

Usuń konto na "Facebooku" a będziesz szczęśliwszy!

2 sierpnia 2019

Naukowcy z Uniwersytetu Stanforda w USA przeprowadzili badanie, w którym wzięło udział 2844 amerykańskich użytkowników „Facebooka” – część z nich poproszono o usunięcie swoich kont na portalu.

Jak się okazało, pod koniec eksperymentu byli szczęśliwi, bardziej zadowoleni z życia, co więcej zaczęli spędzać mniej czasu w internecie, a więcej z rodziną i przyjaciółmi.

Badanie przeprowadzono przed wyborami cząstkowymi do Kongresu USA w 2018, kiedy napięcie polityczne w społeczeństwie było bardzo duże.

Nie jest tajemnicą, że portale społecznościowe, jak np. „Facebook” znacznie ułatwiły kontakty między ludźmi, oprócz tego można tam rozwijać swoje zainteresowania i śledzić wiadomości przy pomocy tablicy, a także grup tematycznych.

Tym niemniej nieograniczony dostęp do serwisów społecznościowych po pojawieniu się smartfonów i innych gadżetów elektronicznych doprowadził do tego, że ludzie spędzają tam za dużo czasu, a nawet się od nich uzależniają.

Na przykład w ubiegłym roku amerykańscy psychologowie z Uniwersytetu Pensylwanii doszli do wniosku, że spędzanie dużej ilości czasu na portalach społecznościowych potęguje uczucie samotności i prowadzi do depresji.

Specjaliści przeprowadzili swoje badanie wśród 143 studentów, którzy aktywnie korzystali z „Facebooka”, „Instagrama” i „Snapchata”.

Dane użytkowników „Facebooka” są również wykorzystywane w uczeniu maszynowym. Na przykład kilka lat poinformowano, że na

podstawie aktywności „facebookowiczów” można przewidzieć, czy są uzależnieni od alkoholu lub papierosów z dokładnością do 86%.

Źródło: pl.SputnikNews.com