

[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](#)

Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Znajomości utrzymywane w portalach społecznościowych w najlepszym razie nie zmniejszają poczucia osamotnienia. Naukowcy przypominają też, że samotność ma liczne

negatywne skutki zdrowotne.

Kontaktowanie się online z osobami, które rzeczywiście się zna, nie wiąże się z większą samotnością, ale też nie jest związane z jej zmniejszeniem - twierdzą naukowcy z Oregon State University (USA), którzy przeprowadzili reprezentatywne dla kraju badanie obejmujące ponad 1,5 tys. osób w wieku od 30 do 70 lat.

Zdaniem ekspertów warto, aby osoby doświadczające samotności przyjrzały się swoim kontaktom utrzymywanym w mediach społecznościowych i zaczęły przedkładać relacje osobiste ponad te utrzymywane w internecie.

Powołując się na niedawny raport głównego lekarza USA, naukowcy podają, że jeszcze przed pandemią Covid-19 połowa Amerykanów doświadczała wyraźnej samotności. Podkreślają przy tym, że samotność stwarza podobne zagrożenie dla zdrowia, jak palenie. Osoby, które często czują się samotne, są np. ponad dwukrotnie bardziej narażone na rozwój depresji. Mają też prawie o 30 proc. wyższe ryzyko chorób serca, o 32 proc. wyższe ryzyko udaru, o 50 proc. - rozwoju demencji (w przypadku osób starszych) oraz o ponad 60 proc. - przedwczesnej śmierci.

Ekspersi zwracają uwagę, że większość wcześniejszych badań dotyczyła nastolatków i młodych dorosłych, podczas gdy nowy projekt obejmuje osoby w średnim i późniejszym wieku dorosłym. „Ta luka w literaturze jest ważna, ponieważ osoby, które nie są nastolatkami ani młodymi dorosłymi, stanowią 75 proc. populacji USA. Ludzie ci są w dużym stopniu narażeni na kontakt z mediami społecznościowymi, a wiele dalszych skutków zdrowotnych samotności staje się coraz poważniejszych wraz z postępem dorosłości” - mówi prof. Brian Primack z Oregon State University.

Jednocześnie okazało się, że około 35 proc. kontaktów w portalach społecznościowych uczestników badania stanowiły osoby, których nigdy nie spotkali oni osobiście. Badacze wspominają, że kontaktowanie się z nieznanymi w „społecznościówkach” również wiąże się z samotnością.

Powodem może być duży potencjał tych mediów do sprzyjania błędnym interpretacjom.

„Wiemy, że interakcje w portalach społecznościowych mogą prowadzić do idealizowania relacji przyjacielskich innych osób, co może nasilać skutki porównań społecznych. Taka idealizacja może być silniejsza, gdy te relacje dotyczą osób, których nigdy się nie spotkało, ponieważ nie ma osobistego doświadczenia, które mogłoby tę idealizację skorygować” - wyjaśnia współautorka badania prof. Jessica Gorman.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32864.html>



12-05-2026

Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy