

## خطرات استفاده از شبکه‌های اجتماعی

استفاده بیش از حد از شبکه‌های دیجیتالی اجتماعی در نوجوانی موجب ایجاد تمایل به خود شیفتگی می‌شود.



جام جم آنلاین: استفاده بیش از حد از شبکه‌های دیجیتالی اجتماعی در نوجوانی موجب ایجاد تمایل به خود شیفتگی می‌شود. پژوهش‌های روان‌شناسی جدید نشان می‌دهد نوجوانانی که وقت زیادی را در شبکه‌های اجتماعی مثل فیس‌بوک صرف می‌کنند، احتمال دارد با مشکلات رفتاری روبه‌رو شوند که خود شیفتگی یکی از آنهاست. دکتر لاری روزن، استاد روان‌شناسی دانشگاه کالیفرنیا با ارائه سخنرانی خود با عنوان «#171چگونه شبکه‌های اجتماعی می‌توانند همزمان به کودکان ما کمک کنند و به آنها آسیب نرسانند» در این زمینه گفت هیچ کس نمی‌تواند ظرفیت خطرهای روان‌شناسانه شبکه‌های اجتماعی را در میان نوجوانانی که وقت زیادی را صرف آن می‌کنند، انکار کند.

در همین حال کسی نیز نمی‌تواند این واقعیت را رد کند که این شبکه‌ها موجب تعاملی اجتماعی میان نوجوانان شده‌اند. به همین دلیل ما شروع به بررسی‌های دقیق روان‌شناسانه این پدیده نوظهور از زاویه مثبت و منفی کرده‌ایم.

او گفت تاثیر منفی این شبکه‌ها در میان نوجوانان مستعد، به انجام رفتارهای بیهوده، پرخاشگرانه و ضداجتماعی می‌انجامد و حتی می‌تواند به حملات اضطرابی، افسردگی و سایر اختلالات روانی هم منجر شود.

این محقق تاکید کرد که استفاده بیش از حد از این شبکه‌های اجتماعی می‌تواند عملکرد دانشگاهی جوانان را هم ضعیف کند، چون ثابت شده افرادی که در روز حداقل یک بار وارد این شبکه‌ها می‌شوند 15 دقیقه کمتر درس می‌خوانند و در نتیجه نمرات پایین‌تری به دست می‌آورند.

با این حال پروفیسور روزن بر تاثیر مثبت این شبکه‌ها هم تاکید کرد و گفت: این شبکه‌ها می‌توانند معاشرت نوجوانان و جوانان خجالتی را راحت‌تر کنند و آنها را از پوسته خود بیرون بیاورند و به رفتارهای اجتماعی متمایل کنند.

در عین حال نوجوانان می‌توانند از هم چیزهای زیادی یاد بگیرند و در مواردی که نیاز به همدردی دارند با تعامل با یکدیگر آن را به دست آورند.

گاردین