



پرسه زدن در شبکه‌های اجتماعی به سلامت روان آسیب می‌زند

دبیر علمی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد گفت: پرسه زدن در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند اعتیادآور بوده و سلامت روان افراد را تهدید کند.

نصر: دبیر علمی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد گفت: پرسه زدن در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند اعتیادآور بوده و سلامت روان افراد را تهدید کند.

به گزارش نصر، رامین رادفر در آستانه برپایی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد، افزود: امروزه مفهوم «اعتیاد» فراتر از مصرف مواد مخدر رفته و گستره اعتیادهای رفتاری را مانند قمار و بازی‌های کامپیوتری شامل می‌شود تا جایی که در سطح جهانی نیز سازمان‌های معتبری مانند سازمان جهانی بهداشت، اختلال قمار را به عنوان یک مشکل سلامت روانی شناسایی کرده است. وی ادامه داد: در حال حاضر اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری در کشور مخصوصاً در نوجوانان و جوانان رو به افزایش است؛ روندی که در دوران کرونا نیز به دلیل قرنطینه و استفاده بیشتر از بازی‌های کامپیوتری و اینترنت تشدید شد و مشکلاتی مثل افت تحصیلی و گوشه‌گیری اجتماعی را برای نوجوانان به همراه داشت.

دبیر علمی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد با اشاره به اینکه پرسه زدن در شبکه‌های اجتماعی و اینترنت نیز هرچند در ظاهر بی‌خطر به نظر می‌رسد، اما می‌تواند در فرایندی مشابه اعتیاد عمل کرده، روی سلامت روان و روابط اجتماعی آثار منفی بگذارد، تصریح کرد: شبکه‌های اجتماعی به ظاهر محل ارتباط و سرگرمی هستند، اما اگر استفاده از آنها مدیریت نشود، فرد درگیر آسیب‌های جدی مثل انزوای اجتماعی، کاهش تمرکز، افسردگی، اضطراب شدید و سایر اختلالات روانپزشکی خواهد شد.

وی یادآور شد: البته این الگو تنها مختص به ایران نبوده و به عنوان پدیده‌ای جهانی در دیگر کشورها نیز مشاهده می‌شود. از این رو افزایش آگاهی عمومی، مشاوره تخصصی و ارائه آموزش‌های پیشگیرانه برای عموم و متخصصان درمانگر در کنار سازوکارهای جایگزین سالم، مهم‌ترین راهکارها در مقابله با این شکل از اعتیادهای رفتاری است.

رادفر با تأکید بر اینکه کنگره دانش اعتیاد همواره تلاش می‌کند به حوزه‌های نوظهور و چالش‌برانگیز اعتیاد بپردازد، گفت: در سال‌های اخیر اعتیادهای رفتاری رشد چشمگیری داشته و گروه‌های سنی مختلف را درگیر کرده است. بر این اساس به منظور پرداختن و بررسی عمیق این موضوع در برنامه‌های کنگره امسال پنل‌های تخصصی در نظر گرفته شده است.

وی با اشاره به اینکه اعتیاد می‌تواند، هم علت هم معلول بروز مشکلات در خانواده و بین زوج‌ها باشد، پرداختن به ابعاد زوج درمانی را در کنار رویکرد فردی، بسیار حائز اهمیت دانست و اظهار داشت: زوج درمانی در حوزه اعتیاد تاکنون کمتر مورد توجه قرار گرفته، این در حالی است که مشکلات زناشویی می‌تواند، هم عامل تشدید و هم مانع درمان اعتیاد باشد.

دبیر علمی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد خاطرنشان کرد: به همین منظور، «زوج درمانی در شرایطی که یکی از زوج‌ها دچار اعتیاد است» از محورهای این کنگره سه روزه است. در این راستا با دعوت از متخصصان برجسته کشور، تلاش شده است تا با ارائه راهکارهای علمی و کاربردی، زمینه‌ای برای ارتقای دانش متخصصان درمان فراهم شود تا بتوانند، مداخلات مؤثرتری را در حوزه زوج درمانی اجرا کنند.

امید مساح عضو کمیته مرکزی هفدهمین کنگره دانش اعتیاد، تصریح کرد: با وجود آنکه بسیاری از درمانگران ما در زمینه اعتیاد به مواد مخدر سال‌هاست، تجربه دارند، اما اعتیادهای رفتاری با چالش‌ها و تفاوت‌هایی در روش‌های تشخیصی و درمانی روبروست؛ تا جایی که پیچیدگی این اختلال‌ها به گونه‌ای است که گاهی خانواده‌ها نیز دیرتر متوجه شده؛ مراجعه به درمانگر با تأخیر انجام می‌شود.

وی با تأکید بر ضرورت افزایش مهارت درمانگران در شناخت نشانه‌های ظریف مربوط به علائم اعتیاد گفت: از آنجا که آشنایی درمانگران با ابزارهای نوین ارزیابی و رویکردهای تخصصی در کاهش آسیب این اعتیادها نقش کلیدی دارد در کنگره امسال کمیته علمی تلاش کرده است تا آخرین یافته‌های پژوهشی داخلی و خارجی را در زمینه‌های تشخیص دقیق اختلال قمار و شیوه‌های مداخلاتی برای پیشگیری از استفاده طولانی مدت از فضای مجازی را گردآوری کرده که در اختیار شرکت‌کنندگان قرار خواهد داد.

هفدهمین کنگره دانش اعتیاد با شعار «در جستجوی راه حل‌های نوین برای مشکلی کهن» از سوی مرکز تحقیقات سلولی و مولکولی دانشگاه علوم پزشکی ایران و با حمایت انجمن جهانی طب اعتیاد (ISAM) و نیز همکاری وزارت بهداشت، سازمان بهزیستی، ستاد مبارزه با مواد مخدر، ستاد توسعه علوم و فناوری‌های شناختی، سازمان‌های مردم‌نهاد ۲۴ تا ۲۶ بهمن ۱۴۰۳ در مرکز همایش‌های بین‌المللی رازی دانشگاه علوم پزشکی ایران برگزار می‌شود. در این کنگره جمعی از متخصصان حوزه سلامت شامل روانپزشکان، پزشکان عمومی، روان‌شناسان، مددکاران اجتماعی و کارشناسان و سیاست‌گذاران حوزه اعتیاد حضور خواهند داشت.