal of Law & Medicine*, 49: 135–72.

Eri, R., Gudimetla, P., Star, S., Rowlands, J., Girgla, A., To, L., Li, F., Sochea, N., & Bindal, U. (2021). Digital Resilience in Higher Education in Response to COVID-19 Pandemic: Student Perceptions from Asia and Australia. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 18(5). <https://eric.ed.gov/?id=EJ1325876>

Hassoun A, Beacock I, Carmody T, Kelley PG, Goldberg B, Kumar D, Murray L, Park RS, Sarmadi B, Consolvo S. (2025). Beyond Digital Literacy: Building Youth Digital Resilience Through Existing “Information Sensibility” Practices. *Social Sciences*, 14(4):230. <https://doi.org/10.3390/socsci14040230>

Lestari, R., Hidayah, R., Windarwati, H. D., Widiarini, R., & Indiraswari, T. (2025). Digital Resilience as an Inherent Capability in the Disruption Era: A Comprehensive Review. *An-Najah University Journal for Research - B (Humanities)*, 39(10). <https://doi.org/10.35552/0247.39.10.2451>

Lupton, D. (2023). *Data Selves: More-than-human perspectives*. Columbia University Press. <https://doi.org/10.7312/lupt20660>

Mabon, L., Kawabe, M., Huang, Y.-C., Moller, L., Gu, J., Wakamori, D., Narita, K., Ito, T., Matsumoto, A., Niizeki, K., Suzuki, S., & Watanabe, M. (2020). Inherent resilience, major marine environmental change and revitalisation of coastal communities in Soma, Fukushima Prefecture, Japan. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 51, 101852. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101852>

Mackey, Thomas, and Trudy Jacobson. (2011). Reframing information literacy as a metaliteracy. *College & Research Libraries*, 72: 62–78.

Nanclares, C. M. P., & García, F. L. D. B. (2024). Innovación en Arquitectura: El papel de las tecnologías digitales y las redes sociales en la formación académica. VISUAL REVIEW. *International Visual Culture Review / Revista Internacional de Cultura Visual*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.62161/revvisual.v16.5227>

Park, Jinkyung Katie, Mamtaj Akter, Pamela Wisniewski, and Karla Badillo-Urquiola. (2024). It's Still Complicated: From Privacy- Invasive Parental

Control to Teen-Centric Solutions for Digital Resilience. *IEEE Security & Privacy*, 22: 52–62. DOI: [10.1109/MSEC.2024.3417804](https://doi.org/10.1109/MSEC.2024.3417804)

Saka, T.N., Hormiga, E. & Valls-Pasola, J. Crisis response strategies: a digital reluctance perspective. *Rev Manag Sci* 19, 2569–2607 (2025). <https://doi.org/10.1007/s11846-024-00822-5>

Saldana, Johnny. (2021). *The Coding Manual for Qualitative Researchers*, 4th ed. London: Sage.

Schäfer, S. K., von Boros, L., Schaubrich, L. M., Kunzler, A. M., Lindner, S., Koehler, F., Werner, T., Zappalà, F., Helmreich, I., Wessa, M., Lieb, K., & Tüscher, O. (2024). Digital interventions to promote psychological resilience: A systematic review and meta-analysis. *NPJ Digital Medicine*, 7, 30. <https://doi.org/10.1038/s41746-024-01017-8>

Shanmugasundaram, M., & Tamilarasu, A. (2023). The impact of digital technology, social media, and artificial intelligence on cognitive functions: A review. *Frontiers in Cognition*, 2. <https://doi.org/10.3389/fcogn.2023.1203077>

Sharma, M., Anand, N., Roopesh, B., & Sunil, S. (2021). Digital resilience mediates healthy use of technology. *Medico-Legal Journal*, 90, 002581722110183. <https://doi.org/10.1177/00258172211018337>

Shrivastava, A., & Desousa, A. (2016). Resilience: A psychobiological construct for psychiatric disorders. *Indian Journal of Psychiatry*, 58(1), 38–43. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.174365>

Sun, H., Yuan, C., Qian, Q., He, S., & Luo, Q. (2022). Digital Resilience Among Individuals in School Education Settings: A Concept Analysis Based on a Scoping Review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 858515. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.858515>

Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded Theory Procedures and techniques*. Newbury Park, CA: Sage.

Tafesse, W., Aguilar, M. P., Sayed, S., & Tariq, U. (2024). Digital Overload, Coping Mechanisms, and Student Engagement: An Empirical Investigation Based on the S-O-R Framework. *Sage Open*, 14(1), 21582440241236087. <https://doi.org/10.1177/21582440241236087>

Unni, Zoya, and Weinstein, Emily. (2021). Shelter in Place, Connect Online: Trending TikTok Content During the Early Days of the U.S. COVID-19 Pandemic. *Journal of Adolescent Health*, 68: 863–68. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.02.012> Get rights and content

Wenting, Mi, Srisawat, Patcharaporn & Voracharoensri, Skol (2024). The Impact of Resilience and Coping Strategies on Techno-Stress in Chinese University Students. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 2024, Issue 110, p297.

Zayed, A. M. (2024). Digital Resilience, Digital Stress, and Social Support as Predictors of Academic Well-Being among University Students. *Journal of Education and Training Studies*, 12(3), 60. <https://doi.org/10.11114/jets.v12i3.6894>

زودایند ویرایشگاه نشریه بازیابی دانش و نظام‌های معنایی