

U samotników zanika granica między osobami realnymi a fikcyjnymi

20 listopada 2023

U osób samotnych zaciera się granica między postrzeganiem prawdziwych znajomych a ulubionych postaci fikcyjnych – twierdzą naukowcy z Uniwersytetu Stanu Ohio. Samotni ludzie czerpią poczucie przynależności z relacji paraspołecznych. Przyjaciół szukają więc wśród postaci, które poznają z literatury lub szklanego ekranu czy mediów społecznościowych. Co ciekawe, jeśli bohater, z którym zawiązali fikcyjną więź, umiera lub doznaje krzywdy, odczuwają poczucie straty porównywalne z tym, jakiego doznawaliby, tracąc prawdziwego przyjaciela.



„Gdy jesteśmy samotni, fikcyjni bohaterowie są dla nas grupą, do której czujemy przynależność. Dają nam doświadczenie pewnego rodzaju łączności społecznej. Zgodnie z tą koncepcją w mózgach ludzi samotnych takie postaci zaczynają coraz bardziej przypominać realnych przyjaciół i znajomych” – mówi agencji Newseria dr Dylan Wagner, psycholog z Uniwersytetu Stanu Ohio.

Wyniki badania przeprowadzonego przez zespół amerykańskich naukowców zostały opublikowane w czasopiśmie „Cerebral Cortex”. Dane zostały zebrane w 2017 roku od 19 fanów popularnego serialu. Wybrano miłośników „Gry o tron” z uwagi na popularność produkcji i dużą liczbę występujących w niej różnorodnych postaci. Mózgi uczestników skanowano aparatem fMRI, który pośrednio mierzy aktywność w różnych częściach mózgu poprzez niewielkie zmiany w przepływie krwi. Badano i porównywano reakcje fanów serialu na myśl o swoich bliskich znajomych i przyjaciółach oraz ulubionych postaciach z „Gry o tron”. „Pozwoliło nam to się przyjrzeć różnicom w aktywności mózgu dotyczącej z jednej strony prawdziwych osób, które znamy, a z drugiej postaci fikcyjnych, których tak naprawdę nie znamy. Jedną z rzeczy, które zauważyliśmy, było to, że mózg umieszcza te dwa rodzaje postaci w odrębnych kategoriach. Z tym że wśród osób samotnych te kategorie były nieco mniej wyraźnie rozgraniczone” – mówi dr Dylan Wagner.

Naukowcy znaleźli dowody na to, że samotni ludzie czerpią poczucie przynależności z relacji paraspołecznych. Szukają „przyjaciół” wśród postaci telewizyjnych, książkowych i internetowych. „Są to więzi jednostronne. Czujemy, że bardzo dobrze znamy jakąś postać fikcyjną albo jakiegoś influencera, twórcę treści, ale on nie ma pojęcia, kim jesteśmy. Jest sporo dowodów na to, że ludzie faktycznie czują przywiązanie w takich relacjach i wiemy, co wynika z innych badań, że kiedy taka relacja zostaje zerwana, bo postać umiera albo serial się kończy, ludzie doświadczają podobnych emocji jak w sytuacji prawdziwego zerwania bądź utraty przyjaciela” – tłumaczy badacz.

Przyczyna tego zjawiska nie jest oczywista. Prawdopodobnie samotne osoby postrzegają fikcyjne postaci w podobny sposób jak prawdziwych znajomych. „Inną możliwością, której nie zbadaliśmy tak dokładnie, jest to, że samotne osoby z definicji nie spędzają tak dużo czasu z przyjaciółmi i znajomymi, bo albo nie są z nimi blisko, albo są na takim

etapie życia, na którym tych ludzi wokół nich brakuje. W związku z tym to prawdziwi ludzie stają się dla nich coraz bardziej, jak postacie fikcyjne” – mówi dr Dylan Wagner.

W planach jest poszerzenie badań i skupienie się nad tym, w jaki sposób samotne osoby postrzegają realne, ale odległe postaci, z którymi łączy ich taka sama, jednostronna relacja jak z bohaterami fikcyjnymi. „Młodzi dorośli spędzają obecnie mniej czasu przed telewizorem niż starsi i są bardziej zaangażowani w internecie, gdzie obserwują różnych twórców treści i influencerów. Jednym z aspektów, które interesują nas w dalszej pracy, jest sprawdzenie tego, jak nasz mózg postrzega takie postaci. Influencerzy i twórcy treści są prawdziwi, ale jednocześnie inni niż realni przyjaciele” – mówi dr Dylan Wagner.

Narastająca samotność stała się tak poważnym problemem społecznym, że władze takich krajów jak Japonia, Wielka Brytania, Dania czy Australia powołały specjalne instytucje i programy mające ograniczyć poczucie izolacji. Nad tym problemem coraz intensywniej pracuje też Unia Europejska po tym, jak w wyniku pandemii COVID-19 liczba osób dotkniętych samotnością we wszystkich krajach członkowskich podwoiła się w porównaniu z okresem sprzed pojawienia się wirusa (dane Komisji Europejskiej). Ponad jedna trzecia mieszkańców UE przynajmniej czasami czuła się samotna, a 13 proc. czuło się odizolowanych przez większość czasu. Szczególnie pogorszyło się zdrowie psychiczne przedstawicieli młodego pokolenia. W 2022 roku jedna na pięć osób w wieku 16–25 lat zgłaszała, że przez większość czasu czuje się samotna. „W ostatnim czasie mówi się wręcz o epidemii samotności. Zmaga się z nią wiele osób. W USA opublikowano ostatnio raport, według którego około 30 proc. młodych dorosłych i 20 proc. starszych dorosłych jest bardzo samotnych lub zmaga się z samotnością w życiu codziennym” – mówi psycholog.

Na polskim gruncie badanie dotyczące samotności dorosłych osób przeprowadził Instytut Pokolenia. Dane z 2022 roku wskazują,

że ponad połowa Polaków doświadcza poczucia osamotnienia. Niemal dwie piąte deklaruje, że często lub czasami czuje się opuszczona, a jedna trzecia osób nie ma nikogo, do kogo mogłaby się zwrócić. Najbardziej samotni są młodzi mężczyźni, do 24. roku życia. Aż 55 proc. z nich doświadcza silnego poczucia wyobcowania. Twórcy raportu powołują się na badania prowadzone przez brytyjską ekonomistkę, prof. Noreenę Hertz, której zdaniem syndrom samotności ludzi, zwłaszcza młodego pokolenia, zaczął się na długo przed pandemią. W jej ocenie winne są technologie cyfrowe i odrywanie się od świata realnego na rzecz internetowego. To powód, dla którego ludzie zaczęli zatracać zdolność do interakcji społecznych i mają nasilające się problemy z bezpośrednią komunikacją społeczną.

Zdjęcie: [czu_czu_PL](#) (CC0)

Źródło: [Newseria.pl](#)