

5ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΣΠΕΤΣΩΝ

ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Δεσμοί, ρήξεις, δημιουργίες:

Το υποκείμενο απέναντι στις αντιφάσεις της υπερ-νεωτερικής κοινωνίας

Ενότητα: Σχέσεις και κοινωνικότητα στο διαδίκτυο

Τίτλος: Το Επικοινωνείν της Ευτυχίας: Διαδικτυακό Βίωμα και Αλληλεπίδραση

Συγγραφείς: Ανδρέας Γιαννακουλόπουλος, Νίκη Παπασταύρου

Εργαστήριο Νέων Τεχνολογιών στην Επικοινωνία, την Εκπαίδευση και τα Μ.Μ.Ε.

Περίληψη

Το ζήτημα του κατά πόσο η 'ευτυχισμένη κατάσταση' επηρεάζει την ανθρώπινη επικοινωνία αποκτά πολλαπλά ενδιαφέρουσες διαστάσεις στο περιβάλλον του Διαδικτύου όπου τα τεχνολογικά χαρακτηριστικά του Μέσου, ιδιαίτερα δε η υπερκειμενικότητα και η διαδραστικότητα, επιδρούν στις μορφές και τις δυνατότητες αυτοέκφρασης και, ως απόρροια στον τρόπο που εξωτερικεύονται τα συναισθήματα. Επιπρόσθετα, η αύξηση, σε απόλυτο αριθμό, μέλη και δραστηριότητες των δυνητικών κοινοτήτων μεγεθύνει τον εικονικό χώρο επικοινωνίας και τις δυνατότητες συναισθηματικών διαδράσεων, μεσολαβημένων από την τεχνολογία, κατά τρόπο ώστε να αποκτά νόημα ο όρος διαδικτυακό βίωμα..

Στην παρούσα εργασία εξετάζεται η αλληλεπίδραση της επικοινωνίας στο πλαίσιο μιας δυνητικής κοινότητας με την 'ευτυχισμένη κατάσταση'. Πιο συγκεκριμένα εξετάζονται με βάση θεωρητικές προσεγγίσεις δύο βασικές πτυχές του ζητήματος:

α) ο βαθμός στον οποίο οι αναπαραστάσεις της ευτυχισμένη κατάστασης, επηρεάζονται από το Μέσο, σε σχέση με τη διαμόρφωση και τη βιωματική έκφρασή τους ,

β) ο τρόπος με τον οποίο η τεχνολογικά διαμεσολαβημένη επικοινωνία και οι δραστηριότητες του ατόμου στη διαδικτυακή του καθημερινότητα καθορίζουν (σε βραχυπρόθεσμη ή ακόμα και στιγμιαία διάρκεια) παραμέτρους της 'ευτυχισμένης κατάστασης'.

Η συνάρθρωση των συμπερασμάτων από τις δύο επιμέρους ενότητες επιτρέπει τη διατύπωση θεωρητικών εκτιμήσεων αναφορικά με την επίδραση του τεχνολογικού Μέσου στο επικοινωνείν της ευτυχίας.

Το Επικοινωνείν της Ευτυχίας: Διαδικτυακό Βίωμα και Αλληλεπίδραση

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παρούσα εργασία ξεκινά ήδη από τον τίτλο της με ένα παράδοξο: την έννοια του *διαδικτυακού βιώματος*. Η ευρύτατη διείσδυση των Τεχνολογιών της Πληροφορίας και της Επικοινωνίας σε όλες τις εκφάνσεις της σύγχρονης ζωής – εργασία, εκπαίδευση, διαπροσωπική επικοινωνία– έχει οδηγήσει στο μόρφωμα που συνηθίζουμε πλέον να ονομάζουμε «ψηφιακή κοινωνία». Στη νέα αυτή φάση του κοινωνικού, το άτομο καλείται εκ των πραγμάτων να αναθεωρήσει το ρόλο του και, σε μεγάλο βαθμό, να επαναπροσδιορίσει την ταυτότητά του. Στη μεταμοντέρνα συνθήκη, η τεχνολογία έχει μετατραπεί σε άξονα γύρω από τον οποίο δομείται η συνολική εμπειρία του ανθρώπου και αποτελεί πλέον το περιβάλλον μέσα στο οποίο κινούμαστε και αισθανόμαστε (Σκαρπέλος, 1999).

Επομένως, τίθεται το ερώτημα: μπορούμε να μιλάμε για διαδικτυακό βίωμα; Αφενός, δεχόμαστε τις επιφυλάξεις που διατυπώνονται σχετικά με τη φύση της ψηφιακής εμπειρίας και την αδυναμία περιγραφής της μέσω του λόγου –εμπειρία που ενίοτε χαρακτηρίζεται «αταξινόμητη» και «αβίωτη» (Σκαρπέλος, 1998). Αφετέρου, δεν μπορούμε να παραβλέψουμε την παρατήρηση ότι οι σχέσεις που διαμορφώνονται στον κυβερνοχώρο διαμείβονται μεταξύ πραγματικών ανθρώπων (Ben-Ze'ev, 2004α:2), που πέρα από τη διαδικτυακή τους υπόσταση έχουν σαφώς μια ατομική και κοινωνική ταυτότητα στον καθημερινό, «υλικό» κόσμο που χωρίς εξαίρεση μοιραζόμαστε όλοι.

Με αυτή την έννοια, ο κυβερνοχώρος δεν είναι εικονικός, εφόσον σε αυτόν εμπλέκονται και συμμετέχουν αληθινοί άνθρωποι –ανεξάρτητα από την ταυτότητα ή το προσωπείο που ενδεχομένως χρησιμοποιούν στο ψηφιακό περιβάλλον– και εκεί εν δυνάμει μεταφέρουν το σύνολο των δραστηριοτήτων τους: οικονομικές συναλλαγές, εκπαιδευτικές δραστηριότητες, ανταλλαγή πληροφοριών και απόψεων, συμμετοχική κοινωνική δράση, συναναστροφές, παιχνίδια ρόλων, φιλικές σχέσεις, σεξουαλική δράση. Οι δραστηριότητες αυτές συναποτελούν το δικτυακώς ζην του σύγχρονου υποκειμένου.

Η νέα επικοινωνιακή συνθήκη διαμορφώνει το βίωμα του υποκειμένου και εν τέλει και το ίδιο το υποκείμενο. Το μετανεωτερικό (ή υπερ-νεωτερικό) ον δεν ενδιαφέρεται απλώς πλέον να συλλέξει ό,τι είναι σημαντικό, αλλά να συνδεθεί με το ευρύτερο δυνατό δίκτυο πληροφοριών (Dreyfus, 2003:40) κάθε μορφής και περιεχομένου, ώστε να είναι στη συνέχεια σε θέση να επιλέξει με βάση την κρίση,

τα ενδιαφέροντα και τις επιθυμίες του και να διαμορφώσει το δικό του «ατομικό σύμπαν».

2. Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΗΣ ΕΥΤΥΧΙΑΣ ΣΤΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΟ ΣΥΝΕΧΕΣ

Ο κυβερνοχώρος αποτελεί για τον σύγχρονο άνθρωπο ένα σημείο συνάντησης, όπου τα όρια του χρόνου και του χώρου είναι θολά και ασαφή, και όπου, όσον αφορά την επικοινωνία, η αλληλεπίδραση υπερτερεί της γραμμικότητας (Perris et al., 2002:43), με αποτέλεσμα κάποιοι να χαρακτηρίζουν τον κυβερνοχώρο ως κοινωνικό αλλά και ψυχολογικό πεδίο (Ben-Ze'ev, 2004α:1). Εντούτοις, όπως προκύπτει από έρευνες σχετικά με την επικοινωνιακή δραστηριότητα των υποκειμένων στο διαδίκτυο και τα κίνητρά της (βλ. McKenna et al., 2002, Ben-Ze'ev, 2004α), τα υποκείμενα έχουν την τάση να μεταφέρουν στην πραγματική τους ζωή τα στοιχεία της διαδικτυακής τους δράσης που αξιολογούν ως σημαντικότερα. Με άλλα λόγια, πολύ συχνά οι σχέσεις που ξεκινούν και εξελίσσονται μέσω του διαδικτύου μεταφέρονται και εκτός αυτού: οι άνθρωποι επιδιώκουν να συναντήσουν, να αποκτήσουν οπτική και σωματική επαφή με άτομα που έχουν γνωρίσει και εμπιστευτεί μέσα στον κυβερνοχώρο, με την ελπίδα η σχέση τους –φιλική, κοινωνική, ερωτική ή άλλη– να επιβιώσει και να ανθήσει και στον πραγματικό κόσμο.

Αποδεχόμενοι, λοιπόν, ότι το διαδικτυακό βίωμα αποτελεί μια νέα, υπαρκτή πραγματικότητα, ως επιχειρήσουμε να αξιολογήσουμε την επίδρασή του στο βίωμα της ευτυχίας από την πλευρά του υποκειμένου. Η έννοια της ευτυχίας –δυσνόητη, ασαφής, πολυσήμαντη, στο μεταίχμιο του ανθρώπινου και του μεταφυσικού, παραγνωρισμένη από την ψυχολογία για μεγάλο χρονικό διάστημα, αυτονόητη για κάποιους, ανύπαρκτη για άλλους– έχει έρθει τα τελευταία χρόνια στο προσκήνιο της έρευνας σε διάφορους τομείς, απασχολώντας όχι μόνο ψυχολόγους, κοινωνιολόγους, ανθρωπολόγους και θεολόγους αλλά και οικονομολόγους. Το ρεύμα της Θετικής Ψυχολογίας, που δίνει έμφαση στη βίωση των θετικών συγκινήσεων, βρίσκεται σε άνθηση στις Η.Π.Α., δίνοντας ώθηση στην έκδοση βιβλίων αυτο-βοήθειας, στη δημοσίευση άρθρων σε περιοδικά επιστημονικά και μη, και στην εισαγωγή αντίστοιχων μαθημάτων σε πανεπιστήμια και σχολεία, σε Αμερική και Ευρώπη (βλ. πιο αναλυτικά: Παπασταύρου, 2004, κεφ. 3).

Η ευτυχία είναι κάτι που βρίσκουμε ή κάτι που δημιουργούμε; Είναι κάτι που έχουμε, κάτι που καλλιεργούμε ή κάτι προδιαγεγραμμένο στα γονίδια μας; Ο Evans (2001) την κατατάσσει στις διαθέσεις, διακρίνοντάς την από τη χαρά, την οποία θεωρεί μια από τις βασικές συγκινήσεις. Η διάκριση που προτείνει βασίζεται στο στοιχείο του χρόνου, αφού η χαρά έχει εξαιρετικά σύντομη διάρκεια, που εξαντλείται σε μερικά μόλις δευτερόλεπτα. Αντιθέτως, η ευτυχία διαρκεί περισσότερο και αποτελεί ένα από τα σταθερά πλαίσια της διάθεσής μας, από τα οποία εξαρτάται το μέγεθος της επιρρέπειάς μας στα συγκινησιακά ερεθίσματα.

