

FoMo JELENSÉG AZ EGYETEMISTÁK KÖRÉBEN: A KIMARADÁSTÓL VALÓ FÉLELEM PSZICHOLÓGIAI HÁTTERTÉNYEZŐINEK VIZSGÁLATA

T-7

Pikó Bettina, Kiss Hedvig, Mészáros Máté

Szegedi Tudományegyetem

Kulcsszavak: közösségi média; társas összehasonlítás; egyetemista populáció

A FoMo (Fear of Missing Out) jelensége napjaink digitális világával összefüggésben jelentősen elterjedt, különösen a fiatalok körében. Az okostelefonoknak köszönhetően az online jelenlét szinte folyamatossá vált, ha pedig ez ideiglenesen akadályokba ütközik, sokan azzal a félelemmel szembesülnek, hogy lemaradnak valamilyen információról, illetve kimaradnak bizonyos eseményekből. A jelenséget a kutatások elsősorban a közösségi média hatásával kötik össze, amely az internet függőségre leginkább hajlamosító platformja. Az agyi jutalmazó rendszeren keresztül a közösségi média formálja önértékelésünket, énképünket, ha pedig negatív megítélést tapasztalunk, az énképünk könnyen megsérül. Ilyen értelemben a FoMo jelensége egyfajta hajtóerő a digitális térben való fokozott jelenlét irányába, hiszen ennek hatására úgy érezhetjük, hogy részévé válunk a történéseknek. Jelen kutatásunk célja a FoMo jelenség pszichológiai háttértényezőinek feltárása, amelyek hajlamosíthatnak a kimaradástól való félelemre, kiemelten a társas összehasonlítás, a magányosság, a közösségimédia-függőség, a perfekcionizmus, valamint az étellel való elégedettség változóinak bevonásával. A kvantitatív, online kérdőíves kutatásunkban szereplő mintát hazai egyetemisták alkotják (N = 255; 18 – 35 évesek, átlag = 23,6, szórás = 4,6 év; 30% férfi). A vizsgálatban a következő skálák szerepeltek: Étellel való elégedettség skála (Diener et al., 1985); Frost multidimenzionális perfekcionizmus skála – rövid verzió (Woodfin et al., 2020); Társas összehasonlítás skála (Gibbons & Buunk, 1999); Bergen Problémás közösségimédia-használat skála (Bányai et al., 2017); UCLA módosított magányosság skála (Russell et al., 1980). A leíró statisztikai elemzés mellett korreláció- és regresszióelemzés végeztünk. Az elemzések alapján a FoMo jelensége a legerősebb korrelációt a társas összehasonlítással mutatta ($r = 0,60$, $p < 0,001$), ezt követte a perfekcionizmus ($r = 0,40$, $p < 0,001$), valamint a közösségimédia-függőség ($r = 0,39$, $p < 0,001$) és a magányosság ($r = 0,29$, $p < 0,001$). Az étellel való elégedettséggel negatív összefüggést mutatott ($r = -0,29$, $p < 0,001$). A többváltozós regressziós modellben szintén a társas összehasonlítás bizonyult a legerősebb prediktornak ($\beta = 0,43$, $p < 0,001$), ezenkívül a közösségimédia-függőség ($\beta = 0,20$, $p < 0,001$) és a perfekcionizmus ($\beta = 0,15$, $p < 0,01$) volt még szignifikáns prediktor, összességében ezek a változók a variancia 44%-át magyarázták meg. Az adatok alapján arra következtethetünk, hogy leginkább a társas összehasonlításra és a perfekcionizmusra hajlamos fiatalok, valamint a közösségi médiát fokozottan használók vannak kitéve a FoMo kockázatának.