



PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

19.10.2015

COMUNICAT DE PRESĂ

Cum va arăta lumea când Facebook va dispărea?

Psiholog: “Vom trece prin patru etape – de la negare, la furie, depresie și acceptare și vom realiza că totul a fost doar o iluzie”

Chiar dacă rețeaua de socializare Facebook a devenit una dintre preocupările noastre cele mai importante, uneori chiar obsesive, oamenii de știință de la Universitatea Princeton estimează că platforma și-a atins apogeul de popularitate, iar curând vom deveni imuni la atracțiile sale și până în 2017 o vom abandona. Prognosticul cercetătorilor americani se bazează pe măsurarea comparativă a “nivelului de trai” al celorlalte rețele sociale foarte populare la vremea respectivă, și anume MySpace sau Bebo.

Psihologii consideră că această tendință de a ne detașa de unele comportamente dependente este una naturală, iar viața noastră personală, socială și profesională va continua și dincolo de Facebook. “Ca orice fenomen social planetar, acesta va ajunge la saturație la un moment dat. Ce-i drept, Facebook a depășit cu mult așteptările specialiștilor cu privire la nivelul maxim de saturație a societății, însă va descrie curând un trend descendent, aidoma curbei lui Gaus. Când vine vorba de fenomene sociale, întotdeauna panta ascendentă va fi mult mai întinsă în timp decât panta descendentă. Ca să ajungă la apogeu, rețeaua Facebook i-au trebuit peste 11 ani de evoluție, dar întreg fenomenul social se poate prăbuși în maxim 2 ani de la atingerea apogeeului. Așa este natura omului, cultivă mult timp, dar se debarasează mult mai repede”, declară psihologul Iuliana Fúlaș.

Specialistul român este de părere că atunci când Facebook nu va mai face parte din viața noastră, majoritatea dintre noi vom experimenta patru faze, și anume: negarea, furia, depresia și acceptarea.





PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

Faza I post dispariție Facebook – “Negarea”

Prima fază pe care o vom experimenta cei mai mulți dintre noi, atunci când Facebook va înceta să mai existe, va fi cea a negării, iar această etapă vine ca răspuns la o suferință severă, consideră psihologul Iuliana Fúlaș. “Sunt persoane care au nevoie de zile, săptămâni, ba chiar luni pentru a accepta și a depăși un anumit șoc, fie el și despărțirea de o platformă online căreia i-am oferit foarte multă atenție, nu ca individualități, ci la nivel de mase foarte largi de oameni. La aproximativ 24-48 de ore de la dispariția rețelei Facebook apar simptomele de sevraj: indispoziție, nervozitate, anxietate, iritabilitate, tulburări de somn etc”, declară psihologul.

Faza a II-a post dispariție Facebook – “Furia”

A doua fază prin care vom trece este, conform specialistului, starea de furie. “Vom fi furioși și agresivi. În primă instanță, vom începe să fim furioși pe obiecte – pe rețeaua Facebook, iar furia noastră va translați către persoane – pe Mark Zuckerberg: *Să-l dăm în judecată pe Mark, el e de vină, el ne-a făcut asta!* – va fi o reacție generalizată. După ce vom constata că nu ne putem răzbuna nici pe Facebook, dar nici pe fondatorul său, vom începe să dăm vina pe noi: *Daca aș fi știut ..., Dacă mi-aș fi făcut prieteni reali și nu virtuali...?!, De ce tocmai acum când am 5000 de prieteni?!*”, consideră psihologul Iuliana Fúlaș.

Faza a III-a post dispariție Facebook – “Depresia”

În a treia fază vom experimenta depresia și vom fi invadați de tristețe, vom crede că viața nu mai are sens, nu vom mai fi interesați de nimic, vom fi abătuți și lipsiți de energie, crede specialistul. “În a treia etapă vom conștientiza că nu mai este nimic de făcut și că am pierdut pentru totdeauna contul de Facebook, că suntem singuri, ca rețeaua online ne-a izolat social, că totul a fost doar o iluzie. Este perioada cea mai grea, când poate apărea chiar și consumul de droguri sau alcool, ca o încercare de a depăși depresia și insecuritatea personală. Este perioada în care o mare parte din populația globului, cei cărora Facebook le-a dezvoltat și accentuat tulburările de personalitate narcisistă (persoanele care au o nevoie covârșitoare de admirație, snobii), histrionică (cei care vor să fie în centrul atenției, joacă rol de victime sau





PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

„prințese”), bordeline (cei care gândesc extrem: „totul sau nimic”, au tentative repetate de suicid), dependenții (sunt cei care caută în permanență aprobarea și sprijinul celor din jur), vor avea nevoie de psiholog, dar și de psihiatru. Dependenții de selfie-uri vor fi cei mai afectați, pentru că nu vor mai avea cui să ceară atenția. Unii se vor sinucide, pentru că nu vor concepe viața fără Facebook. Sunt scenariile plauzibile pe care noi, psihologii, le luăm în calcul, când vine vorba de un fenomen global”, declară psihologul Iuliana Fúlaș.

Faza a IV-a post dispariție Facebook – “Acceptarea”

A patra etapă este acceptarea, care se face gradual, perioadă în care începem să ne organizăm. “Dezvoltăm comportamente compensatorii, unele pe care poate nu le-am experimentat de multă vreme: învățăm să fim vii citind o carte, pictând un tablou, făcând plimbări în aer liber sau sport etc. Învățăm să fim prezenți în viața noastră. Reîncepem să ne întâlnim cu prietenii, învățăm să coexistăm. Reînvățăm să fim sociabili, să relaționăm unii cu alții. Descoperim bucuria de a împărtăși momentele importante din viața noastră, doar cu cei dragi sau doar cu persoana iubită și nu cu mii de persoane pe care nici nu le cunoaștem în viața reală”, conchide psihologul Iuliana Fúlaș.

*Sursă studiu Universitatea Princeton - <http://arxiv.org/pdf/1401.4208v1.pdf>

Persoană de contact

Iuliana Fulas

Psiholog

0723.081.070

Transmite,

Dr. Tănase Tasețe

Director General

Plus Communication

0725.465.508

