

الصدقة اختبار رسبت فيه مواقع التواصل الاجتماعي

تغير السياق الاجتماعي للصدقات يضعها على المحك



العلاقات تتلاشى في العالم الافتراضي

على أنهم "أصدقاء حقيقيون" و 5 فقط "أصدقاء مقربون". ويرى دونبار أن هذه الصداقات قابلة للاضمحلال أو الاندثار في ظل غياب التواصل المباشر بين الأصدقاء، وربما تشكل مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة من أجل تقليص معدل هذا الاندثار. لكن هذا الأمر لن يستمر في النجاح طويلاً، في حال بقاء غياب التواصل وجها لوجه فترة ممتدة.

ويتفق رأي دونبار مع دراسات أشارت إلى أنه بالرغم من سهولة إقامة العلاقات الاجتماعية على مواقع التواصل الاجتماعي، فإنها على الأرجح تؤدي إلى علاقات اجتماعية أكثر سطحية، في حين العلاقات التي تنشأ في أماكن بالهواء الطلق تكون أكثر قوة بالضرورة.

80
بالمئة من مستخدمي فيسبوك لديهم قائمة الأصدقاء أشخاص غير مرغوب فيهم

وتبدو معايير اختيار الأصدقاء في الواقع أكثر صرامة مما يحدث في العالم الافتراضي وتحتاج إلى أن يبذل المرء جهداً أكبر للتواصل الاجتماعي مع غيره، لذا فمن المرجح أن تزيد معايير الاختيار الاجتماعي للأصدقاء الأكثر صرامة من فرص استمرار تلك العلاقات لفترة أطول، وأن تصبح تلك العلاقات ذات أهمية أكبر في الحياة.

الموت أو الإصابة بالأمراض فحسب، بل يمكن أن تساعد أيضاً على التعافي من الأمراض. وتقول دراسات حديثة إن الشعور بالوحدة يمكن أن يؤثر على وظائف نظام المناعة للأشخاص الذين ليس لديهم أصدقاء، مما يضر بنوعية النوم لديهم ويعرضهم لخطر الإصابة بأمراض القلب وضغط الدم وكذلك الخرف.

وفي الوقت الذي تبدو فيه مسألة إقامة علاقات صداقة أمراً سهلاً اليوم، في ظل وجود شبكات التواصل التي تلمس وترا إنسانياً بتعلق بالرغبة في التواصل مع آخرين، فإن ذلك يطرح الكثير من التحديات. ويعتقد المدافعون عن علاقات شبكة الإنترنت أن التعرف على صديق عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي وتبادل الأفكار والمشاعر معه قبل رؤيته وجها لوجه أمر إيجابي، لكن المشكلة تكمن في أن صديق الإنترنت بإمكانه تغيير اسمه ونوعه وجنسيته وحالته الاجتماعية بضغط زر، نظراً إلى أن الخط الفاصل بين هويته الحقيقية وهويته على الإنترنت غامضة، ولذلك من الضروري الحذر لتجنب الوقوع في الكثير من المشاكل التي قد يجلبها الأصدقاء الوهميون.

ويقول روبين دونبار، أستاذ علم النفس التطوري في جامعة أكسفورد الأميركية الذي قارن في إحدى دراساته مدى التشابه بين الصداقة على فيسبوك والصداقة في الواقع، إن المرء قد يمتلك أحياناً ما معدله 150 صديقاً على فيسبوك، لكن 15 منهم يمكن أن يصنفهم

وهناك تطبيق آخر يسمى "بمبل بيز"، ويعطي التطبيق الفرصة للمستخدمين بشكل خاص لاختيار شبكة المعارف وطلب الصداقة من أشخاص آخرين.

أما تطبيق "شابر"، الذي يضع حداً لعدد الأصدقاء الجدد في اليوم الواحد، فيعطي الفرصة لمستخدميه لتكوين علاقات تتميز بجودتها، وليس بعددها، ويستخدمه أكثر من مليون شخص.

