خطر خفي على السوشيال... ترينـد "الحزن المختلف" يفتك بصحة الشباب



لا تتوقف التصرفات الغريبة عن الانتشار عبر منصات التواصل الاجتماعي، رغم التحذيرات من مخاطر بعضها.

"أنا أحزن بطريقة مختلفة"

فقد اجتاح ترينـد جديد مواقع التواصل، مثل تيك توك وإنستغرام، تحت عنوان "أنا أحزن بطريقة مختلفة (I Grieve Different)"، وهو أغنية من مستوحى كندريك لامار "United in Grief" التي صدرت العام 2022، وتتحدث عن الحزن والفقد.

إلا أن هذه العبارة عادت للتداول، حيث بات المراهقون يستخدمونها لمشاركة فيديوهات تتناول قضايا، مثل: اضطرابات الأكل، والصدمات النفسية، والمخاوف من المستقبل، وفقا لموقع "بيرنتس" المهتم بصحة العائلة.

وتتميز هذه المقاطع بموسيقى حزينة وتروج لفكرة أن طريقة صاحب الفيديو في حالة حزن كبيرة.

ومع أن بعضها صادق، إلا أن خبراء نفسيين يحذّرون من أن:"هذه المنشورات قد تُجمل المعاناة النفسية وتحوّلها إلى مادة لجذب الانتباه بدلاً من علاجها".

أخصائية تحذّر

ويشار إلى أن:"المعالجة النفسية مونيك بيلوفلور حذّرت من أن انتشار مقاطع لمراهقات يتحدثن عن نمط حياة صحي مثل الأكل النظيف والرياضة اليومية، ثم يكشفن في نفس الفيديو عن أعراض خطيرة".

وشددت على أن، هذا الترند يخفف من جدية الاضطرابات النفسية ويجعلها تبدو طبيعية في حين أنها قد تكون قاتلة.