

# Κοινωνικές σχέσεις και ευημερία στο διαδίκτυο

**Αντώνης Γαρδικιώτης**

*Καθηγητής Κοινωνικής Ψυχολογίας και ΜΜΕ,  
Διευθυντής Εργαστηρίου Κοινωνικών Μέσων,  
Τμήμα Δημοσιογραφίας και ΜΜΕ, ΑΠΘ*

# Στόχοι και δομή της διάλεξης

- **Επιλεγμένα θέματα**
  - Διαδίκτυο και κοινωνικές σχέσεις
  - Κινητή τεχνολογία & κίνδυνοι:
    - διαρκής συνδεσιμότητα και κοινωνική ζωή,
    - πειραματισμός με ταυτότητα,
    - χάσμα με γονείς,
    - κοινωνικές επαφές, κυβερνοεκφοβισμός

# *Διαδίκτυο και Κοινωνικές Σχέσεις*

## **4 Θεωρητικές Προσεγγίσεις**

# Διαδίκτυο και σχέσεις: Θεωρίες

## **A. Υπόθεση αντικατάστασης (displacement hypothesis)** (Kraut et al., 1998)

Ο χρόνος στο διαδίκτυο μειώνει το χρόνο για κοινωνική αλληλεπίδραση.

- Συσχετίσεις χρήσης διαδικτύου: (αρνητική) με επικοινωνία με οικογένεια, Π-με-Π επικοινωνία και (θετική) με μοναξιά και κατάθλιψη.

## **Όμως**

- η συχνότητα διαδικτυακής επαφής δεν εξηγεί την επίδραση στην ποιότητα των σχέσεων, σημαντικότερη η ποιότητα της επαφής.
- Πιθανότερα, όχι σύγκριση μηδενικής σύγκρισης αλλά συμπληρωματική η λειτουργία τους [Δ vs. Π-με-Π]

# Διαδίκτυο και σχέσεις: Θεωρίες

## **B. Υπόθεση κοινωνικής αποζημίωσης (social compensation hypothesis)**

Διαδίκτυο πιο ωφέλιμο για αυτούς με κοινωνικό άγχος και απομόνωση (McKenna & Bargh, 1999).

- Στιγματισμένες και περιορισμένες ταυτότητες, κοινωνικό άγχος, και μοναξιά ως κίνητρα για online επαφή.
- Σημαντική η ανωνυμία και η έλλειψη οπτικών σημείων

# Διαδίκτυο και σχέσεις: Θεωρίες

## Γ. Υπόθεση αύξησης (increase hypothesis)

Το διαδίκτυο αυξάνει την κοινωνική αλληλεπίδραση, το μέγεθος των κοινωνικών δικτύων, δημιουργεί νέες επαφές.

- Βάση η θεωρία των *Χρήσεων και Ικανοποιήσεων* (Blumer & Katz, 1974). Νέοι χρησιμοποιούν τα μέσα για να έρθουν σε επαφή και να αναπτύξουν τα ενδιαφέροντα τους.
- Συσχετίσεις χρήσης διαδικτύου: με διαπροσωπική Ε (Kraut et al. 2002!: «οι συμμετέχοντες ωρίμασαν και άλλαξε το περιβάλλον της επικοινωνίας») / με βελτιωμένες κοινωνικές σχέσεις με φίλους (Valkenburg & Peter, 2007) / με επικοινωνία για προσωπικά ζητήματα (Gross, 2004).

# Διαδίκτυο και σχέσεις: Θεωρίες

## Δ. Υπόθεση επαύξησης (Rich-get-Richer hypothesis)

Αυτοί που ήδη έχουν ισχυρούς κοινωνικούς δεσμούς και κοινωνικές δεξιότητες ωφελούνται περισσότερο από το διαδίκτυο.

- Χρήση συσχέτιση με εξωστρέφεια (όχι με εσω-) (Kraut et al. 2002).
- Επίσης, διαφορετική χρήση: νέοι με πολλές κοινωνικές επαφές και διαδικτυακή επαφή μαζί τους, όμως οι μοναχικοί αναζήτησαν επαφές με αγνώστους (Gross, 2002).
- Διαμεσολάβηση: οι περισσότερο κοινωνικοί έφηβοι επιλέγουν online επαφή η οποία οδηγεί σε συνοχή με παρέα/άλλους.

# *Κινητή τεχνολογία (ΚΤ): κίνδυνοι και εμπειρικά δεδομένα*

- 1. Συνεχής συνδεσιμότητα και κοινωνική ζωή*
- 2. ΚΤ και πειραματισμός με ταυτότητα*
- 3. ΚΤ και ψηφιακό χάσμα με γονείς*
- 4. Αλληλεπίδραση με ποιον και με τι περιεχόμενο;*
- 5. Κυβερνοεκφοβισμός – παρενόχληση*



# Συνεχής συνδεσιμότητα και κοινωνική ζωή

Απομόνωση στο διαδίκτυο και σε βάρος των κοινωνικών σχέσεων.

- Κυρίως στα 1990s όταν οι περισσότεροι εκτός διαδικτύου.
- Σήμερα, η ψηφιακή επικοινωνία, συνδέεται με μεγαλύτερη επαφή με φίλους, καλύτερες σχέσεις και δείκτες ευζωίας (Davis 2013; Valkenburg & Peter, 2007).
- **Κριτική:** έρευνες αυτοαναφοράς. Όμως *αιτιότητα*; Η χρήση των ΚΤ ενισχύει τις σχέσεις, ή όσοι έχουν θετικές σχέσεις επιδιώκουν συχνές online επαφές

# Συνεχής συνδεσιμότητα και κοινωνική ζωή

- Υπόθεση επαύξησης (rich-get-richer). Όσοι είχαν στενότερες σχέσεις στα 12 χρησιμοποιούσαν πιο συχνά την ψηφιακή επικοινωνία και στη συνέχεια δήλωναν περισσότερο στενές και συνεκτικές σχέσεις (Lee, 2009) [μακρόχρονη έρευνα]
- Μία μόνο πειραματική μελέτη (Gross, 2009): χειρισμός κοινωνικού αποκλεισμού μετά δυνατότητα μηνυμάτων (vs. ατομικό παιχνίδι) οδήγησε σε αποκατάσταση αυτοεκτίμησης και θετικότερα συναισθήματα.

# Συνεχής συνδεσιμότητα και κοινωνική ζωή

- Υπόθεση αποζημίωσης (compensation). Η ψηφιακή επαφή ωφέλιμη για ορισμένους με ευαλωτότητα.

## Όμως

- Επίταση προβλημάτων για εφήβους με προηγούμενα προβλήματα.
  - Για παράδειγμα, σε εφήβους με χαμηλής ποιότητας φιλίες, η αυξημένη χρήση ΚΤ συνδέεται με αυξημένα αισθήματα μοναξιάς όταν χρησιμοποιούνταν για διασκέδαση αντί για επικοινωνία (Selfout et al., 2009)

# ΚΤ και πειραματισμός με την ταυτότητα

## Εφηβεία και ταυτότητα

- Κρίσιμη αναπτυξιακή στιγμή με την επίλυση σημαντικών ψυχολογικών κρίσεων και συγκρούσεων.
  - Γνωριμία με τα χαρακτηριστικά τους, ικανότητες, αδυναμίες, τον κοινωνικό τους ρόλο. Η επιτυχής μετάβαση σημαίνει τη συνεκτική και συγκροτημένη αντίληψη για τον εαυτό (Erikson, 1968).
  - Περίοδος για αυτοεξερεύνηση και παγίωση και σταθεροποίηση ταυτότητας. Εξάρτηση από τις σχέσεις με συνομηλίκους.

# ΚΤ και πειραματισμός με την ταυτότητα

Ευκαιρίες ΚΤ: προφίλ, βίντεο, αναρτήσεις, forum κλπ.

- Η κινητή τεχνολογία ως ευκαιρία για δημιουργία αυτόνομης ταυτότητας (Buckingham, 2008).
- Η online αυτοπαρουσίαση μοιάζει με τα offline ενδιαφέροντα και χαρακτηριστικά προσωπικότητας.
- Συσχέτιση χρήσης ΚΤ και προαγωγή του ανήκειν και της αυτοαποκάλυψης (Davis, 2012).

## Όμως

- Ανησυχία, περιορισμός της κατά πρόσωπο διερεύνησης και ανάγκη για 'αψεγάδιαστη' αφήγηση για τον ψηφιακό εαυτό (Turkle, 2011).
- Σύγκρουση επιθυμίας για πιστή αναπαράσταση με επιθυμία για θετικής εικόνας (Bortree, 2005).

## ΚΤ και πειραματισμός με την ταυτότητα

Ψηφιακά ίχνη ('ψηφιακό ντοσιέ') πιθανά να επηρεάσει το μελλοντικό εαυτό (Palfrey & Gasser, 2008)

- Σε σύγκριση με παλαιότερες γενιές όπου δύσκολες εμπειρίες σβήνουν (π.χ. εκφοβισμός, ναρκωτικά ή αλκοόλ σε ένα πάρτι), τα ψηφιακά ίχνη οδηγούν σε επαναβίωση των εμπειριών.
- Δεν υπάρχουν ακόμη εμπειρικά δεδομένα

# ΚΤ και ψηφιακό χάσμα με γονείς

Συνδέεται ο χρόνος στις ΚΤ με τις σχέσεις με γονείς; μικτά αποτελέσματα

- Οι έφηβοι που διαθέτουν περισσότερο χρόνο online έχουν λιγότερο χρόνο με τους γονείς. Όμως, όχι συσχέτιση με την ποιότητα των σχέσεων (Lee, 2009).
- Κάποιες άλλες μελέτες, όμως, θετική σχέση χρήσης ΚΤ και περιορισμένης ποιότητας σχέσεων (Willoughby, 2008).
- **Όμως** και εδώ το ζήτημα της *αιτιότητας*: η χρήση των ΚΤ επιδεινώνει τις σχέσεις ή οι κακές σχέσεις αντανακλώνονται και στην online επαφή;

# Με ποιον αλληλεπιδρούν και με τι περιεχόμενο;

Ανησυχία για το με ποιους αλληλεπιδρούν ψηφιακά.

**Όμως**

Οι έρευνες δείχνουν ότι τα online δίκτυα μοιάζουν με τα offline: επικοινωνία με φίλους

- Μηνύματα με offline φίλους (Gross, 2004).
- Επικοινωνία στα ΜΚΔ: 80% με offline φίλους (Reich et al. 2012)

[σχόλιο: έρευνες αυτο-αναφοράς]

- Μηνύματα: 70% σε offline φίλους, 21% σε ερωτικούς συντρόφους, 3% γονείς, 1% σε άλλους ενηλίκους (Underwood et al., 2015) [μακρόχρονη έρευνα]



# Με ποιον αλληλεπιδρούν και με τι περιεχόμενο;

Ανησυχία για το τι πληροφορίες ανταλλάσσουν.

- Το περιεχόμενο είναι θετικό – ουδέτερο (77%), σεξουαλικό (7%), βλασφημίες (7%) (Underwood et al., 2012, μακρόχρονη έρευνα, ηλικία: 14 ετών)

## Όμως 'sexting'

- 30% δηλώνει ότι έχει λάβει μια φωτογραφία με γυμνό περιεχόμενο (Fleschler et al., 2013, ηλικία: 15-16 ετών)
- 28% δηλώνει ότι έχει στείλει γυμνή φωτογραφία (Temple et al., 2012, ηλικία: 14-19 ετών)

# Κυβερνοεκφοβισμός – σεξουαλική παρενόχληση

Ανησυχία για τον ψηφιακό εκφοβισμό από συνομηλίκους και αντικείμενο παρενόχλησης από αγνώστους.

- Κυβερνοεκφοβισμός: εμπρόθετη και συστηματική επιθετικότητα μέσω ηλεκτρονικών μέσων.
- Μετανάλυση 131 μελετών (Kowalski et al., 2014)
  - Εμφάνιση σε 10-40% (μεγάλη ποικιλία στη βάση ηλικίας, δείγματος, είδος μελέτης)
  - Σημαντική αλληλοεπικάλυψη μεταξύ offline και online εκφοβισμού. Τόσο για τους θύτες όσο και τα θύματα.
  - Η εμπειρία του κυβερνοεκφοβισμού συνδέεται με ψυχολογικά και άλλα προβλήματα.

# Κυβερνοεκφοβισμός – σεξουαλική παρενόχληση

Μεγάλη μακρόχρονη έρευνα, 5-7 χρόνια (2007-2012), 440.000 έφηβοι ΗΠΑ (Olweus, 2012).

- Θύματα offline (16%) και online (5%) εκφοβισμός.
- Θύτες offline (10%) και online (3%) εκφοβισμός
- Η συχνότητα του κυβερνοεκφοβισμού δεν αυξήθηκε αυτήν την περίοδο παρόλη την αύξηση της χρήσης της ΚΤ.
- Αλληλοεπικάλυψη: το 90% θυμάτων του κυβερνοεκφοβισμού είχαν πέσει θύματα offline.

# Κυβερνοεκφοβισμός – σεξουαλική παρενόχληση

Θύματα κυβερνοεκφοβισμού σύνδεση με προβλήματα.

- Σοβαρός offline και online εκφοβισμός συνδέεται με ψυχοπαθολογία, αυτοκτονικό ιδεασμό.
- Ο online εκφοβισμός δεν δημιουργεί νέα προβλήματα αλλά εντείνει τα ήδη υπάρχοντα στους ευάλωτους εφήβους.
  - Σύνδεση με την ανωνυμία, μεγάλο κοινό και ψηφιακό αποτύπωμα
- Πολλοί έφηβοι διστάζουν να αποκαλύψουν τη θυματοποίηση τους στους γονείς και καθηγητές τους.

# Κυβερνοεκφοβισμός – σεξουαλική παρενόχληση

Προσέγγιση από άγνωστο.

- Έρευνα: 1-3% (10-12 ετών) και 5-6% (13-17 ετών): κάποιος άγνωστος προσπάθησε να έρθει σε επαφή (Mitchel et al., 2013).
- Ο κίνδυνος συνδέεται με την παρουσία άλλων παραγόντων (π.χ. χρήση ουσιών, παραβατικότητα) αλλά και την αλληλεπίδραση με τον άγνωστο