

الصداقة ووسائل الإعلام الاجتماعية: وصفة للكوارث؟

لقد غيرت الشبكات الاجتماعية الطريقة التي تبقى فيها على اتصال وتواصل مع أصدقائنا، ولكن ليست هذه الوسائل إيجابية للغاية. عندما يتعلق الأمر بوسائل الإعلام الاجتماعية والصداقات، يمكننا أن ننغمر بمعلومات عن مشاعر الآخرين وما يفعلونه. الوقت الممضي على وسائل الاعلام الاجتماعية يعني أننا يمكن أن نفشل أيضا في الحصول على تواصل وجها لوجه والذي هو أمر هام للحفاظ على صداقة قوية.

الفيسبوك وتويتر يوفران لنا تحديثات كثيرة حول أصدقائنا:

بقدر ما نعشق أصدقائنا، معرفة الكثير عن تفاصيل حياتهم (مثل ما يأكلون، عندما يمرون بفترة صعبة، أو مدى روعة أزواجهم)، قد تعطيك معلومات زائدة غير مهمة.

نحن نهتم بأحداث حياة أصدقائنا، ولكن الكثير من التحديثات يمكن أن تضيف عنصرا ساحقا لأيامنا المعبأة. بالإضافة إلى ذلك، في بعض الأحيان الاستماع مرارا وتكرارا عن أحداث حياة صديقك الجيدة أو الفاسدة يمكن أن يبعدك عن تمنية الوقت معه بشكل متكرر.

طلبات الألعاب الالكترونية:

الألعاب ممتعة، والكثير منا يلعبها على شبكة الانترنت، ولكن في بعض الأحيان طلبات الألعاب المتكررة عند تسجيل الدخول إلى موقع معين هو ازعاج. الانزعاج الذي تشعر به عند حذف عدة طلبات من صديق يمكن أن يجعلك تنزعج من صديقك شخصيا.

قد لا تقصد أن تنزعج من صديقك، ولكن يمكن أن يحدث هذا بشكل طبيعي.

الحديث البسيط وجها لوجه:

تويتر والفيسبوك هما من الطرق الكثيرة التي تساعدنا على البقاء على اتصال مع الأصدقاء. ولكن الرسائل الفورية قد تجعلك تشعر وكأنك على اتصال دائم مع صديقك فلا تحتاج لقضاء الوقت معه وجها لوجه. ما هو أسوأ من ذلك، إذا كنت ترى صديقك، قد لا يكون لديكما أي شيء للتحدث عنه. التواصل الكثير والمتكرر يسلب منك الشعور بالحماس لرؤية صديقك شخصيا.

التوازن بين شبكات التواصل الاجتماعية وأشكال أخرى من التواصل:

في حين أن وسائل التواصل الاجتماعية ساعدت في التواصل المتكرر وبطريقة مختلفة مع الأصدقاء، تحتاج إلى توخي الحذر لتحقيق التوازن. عالج مشاعر الاستياء عندما تبدأ بالظهور في الصداقة بسبب الأشياء المنشورة على الانترنت. قد تحتاج إلى الانسحاب من موقع ما إذا كنت تشعر أنه يضيف السلبية إلى صداقتك. تذكر دائما أن رؤية والتفاعل مع صديق وجهها لوجه لا يمكن الاستغناء عنه.