لكن إلى أي مدى نجح مستخدمو هذه الفضاءات الإلكترونية في ربط علاقات صداقة ناجحة؟ السؤا ل أجابت عنه الكاتبة أوليفيا بيتر في مقال لها بصحيفة ذي إنديبننت، أكدت فيه أن ثقافة المجتمعات في العصر الحالي مشبعة بوسائل التواصل الاجتماعي، ما يجعل احتمال ربط صداقات في وضع "غير متصل بالإنترنت" أكثر صعوبة من أي وقت مضى.

وأشارت أوليفيا إلى أهمية الاستفادة من العلاقات الاجتماعية القائمة، مهما بدت غير مهمة، مشددة على أنها أفضل وأسهل طريقة لتشكيل صداقات جديدة. وكشفت دراسة أجريت بالتزامن مع حملة أطلقت في بريطانيا في عام 2018 للفضاء على الإحساس بأن أكثر من نصف البالغين في المملكة المتحدة يشعرون بأنهم لم يعرفوا على صديق جديد منذ "وقت طويل".

وشبهت أبحاث سابقة ضرر غياب العلاقات الاجتماعية بتدخين 15 سيجارة في اليوم، فالعلاقات الاجتماعية والصدقات لا تؤثر على الحد من مخاطر

مواقع الإنترنت فحسب، بل في الإغراءات الكثيرة التي توفرها تلك الفضاءات، والتي تجعل الناس يبتعدون عن بعضهم ويفضلون العلاقات الافتراضية التي تبدو أكثر متعة لهم من العلاقات الواقعية، حيث يستطيعون أن يكونوا مع من يريدون من دون أن يضطروا إلى تحمل مسؤوليات تلك العلاقات أو الالتقاء بشكل مباشر.

ويستخدم نحو نصف سكان العالم تقريباً الآن وسائل التواصل الاجتماعي كفيسبوك وتويتر وإنستغرام، وويبو وويتشات وكاكستوري في آسيا. وفي غرب وشمال أوروبا يستخدم ما يزيد عن تسعة من عشرة أشخاص على الأقل وسيلة من هذه الوسائل.

ووفقاً لمركز "بيو" للأبحاث، يستخدم 24 في المئة من مستخدمي الإنترنت موقع "تويتر"، في حين يستخدم 29 في المئة منهم موقع "لينكد إن".

والأهم من ذلك، تقول شركة فيسبوك إن مستخدمي موقعها يقضون أكثر من 50 دقيقة يومياً في المتوسط في تصفحه. وفي السنوات الأخيرة برزت مجموعة جديدة من التطبيقات التي تتخذ نفس نهج تطبيقات المواعدة، وتحاول العمل على تغيير الطريقة التي يبني بها الناس شبكة علاقاتهم الاجتماعية.

وتتملك شركة "ماتش غروب" عدداً من هذه التطبيقات، من بينها "تندر" و"ماتش دوت كوم"، يمكن أيضاً للمستخدمين البحث من خلاله لتكوين شبكة علاقات بمهنيين متشابهين في العائلية أو طريقة التفكير، ومن ثم يمكنهم الالتقاء بهم في الحياة الواقعية. وليس فقط في عالم الإنترنت الافتراضي. ويعيد تطبيق "تندر" من أشهر منتجات شركة "ماتش غروب"، إذ يتجاوز عدد مستخدمي 3.5 مليون مستخدم، من بينهم 368 ألفاً اشتركوا في "ماتش دوت كوم"، تمتلك شركة ماتش مواقع المواعدة "أوك كيوبيد" و"بلنلي أوف فيش" و"ميتك أند بيرز".

ويحتاج مستخدمو تندر، الذي أطلق عام 2012، في الأساس إلى حساب على فيسبوك ليتمكن من استخدام التطبيق، وهي المعلومات التي تكون فيما بعد بيانات ملفات المستخدمين الرئيسية. لكن في عام 2017 أتاح التطبيق خياراً جديداً بإنشاء حساب دون الحاجة إلى فيسبوك.

