

تعزز الاتصال المجتمعي وتسبب الإدمان والعزلة والانطوائية مواقع التواصل الاجتماعي.. العيش في عالم الأحلام والرومانسية الزائدة

وائل العدس



«الفرانكو أراب».. تشويه صريح للغة العربية

الشخصية، ولكن تلك التطبيقات لم تمنع نشر محتويات قد تضر بمستخدمي آخرين، كما أن كثيراً من المستخدمين لا يهتمون بتلك الإعدادات.

نتائج إيجابية

أتاحت هذه المواقع سبل تطوير الذات وقدمتها للمستخدمين بها على طبق من ذهب، لكن الكثيرين لا ينتهزون الفرصة ولا يرون الفائدة التي تعود عليهم من خلال متابعتهم واشراكهم على اختلافاتها الكثيرة. وإن تحدثنا عن النتائج الإيجابية التي تحققها هذه المواقع فإنها تسهم في تطوير الذات وتوسيع المفاهيم وتنمية الإدراك، ومن خلالها يتم اكتساب مهارات التواصل والحديث عبر تلك المواقع، وفهم طرق التعبير والكتابة الصحيحة، والتعرف إلى الآخرين من مختلف العادات والتقاليد والأجناس، وتوسع الإدراك المعرفي والثقافي، إضافة إلى الاشتراك في مجموعات هادفة كمجموعات تعليم اللغات أو الموسيقى وما إلى ذلك، وهي نوع من تطوير الذات لكن من المهم اختيار المجموعة حسب ميولنا وليس لأي اعتبارات أخرى حتى تكون الفائدة المرجوة حقيقية تسهم في تطوير الذات بشكل فعال، كما تمنح التواصل المباشر مع الاستشاريين والاختصاصيين في كل المجالات وبشكل مباشر وسهل في عملية تطوير الذات والحصول على المعلومة بشكل سريع ومختصر.

الفيديو وخصوصاً للبحث عن وظائف، حيث تعرض صفحاته بعض المواقع للإعلان عن الوظائف لتوفير الوقت والجهد للباحثين عن العمل. كما أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت متهمه بتسببها في تدوير العلاقات الأسرية حيث فرضت على مستخدميها نوعاً من العزلة والانقطاع عن الحياة العامة والحياة الاجتماعية، فالوقت الذي يمضيه الشباب على تلك المواقع وهو الأمر المدمر لكل مؤسسات المجتمع حيث من الممكن أن تؤدي تلك الشائعات إلى خلق أزمات متعددة.

ومن أهم السلبات أيضاً غياب الخصوصية حيث يستطيع أي إنسان نشر صور أو معلومات تخص شخصاً آخر من دون الرجوع إليه، كما يمكن اختراق الحسابات الشخصية للمستخدمين والتجسس عليهم، حيث إن المشتركين يقومون بنشر معلوماتهم الشخصية كما يمكن استغلال المنشورات القديمة للأفراد وابتزازهم بها أو التنكيل بهم إعلامياً، كما تحتفظ مواقع التواصل الاجتماعي بالمنشورات القديمة وإن حاول بعض أصحاب تلك المواقع إضافة إعدادات تضيي نوعاً من الخصوصية على حسابات المستخدمين ومعلوماتهم

تزايد الشعور بالعدوانية والانانية والاضطرابات النفسية والكتابة كما أنها تؤثر على التحصيل الدراسي. يؤثر التعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي أيضاً على رؤية المستخدم لنفسه وليس فقط لجمعه، حيث تضع تلك المواقع مستخدميها تحت المجهر، وتجعلهم في محاولة دائمة للظهور بصورة مثالية وتقديم أنفسهم للعالم الافتراضي بصورة مغايرة للواقع، عن طريق نشر صورهم وأخبارهم وما يحدث في حياتهم من أحداث مهمة وينتظرون الحكم عليها من أصدقائهم على المواقع ما يؤدي إلى تزايد القلق والترقب الدائم للحكم الذي

وتعرف عائلة نفس أميركية تدعى كيمبرلي يونغ الإدمان بأنه استخدام الشبكة العنكبوتية أكثر من ٣٨ ساعة أسبوعياً. وتنوع الأسباب التي تقود بعض الشباب إلى قضاء معظم أوقاتهم في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، فحرية التعبير والتفيس عن المكنون الداخلي هو الدافع الأساسي للبعث، على حين تعتبر وسيلة فاعلة في الإعلان عن النشاطات الحركية وإصالتها لأكثر عدد من الجمهور. ويرى آخرون أن الحاجة أصبحت ملحة لاستخدام

أدى تسارع التطور التكنولوجي في منتصف التسعينيات من القرن الماضي إلى حدوث طفرة على جميع المستويات العلمية، وانطلاق ثورة حقيقية في عالم الاتصال، حيث انتشرت شبكة الإنترنت في أرجاء العالم وربطته بأجزائه المترامية، ما جعله يشبه القرية الصغيرة، حيث أصبحت المجتمعات أكثر انفتاحاً وابتات من السهل التعرف وتبادل الآراء والأفكار والخبرات.

وأنحت مواقع التواصل الاجتماعي مستخدميها إنشاء مدونات إلكترونية، وإجراء المحادثات، وإرسال الرسائل، ومشاركة الصور ومقاطع الفيديو والملفات، وتيسر للمستخدمين نشر ملفات، والكتابة حول موضوعات محددة من الممكن أن تدخل ضمن دائرة اهتمام مشتركين آخرين، وتمكنهم من التعليق على تلك المواضيع وإبداء آرائهم فيها.

ووفق الإحصاءات فإن أعداد مستخدمي تلك المواقع تزداد زيادة مطردة في كل ثانية، وعلى سبيل المثال موقع «فيسبوك» يتراوح أعداد مستخدميها نحو المليار ومنتى مليون، منها ما يقارب ٦٥ مليوناً في منطقة الشرق الأوسط وحدها، لذلك يعد أكبر موقع اجتماعي حول العالم، ويليه تويتر حيث يصل عدد مشتركيه إلى ٣٥٠ مليون مشترك حول العالم منهم نحو ٧ ملايين مشترك في العالم العربي، أما موقع مثل اليوتيوب فقد وصل عدد مرات المشاهدة في العالم العربي إلى ١٧٠ مليوناً في اليوم، وغوغل بلس والذي نشط مؤخراً حيث تشير الإحصاءات إلى أن عدد مستخدميها وصل إلى ما يقارب ٣٤٠ مليون مستخدم، والجدير بالذكر أن تلك الإحصاءات قابلة للزيادة والتطور في كل ثانية.

تأثيرات سلبية

بعدها امتدت جذورها بشكل أكبر، بات لهذه المواقع تأثيرات سلبية، وعلى الرغم من أنها تعزز الاتصال المجتمعي، إلا أن استخدامها يؤدي إلى نوع من أنواع الإدمان الذي يقود إلى العزلة وتسبب مستخدميها نوعاً من الانطوائية وتعطيلهم فرصة للهروب من مجتمعهم، حيث إنهم يتعاملون مع عالم افتراضي ومع أشخاص غير حقيقيين إن صح التعبير، أو على الأقل لا يدخلون في نطاق دائرة المعارف والأقارب ولا يستطيع أن يراهم أحد في نطاق مجتمعهم، فهم غريباء لا يستطيع أن يتعامل معهم أحد بشكل مباشر، وهو ما يسميه البعض العيش في عالم الأحلام والرومانسية الزائدة حيث إن تدني الأوضاع في أرض الواقع يجعل الشباب يخلقون عالمًا خاصاً بهم يرتقي لتطلعاتهم وأمالهم.

ويرى «لاري روزين» أستاذ علم النفس بجامعة كاليفورنيا أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يؤدي إلى

كلمة السر

كلمة السر مؤلفة من سبعة حروف؛ فنان ومخرج سوري.

(حبيبي لم أعشق إلا رقتك
وجمالك... ولم أر إلا عينيك
وفؤادك... لن أستريح إلا على
أنفام همساتك... أحبك..
أعشقت أذوب فيك... وأميل
على يدك الناعمة... وأكلمها
وأحب أن تكون لفرحتي بداية
حقيقية...)

ك	ي	ن	ع	ا	ل	ن	ا	ع	م	ة	
و	ه	م	ا	غ	ن	ا	ح	ا	ر	ا	
ا	م	ب	ا	ة	ي	ق	ي	ق	ح	ف	س
ك	س	د	ا	ذ	و	ب	ت	ل	ن	ء	ت
ل	ا	ا	و	ا	ح	ب	م	ت	ى	ا	ر
م	ت	ي	ا	ى	ا	ع	ي	ك	ل	د	ي
ه	ك	ة	ل	ل	ل	ا	د	و	ع	ك	ح
ا	ف	ل	ا	ع	ا	ن	ك	ن	ا	و	ر
ا	ي	ت	ح	ر	ف	ل	ي	ل	ل	ق	ق
ع	ك	و	ا	م	ي	ل	ل	م	ا	م	ت
ش	و	ج	م	ا	ل	ك	ا	ح	ب	ك	ك
ق	ح	ب	ي	ت	ي	ا	ع	ا	ش	ق	ك

الطقس

اليوم	غداً
دمشق ١٤/٠٤	١٤/٠٤
حمص ١٣/٠٩	١٣/٠٩
حلب ١٥/٠٢	١٥/٠٢
اللاذقية ١٧/٠٩	١٧/٠٩
السويداء ١٤/٠٢	١٤/٠٢
الحسكة ١٤/٠٣	١٤/٠٣

من هو؟

مثلة أردنية، إذا جمعت الأحرف:

٣+٤: اسم موصول

٢+١: سكب

٥+٨+٧+٦: ضد أفكك

٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١

الحل السابق: خالد تاجا

SUDOKU

3	5		4					
			7					8
1			9					7
		3	4	9				5
				1				
6				3				1
		5			4			7
		2		6				
			3					9

تتألف اللعبة من تسعة مربعات كبيرة داخل كل منها تسعة مربعات صغيرة، يجب ملء المربعات الصغيرة بالأرقام على ألا يتكرر الرقم أكثر من مرة في كل مربع كبير وفي كل خط عمودي وأفقي.

الحل السابق:

6	9	4	7	8	3	2	1	5
5	1	7	6	4	2	8	9	3
2	8	3	9	5	1	4	6	7
9	3	5	8	2	7	6	4	1
4	6	8	1	3	9	5	7	2
7	2	1	4	6	5	3	8	9
1	5	6	3	9	4	7	2	8
3	4	9	2	7	8	1	5	6
8	7	2	5	1	6	9	3	4

كلمات وتقاطعة

عمودي:

- ١- فنانة سورية - طريق.
- ٢- مرض خطر (م) - هز (م) - مشيد (م).
- ٣- ودعم وغابهم - طليق.
- ٤- شهر قمرى - بئر - قامة.
- ٥- بيوت - نافية.
- ٦- حيوان ضخم - مستقبلي.
- ٧- مدينة لبنانية - لقبى.
- ٨- قبر - متحمل.
- ٩- بنوك - حرف أبجدي.
- ١٠- أعرف - من الزهور.
- ١١- للمساحة (م) - عاصمة قنوط.
- ١٢- ممتلة سورية - كمبيوتر.

أفقي:

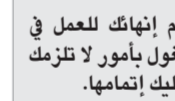
- ١- شاعر أموي - خارج عن القانون والدين.
- ٢- في الجلد - والد (م) - صراع.
- ٣- قبل - معاصر (م).
- ٤- أطرق ونفارق (م) - اسم موصول - صوت الماء (م).
- ٥- نترك الباب (م) - ربط - للتمني (م).
- ٦- معدن طلب (م) - في وجهي (م).
- ٧- ضمير منفصل - ظلم - تريباق.
- ٨- يفوز (م) - أساس.
- ٩- علم مؤنث (م) - امتنع عن الطعام.
- ١٠- عمر - شجاعة (م) - قنوط.
- ١١- حروف متشابهة - نصف موضة - من الأستان.
- ١٢- إله - سقيم (م).

برجك اليوم ٢/٧

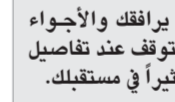


نجلاء قباني

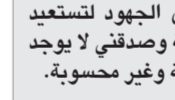
أنت معرض للاحتكاك الذي قد يولد فجأة من رحم كلمة عفوية أو تصرف غير مقصود لا تكن صريحاً كعادتك ولا تسي لنفكس ولمن حولك بكلام قد لا تعنيه.



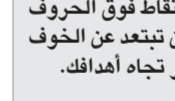
لا تعرض نجاحك للقلق بسبب عدم إنهاءك للعمل في الوقت المناسب فاليوم للعمل أنت مشغول بأمر لا تتركه وتسي الأمور الضرورية المتوجب عليك إتمامها.



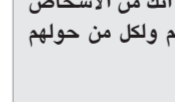
أنت ترضي جميع الأطراف والأمل يرافقك والأجواء مشجعة وتوسع لأفراح شخصية لا تتوقف عند تفاصيل صغيرة بل بدعاهم إلى مكاسب أكثر تأثيراً في مستقبلك.



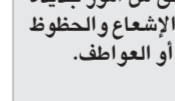
يوم هادئ يستحق منك الكثير من الجهود لتستعيد مكانتك في أمور الشخصية والعائلية وصدفني لا يوجد لديك المساحة الكافية لقرارات مرتجلة وغير محسوبة.



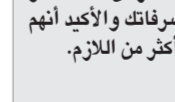
يوم جيد جداً لتمتد علاقاتك وتضع النقاط فوق الحروف بسبب بداية جديدة تسعدك فحاول أن تباعد عن الخوف للدخول في الجديد بالعكس غامر وبارح تجاه أهدافك.



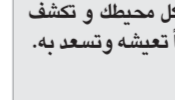
الأمور المالية مصدر التعب ولا تنس أنك من الأشخاص الكرماء الذين يتمتعون بالفراحة لهم ولكل من حولهم وأنا أحذرك من تدني مواردك المالية.



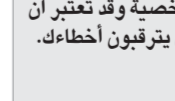
أنت تتخذ قرارات ولكذك تستشير وتقلق من أمور جديدة فالظروف حولك تتحسن فاستفد من كم الإشعاع والحظوظ المرافقة لك وخاصة على صعيد العمل أو العواطف.



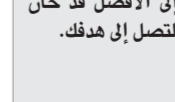
أنت تحتاج للتقدير والمدح وتريد أن تشعر أن العائلة أو الشريك يقدرن وتصيحات ويفهمون تصرفاتك وأكد أنهم يقدرنك ولكن أنت مستعجل وحساس أكثر من اللازم.



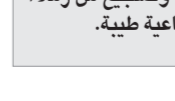
تعرف اليوم فيهم في مناسبة مفرحة كولادة جديدة في حياتك أو ارتباط فأنت تترك انطباعاً جيداً لدى كل محيطك وتكشف عن مشاعرك الحقيقية جاعلاً منها واقعا تعيشه وتسعد به.



هذا اليوم للقلق مما يجعلك عصبياً وقلقاً وقد يشغلك العمل أو الاستقراوات العملية عن أمور الشخصية وقد تعتبر أن الكل حولك ضحك وأن رؤساءك في العمل يترقبون أخطائك.



قد تفكر بزيادة تعليمك أو خوض دورات تدريبية لزيادة خبراتك في مجال عملك وقت التغيير إلى الأفضل قد حان فضعف جهودك لأن الحظوظ مساعدة لتصل إلى هدفك.



كل ما يحصل حولك يحفزك على الصعود لسلم النجاح درجة درجة مدفوعاً بمساعدات العائلة وتشجيع من زملاء العمل لتصل على سعة مهنية واجتماعية طيبة.