



پزشکان درباره استفاده از فیس‌بوک و افسردگی نوجوانان هشدار می‌دهند

افسردگی فیس‌بوک را به زبان‌های بالقوه رسانه‌های اجتماعی بیفزایید؛ یک گروه پرنفوذ پزشکان در آمریکا به عارضه‌ای اشاره می‌کنند که به گفته آنها ممکن است نوجوانانی را دچار کند که با این سایت سر و کار دارند.

"افسردگی فیس‌بوک" را به زبان‌های بالقوه رسانه‌های اجتماعی بیفزایید؛ یک گروه پرنفوذ پزشکان در آمریکا به عارضه‌ای اشاره می‌کنند که به گفته آنها ممکن است نوجوانانی را دچار کند که با این سایت سر و کار دارند.

به گزارش آسوشیتدپرس پژوهشگران در مورد اینکه آیا این عارضه صرفاً دنباله‌ای از افسردگی است که برخی کودکان در شرایط دیگر هم احساس می‌کنند، یا یک عارضه جداگانه است که با استفاده از این سایت آن ارتباط دارد، اختلاف نظر دارند.

اما دکتر گوون اوکف، متخصص اطفال در ناحیه بوستون و نویسنده اصلی اصول راهنمای جدید آکادمی متخصصان اطفال آمریکا درباره رسانه‌های اجتماعی می‌گوید فیس‌بوک دارای جنبه‌های منحصربه‌فردی دارد که ممکن است برای کودکانی که از قبل دچار عزت نفس پایین هستند، چشم انداز اجتماعی به خصوص سختی را ایجاد کند.

صفحه‌های فیس‌بوک با قرار دادن امتیازات دوستان، روزآمد شدن‌های وضعیت آنها و عکس‌های افرادی خوش‌چهره‌ای که زمانی عالی را می‌گذرانند، در مقابل دید کودکان، ممکن است باعث شود برخی از آنها که فکر می‌کنند به حساب نمی‌آیند، احساس بدتری بکنند.

اوکف می‌گوید این وضعیت می‌تواند از تنها نشستن در یک کافه‌تریای شلوغ مدرسه یا سایر مواجهه‌ها در دنیای واقعی که باعث اندوه کودکان می‌شوند، دردناک‌تر باشد، زیرا فیس‌بوک دیدگاهی تحریف‌شده از رویدادهای واقعی ارائه می‌دهد. هنگامی که آنلاین هستید، راهی برای دیدن حالات صورت یا خواندن زبان بدن که پس‌زمینه ارتباط را ایجاد می‌کنند، وجود ندارد.

این اصول راهنما از متخصصان اطفال می‌خواهد که تا والدین را تشویق کنند تا با نوجوانان‌شان درباره استفاده از اینترنت صحبت کنند و از افسردگی فیس‌بوک آگاه باشند.

این اصول راهنما دوشنبه 28 مارس در نسخه آنلاین جورنال Pediatrics منتشر شده است.

نکته‌ای دیگری که این اصول راهنما به این پرداخته است رواج گذاشتن پیام‌های تکبرآمیز و قضاوت‌گرانه بوسیله نوجوانان بر روی دیوارهای فیس‌بوک افرادی است که دوست‌شان ندارند.

اصول راهنمای آکادمی متخصصان اطفال آمریکا یادآور می‌شود که این مزاحمت‌های آنلاین: "می‌تواند باعث پیامدهای روانی شدیدی" از جمله خودکشی شود.

مورد خودکشی یک دختر 15 ساله در ماساچوست که بسیار مورد توجه رسانه‌ها قرار گرفت، پس از آن رخ داد که او به طور شخصی و بر روی فیس‌بوک مورد زورگویی و مزاحمت قرار گرفته بود.

اوکف می‌گوید: "فیس‌بوک در حال حاضر به جایی بدل شده است که نوجوانان در آن خود را به نمایش می‌گذارند."

او می‌گوید منافع استفاده از رسانه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک بوسیله کودکان مانند ارتباط برقرار کردن با دوستان و خانواده، به اشتراک گذاشتن عکس‌ها و تبادل عقاید نیز نباید نادیده گرفته شود.

او می‌گوید: "بسیاری از چیزها در فیس‌بوک واقعا سالم هستند، اما ممکن است به افراط کشیده شوند."

دکتر مورگان مونرو، متخصص پزشکی نوجوانان در دانشگاه ویسکانسین که شبکه‌های اجتماعی آنلاین را در میان دانشجویان کالج بررسی کرده است، می‌گوید استفاده از فیس‌بوک می‌تواند احساسات در ارتباط بودن اجتماعی را در میان کودکان کاملاً سازگار تقویت کند، و اثر کاملاً متضادی بر آنها داشته باشد که در برابر افسردگی آسیب‌پذیر هستند.

او می‌گوید والدین نباید فکر کنند که استفاده از فیس‌بوک "به نحوی باعث سرایت افسردگی به کودکان‌شان می‌شود."