

11 Μαρτίου 2017

## **Από μοναξιά υποφέρουν όσοι περνούν ώρες στο Facebook**

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Η πολύωρη χρήση του Facebook και γενικότερα των social media επί καθημερινής βάσεως προκαλεί το αίσθημα της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης, συμπεραίνει νέα αμερικανική έρευνα, που βασίστηκε στην ανάλυση στοιχείων για 1.800 άτομα, ηλικίας 19 έως 32 ετών.



Τη σχετική μελέτη διενήργησαν ερευνητές της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου του Πίτσμπεργκ, με επικεφαλής τον καθηγητή Μπράιαν Πρίμακ, διευθυντή του Κέντρου Ερευνών για τα Μέσα, την Τεχνολογία και την Υγεία και δημοσίευσαν στο αμερικανικό περιοδικό προληπτικής ιατρικής “American Journal of Preventive Medicine”.

Μέσω ερωτηματολογίων, διερευνήθηκε ο χρόνος που οι χρήστες αφιέρωναν στα δημοφιλή μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως Facebook, YouTube, Twitter, Google Plus, Instagram, Snapchat, Reddit, Tumblr, Pinterest, Vine και LinkedIn. Στη συνέχεια, μέσω ενός ψυχολογικού τεστ, αξιολογήθηκε ο βαθμός κοινωνικής απομόνωσης που ένιωθε κάθε χρήστης.

Διαπιστώθηκε ότι όσοι περνούσαν πάνω από δύο ώρες τη μέρα στα ηλεκτρονικά κοινωνικά δίκτυα, είχαν διπλάσια πιθανότητα να νιώθουν κοινωνική απομόνωση, σε σχέση με όσους δεν έμεναν στα ίδια δίκτυα για πάνω από μισή ώρα καθημερινά.

Επίσης, όσοι επισκέπτονταν τις διάφορες πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης πάνω από 58 φορές την εβδομάδα (τουλάχιστον οκτώ φορές τη μέρα κατά μέσο όρο), είχαν τριπλάσια πιθανότητα να νιώθουν κοινωνικά απομονωμένοι, σε σχέση με όσους έκαναν λιγότερες από εννέα επισκέψεις την εβδομάδα.

«Είναι πιθανό ότι ορισμένοι νέοι ενήλικες που ήδη νιώθουν κοινωνική απομόνωση, στρέφονται στα κοινωνικά μέσα. Ή, αντίστροφα, μπορεί η αυξημένη χρήση των

κοινωνικών μέσων με κάποιο τρόπο να οδηγεί κάποιον να νιώθει απομονωμένος από τον κόσμο. Μπορεί ακόμη να πρόκειται για ένα συνδυασμό και των δύο. Όμως ακόμη και αν η κοινωνική απομόνωση ήλθε πρώτη, δεν φαίνεται το πρόβλημά της να λύθηκε, παρά τις τόσες ώρες ενασχόλησης με τα κοινωνικά μέσα», δήλωσε η βασική ερευνήτρια Ελίζαμπεθ Μίλερ, καθηγήτρια παιδιατρικής και επικεφαλής του Τμήματος Εφηβικής Ιατρικής του Νοσοκομείου Παίδων του Πίσμπεργκ.

Οι πιθανές εξηγήσεις του φαινομένου αυτού, είναι πολλές. Ενδέχεται η χρήση των κοινωνικών μέσων να αντικαθιστά τις πιο αυθεντικές και πρόσωπο-με-πρόσωπο εμπειρίες ή μπορεί κάποιος να ζηλεύει που βλέπει στα social media γεγονότα στα οποία ο ίδιος δεν συμμετείχε ή δεν προσκλήθηκε. Ένα ανάλογο αίσθημα γεννά επίσης η σύγκριση με τα άκρως εξιδανικευμένα προφίλ αρκετών χρηστών, πράγμα που κάνει τους άλλους να νιώθουν ότι ζουν μια μίζερη ζωή.

Πηγή: [ethnos.gr](http://ethnos.gr)