



دانشگاه هرمزگان
وزارت آموزش و پرورش
اداره کل آموزش و پرورش استان هرمزگان
مدیریت آموزش و پرورش شهرستان میناب



Third National Conference on Professional Research in Psychology and Counseling



سومین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره "با رویکرد از نگاه معلم"

بررسی تاثیر فعالیت در فضای سایبری و مجازی بر اختلال اضطراب اجتماعی

مهديه محمدی

کارشناسی روانشناسی

Mahdiyeh.mohammadi@maifa.com

چکیده

اختلال اضطراب اجتماعی نوعی اضطراب است که با ترس و اضطراب شدید در موقعیت های اجتماعی شناخته می شود و حداقل بخشی از فعالیت های روزمره شخص را مختل می کند. اضطراب اجتماعی یک اختلال بسیار ناتوان کننده است که می تواند بسیاری از جنبه های زندگی فرد را مختل کند. در موارد شدید، اضطراب اجتماعی می تواند کیفیت زندگی فرد را به شکل چشمگیری کاهش دهد. بعضی از مبتلایان ممکن است هفته ها از خانه خارج نشوند یا از بسیاری موقعیت های اجتماعی مانند موقعیت های شغلی و تحصیلی خود صرف نظر کنند. هدف پژوهش حاضر بررسی آسیب های ناشی از استفاده اینترنت و شبکه های مجازی بر اختلال فوبی اجتماعی (اضطراب و ترس اجتماعی) است، آسیب شناسان روانی اختلال اضطراب اجتماعی را نوعی اجتناب ناراحت کننده و ناشی از ترس می دانند که تناسبی با میزان خطر در یک شیء موجود یا یک موقعیت خاص ندارد و بیمار آن را بی پایه می داند. در دنیای امروزی کودکان و نوجوانان از دسته افرادی هستند که با اینترنت و فضای مجازی رشد می کنند و ارتباط بیشتری دارند. بسیاری از جوانان نسبت به والدین خود آگاهی بیشتری از اینترنت دارند. این یافته ها نشان می دهند که اینترنت مانند یک تیغ دو لبه است که هم می تواند کارکرد مثبت داشته باشد و هم باعث ایجاد زمینه های منفی در زمینه های سلامت و بهداشت روانی شوند. از جمله اثرات منفی اینترنت، آسیب و تنش در روابط است. تحقیقات نشان داده اند یکی از اثرات مخرب و منفی اینترنت ایجاد اضطراب بیمارگونه در کودکان و نوجوانان می باشد.

کلید واژه ها: اختلال فوبی، اضطراب اجتماعی، شبکه های مجازی، فضای سایبری

مقدمه

رشد و گسترش دانش بشری و فناوری های نوین سبب گردیده است که دنیای انسان ها متحول شود و هر لحظه پیچیده تر گردد. با ورود فن آوری ها به بازار، جهان به تعبیر مک لوهان به دهکده جهانی تبدیل شد و از آن مهم تر، پدیده مرتبط دیگری به نام اینترنت به جهان عرضه شد که اطلاعات را در سریع ترین زمان ممکن به دورترین نقاط جهان منتقل می کند و این انفجار اطلاعات شاید مهم ترین پدیده ی قرن حاضر باشد که همه به نوعی به آن وابسته اند. با توجه به این که اینترنت و فضای مجازی به لحاظ گستردگی موضوعات تنوع مطالب و روزآمد بودن اطلاعات و بهره