وأكدت ماتش غروب أن ملفات المستخدمين الشخصية على تندر باتت إلى حد كبير ملفات جديدة من إنتاج المستخدمين وحدهم، وأن خوارزميات التعرف على التطبيق لا تعتمد على فيسبوك أو أي بيانات أخرى تابعة لطرف ثالث.

الصدقات الافتراضية تبدو أكثر سهولة ومتعة من العلاقات الواقعية، ولا تحتاج إلى الالتقاء وجها لوجه، لكن تغير المقومات الأساسية للعلاقات الاجتماعية قد يحد من فرص بناء علاقات صداقة حقيقية في الواقع، ويفتح الباب للمضايقات التي تسلب راحة البال، وتؤثر على الصحة النفسية والحياة العملية وحتى العلاقات الاجتماعية.

محمد اليعقوبي

تبنى الصداقات في الواقع على الكثير من الاهتمامات والصفات الفكرية والخصائص النفسية المشتركة، لكن مع ظهور مواقع التواصل الاجتماعي وتطبيقات المواعدة لم تعد معظم العلاقات الاجتماعية تخضع لشروط معينة أو مقصورة على عدد معين من الأفراد، بل أصبح الكثيرون لا يمانعون في إضافة عدد كبير من الأشخاص الغرباء إلى قائمة معارفهم، ويدخلون معهم في نقاشات وجدالات حول مواضيع مختلفة ويشاركونهم آراء تفصيلية حياتية، ورغم قيمة الصداقات الافتراضية التي مدت جسورها في فضاءات فيسبوك وسكايب وواتساب وإنستغرام والعديد من المواقع الأخرى، وجعلت الناس يشعرون بالانتماء إلى العالم السبيرياني، من دون حتى أن يحتاجوا إلى مخاطبة بعضهم بعضاً وجها لوجه، فإنها ساهمت في "انهيار السياق الاجتماعي" للعلاقات. وهذه الظاهرة

مطلت مصدر قلق للخبراء. ونوهت سارة بوغلس، الباحثة البريطانية في العلوم الاجتماعية، إلى أن الأشخاص في الواقع يعرفون مع من يتعاملون، وما السلام الذي يصلح قوله أمامهم، ضمن إطار الحدود الاجتماعية، لكن في العالم الافتراضي الغيت جميع هذه الحدود.

وأضاف "الشبكات الاجتماعية ليست هي المشكلة، بل أسلوب استخدامها من قبل المشتركين هو الذي يتسبب في سوء التفاهم وتراجع الحوار، ما يمكن أن يؤدي إلى تقويض أفضل العلاقات الشخصية التي نعثر بها".

كما نوه الخبراء إلى أن معظم الأشخاص يقضون أوقاتاً طويلة على مواقع التواصل الاجتماعي على حساب الوقت الذي يقضونه مع عائلاتهم أو الأشخاص الذين يعرفونهم في الواقع. ولا تمكن المشكلة في الإدمان على

محمد اليعقوبي

تبنى الصداقات في الواقع على الكثير من الاهتمامات والصفات الفكرية والخصائص النفسية المشتركة، لكن مع ظهور مواقع التواصل الاجتماعي وتطبيقات المواعدة لم تعد معظم العلاقات الاجتماعية تخضع لشروط معينة أو مقصورة على عدد معين من الأفراد، بل أصبح الكثيرون لا يمانعون في إضافة عدد كبير من الأشخاص الغرباء إلى قائمة معارفهم، ويدخلون معهم في نقاشات وجدالات حول مواضيع مختلفة ويشاركونهم آراء تفصيلية حياتية، ورغم قيمة الصداقات الافتراضية التي مدت جسورها في فضاءات فيسبوك وسكايب وواتساب وإنستغرام والعديد من المواقع الأخرى، وجعلت الناس يشعرون بالانتماء إلى العالم السبيرياني، من دون حتى أن يحتاجوا إلى مخاطبة بعضهم بعضاً وجها لوجه، فإنها ساهمت في "انهيار السياق الاجتماعي" للعلاقات. وهذه الظاهرة

مطلت مصدر قلق للخبراء. ونوهت سارة بوغلس، الباحثة البريطانية في العلوم الاجتماعية، إلى أن الأشخاص في الواقع يعرفون مع من يتعاملون، وما السلام الذي يصلح قوله أمامهم، ضمن إطار الحدود الاجتماعية، لكن في العالم الافتراضي الغيت جميع هذه الحدود.



