بسم الله الرحمن الرحيم

منصة أريد العلمية

وسائط التواصل الاجتماعي وأثرها على البيئات

الدينية والاجتماعية والثقافية والسياسية

ملخص بحث مقدم للمشاركة في:

المحفل العلمي الدولي التاسع

المؤتمر الدولي الثالث للإعلام الرقمي

وصناعة الوعي الجماهيري

إعداد وتقديم

أ. د. حمزة حسن سليمان صالح

أستاذ التفسير وعلوم القرآن

جامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية - السودان

هاتف: 00249919609632

بريد الكتروني: abohosam699@gmail.com

ملخص البحث

لقد كان للتطورات التقنية والالكترونية وعالم البحث الافتراضي الأثر البارز في تطور حياة المجتمعات في نواحي الحياة المختلفة سواء كانت سياسية أو اجتماعية أو ثقافية، وبالرغم من أن هذه الآثار ذات تأثير إيجابي في جميع مناحي الحياة وكانت لها فؤاد جمة لا تعد ولا تحصى؛ ولكن لم تكن هذه الآثار متوقفة على الجانب الإيجابي من الحياة، وفي المقابل كانت هناك الكثير من النواحي السلبية التي أثرت على البيئات الاجتماعية والسياسية والثقافية آثار كان لها الدور البارز في تغيير كثير من قناعات ومفاهيم المجتمع، وفي هذه الدراسة يحاول الباحث تتبع الآثار الإيجابية التي خلفتها هذه التطورات التقنية وتعزيزها، ومحاولة إيجاد الحلول الممكنة للآثار السالبة التي تأثرت بها المجتمعات والملل.

**Abstract**

The technological and electronic developments and the world of hypothetical research have had a prominent impact on the development of societies' life in various aspects of life, whether political, social or cultural, and despite the fact that these effects have a positive impact in all aspects of life and have had many innumerable hearts; But these effects were not dependent on the positive side of life, and on the other hand there were many negative aspects that affected the social, political and cultural environments, effects that had a prominent role in changing many of the convictions and concepts of society, and in this study the researcher tries to track the positive effects left behind. These technical developments and their enhancement, and trying to find possible solutions to the negative effects that affected societies and boredom.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث للآتي:

1. الوقوف على آثار وسائط التواصل الاجتماعي على البيئات الدينية والاجتماعية والثقافية والسياسية.
2. تعزيز الأدوار الإيجابية لوسائط التواصل الاجتماعي على حياة المجتمعات والتأكيد عليها في تنمية وتطور الأمة والملة.
3. محاولة وضع الحلول المناسبة للتصدي للآثار السالبة لوسائط التواصل على المجتمعات المختلفة.

خطة البحث:

تمهيد: فذلكة تاريخية لنشأة وتطور العلوم التقنية الالكترونية

تعريف التقنية الالكترونية:

يمكن تعريف التقنية على أنها كل ما يقوم به الإنسان من تغييرات أو تعديلات أضافها إلى الأشياء المتواجدة في الطبيعة، بالإضافة للأدوات بمختلف أنواعها والتي قام بصناعتها لتسهيل الأعمال التي يقوم بها، حيث إنّ التقنية تشمل مناحيَ كثيرة في الحياة مثل: الغذاء، والدواء، والسكن، واللباس، والاتصالات، والمواصلات، والرياضة، والعلم وغيرها الكثير.

يعبر مصطلح تكنولوجيا المعلومات (Information Technology) عن كل ما يرتبط بالبيانات، وبالتالي يرتبط بجهاز الحاسوب، فتكنولوجيا المعلومات بتنظيم وتطوير الأجهزة التي تقوم بحفظ المعلومات ونقلها مثل أجهزة الكمبيوتر والشبكات اللاسلكية،إتصالات، وأمن الشبكات وغيرها، إذن فهي تعنى بالحفاظ على البيانات لنقلها وإستعمالها في الوقت المناسب، وتشمل تكنولوجيا المعلومات الكثير من الوظائف داخل المنظمات، على سبيل المثال يوجد من يعمل على إدخال البيانات ومنهم من يقوم بتنظيمها، كما يوجد من هو المسؤول عن حفظ أمنها أيضاً[[1]](#footnote-1).

استعمالات التقنية:

تستخدم التقنية في مجالات حياتنا بشكل كبير، وهي: تقنية الاتصالات: تتضمن هذه التقنية تسهيل التخاطب والتواصل الإنساني مثل: الاتصالات المرئية، والهواتف الخلوية، وأجهزة النداء الآلي. التقنية المنزلية: وتشمل جميع النشاطات المنزلية ، مثل: الأغذية المجمدة والمجففة، والمايكرويف، والآلات الكهربائية الخاصة بالمنازل. تقنية المعلومات: وتتضمن هذه التقنية جميع التطبيقات التي تعتمد على الحاسوب، مثل: البريد الإلكتروني، والإنترنت، والحواسيب المنزلية والمحمولّة، وآلات المسح الرقمي، وأدوات التصوير. تقنية الترفيه والإعلام: وتشمل كل مجالات الترفيه التي تظهر بإطار رقمي، مثل: الستلايت، والتلفاز، والمنشورات على الإنترنت، وأجهزة الراديو، وألعاب الفيديو. التقنية الطبية: وتتضمن جميع الأدوات، والأبحاث، والدراسات الطبية من أجل حل مشاكل جسم الإنسان والحيوان الناتجة عن الأمراض والإصابات، مثل: الأعضاء الاصطناعية، واللقاحات، وضابط النبض وغيرها. تقنية التربية : وهي التي تتضمن تطبيق مبادئ علمية من أجل تسهيل وتبسيط التعلم والتعليم. أنواع التقنية.

إقرأ المزيد على موضوع.كوم: <https://mawdoo3.com/%D8%AA%D8%B9%D8%B1%D9%8A%D9%81_%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%82%D9%86%D9%8A%D8%A9>

تطور تكنولوجيا المعلومات يعود السبب الأساسي لتطور تكنولوجيا المعلومات إلى الجامعات والمؤسسات، بحيث ظهر مصطلح تكنولوجيا المعلومات في السبعينيات، إذ بدأ استعمال أجهزة لكمبيوتر في الشركات التجارية ولغير المختصين في جهاز الحاسوب، ثم ظهر ما يسمى بجدول البيانات ومعالج الكلمات مما ادى إلى ثورة في زيادة الإنتاج للموظفين، وبالتالي أنشات الشركات أقسام تسمى بتكنولوجيا المعلومات وخلقت المزيد من الوظائف، ثم توالت الأبحاث والإكتشافات لتظهر لغات البرجمة وإنشاء التطبيقات والأنظمة التي ساهمت بشكل كبير في تسهيل سير عمل الشركات.[[2]](#footnote-2)

