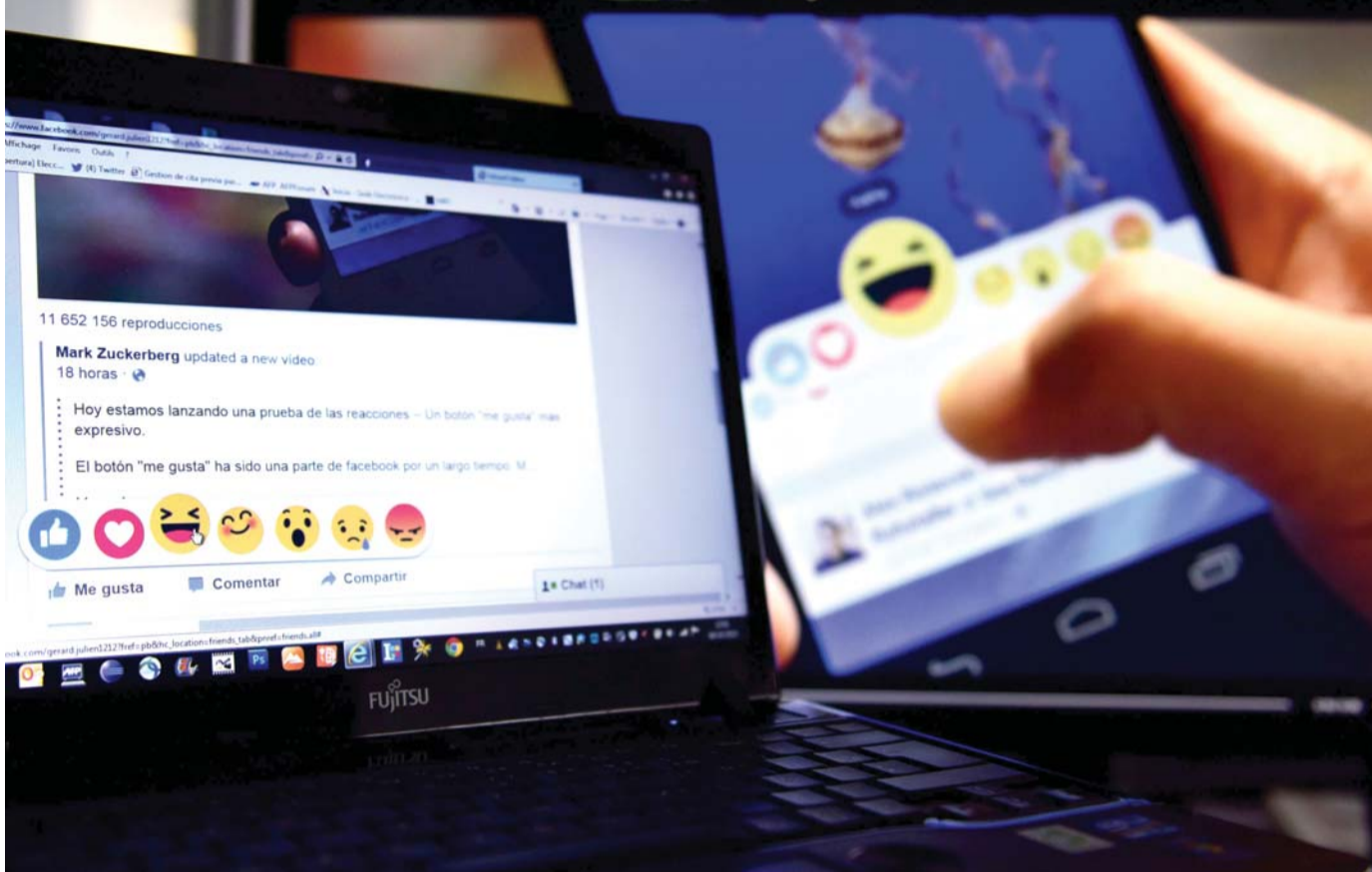


فيسبوك تفكر في إنهاء هوس المستخدمين بالإعجابات

مبادرة غير مسبوقه على الشبكات الاجتماعية تحسن صورة فيسبوك



بدأت الأخبار تتسرب عن نية فيسبوك اتخاذ مبادرة فريدة من نوعها في المنصات الاجتماعية تتعلق بإلغاء عدد الإعجابات على المنشورات، مما يساهم في وقف الهوس النفسي للمستخدمين، حيث أشارت دراسات عديدة إلى أن الضغوط التي تسببها الشعبية على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن تؤثر على الصحة العقلية، وخاصة عند الشباب.

