



اعتیاد اینترنتی

کاظم مطلبی



سرشناسه: مطلبی، کاظم، ۱۳۵۷ - | عنوان و نام پدیدآور: اعتیاد اینترنتی / کاظم مطلبی. | مشخصات نشر: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین، ۱۳۹۶. | مشخصات ظاهری: ۲۴ ص.: مصور. | شابک: ۲۰۰۰ ریال ۶-۷۵-۷۹۱۷-۶۰۰-۹۷۸ | وضعیت فهرست نویسی: فیپا | یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۳ - ۲۴؛ همچنین به صورت زیرنویس. | موضوع: اینترنت -- اعتیاد -- درمان | موضوع: (Intern addiction Treatment) | رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ الف م / ۱۰۱۷ Hm | رده بندی دیویی: ۳۰۲/۲۳۱ | شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۵۵۱۵۴

نام کتاب: اعتیاد اینترنتی

مؤلف: کاظم مطلبی

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

طراح جلد: سعید فلاحتی

صفحه آرا: فاطمه رحمن زاده قمی

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۶

چاپ و صحافی: زیتون

شمارگان: ۲۰۰۰

قیمت: ۲۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۶-۷۵-۷۹۱۷-۶۰۰-۹۷۸



اما بخش حقیقی {سبک زندگی}، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است که عرض کردیم. این، بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسأله خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسأله خط، مسأله زبان، مسأله کسب و کار، رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزندان، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مرئوس، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ این‌ها آن بخش‌های اصلی تمدن است، که متن زندگی انسان است.

(بیانات ۱۳۹۱/۰۷/۲۳)

فهرست مطالب

مقدمه.....	۷
تعریف.....	۸
۱) انواع اعتیاد اینترنتی.....	۸
۲) علل و زمینه‌ها.....	۹
۳) علائم و نشانه‌ها.....	۱۱
۴) آسیب‌ها.....	۱۱
۵) راهکارها.....	۱۳
یک) راهکارهای پیشگیرانه.....	۱۳
دو) راهکارهای درمانگرانه.....	۱۵
۶) پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت.....	۱۷
نتیجه‌گیری.....	۲۰
کتابنامه.....	۲۱

مقدمه

استفاده از فناوری‌های نو، در دنیای امروز جزء جدایی‌ناپذیر زندگی روزمرهٔ انسان شده و اینترنت به عنوان سرآمد این فناوری‌ها، با قابلیت‌های ارتباطی خود و ورود به عرصهٔ زندگی بشر، توانسته است جهانی جدید برای او بسازد. دنیای مجازی^۱ اگرچه امکانات بی‌شماری برای انسان به ارمغان آورده و به دنبال آن تغییرات مهمی در سبک زندگی ایجاد کرده و البته آسیب‌های فراوانی نیز پدید آورده است. اعتیاد به اینترنت یکی از شایع‌ترین آسیب‌های فضای مجازی است که افراد و خانواده‌ها را به شدت تهدید می‌کند. در این نوشتار پس از تعریف، بیان اقسام و زمینه‌های بروز اعتیاد اینترنتی، به آسیب‌شناسی و راهکارهای مواجهه با آن پرداخته شده است.

1 . Virtual World.

تعریف

اعتیاد در لغت یعنی عادت کردن^۱ و اعتیاد اینترنتی یعنی استفاده بیش از اندازه از اینترنت، به گونه‌ای که موجب وابستگی در فرد شده، روابط اجتماعی او را مختل کند. در این حالت اراده و اختیار فرد از او گرفته شده و شخص به سلامت و وظایف انسانی خود بی‌توجه می‌شود.^۲ اعتیاد به اینترنت (IAD)^۳ اصطلاحی است که برای اولین بار توسط کیمبرلی یانگ^۴ مطرح شد.^۵ در منابع روانپزشکی نیز از آن به «وسواس به اینترنت» تعبیر شده است.^۶ علی‌رغم^۷ فرمود: «عادت بر هر انسانی حکومت می‌کند»^۷

۱) انواع اعتیاد اینترنتی

اعتیاد اینترنتی را می‌توان به پنج دسته تقسیم کرد: یک) اعتیاد به هرزه‌نگاری: در این نوع اعتیاد، افراد به هرزه‌بینی، هرزه‌خوانی، مبتذل‌گویی و مبتذل‌نویسی در محاورات و مکاتبات اینترنتی عادت می‌کنند. دو) اعتیاد ارتباطی: این نوع از اعتیاد در شبکه‌های اجتماعی،

۱ . عمید، فرهنگ فارسی عمید، ذیل واژه.

۲ . آل بویه، شاملی، «اعتیاد اینترنتی از منظر اخلاقی و آسیب‌های اخلاقی آن»، فلسفه و الاهیات، ش ۸۳، ص ۹۸.

3 . Internet addiction disorder.

۴ . دکتر کیمبرلی یانگ (Kimberly Young) روان‌شناس آمریکایی و مؤسس اولین مرکز ترک اعتیاد به اینترنت است.

۵ . یانگ و نابوکود آبرئو، اعتیاد اینترنتی، ص ۷؛ سالاری‌فر و همکاران، بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، ص ۵۳۸.

۶ . کاپلان و سادوک، خلاصه روانپزشکی، ج ۲، ص ۴۰۲.

۷ . تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۲۲.