إقرأ المزيد على موضوع.كوم: <https://mawdoo3.com/%D9%85%D8%B1%D8%A7%D8%AD%D9%84_%D8%AA%D8%B7%D9%88%D8%B1_%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%83%D9%86%D9%88%D9%84%D9%88%D8%AC%D9%8A%D8%A7>

المبحث الأول: التعريف بأبرز وسائط التواصل الاجتماعي

تُعرّف **وسائل** **التواصل** **الاجتماعية** بأنّها عبارة عن تكنولوجيا يتم استخدامها عبر شبكة الإنترنت العالمية وباستخدام أنواع متعددة من الأجهزة؛ كالكمبيوترات، والأجهزة اللوحية، أو حتى الهواتف الذكية، وتُتيح هذه الوسائل لمُستخدميها إمكانية التفاعل مع المُستخدمين الآخرين كالعائلة والأصدقاء وذلك من خلال ما يتم مُشاركته عبر هذه الوسائل كالصور والمدونات والفيديوهات، وغيرها من الأمور الأُخرى التي توُفرها وسائل التواصل الاجتماعي كالألعاب مثلاً، ولا يقتصر استخدام هذه الوسائل على الاستخدام الفردي والشخصي، حيث تقوم الشركات باستخدام هذه الوسائل بهدف التوصُل إلى العملاء والتفاعل معهم، ووضع الإعلانات عبر هذه الوسائل أو حتى تقديم خدمات الدعم المُختلفة، فهذه الوسائل قائمة على مبدأ تبادُل الأفكار والمعلومات وبناء المُجتمعات الافتراضية.

تُعرّف وسائل التواصل الاجتماعي (بالإنجليزية: Social Media) بأنّها التطبيقات والمواقع الإلكترونية التي تُستخدم للتواصل مع الآخرين، ونشر المعلومات عبر شبكة الإنترنت العالمية من خلال أجهزة الكمبيوتر أو الهواتف المحمولة[[3]](#footnote-3).

كما تُشير وسائل التواصل الاجتماعي أيضاً إلى أيّة أداة اتصال عبر الإنترنت تسمح للمُستخدِمين بمُشاركة المُحتوى ونشره عبر نطاق واسع[[4]](#footnote-4).

ومن الجدير بالذكر أنّ محتوى وسائل التواصل الاجتماعي يتمّ إنشاؤه من قِبل عددٍ كبير من المُستخدِمين يصل إلى بضعة ملايين، وذلك على عكس المُحتوى الذي يتوافر عبر وسائل التواصل التقليدية والذي يتمّ إنشاؤه من قِبل بضعة أشخاص فقط.[[5]](#footnote-5)

# وسائل التواصل الاجتماعي والتحديات الكبرى «1من 2»

[كارولينا سانشيز بارامو / أريانا ليجوفيني](https://www.aleqt.com/taxonomy/term/22406)

| الاربعاء 27 يناير 2021

الاقتصادية جريدة العرب الدولية – الاحد 14فبراير 2021

تشير الإحصائيات إلى أن هناك اليوم نحو 4.1 مليار شخص على مستوى العالم يستخدمون منصات وسائل التواصل الاجتماعي وفق تطبيقات ومنصات مختلفة وبلغات متعددة ومتنوعة، وهو ما يزيد على نصف سكان العالم. ويمثل استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من أجل التواصل الرامي إلى التغيير الاجتماعي والسلوكي خطوة طبيعية وضرورية تالية من أجل التصدي للتحديات الكبرى، ومنها الأزمة الناجمة عن تفشي فيروس كورونا كوفيد - 19. وتنطوي هذه الوسائل على إمكانات واضحة. لكن، هل يمكن سماع صدى هذه الحملات الإعلامية التي تطلق عبر وسائل التواصل الاجتماعي من أجل هذه القضايا وسط صخب عديد من الرسائل الأخرى التي تعج بها هذه الوسائل؟ وإذا استطاعت، كيف تتم ترجمة حياتنا على الإنترنت إلى سلوكيات حقيقية؟ كيف يمكننا قياس فاعلية حملات وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها الحقيقي؟.  
منذ فترة ونحن نعكف على مناقشة هذه القضايا وتصميمها والتفكير فيها. وخلال المناقشات التي دارت حول استخدام الوسائل الترفيهية لتحقيق أهداف التنمية المستدامة وتوظيف وسائل التواصل الاجتماعي لتغيير الأعراف والسلوكيات على نطاق واسع، جمعنا الباحثين، ووسائل التواصل الاجتماعي، وأرباب صناعة الترفيه التثقيفي، وواضعي السياسات من مختلف القطاعات، والمانحين والشركاء القائمين على تنفيذ هذه الحملات وتصميمها. ترمي هذه المناقشات إلى رسم مسار يفضي إلى زيادة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من أجل تغيير واسع النطاق ينتهي إلى بلوغ الأهداف الإنمائية.  
ما الذي تعلمناه حتى الآن؟ من بين الدروس الأساسية:  
أن وسائل التواصل الاجتماعي والتثقيف الترفيهي يمكنها الحد من العراقيل والحواجز التي تقف في طريق العمل الفردي. على سبيل المثال، يظهر بحث أجري أخيرا أن حملة غير مباشرة ومحدودة على وسائل التواصل الاجتماعي أنتجتها المؤسسة الهندية للسكان وبثتها عبر "فيسبوك ماسنجر" كانت مؤثرة في تشجيع سلوكيات البحث عن المعلومات على الإنترنت، وإعادة تشكيل توجهات مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي نحو المساواة بين الجنسين.  
توفر وسائل التواصل الاجتماعي إمكانات الاستهداف التي تتيح تحديد المستفيدين المحتملين أو الجمهور على مستوى أكثر دقة وتفصيلا. وهذا يسمح بتصميم الحملات الإعلامية مع أخذ الثراء في تنوع الخصائص الفردية للمستخدمين في الحسبان، ومن ثم إضفاء القوة والفاعلية عليها. على سبيل المثال، عقد البنك الدولي شراكة مع شركة Quilt.AI الهندية لإطلاق حملة تحفز الآباء على المشاركة في تغذية الأطفال بالبناء على تنوع مواصفات الآباء حسبما تحدده السلوكيات على الإنترنت... يتبع.

**المطلب الأول: الفيس بوك**

يعد الفيس بوك (بالإنجليزية: facebook) أكثر الشبكات الاجتماعية استخداماً على الإنترنت؛ حيث يستخدمه حوالي مليار شخص للتواصل مع الأصدقاء القُدامى، والتعرّف على أصدقاء جدد، وتتمثل مهمته في جعل العالم أكثر انفتاحاً واتصالاً مع بعضه، من خلال ربط الناس وتسهيل التواصل فيما بينهم، ويستخدم الأشخاص هذا الموقع لإنشاء ملفات تعريف شخصية، وإضافة مستخدمين آخرين كأصدقاء لهم، ومشاركة المعلومات معهم بطرق عديدة ومختلفة.

