

О каких расстройствах психики можно узнать по тому, как человек пользуется смартфоном

Автор: Administrator
18.01.2020 17:36 -

Смартфоны заменяют человеку живое общение, позволяют «убить время» в играх, чувствовать себя лучшим и превозноситься над остальными людьми. Но, нежелание или отказ меньше пользоваться мобильными устройствами приводит к расстройству психики.



Паранойя

В медицине паранойя – это нарушение мышления, чувство, что вас преследуют или угрожают, которое возникает на фоне стресса. Как проявляется паранойя у зависимого от смартфона человека:

1. Появляются слуховые и моторные галлюцинации, ощущает мнимую вибрацию в кармане, которой на самом деле нет, или слышится рингтон входящих звонков.
2. Возникает желание постоянно проверять телефон на наличие входящих звонков или смс.
3. Человеку кажется, что ему должен кто-то позвонить, подсознательно ждет звонка.
4. Отправляет все незнакомые номера в черный список.

Для лечения необходимо пройти курс антидепрессантов, назначенных врачом, и отказаться, полностью или частично, от использования телефона.

Нарциссизм

Нарциссизм – это расстройство личности, убежденность в собственной уникальности и превосходстве над остальными людьми, проявляется как «я самый лучший», «я самый красивый».

Желание человека выделиться на фоне других, заставляют его делать множество фотографий селфи, и выставлять в интернет-сеть.

Заболевание подпитывается от всеобщего восхищения фотографиями, большим количеством лайков, положительными комментариями от чужих и незнакомых людей.

Как правило, любой негативный отзыв или дизлайк вызывает эмоциональный стресс, т. к. за оболочкой нарциссизма скрывается ранимый человек, с хрупкой психикой и низкой самооценкой.

Бессонница

Все современные гаджеты излучают электромагнитные волны, которые проходя через тело и головной мозг, нарушают биоритм человека.

Головные боли и бессонница – это последствия продолжительного использования мобильного телефона. Многие пользователи гаджетов не расстаются с ними даже ночью, смотрят видео или играют, в то время, когда головной мозг должен отдыхать.

Врачи не рекомендуют оставлять смартфоны на прикроватных тумбочках или столиках, в непосредственной близости с головой человека.

Депрессия

Ученые из Мичиганского Университета установили, что, чем больше человек находится в социальной сети, тем быстрее у него появляется депрессия. Этот синдром получил название «Facebook Depression», в России – «Депрессия от Вконтакте».

Человек выставляет в ленту новости, делится теми фотографиями, которые показывают его в лучшем, чем на самом деле, свете. При этом он подсознательно сравнивает себя с другими фотографиями «друзей» в ленте.

Результат, у человека возникает чувство, что у друзей жизнь протекает насыщенной, ярче, фигура лучше, машина круче, телефон новее и т. д.

Чтобы избавиться от депрессии, пойдите на кардинальный шаг и выйдите из всех социальных сетей.

Социофобия

Увлечение Интернет-играми, полное погружение в общение в чатах, социальных сетях вызывает возникновение такого психического заболевания, как социофобия.

Как проявляется болезнь:

1. Человек уходит от эмоциональных, насыщенных взаимоотношений с реальными людьми, родными, друзьями.
2. Отдает предпочтение общаться по смс-переписке, чем просто позвонить или встретиться в живую.
3. Замыкается в себе, уходит в свои мечты, не видит разницы между реальностью и виртуальностью.
4. На последней стадии заболевания, человек-социофоб не способен или боится общаться с людьми, не может вызвать, например, скорую помощь, или газовую службу, или боится просить помощи.

Для лечения психиатры рекомендуют полную изоляцию от интернета. Например, в США уже открывают специальные лагеря для Интернет-зависимых, без доступа к локальной сети.

Как видите, частое использование смартфонов приводит к психическим расстройствам и заболеваниям головного мозга. Чтобы этого избежать, используйте гаджет по назначению, как можно реже берите его в руки. Если обнаружили проблему, то полностью откажитесь от Интернет-сети.