

CHƠI BLOG GIÚP MỞ RỘNG QUAN HỆ XÃ HỘI

Viết b

Viết blog sẽ giúp bạn giảm bớt sự cô đơn, tăng giao tiếp với cộng đồng và hài lòng hơn về những người bạn của mình, cả trên mạng lẫn ngoài đời, một nghiên cứu của Australia vừa phát hiện ra điều đó.

Nghiên cứu, thực hiện tại Đại học công nghệ Swinburne ở Melbourne, đã tìm thấy sau 2 tháng thường xuyên viết blog, mọi người cảm thấy họ được xã hội ủng hộ hơn và có mạng lưới bạn bè rộng mở hơn so với những người không hề viết blog.

Các tác giả, James Baker và giáo sư Susan Moore, đã viết hai bài điều tra về lợi ích tâm lý của việc chơi blog - hoạt động cập nhật thường xuyên thông tin lên trang web cá nhân và mời người khác bình luận.

Báo cáo đầu tiên, công bố trên số mới nhất của tạp chí CyberPsychology and Behaviour, đã so sánh sức khoẻ tinh thần của những người dự kiến chơi blog với những người không có kế hoạch lập web cá nhân.

Nhóm nghiên cứu đã gửi message tới 600 người sử dụng MySpace và hướng dẫn họ thực hiện một khảo sát trên mạng. Tổng cộng 134 người hoàn tất bản câu hỏi, trong đó 84 người dự kiến viết blog, và 50 người không.

"Chúng tôi phát hiện thấy các blogger tiềm năng ít hài lòng với mối quan hệ bè bạn của mình, và họ cũng ít thấy mình hoà nhập xã hội,... họ cũng có xu hướng sử dụng ngôn ngữ hoặc các cách bày tỏ tình cảm như là một cách để đương đầu", Moore nói.

Nghiên cứu thứ hai thực hiện 2 tháng sau đó. Các chuyên gia đã gửi bản câu hỏi đến nhóm độc giả tham gia lần trước, nhưng lần này có 59 người phản hồi. Các blogger thông báo cảm xúc tốt hơn khi họ thuộc về một nhóm những người có cùng quan điểm và tin tưởng rằng họ có thể nhờ người khác giúp đỡ.

Tất cả những người trả lời, dù có viết blog hay không, đều thông báo họ cảm thấy bớt lo lắng và căng thẳng hơn sau 2 tháng tham gia vào mạng xã hội.