↑ Leslie Walker (18-12-2018), "Learn Facebook Tutorial - How Facebook Works"، www.lifewire.com, Retrieved 31-12-2018. Edited.  
  
**فيسبوك ماسنجر**

هو تطبيق دردشة وتواصل فوري مجاني من فيسبوك يُتيح للمستخدمين الدردشة مع بعضهم البعض وإنشاء مجموعات وإرسال الصور والفيديوهات والرسائل الصوتية وحتى لعب الألعاب،  في البدايات كان يشترط التسجيل به من خلال فيسبوك، ولكن حاليا لا يشترط على المستخدم أن يكون له حساب في فيس بوك لتسجيل الدخول إلى التطبيق حيث يمكنك انشاء حساب عن طريق رقم الهاتف فقطيعتبر من التطبيقات التي أسسها فيسبوك واستطاع أن يجعلها عالمية مثله، حيث يمتلك أكثر من **1.300 مليار مستخدم** **نشط** شهريا بعد ما كان في بداياته عام  2016  لا يمتلك أكثر من 200 مليون مستخدم شهري. https://dolphinuz.com/blog/single/

**المطلب الثاني: التويتر**

يعد التويتر (بالإنجليزية: Twitter) موقعاً إخبارياً من مواقع التواصل الاجتماعي على الإنترنت، يتواصل الأشخاص فيه من خلال نصوص نصية قصيرة تسمّى تغريدات (بالإنجليزية: tweets) تقوم على مبدأ نشر نصوص نصية قصيرة من مالك الحساب إلى المتابعين، ويستخدم بعض الأشخاص التويتر لاكتشاف أشخاص مميّزين بالنسبة إليهم، واكتشاف شركات مثيرة، واختيار متابعة تغريداتهم، وهو يمتاز بإمكانية متابعة المئات من مستخدميه، وقراءة منشوراتهم بنظرة خاطفة.  
Paul Gil (17-12-2018), "What Is Twitter & How Does It Work?"، www.lifewire.com, Retrieved 31-12-2018. Edited.

**تويتر**

يعتبر واحدا من أهم مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها شيوعا حول العالم، كيف لا ومن رحم هذا الموقع نشأ مفهوم الهاشتاق أو الوسم الذي استعارته لاحقا جل المواقع والتطبيقات لتعزيز التفاعل والوصول للمنشورات ذات النوع الواحد.

تأسس الموقع في مارس 2006  على يد 4 شبان هم جاك دورسي ونوح غلاس وبيز ستون و إيفان ويليامز والذين لم يكونوا على وجهه اليقين يعرفون كيف سيكون شكل الموقع، هل سيكون مدونة ؟ ام شبكة اجتماعية؟ الخ

وسرعان ما اتضحت رؤيتهم وأصبح [تويتر](https://twitter.com/) البوابة الأولى للتدوين المصغر و المصدر الأهم للأخبار العاجلة في العالم حيث يمكن لأي مستخدم متابعة أي قضية أو مؤتمر بشكل آني عبر متابعة ما ينشره المستخدمون في مكان الحدث.

ويمتلك تويتر أكثر من **335 مليون مستخدم** **نشط** رغم انه يعاني من تباطئ في معدلات النمو

**المطلب الثالث: الواتساب**

واتساب واحدا من أهم تطبيقات التراسل الفوري حول العالم والذي ساهم في تقليل أرباح شركات الاتصالات من خدمة التراسل SMS والذي استحوذ عليه فيسبوك بصفقة سميت آنذاك "بصفقة العصر" حيث أعلن فيسبوك استحواذه على خدمة "واتس أب" مقابل 19 مليار دولار أميركي ما بين أسهم ونقد .و يستخدم [واتساب](https://www.whatsapp.com/?lang=ar) أكثر من **1.500 مليار مستخدم** **نشط** شهريا حول العالم. https://dolphinuz.com/blog/single/

**المطلب الرابع: التليقرام**

المبحث الثاني: الآثار الإيجابية لوسائط التواصل

[Social Media Advantages and Disadvantages](http://www.advantages-disadvantages.co/social-media-advantages-and-disadvantages/)

يعد الحاسب الآلي هو الوسيلة المستخدمة لمشاركة الموظفين بعضهم البعض لنشر المعلومات أو الافكار أو المحادثات الافتراضية داخل الشركة الواحدة وهذا ما يسمى بشبكات التواصل الاجتماعي . ويمكن تعريف هذه الشبكات أيضًا على أنها مجموعة من التطبيقات المستندة إلى الإنترنت والتي عادة ما تكون مبنية على أسس أيديولوجية وتكنولوجية . يمكن أيضًا اعتبار وسائل التواصل الاجتماعي وسيلة للتواصل مثل الصحف أو الراديو . الفيسبوك ، تويتر ، لينكدإن وغيرهم هم بعض الأمثلة البارزة لوسائل التواصل الاجتماعية ، أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءًا لا يتجزأ من الحياة حيث تتزايد المواقع والتطبيقات الاجتماعية ولكل منها فوائد و أضرار .

**تتمثّل فوائد وسائل التواصل الاجتماعي تتمثل في :**

**إمكانية التواصل مع الجميع الموجودين حول العالم :** فوسائل التواصل الاجتماعي تمكنك من التواصل مع كل الناس في كل بقاع العالم ، فتوفر مواقع التواصل الاجتماعي إمكانية الوصول للآخرين سواء من الأصدقاء أو الزملاء بشكل سريع حتى إن كنت لا تسطيع عمل هذا في الحقيقة نظراً لضيق الوقت . كما يمكن تكوين صدقات جديدة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي يشتركون معك في نفس اهتماماتك .

**معرفة الأخبار الحالية بسهولة :** فبعض الأشخاص الذين لا يستطيعون سماع الأخبار أو قراءة الجرائد ، يمكنهم أن يعرفوا الأخبار الحالية عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي ، فيعتبر تويتر من أهم مواقع التواصل الاجتماعي للإمداد بالأخبار العاجلة في جميع مجالات اهتمامك .

**أن تتيح طريقة سهلة وسريعة لنشر وإرسال أي معلومات :** فمواقع التواصل الاجتماعي تساعدك في التواصل مع أكثر من شخص في نفس الوقت ، فيمكن إخبار مجموعة من الأصدقاء أو الأشخاص بخبر ما أو معلومة عن طريق إحدى المجموعات في أي من مواقع التواصل الاجتماعي . كما يمكن إبلاغ الآخرين أيضاً بأي تعديلات قد تحدث .