لندن - قالت مهندسة صينية إن موقع فيسبوك يختبر نمونجا أوليا لإخفاء عدد الإعجابات التي يتلقاها المنشور، حفاظا على الصحة العقلية للمستخدمين وتقليل الهوس بجمع أكبر عدد من الإعجابات، وهو ما يمكن اعتباره انقلابا جذريا على خاصية أساسية في جميع مواقع التواصل الاجتماعي.

وقالت هيئة الإذاعة البريطانية "بي.بي.سي" أن خبيرة التكنولوجيا الصينية جين مانتشون وونغ، عثرت على كود جديد مخصص لنظام أندرويد يمكنه إخفاء عدد الإعجابات لكل منشور، لكنه لم يتم تفعيله حتى الآن.

واختبرت شركة فيسبوك الكود الجديد على تطبيق إنستغرام لنشر الصور، في 7 دول بالفعل، بما في ذلك كندا والبرازيل، والذي يسمح لصاحب الحساب فقط برؤية عدد الإعجابات التي حصدها منشوره، دون غيره من المستخدمين.

ويظهر متابعون وناشطون على مواقع التواصل الاجتماعي باهتمام إلى هذه التجربة التي ستكون خطوة كبيرة من قبل فيسبوك ومبادرة غير مسبوقه على المنصات الاجتماعية، قد تؤثر على عدد المستخدمين، إذ إن عدد الإعجابات هو الهوس والشغل الشاغل لكثير من الناشطين، وهي كذلك ركيزة أساسية بالنسبة لشركات التكنولوجيا والمعلنين والمؤثرين. ورفضت شركة فيسبوك التعليق على هذه الأنباء.

وقالت "أدركت المنصات الاجتماعية منذ مطلع عام 2014 أن وسائل التواصل الاجتماعي تؤثر على الصحة العقلية، والآن فقط بدأ موقع فيسبوك يعمل على إخفاء عدد الإعجابات من المنشورات". وأعلن موقع إنستغرام أنه لم يكن مستعدا بعد للكشف عن نتائج تجربة إخفاء الإعجابات.

وقالت ميا غارليك، مديرة السياسة في فيسبوك بأستراليا ونيوزيلندا، في بيان صدر عند الإعلان عن تجربة إنستغرام "نأمل أن يزيل هذا الاختبار ضغوط عدد الإعجابات التي ستحصل عليها أي مشاركة، حتى تتمكن من التركيز على مشاركة الأشياء التي تحبها". ويبدو أن قرار فيسبوك باختبار تجربة إخفاء الإعجابات جاء بعد توالي

وكتبت المهندسة الصينية مدونة عن اكتشافها، وأكدت فيها أنها لا تعمل لصالح شركة التكنولوجيا العملاق فيسبوك.

وقالت "يحتاج الأمر إلى وقت لتطوير الميزات التجريبية ومراقبتها وفحصها وإصدارها". وأضافت "الميزات التجريبية يمكن أن تأتي وتذهب. لكنني متأكدة من أن إخفاء عدد إعجابات الجمهور ستكون ميزة مفيدة لمجموعة كبيرة من المستخدمين".

بورها، علقت المستمرة والناشطة الأميركية إين باو، على هذه الأنباء وعبرت على تويتر قائلة إنها في حال تطبيقها ستكون متاخرة.

وقالت ميا غارليك، مديرة السياسة في فيسبوك بأستراليا ونيوزيلندا، في بيان صدر عند الإعلان عن تجربة إنستغرام "نأمل أن يزيل هذا الاختبار ضغوط عدد الإعجابات التي ستحصل عليها أي مشاركة، حتى تتمكن من التركيز على مشاركة الأشياء التي تحبها". ويبدو أن قرار فيسبوك باختبار تجربة إخفاء الإعجابات جاء بعد توالي

الدراسات والتحذيرات من الإحصائيين النفسيين والاجتماعيين، من التأثيرات السلبية لإدمان المستخدمين على زر فيسبوك، وهوسهم بنظام المكافآت أي زر الإعجاب.

وكشفت دراسة جديدة عن تأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية، والتي تمحورت بشكل رئيسي حول فيسبوك، وأن استخدام المنصة يؤدي إلى شعور سيء لدى المستخدمين. وقال بعض المختصين إن الحل للضوء على الشعور السيء لدى المستخدمين، هو ببساطة حذف حساباتهم على منصة فيسبوك، التي لا يزال يستخدمها أكثر من 2 مليار حتى بعد فضائح انتهاك الخصوصية التي كشفتها العام الماضي.

