

اینترنت و ابتلا به افسردگی

روانپزشکان می‌گویند بین افسردگی و استفاده زیاد از اینترنت ارتباط مستقیمی وجود دارد ..

روانپزشکان می‌گویند بین افسردگی و استفاده زیاد از اینترنت ارتباط مستقیمی وجود دارد . به گزارش بی‌بی‌سی، مطالعه‌ی روانپزشکان که در ژورنال آسیب‌شناسی روانی انگلیس منتشر شده‌است نشان می‌دهد که 1.2 درصد افرادی که مورد مطالعه قرار گرفته‌اند به نوعی معتاد به اینترنت و از بین آن‌ها اکثریت افسرده هستند با این حال این تیم از پزشکان دانشگاه لیدز می‌گویند که نمی‌توان علت بروز این دو بیماری را به یکی دیگر خواند و یا گفت که این افراد از بیماری‌های دیگر روحی روانی رنج نمی‌برند.

جامعه آماری این مطالعه 1319 نفر از افرادی بودند که پرسشنامه‌های مربوط به آن را از طریق اینترنت پر کردند. به این ترتیب افراد از طریق شبکه‌های اجتماعی با این پرسشنامه‌ها آشنا می‌شدند و به سوالاتی در مورد میزان و هدف استفاده آن‌ها از اینترنت پاسخ می‌دادند.

در این پرسشنامه همچنین از افراد شرکت کننده که همگی دارای سنین 16 تا 51 سال، با میانگین سنی 21 هستند، در مورد بیماری افسردگی سوالاتی می‌شود.

پزشکان بعد از بررسی نتایج دریافتند که بخش کوچکی از افراد شرکت کننده فعالیت‌های روزمره در زندگی عادی خود را با چت کردن و گشت و گذار در شبکه‌های اجتماعی عوض کرده‌اند.

در این بین 18 نفر از شرکت‌کننده‌ها که 1.2 درصد از کل را تشکیل می‌دهند به تشخیص پزشکان معتاد به اینترنت هستند.

علاوه بر این افرادی که به معتاد به اینترنت بودند 5 برابر افراد دیگر دارای افسردگی بودند.

دکتر کاترینا موریسون که رهبری این تیم تحقیقاتی را در دست داشته است می‌گوید: "اینترنت در زندگی مدرن نقش مهمی ایفا می‌کند ولی فواید آن توسط مضرات آن پوشیده شده‌اند. خیلی از مردم از اینترنت برای پرداخت قبوض، خرید کردن آنلاین و چک کردن ایمیل‌های کاری استفاده می‌کنیم، بخشی از جامعه توانایی کنترل استفاده خود از اینترنت را ندارند و این امر به جایی می‌رسد که زندگی روزمره آن‌ها تحت تاثیر قرار می‌گیرد."

وی می‌افزاید: "تحقیقات ما نشان می‌دهد که استفاده بیش از حد از اینترنت با بروز افسردگی مرتبط است. چیزی که نمی‌دانیم این است که کدام علت و دیگری است. یعنی نمی‌دانیم آیا افرادی که افسرده هستند از اینترنت بیشتر استفاده می‌کنند و یا اینکه استفاده بیش از حد از اینترنت باعث ابتلا به افسردگی می‌شود."

با این حال دکتر ووگان بل از انستیتوی روانپزشکی کالج کینگ لندن می‌گوید که افراد معتاد به اینترنت همگی از لحاظ روحی بیمار هستند و یافته‌های تیم دانشگاه لیدز مطلب جدیدی ارائه نمی‌دهد.

وی می‌گوید: "اعتیاد به اینترنت مانند اعتیاد به کارهای دیگر است. کسی که بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کند از ناهنجاری‌هایی رنج می‌برد که افراد معتاد به تلویزیون، کتاب و خرید کردن را مبتلا می‌سازد. به همین دلیل هم معلوم نیست که آیا علت اصلی این مشکل اینترنت است یا خیر."