**أنها مسئولة عن فئة الشباب :** فتعتبر شبكات التواصل الاجتماعي أداة سهلة ويسهل من خلالها تسليط الضوء على القضايا التي تهم الشباب ، فشبكات التواصل الاجتماعي تستخدم في تنظيم الأنشطة أو الأحداث أو المجموعات لعرض قضايا معينة ومعرفة الآراء ونشرها من خلال مجموعة كبيرة من المهتمين بها .

**أنها تعمل على بناء جسور للتواصل :** فقد تتيح شبكات التواصل الاجتماعي التواصل بين الشركات وعملائها حول العالم وذلك نتيجة الطبيعة التفاعلية لوسائل التواصل الاجتماعي . فيمكن للشركات إدارة خدمات العملاء بشكل سريع ومباشر عبر الإنترنت مما يؤدي إلى حل كل الأمور بشكل أفضل وأسرع .

**أضرار وسائل التواصل الاجتماعي تتمثل في :**

**سرعة انتشار المعلومات الخاطئة :** فقد يثق الكثير بالأخبار والمعلومات المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي حتى و إن كانت غير صحيحة ويبدأ كل شخص بمشاركتها مع أصدقائه ، وهذا يساعد على نشر الأخبار الخاطئة حتى تتصدر العناوين الرئيسية للأخبار .

**إحتمالية إدمان استخدامها :** فيلجأ الكثير لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي مضيعة للوقت ولكن سرعان ما يتحول الأمر إلى إدمان شديد ، ذلك لأنه يتم تحفيز منطقة المتعة في المخ  بسبب النشاطات الموجودة في وسائل التواصل الاجتماعية . فقد يؤثر هذا الإدمان في ضياع أوقاتك الثمينة .

**أنها تقود إلى قلة التركيز :** عندما تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي فيتم التنقل بين المواقع باستمرار مما يساعد في تقليل القدرة على التركيز على مهمة واحدة فقط . فالمعلومات الزائدة تعمل على إجهاد العقل وإرهاقه .

**أنها تقود غالبًا إلى الاكتئاب :** فالأخبار والتفاعلات في وسائل التواصل الاجتماعي قد تزيد من الشعور بالغيرة . مما يسبب الشعور بالحزن عند مقارنة صورك بصور صديق . وذلك يؤدي لانخفاض احترام الذات ، الاكتئاب ، الاضطرابات النفسية ، الإجهاد والإدمان .

**أنها قد تتيح سرقة البيانات وعمليات النصب :** إذا كنت من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي فعليك دوماً تحديث بياناتك مثل : العنوان ، رقم الهاتف ، محل العمل ومعلومات عن أسرتك . فهذه المعلومات قد تحرمك من الخصوصية ، فقد يقوم بعض الأشخاص بتتبع هذه المعلومات لأي هدف من شأنه الإضرار بك أو بأسرتك .

تساعد في صقل شخصياتهم، ومنحهم الثقة بالنفس. تساعد على استقلالية الفرد وزيادة درجة تحمله للمسؤولية. توسع مدارك الفرد وتزيد من مستوى خبراته ومعارفه ومعلوماته وثقافته. تساعد في علاج بعض الاضطرابات النفسية مثل: التوحد، الخجل، مشكلات الكلام النفسية. تساعد في التعرف على حاجات وهوايات الأبناء ورغباتهم؛ من خلال مراقبة زياراتهم لمواقع التواصل أو المواقع التي أبدو إعجابهم بها، بالإضافة إلى متابعة تعليقاتهم على تلك المواقع.

Social Media Security Tips to Mitigate Risks Online safety basics  
  
إقرأ المزيد على ويكي عرب: <https://wikiarab.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D9%85%D8%AE%D8%A7%D8%B7%D8%B1-%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A>

إقرأ المزيد على ويكي عرب: <https://wikiarab.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D9%85%D8%AE%D8%A7%D8%B7%D8%B1-%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A>

## أضرار إفراط استخدام وسائل التواصل

### قلة النوم والأرق

في الغالب يقوم الجميع بتصفح [وسائل التواصل الاجتماعي](https://al-ain.com/article/ethio-sport) قبل النوم مباشرة مما يؤثر على جودة النوم والشعور بالأرق، وقد أشار الباحثون إلى أن الضوء الناتج عن الهواتف الذكية يؤثر على إنتاج هرمون الميلاتونين وهو الهرمون المسؤول عن النوم، ولهذا يعد من الجيد الابتعاد عن وسائل التواصل الإجتماعي وخاصة قبل المكوث إلى النوم بفترة مناسبة.

### التأثير على المخ

في أحدث الدراسات الأمريكية بجامعة نيويورك التي أقيمت على مستخدمي "فيسبوك" على وجه الخصوص فقد أظهر الباحثون أن 76% من المشاركين قاموا باستخدام الموقع أثناء المشي على القدمين، و40 % أثناء القيادة، و63% أثناء التحدث مع آخرين، وأكد الباحثون أن زيادة معدل استخدام مواقع التواصل يزيد من عدم التوازن بين النظام المعرفي والنظام السلوكي في المخ، وإن الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد يتسبب في حدوث خلل بوظائف المخ.

* [مرض باركنسون.. الأسباب والأعراض](https://al-ain.com/article/parkinson-s-disease-causes-symptoms)

### الاكتئاب

مستخدمو وسائل التواصل الاجتماعي أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب عن غيرهم، وأشارت إحدى الدراسات الكندية إلى أن المراهقين الذين يتصفحون مواقع التواصل الاجتماعي لأكثر من 3 ساعات يوميا يكون لديهم أعراض الاكتئاب والقلق، والميل إلى العدوانية والعزلة عن الآخرين.

### قلة التركيز

الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يتسبب في الكثير من الأضرار ومنها [الإجهاد وقلة النوم](https://al-ain.com/article/causes-symptoms-treatment-insomnia)، وهذا بدوره يؤثر على القدرة على التركيز والإصابة بالضعف في الانتباه، وعدم القدرة على التحصيل العلمي الجيد للطلاب.

