



كشفت إحدى الدراسات النفسية أن تصفح موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك قد يؤدي إلى إصابة الفرد بالكآبة والحزن بالإضافة إلى أعراض أخرى كعدم المرضا عن النفس وغيرها.

وأشار تقرير نشر على مجلة تايم الأمريكية، المشيقة لـ CNN أن الدراسة الجديدة التي شملت 600 شخص أن واحدا من بين ثلاثة أشخاص على الأقل ظهرت عليه أعراض الكآبة والحزن بعد تصفح موقع فيسبوك والمقيام بزيارة صفحات الأصدقاء والإطلاع على صورهم.

وبينت الدراسة أن الأبحاث والاستقصاءات التي أجريت على هؤلاء الأشخاص أشارت إلى أن الكآبة والحزن ينتجان على خلفية حالة عدم المرضا عن النفس للمتصفح بعد الإطلاع على صور الأصدقاء ورؤية مقتطفات عن رحلة معينة أو احتفال أو غيرها من الملاحظات الجميلة في الوقت الذي يبدأ فيه الفرد - لا شعوريا - بقياس مجريات حياته بشكل كامل مع هذه المقتطفات وعليه يشعر بأن الصورة العامة لحياته ليست سعيدة.

وألقت الدراسة الضوء على أن الصور التي يراها الفرد والتعليقات وغيرها من الأمور الأخرى التي تشعل نازر الحسد والبغض في بعض الأحيان، هي نتيجة تفاعلات جسدية وعقلية تعطي المتصفح الانطباع بأن حياة هذا الشخص هي في أكملها سعيدة، قياسا بالصور التي يضعها عن حياته، ولما يمكن للبعض التمييز أن هذه الصور هي مقتطفات ولما تغطي نمط حياة بأكملها.

CNN