



الخلاصة والتوصيات

- ← ترشيد الاستخدام وذلك بتحديد زمن ومدة التعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي.
- ← اعادة تقييم تأثير هذه الوسائل على حياتنا وعلى سلوكنا.
- ← الاقتراب من الاشخاص الواقعيين فقط وعدم قبول صداقة من لا نعرفهم.
- ← عدم نقل معلومات مجهولة المصدر والتأكد من صحة ومصدر المعلومات التي نتناقلها مع الآخرين.
- ← الخروج الى الحياة الطبيعية. كن كما انت لا تعيش في الوهم
- ← المحافظة على الهوية. لا بد ان تحافظ على ذاتك في ظل هذا المحتوى الزائف (كن نفسك).
- ← عدم استعمال أجهزة المحمول اثناء القيادة.
- ← عمل برنامج لأعمالك اثناء اليوم وتحديد اوقات لتبادل الآراء والأفكار والتواصل مع الاحباب والأصدقاء.
- ← غلق الهاتف في أوقات العمل.
- ← العمل على نشر الايجابيات لإعطاء الناس الأمل.
- ← حسن استغلال الوقت. ان الوقت من ذهب وكالسياف ان لم تقطعه قطعك.
- ← افخر ببلك وبكونك تنتسب لأعظم حضارة في التاريخ.



الترويج للمنتجات المجهولة المصدر

يحرص مروجي الوهم والمشعوذين والدجالين على استغلال مواقع التواصل الاجتماعي لعرض بعض المنتجات الطبية والأدوية مجهولة الهوية والتي غالباً ما تحتوي على مواد محرمة دولياً وغير مرخصة والأخطر هو عدم ذكرها في محتويات المنتج مما يضر بصحة الأفراد ويعرضهم للعديد من الكوارث الصحية. ان هذه المشكلة العالمية تعتمد على قلة الوعي والتمسك بأمل الشفاء وخاصة في الأمراض المزمنة مثل السمنة والسكر والضعف الجنسي.

الايجابيات

- ← برغم من هذه السلبيات فان مواقع التواصل الاجتماعي لها فوائد لا تعد ولا تحصى ونذكر منها..
- ← التعبير عن النفس وعن المشاعر.
- ← اكتساب معلومات جديدة وتبادل الاخبار حول العالم.
- ← تفسح المجال للإبداع والتواصل السريع.
- ← تسهل التواصل مع الاهل والاحباب والاقارب والأصدقاء.
- ← المساهمة في رفع مستوى الوعي المجتمعي وتحقيق التغيير في السلوك.
- ← تبادل الثقافات بين المجتمعات والحضارات المختلفة.
- ← الترويج للسياحة ونشر الروح الإيجابية بين شباب المجتمع وحثه على العمل وبناء وطنه.
- ← تتيح فرص عمل من خلال صفحة رجال الاعمال والترويج للمنتجات الأصلية والاتصال برجال الأعمال.
- ← بث روح الانتماء للوطن بين الأطفال والشباب.
- ← نشر تعاليم الدين الصحيح على أساس التسامح والمودة والحب بعيدا عن التطرف والأفكار المخالفة للدين الصحيح.
- ← التواصل بين الأجيال المختلفة وتقريب وجهات النظر بين الرؤى المختلفة لكل جيل.
- ← تنمية القدرة على قراءة الآخرين واكتشاف شخصياتهم من كتاباتهم ودراسة الأنواع المختلفة من الأشخاص وطرق التجاوب معها
- ← انشاء صفحات للتوعية أو للتواصل بين المجموعات التي تهدف لبناء المجتمع وتوعيته والحث على تصحيح المفاهيم



Editors:

Prof. Dr. Mina Tadros

Vice dean for Community Service and Environment Development Affairs.

Ass. Prof. Dr. Khaled Meselhy

Assistant vice dean for Community Service and Environment Development Affairs.