**المطلب الأول: الإيجابيات في المناحي السياسية**

**المطلب الثاني: الإيجابيات في تحسين العلاقات الاجتماعية**

**المطلب الثالث: تنمية وتعزيز الثقافة الإيجابية للكيانات المختلفة**

المبحث الثالث: الآثار السلبية لوسائط التواصل الاجتماعي

مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي المقصود بوسائل التواصل الاجتماعي هي تلك المواقع والتطبيقات الإلكترونية التي يتم استخدامها عبر شبكة الإنترنت، والتي تمنح الفرد فرصة التواصل والتفاعل مع الآخرين، ومن أمثلته: موقع اليوتيوب، تطبيق الفيس بوك، تطبيق الواتس آب، تطبيق التك توك، وغيرها العديد من التطبيقات الأخرى. تمثل وسائل التواصل مصدر من مصادر التواصل الاجتماعي، وخاصة على المراهقين الذين لم يصلوا للنضج المطلوب، ولتفادي مخاطر تلك الوسائل، ومن هذه المخاطر:  
  
إقرأ المزيد على ويكي عرب: <https://wikiarab.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D9%85%D8%AE%D8%A7%D8%B7%D8%B1-%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A>

الوقوع بعلاقات اجتماعية وعاطفية وهمية وغير مناسبة. التأثر ببعض السلوكات غير المناسبة على مواقع التواصل الاجتماعي ومحاولة تقليدها. ضياع الكثير من الوقت أثناء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ الأمر الذي يؤثر على مستوى التحصيل أو عدم إنجاز بعض المهام. تسبب وسائل التواصل الاجتماعي العزلة الاجتماعية والابتعاد عن الأهل والأصدقاء. تتسبب وسائل التواصل الاجتماعي في الانفعالات النفسية مثل الغضب وسرعة العصبية، وغيرها من السلوكات الاخرى. تتسبب وسائل التواصل الاجتماعي في إصابة المراهقين ببعض الاضطرابات الصحية مثل: ألم الظهر، تشنج الرقبة، الصداع، مشكلات البصر، وغيرها. قد يتعرض الشاب او المراهقة للعديد من عمليات النصب أو الاعتداء والتنمر الإلكتروني من خلال تلك الوسائل. قد تمثل تلك المواقع خطر حقيقي على المراهقين، وخاصة عند محاولة تقليد ومحاكاة تجارب التحدي الخطيرة.  
  
إقرأ المزيد على ويكي عرب: <https://wikiarab.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D9%85%D8%AE%D8%A7%D8%B7%D8%B1-%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A>

**المطلب الأول: الآثار السالبة للوسائط في السياسة والحكم**

**المطلب الثاني: التأثير السالب للعلاقات الاجتماعية في الوسائط**

**المطلب الثالث: التأثير السلبي بالثقافات والأعراف الوافدة على المجتمعات**

### أثر وسائل التواصل الاجتماعي على التواصل الأسري.

* [Suheyla](https://arabistgroup.com/author/suheyla/)
* [No Comments](https://arabistgroup.com/%d8%aa%d8%a3%d8%ab%d9%8a%d8%b1-%d9%88%d8%b3%d8%a7%d8%a6%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88%d8%a7%d8%b5%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%ac%d8%aa%d9%85%d8%a7%d8%b9%d9%8a-%d9%81%d9%8a-%d8%a7%d9%84%d8%a3%d9%85/#respond)

التكنولوجيات الجديدة مثل وسائل التواصل الاجتماعي لها تأثير كبير على المجتمع ككل. تفاعل الأفراد في وسائل التواصل الاجتماعي داخل المجتمع، له تأثير كبير على التفاعل الاجتماعي بين الأفراد في الأسرة بطرق عديدة و مختلفة.

لا شك أن وسائل التواصل الاجتماعي تلعب دورًا مهمًا في التأثير على ثقافتنا و اقتصادنا و على رؤيتنا العامة للعالم. وسائل التواصل الاجتماعي منتدى يجمع الناس لتبادل الأفكار و الآراء بإزالة حواجز الاتصال و إنشاء قناة اتصال غير مركزية و فتح الباب للجميع ليكون لهم صوت و يشاركون بطريقة ديمقراطية.

على الرغم من أن وسائل التواصل الاجتماعي جلبت العديد من الفوائد مما سمح لنا بالاتصال بسهولة مع الأصدقاء، الأقارب و العائلة في جميع أنحاء العالم إلا أنها أيضًا تؤثر سلبًا على العلاقة بين أفراد الأسرة، فقد تسبب الانطوائية، العزلة الاجتماعية، إدمان الانترنت، الفشل الدراسي و اكتساب عادات سيئة.

لا يعني تنامي دور وسائل التواصل الاجتماعي أنها المُلامة كلياً على ظهور المشكلات المجتمعية و الأسرية. فتلك المشكلات كانت ستحدث حتماً، إما بسبب ضعف العلاقات الأسرية، وإما بفعل المتغيرات الحضرية التي سوف تصيب أو أصابت الأسر و المجتمع. ولكن لا شك في أن لهذه الوسائل دوراً مهماً في تنامي تلك المشكلات بفعل تهيئتها الأرضية المناسبة وسُبُل التواصل.

## تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على التواصل الأسري:

لفترة طويلة ظلت الأسرة والمدرسة تلعبان دورًا أساسيًا في تكوين مدارك الإنسان وثقافته وتسهمان في تشكيل القيم والأخلاق التي يتمسك بها ويتخذها كمقومات للسلوك الاجتماعي بما فيها علاقات الآباء بالأبناء. أما اليوم فقد انتقل جزء كبير من هذا الدور إلى شبكات الإنترنت والهواتف المحمولة الأمر الذى حل محل الحوار والمحادثة بين أفراد الأسرة الواحدة ، وأدى إلى توسيع الفجوة والصراع بين الآباء والأبناء، و تقصيرهم في واجبهم تجاه أبنائهم وبناتهم في التربية والتوجيه، أيضًا انشغال الأبناء والبنات بوسائل التواصل و تقصيرهم مع والديهم في البر والطاعة.

من مظاهر تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأسرة ظاهرة التباعد الأسري أو الجفاء ، حيث أصبح الحديث بين أفرادها مقتصراً على الأحاديث الضرورية والمختصرة، وغابت الجلسات العائلية الحميمة بين أفراد الأسرة الواحدة،  وأصبح لكل فرد فيها تفضيلاته الخاصة ، حيث قامت وسائل التواصل الاجتماعي بتعزيز العزلة والتنافر بين أفرادها وتلاشي قيم التواصل الأسري واستبدل الأبناء الانترنت بآبائهم، كمصدر للمعلومات وفقدوا الترابط الأسري وقاموا بتفضيل الحوار مع الغرباء، واستخدام بعض التطبيقات التي تتيح للشخص تقمص شخصية وهمية تتيح له التفاعل مع مجتمع وهمي وأصدقاء وهميين.

قضاء الأطفال و المراهقين أوقاتًآ طويلة في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يؤثر على دور الأسرة في نقل ثقافة المجتمع إليهم، و إكسابهم المهارات المختلفة، و تنمية سلوك الأبناء، و غرس القيم والأخلاق لديهم، كما يؤثر على دور الأسرة في مراقبة و متابعة الأبناء، أيضًا متابعة الأطفال للمشاهد العنيفة على وسائل التواصل الاجتماعي تزرع الخوف في نفوسهم، فهي تزيد من المشاكل السلوكيّة كالعدوانية و هذا يؤثر سلبًا على تواصله مع أفراد أسرته.

