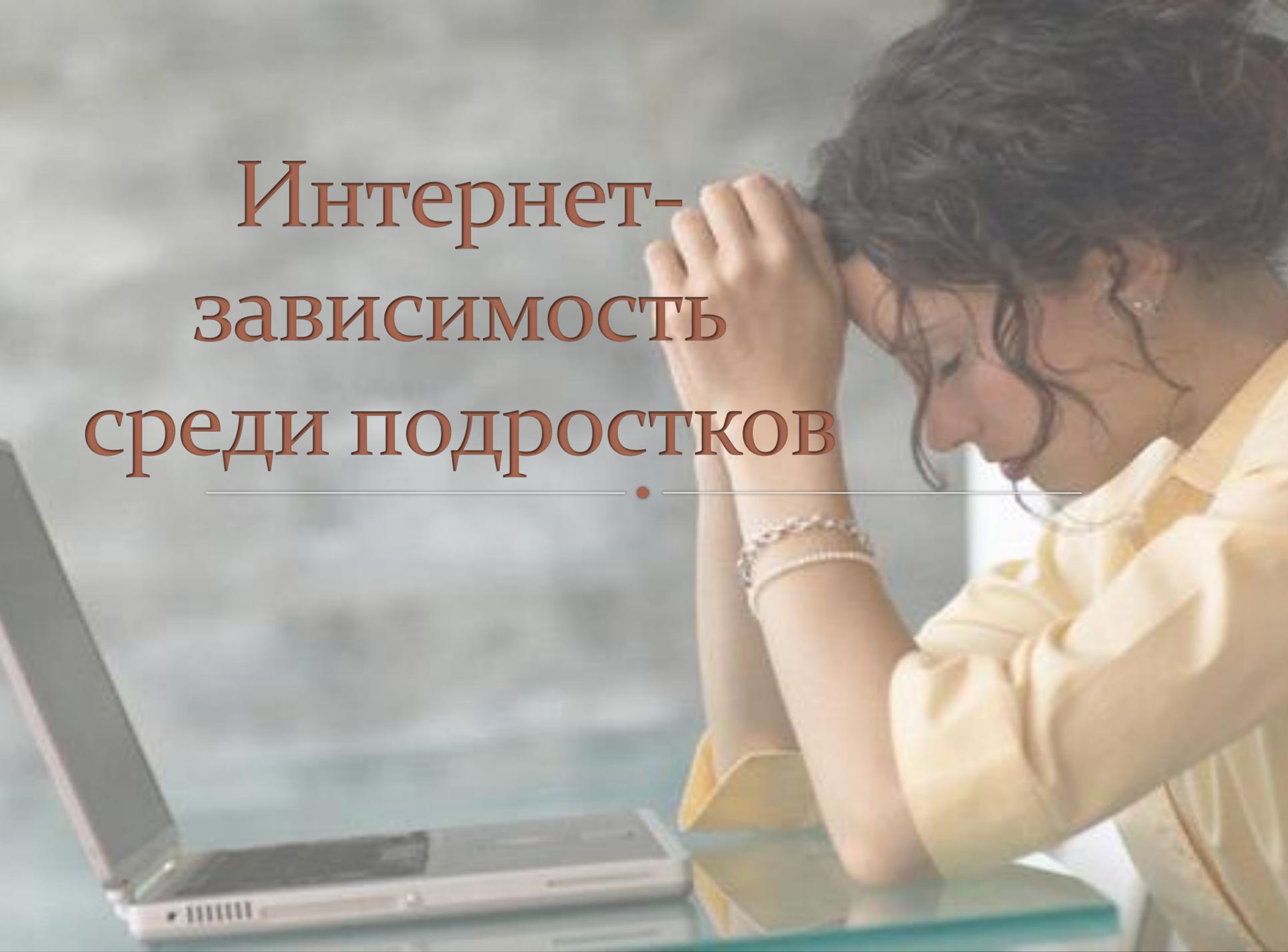


# Интернет- зависимость среди подростков

---





# Причины.

1. Зависимость от онлайн-игр, от которых человек в буквальном смысле не может оторваться.
2. Непреодолимое стремление завязывать все новые и новые знакомства, желание набрать как можно больше «друзей» в различных соцсетях.
3. Навязчивая потребность в интернете: многочасовые дебаты на форумах, участие в разнообразных акциях и т.п..
4. Перегрузка интернет-информацией, что выражается в постоянном поиске информации, бесконечных путешествиях по новостным сайтам и т.п.
5. Непреодолимое желание посещать эротические и порно-сайты .



# Физические симптомы

Симптомами любой из форм интернет-зависимости являются:

- навязчивое желание постоянно проверять «личку» в соцсетях, электронную почту;
- раздражительность, плохое настроение при невозможности выйти в интернет;
- чувство эйфории во время интернет-сеансов;
- увеличение времени, проводимого в сети;
- сокращение до минимума контактов в «реале»;
- пренебрежение своими трудовыми и учебными обязанностями;
- изменение режима сна и бодрствования, бессонница;
- пренебрежение своим внешним видом и личной гигиеной.



# Психологические симптомы

1. хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
2. невозможность остановиться;
3. увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
4. пренебрежение семьей и друзьями;
5. ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером;
6. ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности;
7. проблемы с работой или учебой.

