

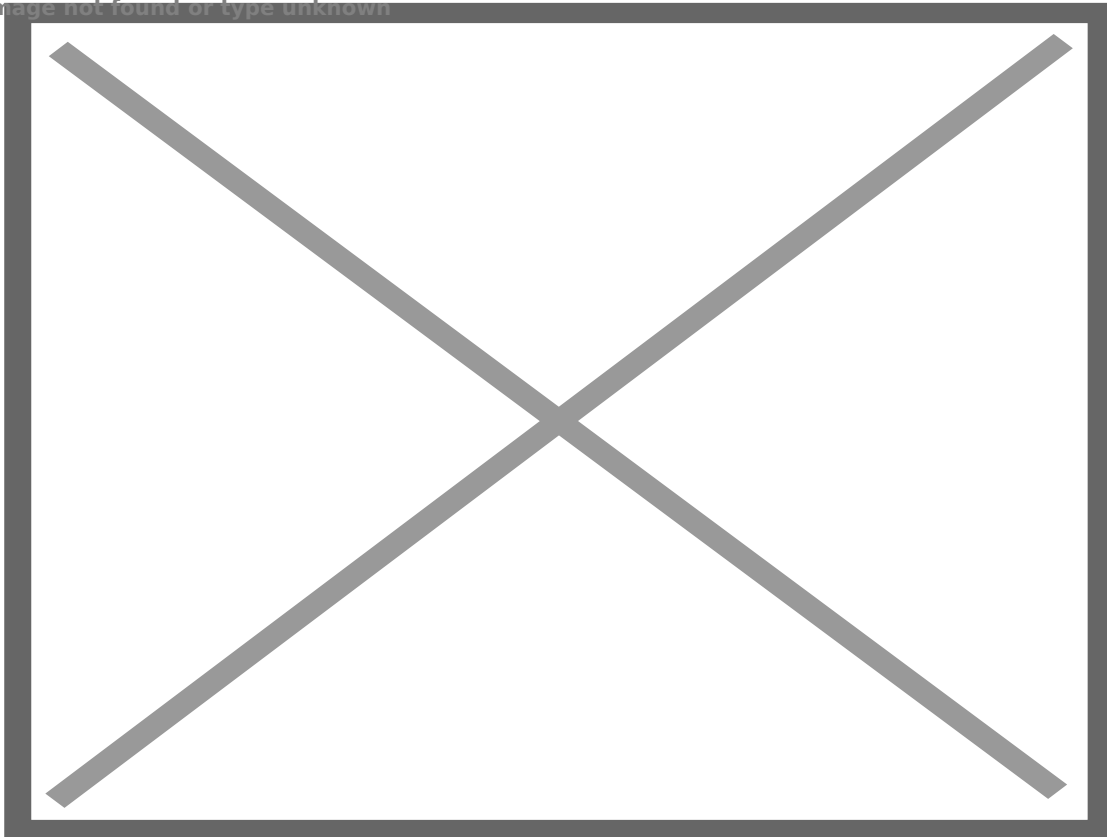
## Facebook đang khiến con người trở nên đổ kỵ

19:16 14/02/2017

Tác giả: Admin

**Một nghiên cứu công bố mới đây cho thấy Facebook đang làm cho chúng ta không hạnh phúc và gây ra cho một số người chúng “ghen tị Facebook” với cảm giác đặc biệt chán nản.**

Image not found or type unknown



*Ảnh minh họa*

Nghiên cứu cũng cho thấy người dùng nghỉ truy cập trang mạng xã hội này đã tìm thấy sự hài lòng và hạnh phúc hơn với cuộc sống.

Nghiên cứu trên được tiến hành bởi nhóm nghiên cứu của trường Đại học Copenhagen (Đan Mạch) với 1.095 người tham gia khảo sát.

Một nửa trong số những người tham gia khảo sát đã được yêu cầu tiếp tục thói quen sử dụng [Facebook](#) của họ, trong khi một nửa còn lại được yêu cầu không đăng nhập mạng xã hội.

Những người thừa nhận bị chứng “ghen tị Facebook” mức độ cao có xu hướng ghen tị với các hoạt động của bạn bè trên mạng xã hội.

"Hàng triệu giờ đang được dành cho Facebook mỗi ngày," tác giả báo cáo nghiên cứu Morten Tromholt viết.

Khẳng định việc con người kết nối với nhau là điều tốt nhưng ông Tromholt đặt ra câu hỏi liệu những kết nối, mối quan hệ mới mà Facebook mang lại cho con người có thực sự tốt tất cả?

"Theo nghiên cứu này, câu trả lời là" không." Trong thực tế, việc sử dụng chủ yếu Facebook - như là một phương tiện để giao tiếp và có được thông tin về những người khác như một trò tiêu khiển - đang ảnh hưởng tiêu cực đến hạnh phúc của chúng ta trên một số phương diện." - ông Tromholt nhấn mạnh.

Các nhà nghiên cứu đã sử dụng một mẫu khảo sát với 86% trong số đó là phụ nữ, sống trải rộng trên khắp Đan Mạch, có độ tuổi trung bình là 43 và có số bạn trên Facebook trung bình là 350.

Những người này được phân chia vào hai nhóm ngẫu nhiên: Nhóm nghiên cứu gồm những người không được sử dụng Facebook trong 7 ngày và nhóm kiểm soát gồm những người được yêu cầu tiếp tục sử dụng như bình thường.

Trong bài kiểm tra vào ngày cuối cùng của thí nghiệm, có 888 người tham gia hoàn thành, 13% của nhóm nghiên cứu thừa nhận đã vào và sử dụng [Facebook](#).

Đa số những "người không phục tùng" tuyên bố họ vi phạm vì một trường hợp khẩn cấp hoặc do "thói quen ngẫu nhiên."

Trong thử nghiệm, những người sử dụng Facebook đánh giá sự hài lòng cuộc sống của họ ở mức điểm trung bình 7,74 trên thang điểm 10, nhưng những người rời xa mạng xã hội này lại chấm mức điểm 8,11.

Việc bỏ Facebook cũng mang lại hạnh phúc lớn hơn cho những người dùng mắc chứng "ghen tị Facebook," thậm chí nó còn lớn hơn cả mức độ hạnh phúc của những người không sử dụng mạng xã hội này.

Một nghiên cứu cũng đã cho thấy những người dùng ở độ tuổi từ 19-32 tuổi dành nhiều thời gian hơn trên mạng xã hội, nhiều khả năng dễ mắc cảm giác chán nản.

Hồi tháng 1/2016, để giúp người dùng thể hiện đa dạng cảm xúc của mình với một dòng trạng thái trên mạng xã hội, Facebook gồm 1,79 tỷ người dùng tích cực hàng tháng trong quý III/2016 đã bổ sung thêm nút biểu tượng cảm xúc bên cạnh nút "Like."

"Rõ ràng, nếu có một người "nghiện dùng" Facebook, người đó nên sử dụng Facebook ít hơn để cải thiện cuộc sống của mình," ông Tromhalt thêm.

Brenda Wiederhold, Tổng Biên tập Tạp chí *Cyberpsychology, Behavior, & Social Networking*, cho biết nghiên cứu cho thấy việc sử dụng Facebook "rình rập" có thể gây ra những cảm xúc tiêu cực./.

*Theo TTXVN*

**Link bài viết:** <https://nguoilambao.vn/nguyen-cuu-gay-soc-facebook-dang-khien-con-nguoi-tro-nen-do-ky>