“في دراسة أجراها الباحث هشام البرجي حول تأثير شبكات التواصل الاجتماعية على الأسرة أظهرت النتائج أنّ من تأثيراتها السلبية أنها تقلل من الحوار البيني التفاعلي بين أفراد الأسرة بنسبة 65.5% وأن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الأبناء تؤدي إلى تغيير سلبي في سلوكهم بسبب عزلتهم بنسبة 60%.

لمواجهة هذا التحدي يجب على الأبوين تحمل المسؤولية و مواكبة هذا التغييرات بتوجيه و مراقبة الأبناء و غرس القيم التي تعزز المراقبة الذاتية لهم من خلال الحوار و المناقشة و تحديد ساعات استخدم وسائل التواصل الاجتماعي، إضافة إلى استخدام أسلوب المنع من متابعة حسابات لا تتناسب مع القيم ، الأخلاق.

وفي النهاية ينبغي أن تظل تلك الوسائط أدوات في أيدينا نستخدمها ولا تستخدمنا، نملكها ولا تملكنا، نتعامل معها بقدر الحاجة ولا نستسلم لما تفرضه علينا من قيم دخيلة.

### قلة الإنتاجية في العمل

أشارت دراسة أجرتها جامعة ميريلاند أن وسائل التواصل الاجتماعي تعيق إنتاجية العمل، وهذا لأن الكثيرين يقومون بتصفح مواقع التواصل خلال فترة عملهم مما يؤثر على جودة العمل بشكل كبير.

### العزلة الاجتماعية

رغم التواصل الاجتماعي بين الأشخاص عبر وسائل التواصل، إلا أنه يظل تواصل افتراضي ويفقد الكثير من الأشخاص التواصل الإجتماعي الحقيقي، وقلة المقابلات مع الآخرين وعدم الاندماج في الأنشطة الإجتماعية المختلفة، ومن هنا يميل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط إلى العزلة مع الأخرين والميل إلى الوحدة.

### التأثير على الحالة المزاجية

يمكن لمواقع التواصل الاجتماعي التأثير على الحالة المزاجية للأشخاص بشكل سريع عبر المنشورات المختلفة التي من الممكن أن تؤثر تأثير إيجابي أو سلبي، حيث أن المنشورات السلبية لها دور في الإصابة بالمزاج السيء والشعور بالتوتر والقلق.

### التأثير على الصحة

  الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يؤثر على صحة الإنسان، وكشفت دراسة في جامعة ميلان في إيطاليا إلى أن قضاء ساعات طويلة أمام الهاتف على وسائل التواصل لها تأثير ضار على صحة [الجهاز المناعي](https://al-ain.com/article/strengthen-immune-systemprotect-against-viruses) للإنسان مما يتسبب في الإصابة بالأمراض، وأشارت مجلة (journal of school nursing) إن استخدام الإنترنت بشكل عام لأكثر من 14 ساعة يوميا قد يعرض الأشخاص إلى الإصابة بارتفاع ضغط الدم.

<https://al-ain.com/article/harms-excessive-social-media> العين الإخبارية – الاحد 14 فبراير 2021

المبحث الرابع: الحلول المناسبة للتصدي للآثار السالبة للوسائط

نصائح لحماية الأبناء من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي يمكن حماية الأبناء من مخاطر وسائل التواصل من خلال النصائح الآتية: الاتفاق المُسبق مع الأبناء على وقت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ تجنبًا لضياع الوقت وتراكم المهام وأعباء الدراسة. أن يمثل الأب والأم قدوة مناسبة لتجنيب أطفالهم مشكلة إدمان أبنائهم على تلك المواقع من خلال استخدامهما المعتدل لتك المواقع. مشاركة الآباء أبنائهم في تلك المواقع؛ الامر الذي يوفر المراقبة غير المباشرة لهم والشعور بالطمأنينة. تجنب منع الأولاد من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، حيث سيساعد هذا الأمر في استخدامه بشكل مباشر، حيث أن كل ممنوع مرغوب. تشجيع الأولاد على ممارسة هوايات أخرى وتوفير الفرص المناسبة لذلك مثل الالتحاق ببعض الأندية والمراكز الرياضية والفنية والثقافية، المطالعة وقراءة الكتب، الرسم، النزهات والرحلات، وغيرها من الهوايات الأخرى. الاستعانة بشركات الهواتف أو الاتصالات لحجب بعض المواقع غير المرغوبة. تثقيف الأبناء باستمرار بمخاطر تلك الوسائل. تعويد الأبناء على الصراحة وعدم الخشية من قول الحقائق وإن كانت غير مناسبة، ومساعدتهم على حلّها دون خوف من العقاب. الاستعانة ببعض البرامج والتي تساعد في مراقبة المواقع التي يدخل إليها الأبناء، وخاصة إذا كانوا صغار السن. زيادة فرص التقاء الآباء بأبناهم والحديث معهم واعتبار هذه الأوقات أوقات مقدسة وخاصة دون استخدام الاجهزة الإلكترونية مثل الهاتف أو الحاسوب.  
  
إقرأ المزيد على ويكي عرب: <https://wikiarab.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D9%85%D8%AE%D8%A7%D8%B7%D8%B1-%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A>

**المطلب الأول: حصر وتحديد الآثار السلبية في وسائط التواصل المختلفة**

**المطلب الثاني: دور علماء الأمة وحكمائها في التصدي للآثار السالبة**

**المطلب الثالث: دور السلطة والحكم في محاربة الآثار السلبية للوسائط**

الخاتمة: وتشمل: أهم النتائج والتوصيات

فوائد وأضرار

يعد الحاسب الآلي هو الوسيلة المستخدمة لمشاركة الموظفين بعضهم البعض لنشر المعلومات أو الافكار أو المحادثات الافتراضية داخل الشركة الواحدة وهذا ما يسمى بشبكات التواصل الاجتماعي . ويمكن تعريف هذه الشبكات أيضًا على أنها مجموعة من التطبيقات المستندة إلى الإنترنت والتي عادة ما تكون مبنية على أسس أيديولوجية وتكنولوجية . يمكن أيضًا اعتبار وسائل التواصل الاجتماعي وسيلة للتواصل مثل الصحف أو الراديو . الفيسبوك ، تويتر ، لينكدإن وغيرهم هم بعض الأمثلة البارزة لوسائل التواصل الاجتماعية ، أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءًا لا يتجزأ من الحياة حيث تتزايد المواقع والتطبيقات الاجتماعية ولكل منها فوائد و أضرار .

**تتمثّل فوائد وسائل التواصل الاجتماعي تتمثل في :**

**إمكانية التواصل مع الجميع الموجودين حول العالم :** فوسائل التواصل الاجتماعي تمكنك من التواصل مع كل الناس في كل بقاع العالم ، فتوفر مواقع التواصل الاجتماعي إمكانية الوصول للآخرين سواء من الأصدقاء أو الزملاء بشكل سريع حتى إن كنت لا تسطيع عمل هذا في الحقيقة نظراً لضيق الوقت . كما يمكن تكوين صدقات جديدة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي يشتركون معك في نفس اهتماماتك .

