



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

02.02.2015

COMUNICAT DE PRESĂ

Tinerii, din ce în ce mai narcisiști pe Facebook, doar unul din zece recunoaște asta Ce spun psihologii despre nevoia de “selfie-uri”?

În contextul în care Facebook a devenit un canal în care “selfie-ul” este din ce în ce mai răspândit, numai 11,9% dintre utilizatorii din România recunosc că motivul principal pentru care accesează rețeaua este pentru promovarea imaginii personale. În același timp, marea majoritate (73,6%) declară că folosește Facebook strict pentru socializare, potrivit studiului “Facebook, between socialization and personal image promotion”, publicat în *The Communication and Marketing Journal*.

Deși nevoia de socializare reprezintă un comportament normal, chiar dacă vorbim de lumea reală sau mediul online, potrivit psihologilor, tulburările de comportament apar atunci când utilizatorii, în special aparținând generației tinere, pun mai mare accent pe promovarea sinelui și mai puțin pe procesul de socializare.

Fenomenul *selfie* poate conduce la narcisism, depresie și anxietate în rândul tinerilor

Chiar dacă fotografiile selfie reprezintă un simplu instrument de auto-promovare, acest fenomen poate deveni periculos pentru societate, deoarece formează o generație de narcisiști, cred psihologii. “În mediul online întotdeauna va fi cineva mai frumos, mai destept și mai sus decât tine, lucru care rănește și imaginea de sine poate fi afectată. Din acest punct de vedere, Facebook-ul este o piedică în calea comunicării, apropierii dintre oameni. Din cauză că petrec foarte multe ore pe rețelele de socializare, tinerii de azi nu



© Drepturile de autor pentru conținutul acestui document aparțin

agenției de relații publice PLUS COMMUNICATION. www.pluscommunication.eu



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

mai stiu să construiesc relații interumane funcționale din care să primească atenție, iubire și validare. Aceste nevoi și trebuințe, nefiind satisfacute în viața reală, ei și le satisfac în lumea virtuală”, este de părere psihologul Iuliana Fulas. De asemenea, specialistul consideră fenomenul *selfie* ca fiind “o formă de narcisism, un strigăt după atenție întemeiat pe singurătate și apare din dorința a fi iubiți, validați de ceilalți, din dorința de a umple un gol din suflet”.

Motivul principal pentru care majoritatea tinerilor aleg să-și facă selfie și să posteze aceste fotografii în rețelele sociale online, potrivit psihologului, este stima de sine scăzută și nevoia de atenție și validare.

Psihologul afirmă că o fotografie selfie promovează doar aspectul fizic, nu și alte calități, iar comparația cu “idealurile de frumusețe” pe care mass-media le promovează și ridicarea aspectului fizic la nivel de valoare absolută, poate duce la dezvoltarea unor probleme emotionale. “Un comentariu negativ, o glumă sau putine *like*-uri la o fotografie selfie îi împinge pe mulți tineri la gesturi extreme. Vizionarea fotografiilor selfie sau a status-urilor unor persoane care par a fi perfecte și fericite poate duce către o stimă de sine scăzută, anxietate și depresie”, crede psihologul Iuliana Fulas.

Selfie-ul este un mod neautentic de a menține echilibrul interior

“Tinerii trebuie să înțeleagă că, folosite moderat, fotografiile selfie pot fi unelte pozitive în exprimarea sinelui, dar atunci când postează selfie-uri în exces, caută, de fapt, aprobarea celor din jur, caută validare și menținerea unei imagini de sine pozitive. Selfie-urile sunt un mod neautentic de a menține echilibrul interior”, consideră psihologul Iuliana Fulas.

Specialistul spune că nu e nimic anormal să căutam atenția, aprobarea, validarea în relația cu celălalt, însă acestea pot fi benefice doar în relații interumane directe, bazate pe comunicare, iubire, intimitate, emoții și sentimente profunde. “A crea o prietenie cere timp, contact vizual real, trebuie să simți, să vezi, să auzi persoana respectivă, cunoașterea reală este vitală și aduce un echilibru ce nu-l vom mai căuta în lumea



© Drepturile de autor pentru conținutul acestui document aparțin

agenției de relații publice **PLUS COMMUNICATION**. www.pluscommunication.eu



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.constantia

Telefon: 0725.465.508

virtuală”, declară psihologul Iuliana Fulas .

Pentru a preveni generarea stării de depresie și anxietate, psihologul le recomandă părinților să monitorizeze timpul petrecut de copiii lor pe Facebook, iar orice schimbare aparută în comportamentul copiilor/tinerilor, să fie un semnal de alarmă, deoarece în spatele unui banal selfie se pot ascunde multe frustrări și sentimente negative. De cealaltă parte, psihologul Iuliana Fulas crede că tinerii ar trebui să se analizeze atent, punându-și câteva întrebări de bază: *Cine sunt eu?, Ce cred despre mine?, De ce sunt singur/singură?, De ce nu am contacte reale? Ce temeri am?, Mă simt neîmplinit/ă?, Cum fac să-mi rezolv aceste probleme?*, iar următorul pas este consultarea unui specialist.

Persoană de contact

Iuliana Fulas

Psiholog

0723.081.070

Transmite,

Dr. Tănase Taseu

Director General

Plus Communication

