

## سلبيات التواصل الاجتماعي :

- اضاعة الوقت:
- الاستخدام المفرط للموقع قد يؤدي إلى إهار الوقت وعدم التركيز على الدراسة.



### التأثير على الصحة النفسية:

- قد يشعر بعض الطلاب بالقلق أو الاكتئاب نتيجة المقارنات أو التعرض لمحتوى سلبي.

### التنمر الإلكتروني:

- قد يتعرض الطلاب للتنمر أو الإساءة على الإنترنت، مما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية.

### نصائح لاستخدام آمن :

- **حدد وقتاً محدداً:** حدد أوقات محددة لاستخدام الموقع واحرص على تخصيص وقت للدراسة.
  - **احرص على صحتك النفسية:** إذا شعرت بتأثير سلبي، حاول تقليل وقت التصفح أو أخذ فترات راحة.
  - **اختر المحتوى بعناية:** تأكد من متابعة المحتوى الموثوق والمفيد
- مرشدكم : هلا نصراوين

## ايجابيات موقع التواصل الاجتماعي

### ال التواصل والتفاعل:

- تسهل موقع التواصل الاجتماعي التواصل مع الأصدقاء والعائلة، حتى لو كانوا في أماكن بعيدة.



### المشاركة في المعرفة:

- يمكن للطلاب متابعة محتوى تعليمي، والانضمام إلى مجموعات أكاديمية تساعدهم في دراستهم.



### فرص العمل والتوجيه:

- توفر بعض المنصات فرصاً للتعرف على فرص العمل والتدريب، بالإضافة إلى إمكانية التوجيه

## موقع التواصل الاجتماعي

أصبحت موقع التواصل الاجتماعي جزءاً من حياتنا اليومية، وتؤثر بشكل كبير في طريقة تفاعلنا مع العالم من حولنا. في هذه النشرة، سنتناول أهم الإيجابيات والسلبيات لهذه المواقع.