**معرفة الأخبار الحالية بسهولة :** فبعض الأشخاص الذين لا يستطيعون سماع الأخبار أو قراءة الجرائد ، يمكنهم أن يعرفوا الأخبار الحالية عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي ، فيعتبر تويتر من أهم مواقع التواصل الاجتماعي للإمداد بالأخبار العاجلة في جميع مجالات اهتمامك .

**أن تتيح طريقة سهلة وسريعة لنشر وإرسال أي معلومات :** فمواقع التواصل الاجتماعي تساعدك في التواصل مع أكثر من شخص في نفس الوقت ، فيمكن إخبار مجموعة من الأصدقاء أو الأشخاص بخبر ما أو معلومة عن طريق إحدى المجموعات في أي من مواقع التواصل الاجتماعي . كما يمكن إبلاغ الآخرين أيضاً بأي تعديلات قد تحدث .

**أنها مسئولة عن فئة الشباب :** فتعتبر شبكات التواصل الاجتماعي أداة سهلة ويسهل من خلالها تسليط الضوء على القضايا التي تهم الشباب ، فشبكات التواصل الاجتماعي تستخدم في تنظيم الأنشطة أو الأحداث أو المجموعات لعرض قضايا معينة ومعرفة الآراء ونشرها من خلال مجموعة كبيرة من المهتمين بها .

**أنها تعمل على بناء جسور للتواصل :** فقد تتيح شبكات التواصل الاجتماعي التواصل بين الشركات وعملائها حول العالم وذلك نتيجة الطبيعة التفاعلية لوسائل التواصل الاجتماعي . فيمكن للشركات إدارة خدمات العملاء بشكل سريع ومباشر عبر الإنترنت مما يؤدي إلى حل كل الأمور بشكل أفضل وأسرع .

**أضرار وسائل التواصل الاجتماعي تتمثل في :**

**سرعة انتشار المعلومات الخاطئة :** فقد يثق الكثير بالأخبار والمعلومات المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي حتى و إن كانت غير صحيحة ويبدأ كل شخص بمشاركتها مع أصدقائه ، وهذا يساعد على نشر الأخبار الخاطئة حتى تتصدر العناوين الرئيسية للأخبار .

**إحتمالية إدمان استخدامها :** فيلجأ الكثير لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي مضيعة للوقت ولكن سرعان ما يتحول الأمر إلى إدمان شديد ، ذلك لأنه يتم تحفيز منطقة المتعة في المخ  بسبب النشاطات الموجودة في وسائل التواصل الاجتماعية . فقد يؤثر هذا الإدمان في ضياع أوقاتك الثمينة .

**أنها تقود إلى قلة التركيز :** عندما تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي فيتم التنقل بين المواقع باستمرار مما يساعد في تقليل القدرة على التركيز على مهمة واحدة فقط . فالمعلومات الزائدة تعمل على إجهاد العقل وإرهاقه .

**أنها تقود غالبًا إلى الاكتئاب :** فالأخبار والتفاعلات في وسائل التواصل الاجتماعي قد تزيد من الشعور بالغيرة . مما يسبب الشعور بالحزن عند مقارنة صورك بصور صديق . وذلك يؤدي لانخفاض احترام الذات ، الاكتئاب ، الاضطرابات النفسية ، الإجهاد والإدمان .

**أنها قد تتيح سرقة البيانات وعمليات النصب :** إذا كنت من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي فعليك دوماً تحديث بياناتك مثل : العنوان ، رقم الهاتف ، محل العمل ومعلومات عن أسرتك . فهذه المعلومات قد تحرمك من الخصوصية ، فقد يقوم بعض الأشخاص بتتبع هذه المعلومات لأي هدف من شأنه الإضرار بك أو بأسرتك .

### أهمية وسائل التواصل الاجتماعي

لوسائل التواصل الاجتماعي أهمية كبيرة وأثر فعال في حياة الأفراد حول العالم وتتمثل هذه الأهمية في:

* إمكانية التواصل مع الأقارب والأصدقاء في أي مكان في العالم والتحدث إليهم بالصوت والصورة.
* التعبير عن الرأي بكل حرية من خلال الصفحات الشخصية للأفراد كما تتيح نشر الأفكار والاهتمامات ومشاركتها مع الآخرين.
* الاستفادة من تجارب الآخرين في مختلف الأمور من خلال الاطلاع على ما ينشره الأصدقاء.
* مشاركة المناسبات مع الأصدقاء فقد ألغت وسائل التواصل الاجتماعي المسافات.
* إمكانية تعلم مجال ما أو عمل معين من خلال البحث عن المجموعات الخاصة بذلك.
* إمكانية الحصول على وظيفة مناسبة من خلال وجود صفحات مختصة بذلك.
* يمكن للأفراد العمل وكسب المال عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي .
* زيادة الثقافة والمعلومات عند الأفراد من خلال إطلاعهم على أهم وآخر الأخبار ووضعهم في الوضع السياسي والاجتماعي للدولة وللعالم.

ما هي اضرار مواقع التواصل الاجتماعي

[الموسوعة](https://www.arageek.com/l/wiki) » [سوشل ميديا](https://www.arageek.com/l/categories/%d8%b3%d9%88%d8%b4%d9%84-%d9%85%d9%8a%d8%af%d9%8a%d8%a7) » [منوعات سوشال ميديا](https://www.arageek.com/l/categories/%d9%85%d9%86%d9%88%d8%b9%d8%a7%d8%aa-%d8%b3%d9%88%d8%b4%d8%a7%d9%84-%d9%85%d9%8a%d8%af%d9%8a%d8%a7) » **ما هي اضرار مواقع التواصل الاجتماعي**

بواسطة إيمان الحياري

آخر تحديث في 4 أبريل، 2020

* [وسائل التواصل الاجتماعي](https://www.arageek.com/l/%d8%a7%d8%b6%d8%b1%d8%a7%d8%b1-%d9%85%d9%88%d8%a7%d9%82%d8%b9-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88%d8%a7%d8%b5%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%ac%d8%aa%d9%85%d8%a7%d8%b9%d9%8a-2#%D9%88%D8%B3%D8%A7%D8%A6%D9%84%20%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84%20%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A)
* [اضرار مواقع التواصل الاجتماعي](https://www.arageek.com/l/%d8%a7%d8%b6%d8%b1%d8%a7%d8%b1-%d9%85%d9%88%d8%a7%d9%82%d8%b9-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88%d8%a7%d8%b5%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%ac%d8%aa%d9%85%d8%a7%d8%b9%d9%8a-2#%D8%A7%D8%B6%D8%B1%D8%A7%D8%B1%20%D9%85%D9%88%D8%A7%D9%82%D8%B9%20%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D8%B5%D9%84%20%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A)
* [المراجع](https://www.arageek.com/l/%d8%a7%d8%b6%d8%b1%d8%a7%d8%b1-%d9%85%d9%88%d8%a7%d9%82%d8%b9-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88%d8%a7%d8%b5%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%ac%d8%aa%d9%85%d8%a7%d8%b9%d9%8a-2#%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%A7%D8%AC%D8%B9)

يتمنى الكثيرون أن تكون أغلب الأجهزة التكنولوجية الحديثة مجرد حلم وينتهي ونعود للحياة البسيطة، بالطبع لا يمكن ﻷحد إنكار أهميتها وبأنها عظيمة وتطور إنساني كبير، إلا أن اضرار مواقع التواصل التي باتت جزءًا من حياة الناس لا يمكن محوها على الإطلاق.

ADVERTISEMENT

يستخدم الجميع التكنولوجيا بما يتناسب مع حياته، ولكل جهاز أو برنامج أو موقع سلبيات وإيجابيات، وهو كما نعرف جميعًا سلاح ذو حدين يمكنه أن يكون الأفضل، كما يمكنه أن يكون الأسوأ على الإطلاق، ويتواصل الناس اليوم باستخدام التكنولوجيا بطرق لم تعد بجديدة، لا بل أصبحت جزءًا أساسيًا في الحياة الحقيقية، وأصبح اليوم المجتمع الافتراضي يوازي الحقيقي إن لم يكن أهم في بعض الأحيان!

**وسائل التواصل الاجتماعي**

خلقت وسائل [التواصل الاجتماعي](https://www.arageek.com/l/ما-هي-الشبكات-الاجتماعية) وسائل وأدوات مميزة لتطوير التجارب الإنسانية، وجعلت العالم يتصل بعضه ببعض دون أي جهد على الإطلاق، كما أنها خلقت بيئات ملائمة لبناء شركات افتراضية قائمة بذاتها فقط على وسائل التواصل الاجتماعي، الأمر الذي لابد أن يكون له الكثير من التداعيات السلبية والجوانب المؤثرة على حياة المستخدمين.[1](https://www.arageek.com/l/%d8%a7%d8%b6%d8%b1%d8%a7%d8%b1-%d9%85%d9%88%d8%a7%d9%82%d8%b9-%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%88%d8%a7%d8%b5%d9%84-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%ac%d8%aa%d9%85%d8%a7%d8%b9%d9%8a-2#article-footnote-5886-1)

ADVERTISEMENT

اضرار مواقع التواصل **الاجتماعي**

دعونا نسلط الضوء على الجانب المعتم لوسائل التواصل الاجتماعي لعلنا نتفادى ونخفف أضرارها على الفرد والمجتمع، وذلك بتقديمنا قائمة تعرض اضرار مواقع التواصل الاجتماعي:

* **قاتل ممتاز للوقت**

يقضي الكثير من الناس ساعات طويلة على مواقع التواصل الاجتماعي دون أن يفعلوا أي شيء ذي قيمة، حيث تمر الساعات وهم ينشرون تعليقاتهم ومجاملتهم وإعجاباتهم بين المنشورات الفارغة من أي محتوى، وتجدهم يهدرون الوقت بالساعات وهم يثرثرون ضمن محادثات جماعية لا تمت للواقع بصلة، وهذا الجانب هو أهم مشكلة على الإطلاق حيث أن الشريحة الأكثر استخدامًا لهذه المواقع هي شريحة الشباب في سن النمو، والإنتاج، والدراسة، والطاقة، والحيوية، وهذه المرحلة التي يجب احترام الوقت فيها أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى.

* **اضرار مواقع التواصل الصحية**

بالطبع فإن الإدمان على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي سيؤدي لقضاء المزيد من الوقت المتواصل لاستخدامها، وبالتالي الجلوس لفترات طويلة مما يؤثر على صحة [العمود الفقري](https://www.arageek.com/l/%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%85%D9%88%D8%AF-%D8%A7%D9%84%D9%81%D9%82%D8%B1%D9%8A-%D8%B9%D9%86%D8%AF-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%86%D8%B3%D8%A7%D9%86) والمفاصل، إلى جانب التأثير على صحة العيون إثر تعرضها للشاشات المختلفة لفترات طويلة متواصلة، هذا بالإضافة إلى الأضرار النفسية التي يتعرض لها الفرد نتيجة التلاعب بالأخبار، وخلق الحملات الكاذبة، وطرح الآراء المتشددة، وغيرها من الأمور التي تسبب تضاربًا في المشاعر في الوقت ذاته، و اضرار مواقع التواصل هذه بالطبع تكون مضاعفة إذا كان المستخدم طفلًا.

* **التأثير على السلوك**

تعتبر وسائل التواصل الاجتماعي طريقةً أسهل للتواصل والتعبير عن الذات، لذلك فهي قد تسبب إلغاء هذه الميزات في الحياة الواقعية للمستخدم، حيث تؤدي إلى انعزالية الفرد وابتعاده عن المجتمع الحقيقي، ويؤدي الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي إلى قضاء الساعات دون التواصل بشريًا مع الناس المحيطين وبالتالي احتمالية إلغاء شبه كامل للعلاقات الاجتماعية الحقيقية، والذي سيؤدي إلى تفكيك الروابط الأسرية بين أفراد العائلة.

* **مخاطر كبيرة على الأطفال**

اضرار مواقع التواصل الاجتماعي لا يمكن إحصاؤها عندما تستخدم من قبل الأطفال، وبالرغم من أن أغلب المواقع تحدد ضمن سياساتها العمر المناسب للاستخدام كما في فيسبوك والذي يطلب أن يكون المستخدم فوق سن 13 عام، إلا أن ذلك لا يطبق فعليًا ونجد الكثير من الأطفال دون السن المسموح ينتشرون على وسائل التواصل الاجتماعي، هذا قد يسبب لهم التعرض لمضايقات من قبل الغرباء، إلى جانب العادات السيئة وعلى رأسها هدر الوقت.

1. - Information Technology (IT)", www.techopedia.com, Retrieved 25-12-2018. Edited. [↑](#footnote-ref-1)
2. - History of Information Technology and Evolution of IT Jobs", www.vistacollege.edu, Retrieved 25-12-2018. Edited [↑](#footnote-ref-2)
3. - social media", dictionary.cambridge.org, Retrieved 9-12-2020 Edited. [↑](#footnote-ref-3)
4. - (23-6-2020), "What Is Social Media?"،www.thebalancesmb.com, Retrieved 9-12-2020. Edited. [↑](#footnote-ref-4)
5. - Computer Hope (8-2-2020), "Social network"، www.computerhope.com, Retrieved 9-12-2020. Edited. [↑](#footnote-ref-5)