

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Phubbing w związkach

Zamiast skupić się na rozmowie ze swoją dziewczyną, partner znika co chwilę w smartfonie? Okazuje się, że poziom tego zjawiska - tzw. phubbingu - nie przekłada się bezpośrednio na satysfakcję drugiej strony ze związku romantycznego. Znaczenie ma to, jak przez drugą stronę odbierane jest używanie komórki.

Phubbing - czyli phone snubbing - telefoniczne ignorowanie - to celowe przerwanie interakcji w celu użycia smartfona.

To nowe, choć całkiem rozpowszechnione teraz zjawisko, badane było już w różnych kontekstach: kontaktów rówieśniczych, relacji w pracy, czy w grupach przyjaciół. Teraz badacz z Polski, doktorant Michał Frąckowiak z Uniwersytetu w Lozannie, postanowił przyjrzeć się phubbingowi w relacjach romantycznych - w heteroseksualnych związkach.

Chciał się dowiedzieć, jak poziom phubbingu partnera wpływa na satysfakcję drugiej strony ze związku. Odpowiedź nieco go zaskoczyła: okazało się, że nie ma tu wyraźnej zależności. Badania ukazały się w czasopiśmie *Computers in Human Behaviour*.

Nie było więc tak, że im bardziej jedna osoba znika w komórce, tym gorzej czuje się w związku druga strona. To o wiele bardziej skomplikowane. Wszystko więc zależy od podejścia partnera.

Badania zrealizowano na grupie 133 osób, metodą *daily diary* - badani przez 7 dni wypełniali ten sam kwestionariusz i byli pytani, ile czasu spędzili z partnerem i czy używał on telefonu podczas tego kontaktu. Były też pytania np. o emocje, satysfakcję ze związku czy stopień poczucia, że partner słucha.

Co prawda im wyższy był poziom phubbingu u partnera, tym osoba ta była postrzegana jako mniej dostępna, mniej gotowa, żeby słuchać. W dniach jednak, w których phubbing partnera był na wyższym poziomie, wcale nie obserwowano spadku poziomu satysfakcji ze związku.

Badacz komentując swoje badania zwraca uwagę, że nie należy z automatu traktować używania komórki w towarzystwie innych osób jako zjawiska patologicznego. W końcu smartfon to urządzenie, które nie tylko pozwala kontaktować się z innymi, ale również daje dostęp do konta bankowego, kalendarza, źródeł informacji o świecie, a także umożliwia zakupy czy nawet pracę zdalną.

"Trzeba jednak pamiętać, że jeśli używa się tego urządzenia w czasie bezpośredniego kontaktu z drugą osobą, cały ten *network* wkracza do relacji" - mówi w rozmowie z *Nauką w Polsce* Michał Frąckowiak. I dodaje, że nie każda osoba potraktuje to ze zrozumieniem.

Problemem jest więc nie samo użycie komórki - w czasie, kiedy druga strona chce rozmawiać - ale to, jak to zachowanie jest odbierane przez drugą stronę.

"No bo jeśli ktoś nie czuje się w związku bezpiecznie, to fakt, że jego partner znika w komórce podczas rozmowy, może powodować zazdrość, brak zrozumienia, niepewność" - zwraca uwagę Michał Frąckowiak. Zaznacza, że jednak takie podejście nie jest przecież regułą.

Badacz uważa, że korzystanie z komórki w towarzystwie partnera to niekoniecznie nowoczesny odpowiednik czytania gazety przy śniadaniu. W gazecie mniej więcej wiadomo było, jakich informacji się spodziewać. "A kiedy ktoś korzysta z komórki, to druga strona niekoniecznie wie, co się dzieje na ekranie" - mówi.

Może być tak, że druga osoba bezmyślnie scrolluje media społecznościowe, a może szuka informacji, które przydadzą się w rozmowie z partnerem. Może wymienia ważne informacje z przełożonym z pracy, a może flirtuje z jakąś sympatią. Może wdaje się w bezproduktywną pyskówkę z nieznanymi, a może szykuje miłą niespodziankę dla partnera...

A ponieważ używanie komórki w towarzystwie drugiej osoby czasem spotyka się ze zrozumieniem i pobłażaniem, a czasem nie, Michał Frąckowiak zwraca uwagę, że warto o tym bezpośrednio porozmawiać w parze.

Warto, by partner, któremu nie podoba się phubbing - powiedział o tym drugiej osobie wprost. A druga osoba opowiedziała, dlaczego korzystanie z komórki w danym momencie jest dla niej ważne. W szczerzej rozmowie być może uda się wspólnie wypracować dobre zwyczaje, które odpowiadać będą obu stronom.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31400.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

Telefony komórkowe nie powodują

[nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

[Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

[System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy