

## โรคติดเน็ตคุณเป็นหรือเปล่า

นำเสนอเมื่อ : 27 ก.ย. 2552

อินเทอร์เน็ตเป็นเทคโนโลยีอย่างหนึ่ง ซึ่งก็เช่นเดียวกับเทคโนโลยีอื่นที่มนุษย์ประดิษฐ์คิดค้นขึ้น คือมีทั้งข้อดีและข้อเสีย นอกเหนือไปจากเรื่องไม่ดีไม่งามต่าง ๆ ที่หลังไหลมูกับสื่อชนิดนี้ ไม่ว่าจะเป็นภาพลามกอนาจาร ไวรัส การพนัน หรืออะไรร้าย ๆ ทำนองนี้แล้ว แมแต่คนเล่นเว็บที่เลือกชมแต่สิ่งดี ๆ ก็อาจจะมีปัญหาได้เหมือนกัน

เนื่องจากในสังคมอเมริกันมีคนใช้อินเทอร์เน็ตเป็นจำนวนมาก และนับวันก็จะเพิ่มขึ้น ดังนั้น เขาจึงเกิดความเป็นห่วงกันว่า เทคโนโลยีใหม่นี้จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตคนบางหรือเปล่า ดังนั้นนาย David Greenfield นักวิจัยและนักจิตบำบัด จึงได้ร่วมกับสำนักข่าว ABC News ทำการสำรวจความรู้สึกและสภาพจิตใจของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตจำนวนมากถึง 17,251 ราย ผ่านทางเว็บไซต์ [www.abcnews.com](http://www.abcnews.com) ซึ่งถือเป็นการศึกษากลุ่มผู้ใช้อินเทอร์เน็ตครั้งใหญ่ที่สุดเท่าที่เคยทำกันมา และได้นำเสนอผลงานครั้งนี้ในที่ประชุมประจำปีของสมาคมจิตเวชอเมริกัน (American Psychological Association) เมื่อเดือนสิงหาคม (2542) ที่ผ่านมานี้เอง

ผลการศึกษาครั้งนี้ดูเหมือนจะสนับสนุนแนวความคิดที่กำลังเป็นที่ยอมรับกันมากขึ้นว่า ความอยากใช้อินเทอร์เน็ตอย่างไม่อาจหักห้ามใจตัวเอง หรือเราอาจเรียกว่า "โรคติดเน็ต" นั้น เป็นปัญหาทางจิตอย่างหนึ่ง และเป็นปัญหาที่มีอยู่จริง

แบบสอบถามที่ใช้ในการสำรวจครั้งนี้ Greenfield ปรับปรุงมาจากแบบสอบถามที่ใช้กับผู้ติดการพนัน ซึ่งถ้าผู้ถูกสำรวจตอบ "ใช่" มากกว่า 5 ข้อจากเกณฑ์ 10 ข้อ ก็จะถูกประเมินว่ามีอาการติดอินเทอร์เน็ต ปรากฏว่ามีผู้อยู่ในเกณฑ์นี้ 990 รายจากผู้ตอบทั้งหมด หรือ ประมาณ 5.7 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งถ้าคิดว่าประชากรที่ใช้อินเทอร์เน็ตทั่วโลกมีประมาณ 200 ลานราย ก็หมายความว่าอาจจะมีผู้ติดเน็ตถึง 11.4 ลานคนที่เดียว

Greenfield กล่าวว่า "ในฐานะนักบำบัด ผมพบผู้ป่วยทั้งประเภทที่ครอบครัวแตกแยก, เด็ก ๆ มีปัญหา, พวกที่ทำผิดกฎหมาย และ พวกที่กำลังใช้เงินมากเกินไป

อย่างไรก็ดีจำนวน 5.7 เปอร์เซ็นต์ที่มีปัญหานั้น ก็จัดว่ายังน้อยเมื่อเทียบกับการคาดการณ์ก่อนหน้านี้ ที่คิดว่ามีประมาณ 10 เปอร์เซ็นต์ หรือมากกว่า ซึ่งเป็นผลมาจากการสำรวจของนักเรียนระดับวิทยาลัย นอกจากนี้การสำรวจยังทำผ่านเว็บไซต์เพียงแห่งเดียว และแบบสอบถาม

ยังอยู่ติดกับหัวข้อว่าเรื่องการติดอินเทอร์เน็ตด้วย  
ดังนั้นผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จึงอาจมีแนวโน้มของอาการนี้อยู่แล้วก็ได้ ซึ่งจะทำให้ผลสำรวจเบี่ยงเบนไปบาง

สำหรับผลสรุปอื่น ๆ ที่น่าสนใจจากการสำรวจครั้งนี้ก็เช่น

- 1 ใน 4  
บอมนักเล่นเกมเว็บยอมรับว่าใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อบรรเทาความรู้สึกตกต่ำ, สิ้นหวัง, สำนึกผิด และความกลุ้มใจ
- 1 ใน 7  
ยอมรับว่ามีความรู้สึกหมกมุ่นถึงอินเทอร์เน็ตระหว่างที่ไม่ได้เล่น
- 1 ใน 7 เช่นกัน บอกว่าเคยพยายามจำกัดการใช้ แต่ล้มเหลว
- 1 ใน 14  
มีความรู้สึกกระวนกระวายและหงุดหงิดเมื่อพยายามจะลดการเล่น
- 1 ใน 25 ตอบว่าตนสูญเสียงาน โอกาสทางวิชาชีพ หรือความสัมพันธ์ที่สำคัญเพราะนิสัยการเล่นอินเทอร์เน็ต