



RELACJE PARASOCJALNE

Co to jest?

Relacje parasocjalne to zjawisko cyfrowe, które występuje, gdy użytkownicy nawiązują jednostronną relację ze znanymi osobami, celebrytami, influencerami, a nawet postaciami fikcyjnymi. Te relacje określane są jako "parasocjalne", ponieważ skierowane są ku osobom, wobec których odczuwamy pewien podziw (lub nawet odrazę), ale których nie znamy w realnym życiu.



Jak to może wpływać na zdrowie seksualne i reprodukcyjne młodzieży?

Te relacje mogą wpływać na zdrowie seksualne i reprodukcyjne młodych ludzi na różne sposoby:

- Zniekształcone postrzeganie zdrowych relacji: Skupianie się na życiu sławnej osoby online wywołuje idealizowane i nierealne obrazy seksualności i relacji. Młodzi ludzie mogą być pod wpływem przekonania, że pewne zachowania, takie jak eksponowanie swobody seksualnej czy uczestnictwo w kulturze 'czystości' są normalne i oczekiwane, co może prowadzić do nierealistycznych wyobrażeń dotyczących seksualności i relacji.
- Obawy dotyczące wyglądu ciała: Parasocjalne relacje mogą przyczyniać się do niezadowolenia z wyglądu swojego ciała. Stałe narażenie na medialny kontakt z wyidealizowanymi wizerunkami może prowadzić do problemów z samooceną, piętnowania swojego ciała czy zaburzeń w odżywianiu, co wpływa negatywnie na zdrowie seksualne i reprodukcyjne.
- Wpływ na decyzje dotyczące sfery seksualnej: Młodzi ludzie mogą sugerować się w podejmowaniu decyzji dotyczących zdrowia seksualnego tym, co widzą w mediach lub w życiu medialnych postaci, które śledzą, zamiast podejmować świadome decyzje oparte na własnej sytuacji i potrzebach. Przekazywane przez celebrytów czy influencerów wiadomości dotyczące promocji określonych produktów, takich jak antykoncepcja, zabawki erotyczne czy medycyna alternatywna, mogą kształtować postawy i wybory młodych ludzi.



Wspieranie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego młodych ludzi w erze cyfrowej: NAJLEPSZE PRAKTYKI

- Wpływ emocjonalny: Parasocjalne relacje mogą wywoływać intensywne emocje i prowokować nierealistyczne porównania oraz oczekiwania dotyczące własnego obrazu seksualności i romantycznych relacji, co może prowadzić do uczucia niepokoju, depresji czy niezadowolenia.

Jakie są sposoby wspierania młodzieży?

Aby złagodzić te wpływy:

- Zachęcaj do otwartych i uczciwych rozmów na temat osób, którymi młodzi ludzie się inspirują lub o których czytają online, aby pomóc rozwijać krytyczne myślenie na temat sposobów ich prezentowania w mediach.
- Zasugeruj ograniczenie czasu spędzanego online. Ilość czasu poświęcanego na korzystanie z narzędzi cyfrowych, zwłaszcza mediów społecznościowych, również może być analizowana i w razie potrzeby ograniczana, aby tym samym przeprowadzić cyfrowy detoks.
- Zorganizuj i promuj uczestnictwo w aktywnościach społecznych, takich jak grupy edukacyjne pozaszkolne, jako sposób na zaznajomienie młodych ludzi z rzeczywistą dynamiką społeczną i zapobieganie idealizacji celebrytów oraz influencerów.



Powiązane zjawiska/narzędzia cyfrowe:

Zobacz:

- Kultura konsumencka: Marketing influencerów
- Kultura konsumencka: Ukierunkowane reklamy
- Media społecznościowe: Instagram

Bibliografia:

- Dekoninck, Heleen, and Desirée Schmuck. "The 'Greenfluence': Following Environmental Influencers, Parasocial Relationships, and Youth's Participation Behavior." *New Media & Society*, March 2, 2023, 146144482311561. <https://doi.org/10.1177/14614448231156131>.
- Hoffner, Cynthia A., and Bradley J. Bond. "Parasocial Relationships, Social Media, & Well-Being." *Current Opinion in Psychology* 45 (June 2022): 101306. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101306>.
- Liu, Piper Liping. "Parasocial Relationship in the Context of the COVID-19 Pandemic: A Moderated Mediation Model of Digital Media Exposure on Political Trust among Chinese Young People." *Computers in Human Behavior* 141 (April 2023): 107639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107639>.