ويعود هذا الشعور السيء الناجم عن استخدام فيسبوك، بشكل جزئي، إلى قابلية الإدمان العالية عليه، حيث إن منظومة "المكافآت" التي يطرحها (زر الإعجاب)، تشبه لعب القمار أو الرغبة الشديدة في تعاطي المخدرات.

وكما هو الحال مع أي سلوك معتاد، فإنه يمكن الافتراض أن الامتناع عن ممارسة هذا السلوك يُحسن المزاج والشعور العام بالرفاهية. واستنتجت الدراسة الجديدة أن إخراج فيسبوك من حياة المستخدمين بشكل تام، يُعد أمرا إيجابيا على صحتهم النفسية. وأشاد باحثون كثر بهذه الدراسة التي أجريت بتعاون مشترك بين باحثين من جامعتي ستانفورد ونيويورك

والتي صدرت تحت عنوان "تأثيرات الرفاه الاجتماعي لوسائل التواصل الاجتماعي"، لتكونها الأثر دقة في بحث نتائج تبعات التوقف عن استخدام فيسبوك.

وتشير الدراسة إلى أن "الإقلاع عن فيسبوك"، يزيد من الرفاهية الفردية، ويخفض من الاستياء السياسي والإثارة من جراء تلقي الاهتمام، كما أنه يزيد من الوقت الذي يمضيه الفرد مع عائلته وأصدقائه، لكنه أيضا يؤثر سلبيًا على مدى معرفته السريعة للمعلومات.

وراجعت الدراسة الصحة النفسية لـ 2844 مشتركًا، تم اختيار نصفهم بشكل عشوائي، لتعطيل حساباتهم على فيسبوك لمدة شهر كامل، واستمر نصفهم الآخر باستخدام فيسبوك بشكل طبيعي. وخلص الباحثون إلى أن "تعطيل الحسابات أدى إلى تحسينات بسيطة ولكنها هامة في الرفاهية، وعلى وجه الخصوص في السعادة ورضا الحياة، والانتعاش، والقلق".

كما أجرت جامعة ولاية بنسلفانيا الأميركية، بحثًا مؤخرًا، ربط العلاقة الطردية بين استخدام المنصات الاجتماعية والحالة النفسية، بشكل مباشر. ووجدت الدراسة أنه كلما زاد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تزداد معه الحالة النفسية السيئة للإنسان، والعكس صحيح. وقال موقع الأخبار التكنولوجية "تيك كرانتس"، إن هذه الدراسة أجريت

إدمان يتسبب في مشاكل نفسية

على النسخ التجريبي، أي أنها قارنت النتائج بين ما تعرضت له مجموعة تجريبية معينة عُزل سلوكها بشكل منهجي، وما تعرضت له مجموعة أخرى سمح لأفرادها بالتصرف الحر.

وراقب الباحثون 143 طالبًا في الجامعة، على مدار ثلاثة أسابيع، بعد أن تم الاتفاق مع بعضهم على تقليل الاستخدام اليومي لمنصات التواصل الاجتماعي، بحيث يُسمح لهم استخدام كل تطبيق (فيسبوك أو إنستغرام أو سناب تشات) لمدة 10 دقائق كحد أقصى يوميًا، فيما تُرك البقية على راحتهم باستخدام التطبيقات المختلفة.

ونصت نتائج البحث الذي نُشر في الدورية العلمية "مجلة علم النفس الاجتماعي والعلاجي"، على أن "مجموعة الاستخدام المحدود أظهرت انخفاضًا ملحوظًا في الشعور بالوحدة والاكتئاب خلال ثلاثة أسابيع مقارنة بالمجموعة الثانية".

واقترح الباحثون بحسب نتائج بحثهم، أن يُحد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي، استخدامهم لها، بمدة لا تزيد عن نصف ساعة يوميًا، في حال أرادوا أن يحسنوا صحتهم النفسية. وبالتالي، فإن تقليل استخدام هذه المنصات يعني أن الإنسان يُضحي وقتًا أكثر على فعل الأمور التي تحسن من حياته أو تجعله أكثر سعادة، وتزيد من تواصله مع البشر.

أبرز تغريدات العرب

AngelQShe_

الذكورين نفس ردادات الفعل في كل مكان وزمان، ما فيه إبداع أو تجديد السكينة..

iNajlaa91

كيف لمانح التعاسة أن يربو السكينة..

