دراسات تربط الإفراط باستخدام وسائل التواصل بزيادة القلق والاكتئاب. بينما توصيات الخبراء بتقليلها للصحة النفسية هي رأي مستند للأدلة، وليست حقيقة مطلقة.

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي