

كيف تساعد وسائل الإتصالات الصدقات؟

فوائد التواصل على الشبكات الاجتماعية...

هناك بالتأكيد الكثير من السلبيات لوسائل الإعلام الاجتماعية (وكيف أنها قد تخفي الشعور بالوحدة وحتى تضر الصداقات في بعض الأحيان)، ولكن هناك الكثير من الإيجابيات أيضا. يمكن لوسائل الإعلام الاجتماعية أن تساعدنا بالشعور بالتواصل مع أصدقائنا على أساس منتظم أكثر، في حياتنا المزدحمة.

تشير الدراسات إلى أن مواقع وسائل الاعلام الاجتماعية مثل الفيسبوك يمكن أن تجعلك تشعر بأنك أفضل أو أسوأ من غيرك اعتمادا على كيفية استخدام التطبيق وما تمر به في حياتك، لذلك هنا بعض الطرق لتستفيد من هذه الوسائل الاجتماعية بشكل جيد:

1. ابقى على اتصال:

لعل أكبر فائدة لوسائل الاعلام الاجتماعية هي مجرد البقاء على اتصال بطريقة مختلفة تماما عن الطرق المعتمدة في الماضي. بدلا من استخدام الهاتف أو الرسائل النصية، يمكن أن يكون لديك محادثة افتراضية في أي مكان تكون فيه لإضافة آرائك، صورك، وأفكارك. كما أن هذه الوسائل تشعرك بالقرب من أصدقائك حتى لو ابتعدت عنهم.

2. شارك صورك:

تطبيقا الفيسبوك والانستغرام هما طريقة عظيمة لمشاركة الصور اليومية من حياتك. ولكن قبل نشر صورة تتضمن شخص آخر، تأكد من أن هذا الشخص موافق على ذلك. إن نشرت صورة من غير موافقة صديقك، هذا قد يؤدي إلى مشاكل كبيرة في صداقتكما. فمن الأفضل أن تترك هذه الصور إن كنت تظن أنك ستواجه خطر إحراج أحد أصدقائك أو إيذاء مشاعره.

3. اعلم أنك لست وحدك:

في بعض الأيام، قد ترغب أن يعترف أحد بوجودك ويعطيك استجابة "أنا آسف لانك تواجه يوما عصيبا". وسائل الاعلام الاجتماعية تعتبر مناسبة لهذا الموضوع. دائما هناك شخص متواجد، وإذا لم يكن موجود في

اللحظة التي تشارك فيها شيء ، سيكون على الأرجح على الموقع قريبا .
القليل من الكلمات الإيجابية والدعم قد يكون كل ما تحتاج إليه
لتشعر على نحو أفضل.

4. ضع وسائل الإعلام الاجتماعية في مكانها وتجنب السلبيات:

إنه من السهل أن ننشغل في سلبيات وسائل الاعلام الاجتماعية ، مثل
الإرهاق والكثير من الآراء التي لا نتفق عليها . كما انه من السهل أن
تخلق النزاعات بين الأصدقاء جراء استجابة سريعة غير مدروسة . يمكنك
الاستفادة كثيرا من استخدام هذه الوسائل بشكل صحيح .