

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Phubbing w związkach

Zamiast skupić się na rozmowie ze swoją dziewczyną, partner znika co chwilę w smartfonie? Okazuje się, że poziom tego zjawiska - tzw. phubbingu - nie przekłada się bezpośrednio na satysfakcję drugiej strony ze związku romantycznego. Znaczenie ma to, jak przez drugą stronę odbierane jest używanie komórki.

Phubbing - czyli phone snubbing - telefoniczne ignorowanie - to celowe przerwanie interakcji w celu użycia smartfona.

To nowe, choć całkiem rozpowszechnione teraz zjawisko, badane było już w różnych kontekstach: kontaktów rówieśniczych, relacji w pracy, czy w grupach przyjaciół. Teraz badacz z Polski, doktorant Michał Frąckowiak z Uniwersytetu w Lozannie, postanowił przyjrzeć się phubbingowi w relacjach romantycznych - w heteroseksualnych związkach.

Chciał się dowiedzieć, jak poziom phubbingu partnera wpływa na satysfakcję drugiej strony ze związku. Odpowiedź nieco go zaskoczyła: okazało się, że nie ma tu wyraźnej zależności. Badania ukazały się w czasopiśmie *Computers in Human Behaviour*.

Nie było więc tak, że im bardziej jedna osoba znikła w komórce, tym gorzej czuje się w związku druga strona. To o wiele bardziej skomplikowane. Wszystko więc zależy od podejścia partnera.

Badania zrealizowano na grupie 133 osób, metodą *daily diary* - badani przez 7 dni wypełniali ten sam kwestionariusz i byli pytani, ile czasu spędzili z partnerem i czy używał on telefonu podczas tego kontaktu. Były też pytania np. o emocje, satysfakcję ze związku czy stopień poczucia, że partner słucha.

Co prawda im wyższy był poziom phubbingu u partnera, tym osoba ta była postrzegana jako mniej dostępna, mniej gotowa, żeby słuchać. W dniach jednak, w których phubbing partnera był na wyższym poziomie, wcale nie obserwowano spadku poziomu satysfakcji ze związku.

Badacz komentując swoje badania zwraca uwagę, że nie należy z automatu traktować używania komórki w towarzystwie innych osób jako zjawiska patologicznego. W końcu smartfon to urządzenie, które nie tylko pozwala kontaktować się z innymi, ale również daje dostęp do konta bankowego, kalendarza, źródeł informacji o świecie, a także umożliwia zakupy czy nawet pracę zdalną.

"Trzeba jednak pamiętać, że jeśli używa się tego urządzenia w czasie bezpośredniego kontaktu z drugą osobą, cały ten *network* wkracza do relacji" - mówi w rozmowie z *Nauką w Polsce* Michał Frąckowiak. I dodaje, że nie każda osoba potraktuje to ze zrozumieniem.

Problemem jest więc nie samo użycie komórki - w czasie, kiedy druga strona chce rozmawiać - ale to, jak to zachowanie jest odbierane przez drugą stronę.

"No bo jeśli ktoś nie czuje się w związku bezpiecznie, to fakt, że jego partner zniknął w komórce podczas rozmowy, może powodować zazdrość, brak zrozumienia, niepewność" - zwraca uwagę Michał Frąckowiak. Zaznacza, że jednak takie podejście nie jest przecież regułą.

Badacz uważa, że korzystanie z komórki w towarzystwie partnera to niekoniecznie nowoczesny odpowiednik czytania gazety przy śniadaniu. W gazecie mniej więcej wiadomo było, jakich informacji się spodziewać. "A kiedy ktoś korzysta z komórki, to druga strona niekoniecznie wie, co się dzieje na ekranie" - mówi.

Może być tak, że druga osoba bezmyślnie scrolluje media społecznościowe, a może szuka informacji, które przydadzą się w rozmowie z partnerem. Może wymienia ważne informacje z przełożonym z pracy, a może flirtuje z jakąś sympatią. Może wdaje się w bezproduktywną pyskówkę z nieznanymi, a może szykuje miłą niespodziankę dla partnera...

A ponieważ używanie komórki w towarzystwie drugiej osoby czasem spotyka się ze zrozumieniem i pobłażaniem, a czasem nie, Michał Frąckowiak zwraca uwagę, że warto o tym bezpośrednio porozmawiać w parze.

Warto, by partner, któremu nie podoba się phubbing - powiedział o tym drugiej osobie wprost. A druga osoba opowiedziała, dlaczego korzystanie z komórki w danym momencie jest dla niej ważne. W szczerzej rozmowie być może uda się wspólnie wypracować dobre zwyczaje, które odpowiadać będą obu stronom.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31400.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

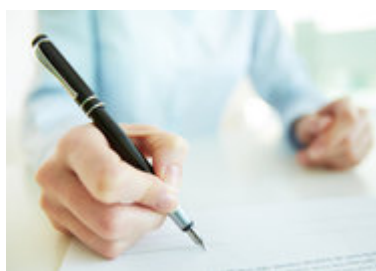
Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy