

Unge sin internettbruk knytt til depresjon

Elles friske tenåringer er mykje meir utsette for depresjon om dei brukar mykje tid på Internett.

PUBLISERT 5. september 2010



ILLUSTRASJON: ODA VALLE

Dette er funna i ein studie av 1041 studentar ved vidaregåande skular i Guangzhou, Kina. Alle deltakarane var utan symptom på angst eller depresjon ved starten av studien. Etter ni månader var det to og ein halv gong så mange med alvorleg depresjon blant «patologiske» internettbrukarar som blant andre.

Studien blei publisert 2. august i Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine. Med bruk av sjølvrapporteringsverktøy blei 94 prosent av deltakarane i studien klassifiserte som normale internettbrukarar, medan seks prosent blei rekna som moderat patologiske brukarar eller i stor fare for å utvikla avhengigheit. Etter ni månader hadde 87 studentar, 8,4 prosent, utvikla mild til alvorleg depresjon.

Depresjon er godt etablert som risikofaktor for overdriven internettbruk, men denne studien tydar på at også det motsette kan vera tilfellet, seier førsteforfattaren Lawrence T. Lam ved School of Medicine i Sydney, Australia. Ei mogleg forklaring er at avhengige kan gå dagar og veker utan å få tilstrekkeleg søvn, noko som igjen kan bidra til utvikling av depresjon. Online rollespel kan òg ha innverknad.

Å mislukkast i spelinga blir opplevd like verkeleg som å mislukkast på andre områder i livet, seier Lam ifølgje The New York Times.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 47, nummer 9, 2010, side