علماء يجيبون: ما الجوانب التي تكشفها صورك في إنستغرام عن شخصيتك؟

كتبه نور علوان | 17 مايو ,2018

يحظى تطبيق إنستغرام بشعبية واسعة مقارنة مع منصات التواصل الاجتماعي، حيث يتم نشر 95نحو مليون صورة ومقطع مصور يوميًا، ويستخدم بشكل واسع بين الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و34 سنة، ولا يتردد هؤلاء المستخدمون عن مشاركة تفاصيل حياتهم على هذه الواجهة الافتراضية بعد قضاء دقائق طويلة في تعديلها وتجميلها.

المثير للاهتمام بهذا الجانب، هو الفرصة الجديدة التي قدمتها هذه المنصات للعلم، بغرض الكشف المبكر عن الاضطرابات النفسية والصفات الشخصية لمستخدمي هذه المنصات، وذلك من خلال تحليل صورهم والنصوص المرفقة لهذه المشاركات، ونجحت هذه المحاولات نسبيًا في التنبؤ بعدد من الحالات غير الصحية والسمات الشخصية الشائعة.

فلقد أشارت أبحاث جديدة بأن صورك على تطبيق إنستغرام قد تكشف عنك أكثر بكثير مما أردت مشاركته مع أصدقائك، وهذا وفقًا للتحليلات العلمية والنفسية من علماء النفس في جامعة هارفرد التي استطاعت أن تكشف بعض المخاوف وعلامات الاكتئاب والنرجسية والنضوج وغيرها من الصفات التي قد تهمك ولا ترغب في مشاركتها مع الآخرين.

هل أنت شخص سعيد أم مكتئب؟ راجع منشوراتك على إنستغرام

حقق الباحثون في جامعة هارفارد معدل نجاح أعلى في تشخيص الاكتئاب فقط من خلال النظر في حسابات المرضى على إنستغرام، ودون التشخيص السريري، لذلك طلب الأطباء من المشاركين في الدراسة – عددهم 166 مستخدمًا، ومنهم 71 شخصًا لديه تاريخ من الاكتئاب – تقديم صورهم بالترتيب الزمني على مدى السنوات الثلاثة الماضية، فجمعوا نحو 43 ألف و950 صورة لتحليلها، ولاحظوا اختلافات واضحة بين صور الأشخاص المكتئبين والأصحاء.

حيث أشارت نتائج الدراسة بأن الأفراد الذين يعانون من الاكتئاب فضلوا نشر صور بتأثيرات لونية تميل إلى اللون الأزرق الداكن أو الرمادي المعتم، وبشكل عام، فهم يفضلون الألوان المظلمة والداكنة التي تظهر بوضوح في فلتر "انكول" الموجود بالتطبيق.

> الأشخاص الأصحاء يميلون إلى الألوان الفاتحة والدافئة والزاهية، ويستخدمون التأثيرات الأكثر سطوعًا ووضوحًا مثل فلتر "فالنسيا"

وعلى النقيض منهم، الأشخاص الأصحاء يميلون إلى الألوان الفاتحة والدافئة والزاهية، ويستخدمون التأثيرات الأكثر سطوعًا ووضوحًا مثل فلتر "فالنسيا"، وبجانب ذلك أكدت الأبحاث أن هذه التأثيرات إشارة إلى شعبية وشهرة هؤلاء الأشخاص داخل وسطهم الاجتماعي.

ومن الناحية الاجتماعية، يربط العلماء الاكتئاب بانخفاض النشاط الاجتماعي، وعلى هذا الأساس،

استخدم الخبراء خوارزمية لرصد عدد الوجوه بين المشاركات وبينت النتائج أن عدد الوجوه في كل صورة دليل على المشاركة الاجتماعية للمستخدم في الحياة الواقعية، وقلتها يشير إلى الوحدة والانعزال، لكن كثرتها أيضًا لا يعد أمرًا طبيعيًا، فقد يرغب الشخص في إخبار الناس بأنه "موجود وتم اختياره ليكون معهم دون عن البقية" ما يظهر بعض الغرور في الشخصية.

ماذا تقول صورك عن شخصيتك وعلاقتك العاطفية؟

تخبرنا نيكي غولدشتاين خبيرة علاقات، أن الأزواج الذين يشاركون تفاصيل علاقتهم ومشاعرهم على السوشيال ميديا، غالبًا ما يبحثون فقط عن الطمأنينة من الآخرين، فلقد أوضحت دراسة علماء هارفرد، بأنك إذا كنت من الأشخاص الذين يشاركون صورًا لشركائهم بكثرة، فهذه إشارة إلى عدم شعورك بالأمان تجاه علاقتك بشريكك، وأنك تحاول بطريقة ما تجاهل هذه المشكلة وتبحث عن الأمان من تعليقات وإعجاب الناس.

بشأن النصوص أو "الكابشن" المرفق لهذا النوع من الصور الذي يكون عادةً عبارة عن كلمات تشير إلى الملكية مثل "رجلي" أو "فتاتي"، فهي دليل على حب التملك، بحسب غولدشتاين.

> تقول الدراسات بأنك إذا كنت تنشر صورًا في غاية الأناقة لنفسك، فإنك تحاول أن تظهر للعالم الجانب الناضج من شخصيتك، وغالبًا ما تكون شخصًا منضبطًا ومحبًا للترتيب

وبالنسبة إلى الصور التي يظهر فيها الحب والتناغم فتعني أنك لا تشعر بالأمان تجاه ما تملك أو أنك لا تشعر بالاكتفاء في هذه العلاقة، وتريد أن يراكم الآخرون معًا حتى يساعدوك على تصديق هذا الوضع ويبثوا بعض الراحة في نفسك، وخاصة بالنسبة للأشخاص الذين لديهم تقدير منخفض للذات ويشعرون بأن علاقتهم مهددة وليست على ما يرام، فيحاولون إثبات العكس لأنفسهم ولغيرهم عبر هذه المنشورات، كما تحتوي هذه الصور المبالغ بها على رسالة ضمنية تقول "أنا محبوب ومرغوب ولست وحيدًا".

أما بخصوص صفاتك الشخصية، فتقول الدراسات بأنك إذا كنت تنشر صورًا في غاية الأناقة

لنفسك، فإنك تحاول أن تظهر للعالم الجانب الناضج من شخصيتك، وغالبًا ما تكون شخصًا منضبطًا ومحبًا للترتيب.

وبالنسبة إلى صور النادي الرياضي واللياقة البدنية، فهي تكشف عن جانبك النرجسي الذي يحب تسليط الضوء على نفسك ومظهرك الخارجي ومدى اهتمامك بنفسك وبصحتك، والصور الأشهر على الإطلاق، صور السيلفي، فهي دليل حبك لنفسك وقد تعني أيضًا أنك تبحث عن قبول الآخرين لك، وتحب أن يمدح الناس جمالك ومظهرك الخارجي، ولا شك أنك مغرور ومحب للظهور.

وهناك مجموعة أخرى من صور الأطفال والطفولة، فعند نشر صور الطفولة الماضية، فهي تعني غالبًا أنك سئمت من كونك شخصًا بالغًا ذات مسؤوليات ثقيلة وضغوط كثيرة، أو أنك تحاول إظهار رغبتك في حاجتك للاهتمام والاعتناء من شخص ما.

> تقول الدراسة إن نشر صور للحيوانات المفترسة والوحشية إشارة إلى الرغبة في الظهور بصورة جريئة وقوية، وفي كثير من الأحيان يعني هذا أن الأشخاص يفتقرون لهذه الثقة أو القوة فيحاولون تصويرها وكأنها جانب حقيقي من شخصيتهم

أما إذا كنت تنشر صورًا لصور أطفال من أقاربك أو أولادك، فهذا يعني أنك فخور بهم وسعيد بهذا الإنجاز العظيم في حياتك بكونك أبًا أو قريبًا لهم.

وأخيرًا، صور الحيوانات، تقول الدراسة إن نشر صور للحيوانات المفترسة والوحشية إشارة إلى الرغبة في الظهور بصورة جريئة وقوية، وفي كثير من الأحيان يعني هذا أن الأشخاص يفتقرون لهذه الثقة أو

القوة فيحاولون تصويرها وكأنها جانب حقيقي من شخصيتهم، وفي الجهة الأخرى، فإن مشاركة صور الحيوانات الأليفة، تعني أن الشخص عاطفي.

رابط المقال : https://www.noonpost.com/23359/