Οι Lazarus & Lazarus (1994) τοποθετούν το συναίσθημα τού να είναι κανείς ευτυχής στο προσκήνιο (foreground), σαν την αντίδραση δηλαδή σε ένα συγκεκριμένο γεγονός, ενώ τη γενικότερη θετική εκτίμηση για τις συνθήκες διαβίωσης (well-being) ως βασικό, διαρκές και δύσκολο ανατρέψιμο πλαίσιο, το οποίο διαποτίζει όλες τις αξιολογήσεις και τις κρίσεις μας για τη θετική ή αρνητική επίδραση κάθε ερεθίσματος που συναντάμε. Ακολουθώντας την Αριστοτέλεια λογική, πρεσβεύουν ότι ευτυχία σημαίνει να σημειώνει κανείς πρόοδο στην προσπάθεια επίτευξης των στόχων του. Το προσωπικό νόημα με το οποίο επενδύει κανείς την αυστηρώς υποκειμενική άποψη για την ευτυχία του «πηγάζει», σύμφωνα με τους Lazarus & Lazarus (1994:93), «από τη δέσμευσή του απέναντι σε κάποιο σημαντικό 'σχέδιο ζωής', όπως για παράδειγμα η καριέρα του, η απόκτηση οικογένειας, το κτίσιμο ενός σπιτιού, το γράψιμο ενός βιβλίου, η κατασκευή ενός κήπου...». Η ευτυχία δεν είναι καθεαυτή ένας στόχος. Προκύπτει ως συνέπεια της αξιοποίησης των ικανοτήτων μας για την επίτευξη ενός υψηλού στόχου που έχουμε επιλέξει, ο οποίος ξεφεύγει από τα στενά όρια της δικής μας καλοπέρασης. Όπως παρατηρεί και ο Ben-Ze'ev, η ευτυχία πηγάζει από δραστηριότητες που έχουν μια αυτοτελική αξία. Είναι ολοκληρωμένες και ακριβώς επειδή δεν έχουν καμία έλλειψη, μας προκαλούν μια αίσθηση αρμονίας (Ben-Ze'ev, 2004β:26).

Ο David Lykken (1999) από την πλευρά του πιστεύει ότι η ευτυχία είναι ένας στόχος που θέτει ο άνθρωπος στη ζωή του και όχι ένα χαρακτηριστικό που τον διακρίνει. Πρόκειται, κατά την άποψή του, για τη φυσική κατάσταση του ανθρωπίνου είδους, η οποία, όπως αισιόδοξα παρατηρεί, είναι μια κατάσταση μεταδοτική, αφού ένας άνθρωπος με καλή διάθεση μπορεί να την μεταδώσει και σε άλλους που τον συναναστρέφονται! Άλλοι μελετητές χαρακτηρίζουν την ευτυχία ως ενδοκατευθυνόμενη (selfdirected) ή μη-διαπροσωπική (noninterpersonal) συγκίνηση εφόσον δεν έχει αντικείμενο άλλο από τον εαυτό (De Rivera & Grinkis, Storm & Storm, αντιστοίχως, όπως παρατίθενται στον Berenbaum, H., 2002).

Στην εξαιρετικά ενδιαφέρουσα ανάλυσή του για την *Ψυχολογία της Ευτυχίας* (2002) ο Michael Argyle υποστηρίζει ότι η ευτυχία προκύπτει από τη 'συνύπαρξη' θετικών συγκινήσεων, όπως η χαρά, με την ικανοποίηση για τη γενικότερη κατάσταση της ζωής εκείνου που εκφράζει την εν λόγω κρίση, σε συνδυασμό με την απουσία αρνητικών συγκινήσεων. Επομένως, υπάρχει μια πλευρά της που εξαρτάται από αντικειμενικές παραμέτρους οι οποίες αφορούν τις συνθήκες της ζωής τού καθενός –την επαγγελματική και οικογενειακή του κατάσταση– αλλά το άλλο της μέρος εξαρτάται από τον τρόπο που αντιμετωπίζουμε τα πράγματα, τον τρόπο που τα αξιολογούμε στο μυαλό μας και τα χαρακτηρίζουμε.

Βασιζόμενος σε αποτελέσματα σχετικών μελετών, ο Argyle θεωρεί ότι η ευτυχία αποτελεί μια βασική διάσταση της ανθρώπινης εμπειρίας, είναι δηλαδή ένα χαρακτηριστικό της προσωπικότητας των ανθρώπων. Κατά βάση παραμένει

σταθερή με την πάροδο του χρόνου και ανεξάρτητα από τις συνθήκες, προσομοιάζοντας με διάθεση, παρά με συγκίνηση. Τη διαχωρίζει στο συναισθηματικό κομμάτι, που εκδηλώνεται με τη χαρά, και το γνωσιακό, που προκύπτει από την ικανοποίηση του ατόμου, δηλαδή την αυτοεκτίμησή του, την αισιοδοξία και την ύπαρξη ενός σκοπού στη ζωή του (Argyle, 2002:154).

Εντούτοις, η 'ευτυχισμένη κατάσταση' δεν βιώνεται παρά μόνο μέσα στο επικοινωνιακό συνεχές «που καλύπτει ολόκληρο το φάσμα των σχέσεων μας με τους άλλους, με το χώρο, με τα πράγματα, με τους θεσμούς και την εξουσία» (Ναυρίδης, 1994:106). «Οι διαπροσωπικές σχέσεις ικανοποιούν τις ανάγκες των ανθρώπων να φροντίζουν και να δέχονται φροντίδα, καθώς και την ανάγκη επιβεβαίωσης της αξίας τους από τους άλλους ανθρώπους. Για τους λόγους αυτούς, οι ζεστές σχέσεις παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στη ζωή, την ευτυχία και την ψυχική ισορροπία των ανθρώπων» (Παπαδάκη-Μιχαηλίδη, 1998:160-161). Αλλά και αντιστρόφως, τα συναισθήματα αγάπης, τρυφερότητας και ευτυχίας βοηθούν στο πλησίασμα των ανθρώπων σε μια δημιουργική συνεργασία (Oatley & Jenkins, 1996/2004).

