



26.10.2015

COMUNICAT DE PRESĂ

Psiholog: Tinerii depind de aprobare comunitatii online, iar dezaprobarea poate genera stări anxioase sau chiar depresie

Asociația Sănătate Mintală
pentru Calitatea Vieții -
București

website •
www.psyconcept.ro

email •
office@psyconcept.ro

telefon •
+40 732 065 411

Iluzia relaționării sau a prieteniei, care ne este conferită de comunicarea în rețelele sociale online, dezvoltă în rândul tinerilor din ce în ce mai multe stări de anxietate și depresie. Astfel, tot mai mulți copii și adolescenți cred cu tărie că au nevoie de aprobare și de apreciere din partea comunității virtuale atunci când iau o decizie, iar feedback-ul negativ venit din partea acestora poate genera tulburări de comportament, cred specialiștii de la Asociația Sănătate Mintală pentru Calitatea Vieții.

Cele două suferințe psihice asociate sunt, potrivit psihologilor, stări care se dezvoltă în urma unor credințe conform cărora viața se poate înrăutăți, poate deveni tot mai grea sau, mai grav, că nimic nu mai are niciun rost, iar izolarea în fața unui calculator, pentru o perioadă mai îndelungată de timp, poate agrava starea lor psihică.

“Social Media a creat ideea falsă că prietenii și relațiile se regăsesc virtual și în acest fel au denaturat sensul și forma conceptelor de prietenie și de relație. Este ceva natural ca tinerii să aibă nevoie să fie validate comportamentele și imaginea, în general, pentru a căpăta o mai mare încredere în ei, însă majoritatea au nevoie de aprobare pentru absolut orice decizie, iar poate din acest punct de vedere, Social Media le îngreunează procesul de maturizare”, declară psihologul Dan Ivănescu, președintele Asociației Sănătate Mintală pentru Calitatea Vieții.

Totodată, specialistul este de părere că, atunci când nu sunt validați de către comunitatea online, tinerii au tendința să pună mai multe poze și filmulețe și să facă gesturi din ce în ce mai extreme pentru a obține un feedback pozitiv, iar când acesta nu apare, o parte dintre tineri dezvoltă tulburări psihologice, ca anxietatea și depresia.

Sfaturile psihologului Dan Ivănescu se adresează mai mult



părinților și profesorilor, deoarece aceștia joacă rolul de observatori direcți asupra vieții tinerilor și au o influență mult mai mare în viața lor. Dacă stările de anxietate sunt din ce în ce mai frecvente sau deja tânărul a dezvoltat o stare incipientă de depresie, specialistul le sugerează tutorilor să fie înțelegători cu ei, să nu-i certe sau să le reproșeze și să organizeze programe comune cu aceștia, în care să petreacă timpul liber departe de ecranele calculatoarelor, tabletelor sau telefonelor. În ultimă instanță, se recomandă consultarea unui specialist.

Asociația Sănătate Mintală
pentru Calitatea Vieții -
București

website •
www.psyconcept.ro

email •
office@psyconcept.ro

telefon •
+40 732 065 411

Persoane de contact

Dan Ivănescu

Președinte

Asociația Sănătate Mintală pentru
Calitatea Vieții

0732065411

dan@psyconcept.ro

Transmite,

Dr. Tănase Taseșu

Director General

Plus Communication

0725.465.508