

لقد زادت حالات الاكتئاب والقلق والانتحار بشكل حاد بين المراهقين على مدى العقد الماضي<sup>1</sup>. كما زادت أيضًا كمية الوقت الذي يقضيه الشباب على الإنترنت (انظر "الاتجاهات المزعجة"). تتعرض الحكومات في جميع أنحاء العالم لضغوط لبذل المزيد من الجهود لتنظيم شركات التكنولوجيا. يسعى مشروع قانون السلامة على الإنترنت، دعا الجراح العام الأمريكي شركات وسائل التواصل الاجتماعي إلى إعطاء الأولوية لصحة المراهقين ورفاهتهم في "جميع مراحل تطوير المنتج"<sup>1</sup>. فإن الصعوبة التي تواجه صناعات السياسات هي أن معظم الأدلة العلمية حول تأثير وسائل التواصل الاجتماعي وغيرها من الأنشطة عبر الإنترنت على الصحة العقلية للمراهقين غير متسقة<sup>2</sup>. مثل الارتباطات السلبية الصغيرة بين الوقت الذي يقضيه المستخدمون على وسائل التواصل الاجتماعي ومقاييس الرفاهية، قد يكون هناك العديد من الأسباب التي تجعل علماء النفس والأطباء النفسيين وعلماء الحوسبة وغيرهم يفشلون في الحصول على صورة أوضح لما يحدث<sup>2</sup>. دعا العديد منهم إلى إجراء تقييمات أكثر تفصيلاً وموضوعية للأنشطة التي يشارك فيها المستخدمون أثناء وقتهم على الإنترنت – وهي قضية يتم تناولها جزئياً من خلال تطبيقات الهواتف الذكية التي تتبع مقدار الوقت الذي يقضيه الأشخاص على منصات معينة<sup>4</sup>. يقول آخرون إن ما يجعل أي شخص عرضة للتأثيرات السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي يحتاج إلى فهم أفضل<sup>5</sup>. باستخدام مجموعات بيانات أو تجارب واسعة النطاق، كيف تتغير العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والصحة العقلية مع مرحلة النمو.