Η ευτυχία δεν είναι απλώς μια πτυχή ή ένα από τα χαρακτηριστικά της επικοινωνίας· η ευτυχία είναι επικοινωνία, καθώς είναι αυτή που ανοίγει διαύλους επικοινωνίας με τους άλλους, με τη φύση, την τέχνη, τη δημιουργία, μέσα από νέες εμπειρίες, γνώσεις και γνωριμίες· είναι αυτή που οξύνει τις αισθήσεις και ενδύει με νόημα τη σκέψη και τη δράση μας. Η ευτυχία, υπό αυτή την έννοια, παίζει καθοριστικό ρόλο τόσο ως προς το περιεχόμενο όσο και προς τη διαδικασία της επικοινωνίας. Ο Argyle (2002) σημειώνει ότι το μοίρασμα θετικών γεγονότων, εμπειριών ή συγκινήσεων οδηγεί στην παραγωγή θετικών διαθέσεων που, όπως είναι αναμενόμενο, επηρεάζουν όχι μόνο το περιεχόμενο αλλά και το πλαίσιο της επικοινωνίας.

3. ΜΑΚΡΥΑ ΑΠΟ ΤΑ ΔΕΙΝΑ ΤΗΣ ΣΑΡΚΑΣ

Ας επιχειρήσουμε τώρα να διερευνήσουμε πόσο καταλυτική είναι η διαμεσολάβηση του ηλεκτρονικού μέσου στην επικοινωνία μας με τους άλλους. Η σύγκρουση των απόψεων επί του συγκεκριμένου θέματος στηρίζεται σε αλληλοαντικρουόμενα ερευνητικά δεδομένα. Ο Dreyfus εκκινεί από την άποψη ότι η χρήση του διαδικτύου ελαττώνει την εμπλοκή των ανθρώπων στον φυσικό και κοινωνικό κόσμο, με αποτέλεσμα την υποβάθμιση της πραγματικότητας και του νοήματος της ζωής για τον άνθρωπο. Η άποψη αυτή θέλει το διαδίκτυο να παίζει το ρόλο του καταφυγίου από τα δεινά της σάρκας. Την επόμενη στιγμή όμως, ο ίδιος συγγραφέας αναγνωρίζει ότι το διαδίκτυο προσφέρει σε εκείνον που είναι αφοσιωμένος σε κάποιο σκοπό, μεγαλύτερη ευχέρεια δράσης: περισσότερες πληροφορίες και χρήσιμες επαφές με στόχο την επίτευξη ενός κοινού και κοινωφελούς σκοπού (Dreyfus, 2003:183).

Κάποιες έρευνες για την κοινωνική αξία του διαδικτύου τού καταμαρτυρούν την υπόθαλψη επιπόλαιης και επιθετικής συμπεριφοράς καθώς και την πρόκληση στους χρήστες νοσηρής μοναχικότητας, κατάθλιψης και χαμηλής αυτοεκτίμησης. Από την άλλη πλευρά, υπάρχουν έρευνες που υπογραμμίζουν τις ουσιαστικές ανθρώπινες σχέσεις που διαμορφώνονται μέσω του διαδικτύου και μιλούν για μείωση της μοναξιάς και της κατάθλιψης με παράλληλη αύξηση της κοινωνικής στήριξης και της αυτοεκτίμησης εξαιτίας της χρήσης του διαδικτύου. Ίσως τελικά οι διαφορές να έγκεινται στον τρόπο που διατυπώνονται οι ερωτήσεις και στον τρόπο που ερμηνεύονται οι απαντήσεις.

Ακούγεται ίσως τετριμμένο, αλλά πρέπει να τονιστεί ότι, όπως οι offline σχέσεις, έτσι και οι online δεν συνάπτονται εντός ενός κοινωνικού κενού. Όσο και αν κάποιος θα επιθυμούσαν να αφήσουν πίσω τους τους περιορισμούς της αληθινής ζωής απεκδυόμενοι την κοινωνική τους προέλευση και την κοινωνική τους ταυτότητα, οι αλληλεπιδράσεις τους στο διαδίκτυο διατηρούν ως σημείο αναφοράς ερμηνείας και νοήματα που προέρχονται από την πραγματική τους ζωή. Αυτό ασφαλώς δεν σημαίνει ότι δεν υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στην online και την offline αλληλεπίδραση (Kendall, 2002:225).

Η αλληλεπίδραση μέσω του διαδικτύου διακρίνεται από κάποια συγκεκριμένα και ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που τη διαφοροποιούν από την αλληλεπίδραση στον πραγματικό κόσμο. Στο διαδίκτυο ο χρήστης μπορεί να διατηρήσει την ανωνυμία του, γεγονός που επιτρέπει την αποκάλυψη και το μοίρασμα μύχιων σκέψεων με τρίτους με πολύ πιο περιορισμένο το φόβο της απόρριψης ή της επίπληξης. Επιπλέον, το διαδίκτυο ευνοεί και διευκολύνει την αποκάλυψη του εαυτού –παρά την τυπική ανωνυμία– καθώς εκεί εκλείπουν τα συνήθη «εμπόδια εισόδου»: στο διαδίκτυο δεν παίζουν ρόλο η γοητευτική ή μη εμφάνιση, οποιουδήποτε είδους φυσική αδυναμία (όπως, π.χ., η δυσαρθρία) ή η ντροπαλότητα και το άγχος της κοινωνικής επαφής (McKenna et al., 2002:10). Η ανωνυμία και η άνεση που προσφέρει το διαδίκτυο όσον αφορά την επικοινωνία βοηθούν τους ανθρώπους να αντιμετωπίσουν το μέσο ως πηγή συναισθηματικής υποστήριξης (Barak, 2007).