التأثيرات السلبية

الأطفال والمراهقين

تعمل بعض مواقع التواصل الاجتماعي على تدمير عقول الأطفال والمراهقين من خلال نشر صور العنف البدني والجنس مما يؤدي الى زيادة المشاكل السلوكية والعدوانية والعلاقات المتوترة لديهم كما تعد أحد أسباب تزايد حالات البدانة والكسل ومن ثم الاكتئاب.



التفكك الأسري

تؤثر مواقع التواصل الاجتماعي تأثيراً سلبياً على تماسك الأسرة ومن أمثلة ذلك ازدياد حالات الخيانة الزوجية وتوتر العلاقات بين أفراد الأسرة الواحدة وازدياد حالات الاكتئاب نتيجة تكرار الاطلاع على التجارب السلبية لدى الآخرين وهدر الوقت والانزعاج الشعوري وعدم الاندماج الحقيقي والعيش في الخيال بعيدا عن الحقيقة والشعور بالسعادة الوهمية والغيرة وفقدان الثقة في الأهل والتشهير بالأفراد خلف دوافع انتقاميه او تطرف سياسي او ديني او حتى تعصب رياضي.



المجتمع وأفراده

تدعم العديد من مواقع التواصل الاجتماعي انتشار الشائعات التي تؤدي الى نشر الفكر الطائفي وتفكك المجتمع، وتعمل غيرها على نشر أفلاماً غير هادفة تفسد الأخلاق أو أعمالاً فنية أقرب للشعوذة والدجل، في حين تنتهك مواقع أخرى حقوق الملكية الفكرية للأفراد أو المؤسسات.

ولا يجب أن ننسى أن استخدام البرامج والتطبيقات الموجودة على أجهزة التليفون المحمول أثناء القيادة قد يؤدي الى العديد من الحوادث المدمرة .



مواقع التواصل الاجتماعي بين الحقيقة والوهم

Prof. Dr. Hanaa Elsaghir

Professor of Pharmaceutics & Industrial Pharmacy,
Faculty Of Pharmacy- Cairo University

مواقع التواصل الاجتماعي هل هي سلاح ذو حدين؟ هل تزيد من العلاقات المتوترة في الأسرة أم تنقصها؟ هل تؤثر على الحالة النفسية وتزيد من الاكتئاب لدى الافراد؟ ما هو تأثيرها على المجتمعات؟

ان وسائل التواصل الاجتماعي عبارة عن ترسانة من المواقع والتطبيقات ظهرت لتسهيل عمليات التواصل وتبادل الآراء والأفكار والاطلاع على ثقافات وتقاليد المجتمعات المتباعدة مختصرة بذلك الزمان والمكان بين الأفراد لتجعل العالم أصغر مما يبدو.

تمتاز مواقع التواصل الاجتماعي بأنها مجانية وتطلق العنان لمرتابيها دون قيد أو شرط فأصبحت ملاذاً لجميع طبقات الشعب كيفما شاء وقتما شاء والسؤال الذي يطرح نفسه .. هل الهوية الرقمية هي نفسها الهوية الحقيقية؟؟

كما قدمت لنا مواقع التواصل خدمات كثيرة ولها كثير من الايجابيات لمن يحسن استخدام هذه المواقع ومهدت الطريق نحو عالم سريع الا أنها سلاح ذو حدين فسلبياتها لم تعد قابلة للتجاهل كونها رمز للخداع والنفق الاجتماعي ونشر الاشاعات وهدم مجتمعات بأكملها وهو ما أكدته العديد من الدراسات والابحاث والاحصاءات من وجود تأثيرات سلبية على الأطفال والمراهقين والأسرة والمجتمع.



التأثيرات السلبية

الأطفال والمراهقون

التفكك الأسري

المجتمع وأفراده

الترويج للمنتجات المجهولة المصدر

الإيجابيات

الخلاصة والتوصيات