



Τεχνολογικό
Πανεπιστήμιο
Κύπρου

Σχολή Επικοινωνίας
και Μέσων
Ενημέρωσης

Πτυχιακή εργασία

**ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΝΕΩΝ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΛΥΩΡΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ**

Κωνσταντίνος Κωνσταντίνου

Λεμεσός, Μάιος 2022

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΜΕΣΩΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΣΠΟΥΔΩΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Πτυχιακή εργασία

ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΝΕΩΝ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΛΥΩΡΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ

του

Κωνσταντίνου Κωνσταντίνου

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια

Δρ. Ιόλη Νικολαΐδου

Λεμεσός, Μάιος 2022

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Κωνσταντίνος Κωνσταντίνου, 2022

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής εργασίας από το Τμήμα Επικοινωνίας και Σπουδών Διαδικτύου του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Ευχαριστίες

Ιδιαίτερες ευχαριστίες στην Δρ. Ιόλη Νικολαΐδου, για την καθοδήγηση σε όλο το διάστημα συγγραφής της πτυχιακής εργασίας, όπως και σε όλα τα άτομα που συμμετείχαν στο ερωτηματολόγιο. Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τα μέλη της οικογένειας μου που σε όλο το διάστημα με στήριξε στη μελέτη και τη συγγραφή της πτυχιακής εργασίας.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στόχος της παρούσας πτυχιακής εργασίας είναι να ελέγξει σε πόσο βαθμό η συχνότητα χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης επιδρά αρνητικά στη ψυχική υγεία των χρηστών με αποτέλεσμα την αύξηση του επιπέδου ανησυχίας στην καθημερινότητα. Τα δύο ερευνητικά ερωτήματα τα οποία εξάγουν τα ευρήματα της πτυχιακής εργασίας είναι τα εξής α) «Σε ποιο βαθμό ενεργοί χρήστες μέσων κοινωνικής δικτύωσης αναφέρουν ότι έχουν συμπτώματα ανησυχίας;» και β) «Υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στη συχνότητα χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και στην αναφορά συμπτωμάτων ανησυχίας στους χρήστες;» Η παρούσα έρευνα κατέγραψε απαντήσεις από 52 συμμετέχοντες οι οποίοι απάντησαν ένα ερωτηματολόγιο σε ηλεκτρονική μορφή, που προωθήθηκε στους συμμετέχοντες μέσα από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και πιο συγκεκριμένα μέσα από το Facebook. Το ερωτηματολόγιο είχε 29 ερωτήσεις, από τις οποίες οι 3 ήταν ερωτήσεις συγκατάθεσης, 3 ερωτήσεις χρησιμοποιήθηκαν για τα δημογραφικά στοιχεία, οι 16 ερωτήσεις ήταν για την μέτρηση της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τους συμμετέχοντες, και οι 7 τελευταίες ερωτήσεις ήταν από το γενικό τεστ ανησυχίας (GAD-7). Όλοι οι συμμετέχοντες ήταν χρήστες δύο ή περισσότερων μέσων κοινωνικής δικτύωσης όπου τα περισσότερα άτομα με ποσοστό 67.3% είχαν συχνότητα χρήσης 3 με 6 ώρες καθημερινά.

Αναφορικά με το πρώτο ερευνητικό ερώτημα ο βαθμός ανησυχίας των ενεργών χρηστών μέσων κοινωνικής δικτύωσης που αναφέρουν ότι έχουν συμπτώματα ανησυχίας είναι μεγάλος, αφού το 13.4% των συμμετεχόντων έχει επίπεδο ανησυχίας πάνω του φυσιολογικού (μέτρια ανησυχία).

Ακολουθώς, ως απάντηση στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα υπάρχει στατιστικά σημαντική χαλαρή συσχέτιση ανάμεσα στη συχνότητα χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και στην αναφορά συμπτωμάτων ανησυχίας στους χρήστες.

Τελειώνοντας, μπορούν τα ευρήματα της παρούσας πτυχιακής εργασίας να αξιοποιηθούν σε μελλοντικές έρευνες οι οποίες θα είναι πιο αντιπροσωπευτικές ως προς το δείγμα έτσι ώστε να δούμε κατά πόσο η ψυχική υγεία των χρηστών επηρεάζεται από τη συχνότητα χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

ABSTRACT

This dissertation aims to examine the extent to which the frequency of use of social media has a negative effect on the mental health of users, increasing the level of anxiety in everyday life. The two research questions that drive the thesis findings are a) "To what extent do active social media users report having symptoms of anxiety?" and b) "Is there a correlation between the frequency of use of social media and the reporting of symptoms of anxiety to users?" The present survey recorded responses from 52 participants who answered a questionnaire in electronic form, which was forwarded to the participants through social media and more specifically through Facebook. The questionnaire had 29 questions, of which 3 were consent questions, 3 questions were used for demographics, 16 questions were for measuring participants' use of social media, and the last 7 questions were from the general test of concern (GAD-7). All participants were users of two or more social media where most of the 67.3% had a frequency of use of 3 to 6 hours daily.

Regarding the first research question, the degree of anxiety of active social media users who report that they have symptoms of anxiety is high, since 13.4% of participants have a level of anxiety above normal (moderate anxiety).

Then, in answer to the second research question, there is a statistically significant loose correlation between the frequency of use of social media and the reporting of anxiety symptoms to users.

Finally, the findings of the present dissertation can be used in future research that will be more representative of the sample to see whether users' mental health is affected by the frequency with which they use social media.