

لقد غيّرت شبكات التواصل الاجتماعي طريقة تفاعلنا عبر الإنترنت بتوفير منصة للاتصال مع الأصدقاء وأفراد العائلة والمجتمعات في جميع أنحاء العالم. تُتيح هذه المنصات للمستخدمين مشاركة لحظات من حياتهم، بالإضافة إلى الأفكار والآراء والاهتمامات المشتركة. يمكن للمستخدمين العثور على مجتمعات محددة حيث يشعرون بالتواصل والدعم. قد تتسبب الاعتمادية الزائدة على وسائل التواصل الاجتماعي في مشاكل. فقد أصبحت الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي مشكلة متزايدة، مع قضاء المستخدمين المزيد والمزيد من الوقت على الإنترنت على حساب علاقاتهم الشخصية وصحتهم العقلية. بالإضافة إلى ذلك، تشكل انتشار الأخبار الزائفة والتنمر الإلكتروني مشكلات رئيسية، مما يبرز ضرورة زيادة التنظيم والتثقيف حول الاستخدام المسؤول للإنترنت. توفر شبكات التواصل الاجتماعي إمكانيات هائلة للتواصل الاجتماعي ومشاركة المعلومات وإنشاء مجتمعات عبر الإنترنت. فمن الضروري على المستخدمين أن يظهروا حكمة واعتدالاً في استخدامهم، من خلال إيجاد توازن بين البقاء على اتصال وحماية صحتهم العقلية وخصوصيتهم.