

PRIKLAUSOMYBĖ NUO INTERNETO

Kai kompiuteris tampa pagrindine konfliktų šeimoje priežastimi bei mažėja socialinių veiklų, o jas pakeičia kompiuteris, tada ir galima sakyti, kad vaikas tapo priklausomas nuo interneto ar kompiuterio. Tai nutinka ypač tais atvejais, kai realybėje turima socialinių problemų - tada kompiuterinis pasaulis tampa tikrojo pakaitalu, į kurį galima įsitraukti ir būti didvyriu.

Verta susimąstyti jei vaikas:

- nebenori užsiimti veiklomis, kurios anksčiau jį džiugino ar domino;
- vis daugiau praleidžia laiko prie kompiuterio;
- kompiuterį ir internetą naudoja kaip pagrindinį nusiramavimo būdą (pavyzdžiui, kažkas sunervino, nepasisekė – lenda į internetą).

Besaikis naudojimasis kompiuteriu kenkia kasdieninei, įprastai veiklai. Ši priklausomybė gali baigtis visišku įsitraukimu į virtualų pasaulį, bus menki socialiniai ryšiai, stiprės vienatvės jausmas.

Tėvams svarbu laiku pastebėti šiuos psichosocialinius priklausomybės požymius:

- pagerėjusi nuotaika naršant internete;
- labai stiprus potraukis prisijungti prie interneto;
- internete leidžiama vis daugiau laiko;
- sunkumai nutraukiant interneto vartojimą;
- augančios neigiamos emocijos (suirzimas, apatija, pablogėjusi nuotaika, nuobodulys, tuštumos jausmas), kai nėra prisijungęs (-usi) prie interneto;
- sumažėjęs domėjimas šeima, darbu, mokslu, ankstesniais pomėgiais;
- atsakomybės sumažėjimas, neatsakingas savo pareigų namuose ir moksle atlikimas, psichikos sveikatos problemos (depresija, fobijos).