MECHARBELEID

سؤال إلى كل لبناني صادق، هل تعلم أن لبنان هو الدولة الوحيدة في العالم الذي توجد فيها ميليشيا مسلحة تتحكم باسم اللبنانيين ودون تكليف منهم بقرار الحرب والسلم في الوقت الذي تجاهر فيه بانها تآمر وتتمول من دولة خارجية وتخدم مصالحها؟؟

ZainabAlAni83

عزيزتي الأنثى لا تسكتي عن المتحرش واضربي بكل ما لديك من قوة واحرصي على أن لا يتكاثر

hailahabduallah20

المجتمع السعودي متميز بترافقه ونماذج مكوناته، وما يحدث في تويتر من تاجيح للمناطقية والقبلية لا يعدو كونه زويعة في فئجان لا تتجاوز جدران تويتر.. أما الحياة الواقعية لمجتمعنا فهي أجمل وأشرف مما يحاول البعض تشويهها.

DostvsKy

طفولتك تنتهي عندما تترك ان النوم مكافاة وليس عقابا.

Dr_AIQ_

مارس الطمانينة لتتقن السكينة، ومارس التفاؤل والأمل لتتقن راحة البال، ومارس الثقة في حياتك تنعم بالسعادة والأمان والخير. "ما تمارسه يوميًا تقننه بكفاءة عالية"

Abdulazizluies

من راقب الناس يا إخوان لا مات ولا شي صار يعرف كل شي وماسك على كل واحد ممسك..

twin_of_world

عندما تحب شيئاً واصل فيه حتى النهاية. عندما تريد إنجازاً أعطه كله، لا تعطه بعضه، إلا إذا كنت تريد نصف إنجاز، أو نصف انتصار!

تابعوا

tim_cook

تم كوك الرئيس التنفيذي لشركة ابل.

حملة على الشبكات الاجتماعية توقف زواج طفلة إيرانية

زواج الآلاف من القاصرات في الأعمار الأخيرة، أكثرهن تحت السن القانوني. ويحدد القانون الإيراني سن الـ 13 لزواج البنات والـ 15 لزواج الشباب، وشرط موافقة الأولياء وقرار من المحكمة.

ويسعى بعض أعضاء البرلمان إلى تغيير القانون ليصبح سن الزواج القانونية 16 عاماً، لكن تلك المحاولات تلقى معارضة شديدة من نواب التيار المحافظ.

وفي العام الماضي، طرح عدد من البرلمانيين مشروع قانون لرفع السن القانونية لزواج الفتيات إلى 16 عاماً لمكافحة ظاهرة "تزويج القاصرات" فقبولت بالرفض من اللجنة القضائية بالبرلمان.

وينص مشروع القانون أيضاً على أن تسمح المحكمة بتزويج الفتيات اللائي تتراوح أعمارهن بين 13 و16 بعد فحص في الطب الشرعي وموافقة الأهل ومراعاة مصلحة الفتاة.

وتفيد الإحصائيات الرسمية في إيران أن حوالي 70 ألف بنت وشاب متزوجون في سن ما دون الـ 14 عاماً في كل أنحاء البلاد.

الحكومة عليها. وصرحت عضو مجلس طهران، شهربانو، في يوم المرأة العالمي للعام الماضي، بأن 15 ألف أرملة إيرانية تزوجن وهن دون 15 عاماً. وشهدت إيران



ضحايا المتشددين

تأتي في إطار مشروع الغزو الثقافي الغربي ووثيقة "اليونسكو 2030" حول المساواة بين الجنسين، والتي رفض المرشد الإيراني علي خامنئي أن توقع

رئيس دادگستری استان کهگیلویه و بویراحمد: عقد دختر ۱۰ ساله ملتی و منوط به اخذ مجوز از دادگاه شد

ما ذكرت وكالة انباء الطلبة الإيرانية "إيسنا". وانتقد رجال الدين المتشددون حملة مناهضة زواج القاصرات واعتبروا أنها

مراسم خطوبتهما. وظهر مقطع فيديو حفل الخطوبة في إحدى قرى مقاطعة بهمن، فتاة صغيرة ترتدي فستان زفاف محلياً، بينما تتفاوض العائلتان على المهر. ويظهر أيضاً رجل دين وهو يقرأ شروط عقد الزواج على العروسين، ويطلب من الفتاة أن تتطوع بكلمة "نعم" إذا كانت موافقة على الزواج، والتي ترد بالموافقة بخجل وبصوت منخفض.

وأعلنت محكمة محافظة كوهلوويه، وسط إيران، أنه "بناء على قرار رئيس المحكمة فإن عقد قران الشاب على الفتاة سيتم إبطاله وإلغاؤه إلى حين بلوغ السن المناسبة".

وأدى انتشار المقطع إلى قيام ناشطين بإطلاق حملة عبر مواقع التواصل الاجتماعي، ضد زواج القاصرات وطالبوا الحكومة بالتحرك لوقف هذه الحالة وسن القوانين لمنع انتشار الظاهرة. وفق