

DBI-Dzień Bezpiecznego Internetu



Dzień
Bezpiecznego
Internetu

2021 | Wtorek
9 lutego

*Przyczyny, skutki i objawy nadużywania
Internetu.*



Spis treści:

- *Przyczyny* ←
- *Skutki* ←
- *Objawy* ←
- *Zakończenie* ◆
- *Źródła*)





Przyczyny:

- ◆ Brak poczucia własnej wartości;
- ◆ Problem w nawiązaniu kontaktu;
- ◆ Potrzeba oderwania się od rzeczywistości;
- ◆ Ucieczka od codzienności;
- ◆ Łatwy dostęp i popularność mediów.





Skutki:

- Brak odróżnienia rzeczywistości od fikcji;
- Zaburzenia emocjonalne, wynikające z wielorakości przeżyć dostępnych w sieci;
- trudności w nawiązywaniu kontaktów rówieśniczych, poczucie wyobcowania;
- adpobudliwość, obniżenie sprawności myślenia oraz koncentracji uwagi.





Objawy:

- Odczuwanie silnego przymusu psychicznego korzystania z Internetu;
- Utrata kontroli nad czasem spędzonym w sieci, osoba nie jest w stanie powstrzymać się od przebywania online;
- Wydłużenie się czasu korzystania z Internetu, osoba potrzebuje przebywać w sieci coraz częściej i dłużej, aby uzyskać satysfakcję;
- W przypadku braku dostępu do sieci osoba odczuwa przykre emocje, jest rozdrażniona, ma obniżony nastrój (zespół abstynencyjny);
- Osoba rezygnuje z wcześniejszych pasji i zainteresowań na rzecz przebywania w sieci;
- Osoba korzysta z Internetu pomimo wystąpienia negatywnych skutków zdrowotnych i/lub pogorszenia się relacji społecznych.





Źródła

- <https://psychoterapia.org/uzaleznienie-od-internetu-sieciologizm-przyczyny-objawy-leczenie>
- <https://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/zdrowie-psychiczne/uzaleznienie-dziecka-od-internetu-i-komputera-objawy-i-przyczyny-aa-9xeV-BMqJ-Tb5B.html>
- <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/sieciologizm/psychofizyczne-konsekwencje-uzaleznien-nalogu-komputerowo-internetowego/>



Przygotowali:

- *Szymon Stupak klasa 6B*
- *Dominika Stupak klasa 8B*

Dziękujemy
za uwagę

