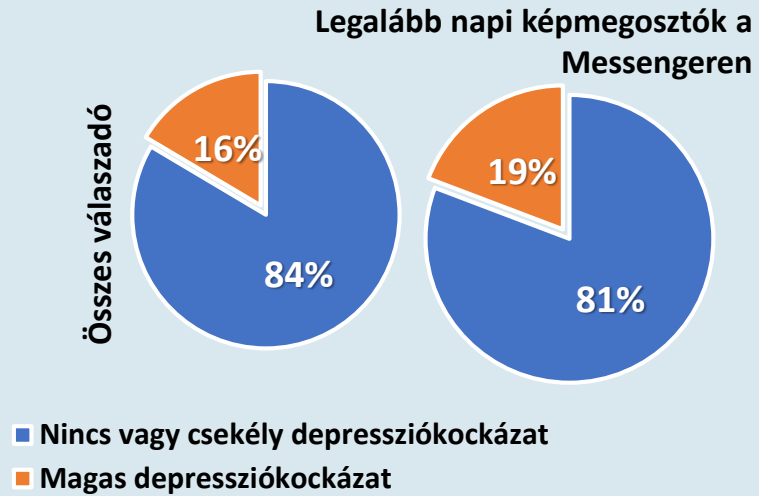
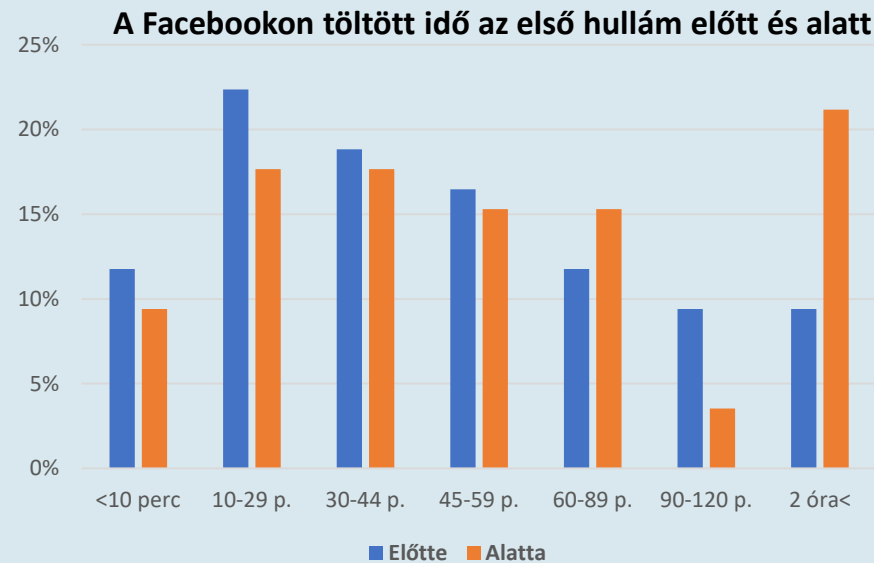


A koronavírus-járvány a magyar közösségimédia-használati szokásokat is átírta: több időt töltünk például a Facebookon, az Instagramon és a YouTube-on, illetve gyakrabban teszünk közzé képeket, videókat saját magunkról és a szeretteinkről. Mindez azonban megnövekedett depresszió-kockázattal járhat. 170 fő válaszait vettük górcső alá egy 20 kérdéses online kérdőív segítségével az első hullám csúcsideszakában.



A legszámottevőbb változást a Facebook esetében lehetett megfigyelni: a leggyakoribb válasz az volt, hogy a kitöltők naponta „2 óránál is többet” töltöttek ott az első hullám alatt, míg ez a járvány előtt csupán 9%-ukra volt igaz.

A kitöltők 18%-a az első hullám idején naponta többször(!) is megosztott magáról vagy közeli hozzátartozóiról képeket vagy videókat (beleértve a házi kedvenceket is) a Messengeren, míg a járványt megelőzően a résztvevők 8%-ára volt jellemző ugyanez.

A PHQ-2 kérdések alapján a teljes mintában szereplők 16%-ánál merült fel a súlyos depresszív zavar kockázata; viszont azok között, akik naponta legalább egyszer küldtek magukról vagy közeli hozzátartozóikról képeket, videókat a Messengeren, a veszélyeztetettek aránya 19%-ra növekedett.

