



«Доза интернета»

Целью моей работы является обратить внимание общественности на проблему интернет – зависимости.



Что же такое интернет –
зависимость ?

Интернет – зависимость - это навязчивое
стремление использовать Интернет и
избыточное пользование им,
проведение большого количества
времени в сети.



Эта проблема была
впервые описана в
1995 году нью-
йоркским
психиатром
Айвеном
Голдбергом. По его
мнению
использование
Интернета
вызывает
болезненное

использование



Возникновение интернет – зависимости можно описать также, как и возникновение зависимости от курения. Все начинается очень просто. Ты находишь сайт или страничку. Аналогичная параллель и с курением, это первая сигарета. Попробовал и тебе понравилось. Через некоторое время ты

Стадии развития интернет - зависимости



Стадия I -
Знакомст
во

Стадия II -
Отдаление от
реальности

Стадия III -
Зависимость

То, что сейчас популярно
среди подростков



Совет подростку

A young man with dark hair, wearing a white button-down shirt, is shown in profile from the chest up, looking intently at a laptop screen. The laptop is open on a desk, and his hands are visible on the keyboard. The background is a plain, light-colored wall.

Научитесь контролировать собственное время и время за компьютером. Никто не говорит, что интернет это плохо. Но любая вещь приносит пользу тогда, когда правильно её используешь.

ВСЁ В ТВОИХ РУКАХ!!!