Επιπλέον, στο διαδίκτυο μπορεί πολύ εύκολα να αναζητήσει και να βρει κανείς άτομα με τα οποία να μοιράζεται κοινά ενδιαφέροντα ή χαρακτηριστικά. Οι σχέσεις που διαμορφώνονται ανάμεσα σε άτομα που εκφράζονται με ειλικρίνεια –εφόσον δεν έχουν τίποτα να φοβηθούν και ό,τι διαμείβεται μέσω του διαδικτύου δεν έχει σημαντικές επιπτώσεις στην πραγματική τους ζωή (Jaruhirunsakul, 2007:5)– και διαπιστώνουν ότι τους ενώνουν ιδέες, δραστηριότητες ή επιθυμίες,

γίνονται πολύ εύκολα και σύντομα στενές σχέσεις και διατηρούνται σταθερές στο πέρασμα του χρόνου (McKenna et al., 2002:11).

4. ΡΟΛΟΙ, ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΣΧΕΣΕΙΣ

Τα ψηφιακά παιχνίδια ρόλων με πολλούς συμμετέχοντες (multiplayer RPGs) αποτελούν ένα ραγδαία αναπτυσσόμενο και ιδανικό πεδίο εφαρμογής της θεωρίας περί αλληλεπίδρασης στο διαδίκτυο. Για να δηλώσει κανείς συμμετοχή, εισέρχεται συνήθως σε μια εικονική αίθουσα αναμονής, όπου περιμένουν όσοι επιθυμούν να παίξουν (Prensky, 2001:169). Στη συνέχεια ο παίκτης ενδύεται έναν ρόλο που επιλέγει ο ίδιος. Η αλληλεπίδραση με τους άλλους παίκτες στρέφεται κυρίως γύρω από το στοιχείο του ανταγωνισμού και ανάλογα με το αποτέλεσμα σε κάθε φάση του παιχνιδιού, οι παίκτες βιώνουν τη σύγκριση με βάση κοινωνικούς κανόνες και αντίστοιχες αξιολογήσεις, με αποτέλεσμα τη διαμόρφωση μιας συναισθηματικής κατάστασης, που με τη σειρά της επηρεάζει τα επίπεδα αυτοεκτίμησης του ατόμου και συνεπώς και τη διάθεσή του (Vorderer et al, 2003:4). Τα ψηφιακά παιχνίδια, δημιουργώντας έναν κόσμο όπου οι συγκινήσεις είναι πραγματικές, αλλά οι συνέπειες των πράξεων του παίκτη όχι, μπορούν να λειτουργήσουν ακόμη και ως ένα ασφαλές ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο (Turkle, 1996:208).

Συμπληρωματικά, όσον αφορά τα χαρακτηριστικά της διαδικτυακής επικοινωνίας, έρχεται να προστεθεί η αίσθηση του ελέγχου της αλληλεπίδρασης που βιώνει το υποκείμενο. Το να ανακαλύψει κανείς στον κυβερνοχώρο άτομα με τα οποία να μοιράζεται παρόμοιες απόψεις είναι εντυπωσιακά εύκολο (Amichai-Hamburger & Furnham, 2007:1035). Η οικειότητα που θα αναπτυχθεί μεταξύ τους μπορεί, εάν το αποφασίσουν και οι δύο πλευρές κοινή συναινέσει, να μεταφερθεί στη συνέχεια και στην πραγματική ζωή.

Από μια διαδικτυακή σχέση, οι άνθρωποι συνήθως προσπαθούν να αποκομίσουν τα οφέλη τόσο μιας στενής όσο και μιας πιο απόμακρης σχέσης, αποφεύγοντας παράλληλα τα μειονεκτήματα αυτών των δύο ειδών σχέσης. Έτσι, η αρνητική πλευρά των σχέσεων που διαμορφώνονται online συνδέεται με τα οφέλη τους: ενώ η οικειότητα μέσω του διαδικτύου βασίζεται συχνά σε μια ψευδαίσθηση, αυξάνεται διαρκώς η επιθυμία η οικειότητα αυτή να γίνει πραγματική (Ben-Ze'ev, 2004β:28). Εκτός όλων των άλλων, το διαδίκτυο μοιάζει να είναι ένα πεδίο όπου είναι ευκολότερο να βρει κανείς τον κοινωνικό ρόλο που του ταιριάζει και μέσω αυτού να οδηγηθεί στην έκφραση του εαυτού, ακόμη και στην αυτοπραγμάτωση. Μοιάζει σαν το διαδίκτυο να δημιουργεί ένα περιβάλλον όπου η σύγκρουση ανάμεσα στην ανάγκη για επικοινωνία και την ανάγκη για

αυτονομία περιορίζεται σε μεγάλο βαθμό. Στην πραγματικότητα, το διαδίκτυο είναι σε θέση να παρέχει το πλαίσιο όπου και οι δύο αυτές ανάγκες γνωρίζουν αμοιβαία κάλυψη. Αυτή η ταυτόχρονη κάλυψη των ρόλων έχει θετικές συνέπειες που συνδέονται με το ευτυχισμένο βίωμα του υποκειμένου (Amichai-Hamburger, 2005).

5. Η ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ ΤΗΣ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Η παρατήρηση του Amichai ανοίγει το δρόμο για τη διατύπωση του βασικού ερωτήματος της παρούσας εργασίας: μπορεί το διαδίκτυο ως επικοινωνιακό μέσο να προσφέρει στον χρήστη του αληθινές συγκινήσεις και, ειδικότερα, να δημιουργήσει τις προϋποθέσεις για την ευτυχισμένη κατάσταση; Η σκιαγράφηση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του διαδικτύου ως επικοινωνιακού μέσου συνδέεται άμεσα με τις αντικρουόμενες απόψεις που έχουν διατυπωθεί ως προς την επίπτωση που μπορεί να έχει στην ανθρώπινη ευτυχία. Από τη μια πλευρά, υπάρχει η άποψη ότι η διαμεσολαβημένη μέσω υπολογιστή επικοινωνία βασίζεται σε μια νέα τεχνολογία που επιτρέπει τη διαμόρφωση γνήσιων διαπροσωπικών σχέσεων, απαλλαγμένων από τους περιορισμούς που ενδεχομένως να έθεταν η ηλικία, το επάγγελμα, η απόσταση και η εξωτερική εμφάνιση των υποκειμένων. Από την άλλη, υποστηρίζεται ότι οι διαδικτυακές σχέσεις είναι επιφανειακές, απατηλές και κάποιες φορές εμπεριέχουν το στοιχείο της εκμετάλλευσης και της επιθετικότητας. Από τους μεν οι σχέσεις αυτές θεωρείται ότι συμπληρώνουν και εμπλουτίζουν το ανθρώπινο βίωμα εκτός κυβερνοχώρου, ενώ η αντίθετη άποψη υποστηρίζει ότι λειτουργούν εις βάρος των σχέσεων της πραγματικής ζωής, προκαλώντας εθισμό στο μέσο, οδηγώντας τους χρήστες στην κατάθλιψη και την κοινωνική απομόνωση (Hills & Argyle, 2003:60).

Όπως ήδη είδαμε στις μελέτες περί ευτυχίας, ο ρόλος των καλών κοινωνικών και διαπροσωπικών σχέσεων θεωρείται κεντρικός στην «επίτευξη» της ευτυχίας του υποκειμένου. Η κοινωνική στήριξη –συναισθηματική, οικονομική, πληροφοριακή και ψυχολογική– αξιολογείται σταθερά ως ιδιαίτερος σημαντική για την ανθρώπινη υγεία, ισορροπία και ευτυχία. Η ποιότητα και η ποσότητα των επικοινωνιακών επαφών με τους άλλους εμφανίζονται ως βασικοί παράγοντες για την εξασφάλιση της στιγμιαίας αλλά και της μακρόχρονης ευτυχίας (Amichai-Hamburger & Furnham, 2007:1043). Παρότι οι μελέτες που κατέληξαν στα παραπάνω συμπεράσματα έχουν κατά κανόνα εστιάσει στην πρόσωπο-με-πρόσωπο επικοινωνία των υποκειμένων, δεν έχουμε λόγους να αμφισβητήσουμε ότι, παρά τα διαφορετικά χαρακτηριστικά του μέσου, τα οφέλη από τη

διαδικτυακή επικοινωνία δεν θα διαφέρουν από εκείνα της μη-διαμεσολαβημένης επικοινωνίας.

Σε έρευνες για τη σχέση της χρήσης του διαδικτύου και του ευτυχισμένου βιώματος, ζητήθηκε από χρήστες να αξιολογήσουν τις επιπτώσεις που είχε στη ζωή τους η χρήση του διαδικτύου. Τα αποτελέσματα μιλούν για μια γενικότερη βελτίωση της κατάστασής τους: οι χρήστες αναφέρουν ότι αισθάνονται ότι συμμετέχουν περισσότερο και αισθάνονται πιο κοντά στην κοινωνία γενικά, αλλά και την κοινότητα/ομάδα όπου ανήκουν, ειδικότερα· βιώνουν μια έντονη αίσθηση αυτοπραγμάτωσης· αισθάνονται να κατανοούν καλύτερα τι συμβαίνει στον κόσμο γύρω τους. Δηλώνουν επίσης ότι η επαφή τους με το διαδίκτυο τους έχει δώσει μια δυναμική ώθηση στη μελέτη, την εργασία και τις σχέσεις τους (Contarello & Sarrica, 2007:1029).

Το διαδίκτυο είναι ένα σχετικά νέο μέσο. Οι ιδιότητες και οι ιδιαιτερότητές του επιβάλλουν και τη χρήση κατάλληλων κωδίκων για την επικοινωνία μεταξύ των χρηστών του. Η απουσία του πραγματικού, ανθρώπινου σώματος θα πρέπει με κάποιον τρόπο να αναπληρωθεί, ώστε το μήνυμα της επικοινωνίας να φτάνει από τον πομπό στον δέκτη όσο πληρέστερο γίνεται. Οι ειδικοί μιλούν για πολυδιαυλική, διαδραστική σύζευξη σε πραγματικό χρόνο και οραματίζονται έναν συνδυασμό διαύλων (οπτικού, ακουστικού, απτικού, οσφρητικού) για την επίτευξη της απόλυτης διαμεσολαβημένης επικοινωνίας. Υπάρχουν, ασφαλώς, ενστάσεις. Ο Dreyfus μεταφέρει την άποψη των Canny και Paulos:

«(...) δύο άνθρωποι που συνδιαλέγονται πρόσωπο με πρόσωπο βασίζονται σε ένα λεπτεπίλεπτο συνδυασμό κινήσεων των ματιών, κινήσεων του κεφαλιού, χειρονομιών και στάσεων, και άρα αλληλεπιδρούν με τρόπο κατά πολύ πλουσιότερο από όσο αντιλαμβάνονται οι περισσότεροι ειδικοί της ρομποτικής» (Dreyfus, 2003:113).

