

---

Социальные опасности:  
интернет-зависимость

---

# Интернет-зависимость — болезнь XXI века

**Интернет-зависимость** – это расстройство в психике, сопровождающееся большим количеством поведенческих проблем и в общем заключающееся в неспособности человека вовремя выйти из сети, а также в постоянном присутствии навязчивого желания туда войти.

Расстройство было описано в 1994 году нью-йоркским психиатром Айвеном Голдбергом.

# Чем опасна интернет-зависимость

- нарушение мыслительных процессов и ухудшение памяти
- асоциальность
- возникновением физических заболеваний
- нарушения отношений в семье

# Причины возникновения интернет-зависимости

## Причины Интернет – зависимости:

- ✓ Доступность разнообразной информации;
- ✓ Широкая интерактивность, постоянное общение;
- ✓ Персональный контроль над информацией о себе, позволяющий создавать определенный «образ»;
- ✓ Анонимность передаваемой информации;
- ✓ Игровая зависимость возникает на фоне скрытой или явной неудовлетворенности окружающим миром и невозможности самовыражения, при страхе быть непонятым.



## Причины интернет-зависимости

- Желание уйти от проблем
- Одиночество
- Депрессия
- Инфантильность
- Недостаток внимания
- Гиперопека родителей
- Сложность в выражении эмоций и построении отношений с близкими

# Типы Интернет-зависимости

- **Бесконечный веб-серфинг** — постоянные «путешествия» по Интернету с целью поиска информации.
- **Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам**, характеризуется большими объёмами переписки, постоянным участием в чатах, форумах, избыточностью знакомых и друзей из Интернета.
- **Игровая зависимость** — навязчивое увлечение сетевыми играми.
- **Навязчивая финансовая потребность** — игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах.
- **Киберсексуальная зависимость** — навязчивое влечение к посещению порносайтов.

## **Стадии Интернет – зависимости:**

**1 стадия** – выбор привлекательного варианта виртуальной реальности.

**2 стадия** – происходит перенос цели в виртуальную реальность, ограничение выбора и формирование зависимости.

**3 стадия** – стадия стабилизации (переход зависимости в хроническую форму).

# Симптомы интернет-зависимости

- 1) Эйфория от пребывания в сети
- 2) Потеря контакта с родственниками и друзьями
- 3) Теряется ощущение времени
- 4) Нет вовлеченности в жизненные процессы
- 5) Постоянное обсуждение интернет-тем
- 6) Ухудшение общего состояния здоровья
- 7) Психическая деградация
- 8) Большие финансовые траты на покупки в интернете

# Лечение интернет-зависимости

- Основные методы решения проблемы — осознание зависимым своей проблемы помощь психотерапевта или психолога.
- В 2009 году в США появилась первая лечебница, занимающаяся исцелением «интернет-зависимости».