Φοβού τη μοναξιά των social media

Categories : ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Date : 21 Μαρτίου, 2017

Νέα μελέτη έδειξε ότι οι μανιώδεις χρήστες των μέσων αυτών έχουν διπλάσιες πιθανότητες να αισθάνονται κοινωνικώς απομονωμένοι, σε σύγκριση με τους λιγότερο «κολλημένους» φίλους τους

Μπορεί να αποκαλούνται «μέσα κοινωνικής δικτύωσης» αλλά το facebook, το Instagram και το twitter δεν μας φέρνουν κατ' ανάγκην πιο κοντά.

Τουναντίον, οι νέοι που περνούν πολλές ώρες ασχολούμενοι με αυτά μπορεί να **νιώθουν στην πραγματικότητα μεγαλύτερη μοναξιά απ' όση οι συνομήλικοί τους που βλέπουν και κανέναν άνθρωπο διά ζώσης**.

Αυτό είναι το συμπέρασμα μιας νέας μελέτης, η οποία έδειξε πως **οι μανιώδεις χρήστες των μέσων αυτών είχαν διπλάσιες πιθανότητες να αισθάνονται κοινωνικώς απομονωμένοι, σε σύγκριση με τους λιγότερο κολλημένους με τα social media φίλους τους**.

Το εύρημα αυτό, που δημοσιεύεται στην **Αμερικανική Επιθεώρηση Προληπτικής Ιατρικής (AJPM)**, «μας υπενθυμίζει ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν αποτελούν πανάκεια για όσους αισθάνονται μοναξιά» δήλωσε ο επικεφαλής ερευνητής **δρ Μπράιαν Α. Πρίμακ**, **καθηγητής Ιατρικής και διευθυντής του Ερευνητικού Κέντρου Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης, Τεχνολογίας και Υγείας στο Πανεπιστήμιο του Πίτσμπουργκ**.

Μελέτη-μαμούθ. Η νέα μελέτη, που είναι η μεγαλύτερη έως σήμερα για το θέμα, συμπεριέλαβε 1.787 εθελοντές ηλικίας από 19 έως 32 ετών, οι οποίοι συμπλήρωσαν ένα διαδικτυακό ερωτηματολόγιο για τη χρήση κάθε είδους μέσου κοινωνικής δικτύωσης (facebook, twitter, Google Plus, YouTube, LinkedIn, Instagram, Pinterest, Tumblr, Vine, Snapchat και Reddit) και για το επίπεδο της μοναξιάς που ένιωθαν.

Η μέση διάρκεια χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ήταν 61 λεπτά την ημέρα. Όσοι εθελοντές ανέφεραν ότι περνούσαν πάνω από 121 λεπτά την ημέρα στα social media είχαν διπλάσιες πιθανότητες να αισθάνονται κοινωνικά απομονωμένοι, σε σύγκριση με όσους αφιέρωναν λιγότερα από 30 λεπτά ημερησίως σε αυτές τις ιστοσελίδες.

Ωστόσο δεν είναι μόνο η διάρκεια των επισκέψεων που συσχετίζεται με το αίσθημα της μοναξιάς, αλλά και η συχνότητά τους: σύμφωνα με τη μελέτη, όσοι εθελοντές επισκέπτονταν συχνότερα τα σάιτ κοινωνικής δικτύωσης είχαν σχεδόν τριπλάσιες πιθανότητες να νιώθουν κοινωνική απομόνωση σε σύγκριση με όσους τα επισκέπτονταν σπανιότερα.

Η σπανιότερη χρήση που κατέγραψε η μελέτη ήταν εννέα ή λιγότερες επισκέψεις την εβδομάδα και η συχνότερη χρήση 58 ή περισσότερες επισκέψεις την εβδομάδα.

Οι ερευνητές διευκρινίζουν πως τα ευρήματά τους δεν σημαίνουν ότι το facebook προκαλεί μοναξιά, ούτε το αντίστροφο, ενώ δεν είναι σαφές τι από τα δύο προηγείται (το αίσθημα της μοναξιάς ή η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης).

Πού θα μπορούσε, λοιπόν, να οφείλεται η παρατηρούμενη συσχέτιση; «Μία πιθανή εξήγηση είναι ότι οι άνθρωποι που νιώθουν κοινωνικώς απομονωμένοι στρέφονται στα μέσα αυτά για να αυξήσουν τον κοινωνικό κύκλο τους» εξήγησε ο δρ Πρίμακ. «Ή πάλι προσπαθούν μέσω των ιστοσελίδων αυτών να καταπολεμήσουν τη μοναξιά τους, δίχως να αντιλαμβάνονται ότι στην πραγματικότητα την εντείνουν».

Η λύση. Για τους ανθρώπους αυτούς, η λύση πιθανώς είναι «να βγουν από το Ιντερνετ και να επιδιώξουν να δημιουργήσουν αληθινές, διαπροσωπικές σχέσεις» συνέχισε. Και κατέληξε: «Ασφαλώς τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποτελούν ισχυρό εργαλείο για να καλλιεργεί κάποιος τις σχέσεις του, αλλά από μόνα τους δεν επαρκούν για να δημιουργηθούν αυτές οι σχέσεις».

(Πηγή: ygeia.tanea.gr)