

# ΦΗΜΕΣ ΛΕΝΕ...

Γράφει ο Δημήτρης Θεοφάνης



## FACEBOOK ο σιωπηλός δολοφόνος της ζωής μας



**Ε**δώ και περίπου μια δεκαετία σταδιακά μπήκε στην ζωή μας το facebook το κοινωνικό μέσο δικτύωσης. Ξεκίνησε δειλά δειλά και ειδικά την τελευταία 5ετία έχει γίνει απόλυτος κυρίαρχος στην ζωή μας. Άραγε έκανε καλό ή κακό στον άνθρωπο; Θα έλεγα πολύ μεγάλο ΚΑΚΟ όταν τα πάντα η ζωή μας όλη περνάει από το facebook. Τι γινόταν πριν το Facebook; Είχες μια σχέση, περνούσατε καλά, κάνατε παρέα με τους φίλους σου, κάνατε παρέα -αναγκαστικά- με τις φίλες της, νομίζατε ότι παίζετε στα 'Φιλαράκια' ήτοι ωραία που ήσασταν όλοι μαζί και στη χειρότερη το κορίτσι σου ερωτεύόταν τον κολλητό σου και από εκεί που παίζατε στα 'Φιλαράκια', το γυρνούσατε σε Παπακαλιάτη, για να περιγράψουμε με χιούμορ πώς ήταν η ζωή πριν από το facebook. Ας διαβάσουμε παρακάτω τι λένε οι ερευνητές για το μέσο κοινωνικής δικτύωσης.

Ένας οποιος τρεις χρόνιες του Facebook δηλώνει ότι αισθάνεται «χειρότερα» αφότου έχει επισκεφθεί τη γνωστή ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης και σύμφωνα με γερμανούς ερευνητές η αιτία της «μαυρίλας» είναι η ζήλια.

Στη μελέτη των ειδικών του Πανεπιστημίου Χούμπολτ και του Πολυτεχνείου του Ντάρμσταντ, έλαβαν μέρος 600 άτομα. Φάνηκε λοιπόν, ότι όσοι από τους εθελοντές έμπαιναν στο Facebook, διάβαζαν δημοσιεύσεις και παραπρούσαν χαρούμενες φωτογραφίες άλλων, έτειναν να νιώθουν αρνητικά συναισθήματα μετά την ολοκλήρωση της διαδικτυακής τους επίσκεψης.

### Η ευτυχία σου, δυστυχία μου

Οι ερευνητές παραπέραν ότι χαρούμενες φωτογραφίες από τις διακοπές φίλων, σχόλια γύρω από την ευτυχισμένη ζωή τους (κοινωνική ζωή, εργασία, οικογένεια) ή ακόμη και φωτογραφίες των κατοικίδιων τους, πυροδοτούσαν στους συμμετέχοντες συναισθήματα ζήλιας, απομόνωσης και μοναξιάς.

Κατά τη διάρκεια της μελέτης, το 30% των εθελοντών δήλωσε πως μετά από επισκέψεις στο Facebook νιώθει κυρίως ζήλια, ενώ το 36% δήλωσε ότι «κάποιες φορές» ή «πολύ συχνά» νιώθει απογοήτευση μετά το «κοινωνικό» σερφάρισμα. Ακόμα, τα άτομα που δήλωναν δυσαρεστημένα έτειναν να μην είναι ιδιαίτερα «δραστήρια» στην εν λόγω ιστοσελίδα, αλλά να ακολουθούν μια πιο παθητική στάση διαβάζοντας τις δημοσιεύσεις και βλέποντας τις φωτογραφίες άλλων.

Τα ευρήματα αυτά, εγείρουν για ακόμη φορά το ερώτημα για το αν τα social media σε ρόλο κοινωνικής «όσασης» μαγνητίζουν τους μοναχικούς χρήστες, χαρίζοντάς τους την ψευδαίσθηση της κοινωνικής απελευθέρωσης. Οι ερευνητές πάλι πιστεύουν ότι η δράση των συγκεκριμένων μέσων έχει μάλλον αντίθετα αποτελέσματα, εντείνοντας την απομόνωσή τους. Άλλο παράδειγμα αποκαλύπτουν στοιχεία όπως ποια είναι τα αγαπημένα τους βιβλία και ποιες οι αγαπημένες τους ταινίες, σύμφωνα με την έρευνα που διεξήγαγαν ερευνητές από το Πανεπιστήμιο Charles Sturt στην Αυστραλία και η οποία θα δημοσιευτεί τον Ιούλιο στο περιοδικό «Computers in Human Behaviour».

Οι ερευνητές ανέλυσαν τις αναρτήσεις στο Facebook που έκαναν περισσότερες από 600 γυ-

ναίκες, οι μισές από τις οποίες δήλωναν ότι αισθάνονται μόνες.

Μάλιστα, σχεδόν το 98% των «μοναχικών» χρηστών μοιράζονταν δημόσια στο Facebook την προσωπική τους κατάσταση, δηλαδή αν βρίσκονταν σε μία σχέση κτλ, αντί να το κοινοποιούν απλά στους στενούς τους φίλους, ενώ δεν δίσταζαν να μοιραστούν στοιχεία, όπως η διεύθυνση του σπιτιού τους.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, οι άνθρωποι που νιώθουν μόνοι δεν «ανοίγονται» για πιο σοβαρά ζητήματα, όπως η πολιτική ή η θρησκεία γιατί θέλουν να μπορούν να τους προσεγγίζουν οι άλλοι πιο εύκολα για να ξεπεράσουν, ίσως, το αίσθημα μοναξιάς που νιώθουν.

Οτόσσο, οι ψυχολόγοι προειδοποιούν ότι η υπέρεξάρτηση από μέσα κοινωνικής δικτύωσης, μπορεί να οδηγήσει σε αντίθετα αποτελέσματα, όπως στην «κατάθλιψη του Facebook», όπως την αποκαλούν οι γιατροί. Άραγε διαβάζοντας αυτά βλέπουμε ότι έχουμε να κάνουμε μας οδηγεί στα μονοπάτια της παγκομιοποίησης η μηχανή δικτύωσης καταστρέφει το συναίσθημα και τον άνθρωπο είναι μια τηλεόραση με πολύ πιο άγρια και χειρότερη μορφή. πρίν περίπου 1 χρόνο πήρα 1 γράμμα από την Ελλάδα το συναίσθημα που ένιωσα δεν μπορεί να συγκριθεί με τα 100δες μηνύματα που έλαβα από το facebook. Μήπως θα πρέπει να ξυπνήσουμε ο καθένας ατομικά και να δούμε πώς η αληθινή ζωή και τα ανθρώπινα συναισθήματα είναι εκεί έξω και όχι στο laptop μας