موضة

البلوفر ذو الرقبة العالية موضة شتاء 2020

ارتداؤه بشكل مستقل مع سروال جينز على سبيل المثال. وينصح خبراء الموضة المرأة بالا تتخلل عن البلوفر ذي الرقبة العالية إذا كانت من محبي ارتداء الجينز، لأنه سيمنحها طلة مميزة لا تقاوم. ويمكن أن تختار المرأة معطفاً أنيقاً وترتديه مع بلوفر برقبة عالية وينظون جينزاً وبوت قصير للخروج في النهار أو الذهاب إلى العمل.

ويمكن للمرأة أن ترتدي بلوفر ذا رقبة طويلة وفضفاضا قليلا مع ثنورة قصيرة، على أن تحرص على وضع طرف البلوفر في الثنورة ليمنحها شكلاً جذاباً. ولا يجب أن تغفل المرأة عن العقد اللافت للنظر فهو سيحدث فاراقاً كبيراً في إطلالتها.

يتخلل البلوفر ذو الرقبة العالية في خريف/شتاء 2019-2020 عن طابعه المتحفظ ويطل بوجه أكثر جانبية ليمنح المرأة إطلالة عصرية تخطف الأنظار. وأوضح خبير الموضة الألماني جيرد مولر تومكيس أن البلوفر ذا الرقبة العالية يتخلل هذا الموسم عن الألوان الأحادية المحايدة كالبني والكريمي والأسود، ليتخلل بالنقوش الجذابة كنقوش الزهور الحاملة ونقوش جلود الحيوانات الجريئة والتقليبات ذات الطابع الهندسي والنقوش المجردة ذات الطابع الفني.

وأضاف أن البلوفر ذا الرقبة العالية يعد قطعة أساسية لا غنى عنها في خزانة الثياب الشتوية بفضل تنوع إمكانيات تنسيقه؛ حيث يمكن ارتداؤه تحت جاكيت أو فستان، كما يمكن

الروابط الاجتماعية في زيادة الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة. ويقول جون إف هيلويل، الأستاذ السابق بجامعة بريتيش كولومبيا "إن الشعور بالانتماء إلى المجتمع له أكبر أثر في تفسير الاختلافات التي تلحظها في معدل الشعور بالرضا عن الحياة من مجتمع إلى آخر".

ولكي نحقق التوازن الأمثل في حياتنا بالرفية، من الأفضل أن نحاول التعرف على المزيد من الأشخاص والمشاركة بينهم عن الموضوعات المشتركة بينهم، وفي الوقت نفسه لا مانع من الاشتراك في المحادثات عبر الإنترنت مع أصدقائنا وأهلنا في بلدنا الأصلي.

فرغم الأوقات الصعبة التي قد نمر بها في البداية، إلا أن العيش في بلد أجنبي غير الذي نشأنا فيه يعلمنا الكثير وينمي شخصيتنا، وهذا يذكرني بمثل سويدي قديم يقول "من علامات القوة أن تكون بمفردك".

كنت أظن أنني لن أمكث سوى بضعة أشهر في لندن ثم أعود إلى بلدي، ولكني تعلقت بالمكان، وأحببت الناس، إنهم يبتسمون دائماً، وحتى من لا أعرفهم من الجيران يلقون التحية، وهذا لا يحدث على الإطلاق في بلدي الأصلي، وأتمنى أن تأخذ صديقتي تجربتي بعين الاعتبار وتخرج من دائرة الحيرة التي تعيش فيها.

رحلة الحياة المجهولة

قد ساعدنا الأهل والأصدقاء، حتى لو كانوا غير مقربين منا، على تخطي المحن التي نمر بها، وقد أدركت أن صديقتي محقة في عدم رغبتها في السفر بسبب تعلقها بأهلها وأشقائها وأقاربها وأصدقائها، فالتحدي الكبير الذي قد يواجه أي إنسان في بداية اغترابه هو الوحدة العاطفية، ربما يكون هذا الأمر هيناً بالنسبة إلى البعض ولكن البعض الآخر يشعر وكأن الحياة ستنتهي، ويتعين عليه بذل مجهود كبير لإيجاد أصدقاء يشاركونه اهتماماته، وقد كنت من هذه الفئة، وتعلمت كيف أكسر دائرة الوحدة في الغربية. وقد أكدت الأبحاث على أهمية

تحقيق التوازن في حياتنا بالرفية، من الأفضل أن نحاول التعرف على المزيد من الأشخاص والمشاركة بينهم عن الموضوعات المشتركة بينهم، وفي الوقت نفسه لا مانع من المحادثات عبر الإنترنت مع أصدقائنا وأهلنا في بلدنا الأصلي.

أنها وجدت نفسها مجبرة على الاختيار بعد أن تبست من إقناع زوجها بضرورة البقاء في وطنها الأم.

ذكرتني تجربة صديقتي بما عشته عندما انتقلت برفقة زوجي إلى لندن، وجعلني استعيد كل كلمة قالتها وأشعر بحجم ما تشعر به الآن من هواجس ومخاوف، فلا شك أن القيمة العاطفية لتفاصيل حياتنا الماضية والتذكيرات التي ارتبطت بالأهل والأصدقاء والجيران وبالمكان الذي عشنا فيه، جميعها شكلت هويتنا وليس من السهل تركها وراء ظهورنا والتأقلم بسهولة مع واقع مغاير تماماً لحياتنا السابقة.

في كتابه "جماليات المكان" قدم الفيلسوف الفرنسي غاستون باشلار سبباً عميقاً لمعنى "التعلق بالمكان" وخصوصاً البيت، فهو يرى أن البيت ليس مجرد شيء مادي بل هو ظاهرة نفسية، فهو الوسيلة التي نختبئ بها جذورنا في هذا العالم وليس من السهل التخلي عن هذه الرابطة العاطفية التي نمت عبر الزمن والمتعلقة أساساً بذلك الإحساس بالأمن والأمان والحماية الذي زرعه البيت بداخلنا، إلى أن يصل تعريف بارغ للبيت باعتباره "المكان الذي يجب أن يقبلنا عندما نذهب إليه"، تأمل كلمة يجب!

الإنسان كائن اجتماعي بطبعه، وتعد العلاقات الاجتماعية من أتمن ما يملك في حياته، وفي أوقات الشدة،



ياسمين حمدي صحافية تونسية مقيمة في لندن

الحياة رحلة غير معلومة الوجهة، وأصعب ما تواجهه في هذه الحياة هو تغيير المحطة التي الفاهما وتآلفت معنا وارتبطت بها تفاصيل حياتنا وتذكيراتها، ونتجحه نحو مكان مجهول ونظام اجتماعي جديد، لا نعلم ما إذا كنا سنتمكن من إعادة تثبيت جذورنا فيه أم لا.

الهجرة تبدأ غالباً بطريقة مشوقة، ولكن عند الحلول بالمكان الجديد نعيش حالة من الريبة والخوف، ربما تؤدي بنا إلى الإحساس بمشاعر مكبلة بالضغط وحتى الكتابة، التي قد لا ينفع معها التواصل الافتراضي عبر وسائل التواصل الاجتماعي، فالحنين إلى المكان الأول الذي ارتبطت به حياتنا نظل نحمله على جوانحنا أينما ذهبنا، واعتقد أن هذا الحنين يكون أحياناً أقوى بكثير من الانتماء إلى ذلك المجتمع أو ذلك.

تسهر صديقتي بالضياع بالحيرة ولا تعرف كيف تتصرف لتوازن بين أمرين أحلاهما من بالنسبة إليها، وهما رغبة زوجها في الهجرة من جديد لأنه لم يستطع التأقلم في بلده الأصلي بسبب أنه عاش لسنوات طويلة في بلد أجنبي، وعدم رغبتها في الاغتراب، إلا