



تأثیرات منفی فضای مجازی

فناوری ابزار مفیدی ست، اما اکثر افراد نمی دانند که چطور باید از آن به درستی استفاده کرد.

احساس نیاز به توجه را افزایش می دهد

رقابت بی پایان برای به دست آوردن لایک بیشتر و کامنت های متعدد می تواند زندگی شما را به نابودی بکشد.

منحرف کردن از اهداف واقعی

اکثر جوانان به جای اینکه با تلاش و پشتکار مهارت های لازم برای رسیدن به اهداف عالی خود را کسب کنند ترجیح می دهند به فوق ستاره های در دنیای مجازی و شبکه هایی از قبیل فیس بوک، توئیتر و غیره تبدیل شوند.

کور کردن خلاقیت

تأثیرات منفی گشت و گذارهای بی هدف در شبکه های اجتماعی مانند زمانی ست که شما از روی بی فکری و بدون برنامه خاصی به تماشای تلویزیون و برنامه های این جعبه جادویی بپردازید.

حریم خصوصی شما را به خطر می اندازد

در بین شبکه های اجتماعی خرید و فروش اطلاعات افراد امری طبیعی ست و طبق افشاکاری های اخیر اسنودن دولتهایی نظیر آمریکا به تمام اطلاعات افراد از جمله آدرس ایمیل، تماس های شما در اسکایپ و غیره دسترسی دارد

تعاملات فرد به فرد یا رو در رو را کاهش می دهد

با استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی نه تنها وقت کمتری برای گذراندن با افرادی خواهید داشت که به صورت فیزیکی در اطراف شما حضور دارند بلکه دوستان و اعضای خانواده تان زمانی که ببینند شما به دستگاه های الکترونیکی و موبایل بیش از آن ها اهمیت می دهید از محبت شما نا امید شده و ناراحت خواهند شد.

احتمال زیاد شکست روابط موجود در شبکه های اجتماعی

زمانی که یکی از زوجین بیش از حد درگیر یک شبکه اجتماعی مانند فیس بوک شود همسر او تمایل بیشتری برای نظارت و کنترل اعمال و رفتار او خواهد داشت که این موضوع می تواند منجر به بحث های طولانی و در نهایت مرگ رابطه شود.

خطر ابتلا به افسردگی افزایش می یابد

با توجه به مطالعات اخیر افرادی که از شبکه های اجتماعی استفاده ای اعتیاد گونه دارند نسبت به افراد عادی احساسات منفی بیشتری از جمله افسردگی را تجربه می کنند.

مقایسه پیوسته خود با دیگران

شخصیت های دیجیتالی افراد که در شبکه های اجتماعی وجود دارد به طرز چشم گیری با شخصیت و هویت واقعی آن ها متفاوت است.

افراد را به شدت بی خواب می کنند

نوری که از صفحه نمایش دستگاه های الکترونیکی مختلف به چشمان شما ساطع می شود ذهن را فریب داده و به آن القا می کنند که الآن وقت خواب نیست. بنابراین بهتر است هنگام خواب گوشی خود را در اتاق دیگری بگذارید و آن را با خود به رخت خواب نبرید.