Οι εξωγλωσσικές πηγές που ενδύουν με νόημα την επικοινωνία δεν είναι λιγότερο σημαντικές από τον ίδιο τον προφορικό λόγο. Το κενό που προκύπτει από την απουσία του υλικού σώματος στο διαδίκτυο καλείται να καλύψει η παραγλωσσική επικοινωνία και τα σύμβολά της, κατά κύριο λόγο, τα *emojis*. Τα εικονίδια αυτά έρχονται να καλύψουν την απουσία της οπτικής επαφής μεταξύ δύο συνομιλητών –ή και να τη συμπληρώσουν όταν η εικόνα του άλλου υπάρχει στην οθόνη– και να υποκαταστήσουν πιο λεπτομερείς περιγραφές του συναισθήματος της στιγμής. Εντούτοις, τα *emojis* αποτελούν πληροφορία την οποία ελέγχει ο αποστολέας (Ben-Ze'ev, 2004α:30), επομένως δεν

ισοδυναμούν με την αυθόρμητη και σε κάποιο βαθμό μη-ελεγχόμενη από το υποκείμενο έκφραση συναισθημάτων.

Αναφερθήκαμε λίγο πριν στη διαδικτυακή επικοινωνία που είναι εμπλουτισμένη και με εικόνα. Στην απλούστερη μορφή της η επικοινωνία μέσω διαδικτύου είναι αποκλειστικά λεκτική, βασίζεται δηλαδή στα γραπτά μηνύματα που ανταλλάσσουν μεταξύ τους οι χρήστες είτε σε πραγματικό χρόνο είτε όχι –τα οποία, όπως είπαμε, συχνά εμπλουτίζονται με κάποιου είδους στατικές εικόνες που αναπαριστούν μια συναισθηματική κατάσταση. Η προσθήκη του ήχου, όπου η επικοινωνία προσομοιάζει με την τηλεφωνική, προσδίδει ζωντάνια σε μια συνομιλία και αμεσότητα από την άποψη του χρόνου απόκρισης. Είναι πολύ συνηθισμένο πλέον η επικοινωνία να συνοδεύεται και από την εικόνα του συνομιλητή σε πραγματικό χρόνο, όπου εκτός από τη φωνή μπορεί κανείς να αντιληφθεί με τις αισθήσεις του την έκφραση του προσώπου και τις κινήσεις του σώματος του συνομιλητή του. Έχει προταθεί ότι το σταδιακό πέρασμα από τις φάσεις αυτές –με τελικό στόχο την πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνία– μπορεί να έχει ευεργετικά αποτελέσματα σε άτομα με παθολογικό άγχος ως προς την κοινωνική επαφή (Amichai-Hamburger & Furnham, 2007:1038).

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Όσο πιο πλούσια είναι η διαδικτυακή επικοινωνία, τόσο πιο φυσική μας φαίνεται και τόσο πιο εύκολα διαπλάθει για εμάς μια ψυχολογική πραγματικότητα. Όταν επικοινωνούμε με το συνομιλητή μας με ήχο και εικόνα είναι πολύ πιο εύκολο να ελέγξουμε την επικοινωνία. Αξιολογούμε τις αποκρίσεις του συνομιλητή μας με βάση την ταχύτητα και τη συχνότητά τους, συνάγοντας από αυτές την ψυχολογική του διάθεση απέναντί μας. Η αμεσότητα της αλληλεπίδρασης στον κυβερνοχώρο αυξάνει την αίσθηση του ελέγχου του υποκειμένου επί των σχέσεων του. Και η αίσθηση του ελέγχου έχει συχνά κεντρική σημασία στη διαμόρφωση της ευτυχισμένης κατάστασης.

Όπως καθετί νέο, έτσι και το διαδίκτυο, έχει τους ευαγγελιστές του και τους αρνητές του· έχει υποστηρικτές και διώκτες. Η σύντομη περιδιάβασή μας στον κυβερνοχώρο με άξονα την αλληλεπίδραση των υποκειμένων, τις σχέσεις τους και τις συγκινήσεις που αποκομίζουν από αυτό, δεν μπορεί να καταλήξει παρά σε ένα συμπέρασμα: το διαδίκτυο είναι ένα μέσο, και με την ιδιότητα αυτή δεν είναι ούτε ευλογημένο ούτε καταραμένο. Μπορεί να προσφέρει πραγματική ικανοποίηση στον χρήστη είτε εμβυθίζοντάς τον σε έναν νέο, εικονικό κόσμο είτε οδηγώντας τον μέσω διαφορετικών διαύλων πίσω στον πραγματικό, υλικό κόσμο. Μπορεί να του επιτρέψει να συνάψει ουσιαστικές σχέσεις με άλλους που

σταδιακά θα γίνουν για το υποκείμενο οι «σημαντικοί άλλοι» ή μπορεί απλώς να του υποδειξει μέσω της εικονικής εμπειρίας τι θα έπρεπε να αποφύγει.

Είτε έτσι είτε αλλιώς, το κλειδί βρίσκεται στα χέρια του υποκειμένου. Ο χρήστης αποφασίζει πώς θα χρησιμοποιήσει τα εργαλεία που διαθέτει. Άλλωστε, συνήθως, το μεγαλύτερο εμπόδιο στην ευτυχία μας το βάζουμε εμείς οι ίδιοι όταν παραμένουμε διαρκώς ανικανοποίητοι με εκείνα που ήδη έχουμε και βιώνουμε (Ben Ze'ev, 2004β:39). Επιζητώντας να γίνουμε ευτυχέστεροι καταστρέφουμε την ευτυχία που έχουμε. Όπως προτείνει και ο Keats, η βίωση της ευτυχίας απαιτεί από εμάς να είμαστε τουλάχιστον κάποιες φορές πλήρως παρόντες στο εδώ και το τώρα αναπόσπαστοι από επιθυμίες και τη συνείδηση του εαυτού (Nettle, 2005:160):

*Είναι λάθος
Στην ευτυχία, να κοιτάζουμε πέρα από τα όρια –
Μας κάνει να πενθούμε κάτω από καλοκαιρινούς ουρανούς
Καταστρέφει το κελάηδημα του αηδονιού¹.*

¹ *It is a flaw
In happiness, to see beyond our bourn –
It forces us in summer skies to mourn
It spoils the singing of the nightingale.*

(John Keats, *Epistle to John Hamilton Reynolds*)

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Amichai-Hamburger, Y. (2005). Personality and Internet. Amichai-Hamburger (επιμ.), *The social net: Understanding human behavior in cyberspace* (σ. 27-55). New York: Oxford University Press.

Amichai-Hamburger, Y., Furnham, A. (2007). The Positive Net. *Computers in Human Behavior, Vol. 23*, σ. 1033-1045. Elsevier Ltd.

Argyle, M. (2002). *The Psychology of Happiness*, 2nd edition, East Sussex: Routledge.

Barak, A. (2007) Emotional support and suicide prevention through the Internet: A field project report. *Computers in Human Behavior, Vol 23, τεύχος 2*, Μάρτιος 2007, σ. 971-984.

Ben-Ze'Ev, A. (2004α). *Love Online. Emotions on the Internet*. Cambridge: Cambridge University Press.

Ben-Ze'Ev, A. (2004β). Flirting On and Offline. *Convergence 2004, Vol. 10, No 1*, σ. 24-42. Sage Publications.

Berenbaum, H. (2002). Varieties of joy-related pleasurable activities and feelings. *Cognition and Emotion*, 16 (4), 473-494.

Contarello, A., Sarrica, M. (2007). ICTs, social thinking and subjective well-being –The Internet and its representations in everyday life. *Computers in Human Behavior, Vol. 23*, σ. 1016-1032. Elsevier Ltd.

Dreyfus, H. (2003). *Το διαδίκτυο*. Αθήνα: Κριτική.

Evans, D. (2001). *Emotion, The Science of Sentiment*, New York: Oxford University Press.

Hills, P., Argyle, M. (2003). Uses of the Internet and their relationship with individual differences in personality. *Computers in Human Behavior, Vol. 19*, σ. 59-70. Elsevier Ltd.

Jaruhirunsakul, P. (2007). The Study of Love Happiness in Computer-Mediated Communication Research, *Public Policy Development Office International Conference: Happiness and Public Policy*. Διαθέσιμο στο διαδίκτυο στη διεύθυνση http://www.ppdoconference.org/session_papers/session19/J.Pataraporn-

- The%20Study%20of%20Love%20Happiness%20in%20Computer-MediatedCommunication%20Research.pdf >, πρόσβαση Απρίλιος 2007.
- Kendall, L. (2002). *Hanging Out in the Virtual Pub. Masculinities and Relationships Online*. California: University of California Press.
- Lazarus, R.S., Lazarus, B.N., (1994). *Passion and reason. Making sense of our emotions*, New York: Oxford University Press.
- Lykken, D. (1999). *Happiness, the nurture of joy and contentment*, New York: St. Martin's Griffin.
- McKenna, K., Green, A., Gleason, M. (2002). Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction?, *Journal of Social Issues, Vol. 58, No. 1*, σ. 9-31. The Society for the Psychological Study of Social Issues.
- Nettle, D. (2005). *Happiness. The science behind your smile*. New York: Oxford University Press.
- Oatley, K., Jenkins, M. J. (1996/2004). *Συγκίνηση, Ερμηνείες και Κατανόηση*, επιστημονική επιμέλεια Μπετίνα Ντάβου, μεταφ. Μαρία Σόλμαν, Μπετίνα Ντάβου, Αθήνα: Παπαζήσης.
- Perris, R. et al. (2002). Online Chat Rooms: Virtual spaces of Interaction for Socially Oriented People. *Cyberpsychology and Behavior, Vol. 5, No. 1*, σ. 43-51. Mary Ann Liebert, Inc.
- Prensky, M. (2001). *Digital Game-Based Learning*. Minnesota: Paragon House.
- Turkle, S. (1996). *Life on the Screen. Identity in the Age of the Internet*. London: Weidenfeld & Nicolson.
- Vorderer, P., Hartmann, T., Klimmt, Ch. (2003). Explaining the Enjoyment of Playing Video Games: The Role of Competition. *ACM International Conference Proceeding Series, Vol. 38*, σ. 1-9, 8-10 Μαΐου 2003, Pittsburgh, Pennsylvania.
- Ναυρίδης, Κλ. (1994). *Κλινική Κοινωνική Ψυχολογία*, Αθήνα: Παπαζήσης.
- Παπαδάκη-Μιχαηλίδη, Ε. (1998). *Η σιωπηλή γλώσσα των συναισθημάτων: Η μη λεκτική επικοινωνία στις διαπροσωπικές σχέσεις*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παπασταύρου, Ν. (2004). *Αναπαραστάσεις, βιώματα και σημασίες της ευτυχίας σήμερα. Ο ρόλος της ευτυχίας στην ανθρώπινη επικοινωνία*. Διπλωματική

εργασία, διαθέσιμη στο διαδίκτυο στη διεύθυνση
<http://www.media.uoa.gr/people/nicky/docs/HAPPINESS.pdf>

Σκαρπέλος, Γ. (1998). «Από τη Βιβλιοθήκη στο Λαβύρινθο (μετ' επιστροφής;);»,
στο Α. Δαμιανάκης κ.ά. Αθήνα: Εθνικό Κέντρο Βιβλίου – Υπουργείο Πολιτισμού

Σκαρπέλος, Γ. (1999). *Terra Virtualis. Η κατασκευή του κυβερνοχώρου*. Αθήνα:
Νεφέλη.