

ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

1. Инфографика «Телефон Доверия» - 133

Единый номер круглосуточной экстренной психологической помощи – 133.

Горячая линия работает для тех, кто оказался в трудной жизненной ситуации. Телефонный звонок является бесплатным. Линия работает в режиме 24/7.

В каких ситуациях необходимо позвонить:

- смерть близкого человека;
- расставание с близкими людьми;
- тяжелые соматические заболевания;
- переживание ситуации насилия и другие, при которых появляется состояние безысходности.

В остальных случаях рекомендуется обращаться на личный прием к соответствующему специалисту (психологу, врачу-психотерапевту, врачу-психиатру-наркологу).

2. Республиканский центр психологической помощи.

Ссылка на сайт: <https://rcpp.by/>

Тел. +375 17 300 1006

3. «Телефон Доверия»

(круглосуточная
психологическая помощь):

Тел. 8017-311-00-99

Моб.: +375-29-899-04-01

+375-29-101-73-73

4. Республиканская детская телефонная линия: 8 801 100 16 11



5. Региональная карта оказания помощи несовершеннолетним, пострадавшим от насилия (сексуального насилия) (приложение 3)

6. Инфографика «Профилактика домашнего насилия» - «Мы в ответе за наших детей»

Онлайн-платформа психологической помощи для подростков
talk2ok.by

БЕЗОПАСНОСТЬ ПОДДЕРЖКА ПОНИМАНИЕ

Если тебе 14-19 лет, ты можешь **БЕСПЛАТНО** и **КОНФИДЕНЦИАЛЬНО** записаться на консультацию к психологу или равному консультанту.

Психолог - это тот, кто поможет людям, которые столкнулись с различными психологическими проблемами.

Ровные консультанты - это студенты Института психологии БГПУ, которые готовы выслушать и поделиться опытом, как они справляются с трудными ситуациями.

МЫ В ОТВЕТЕ ЗА НАШИХ ДЕТЕЙ

СООБЩАЙТЕ О ФАКТАХ СЕМЕЙНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ!

ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ!

- Ребенок одет не по сезону, не по размеру;
- Ребенок невымытый, от него плохо пахнет;
- Ребенок ослаблен, голоден;
- Ограниченный рацион питания;
- Нарушение режима сна;
- Оставление детей надолго без присмотра;
- Травмы из-за недосмотра за ребенком;
- Нелеченые заболевания;
- Ребенка не забирают вовремя из детского сада, либо он не посещает его.



ЛИНИЯ ДОВЕРИЯ

8 017 500 42 66

МИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОМИТЕТ

МЫ В ОТВЕТЕ ЗА НАШИХ ДЕТЕЙ

СООБЩАЙТЕ О ФАКТАХ СЕМЕЙНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ!

8 (044) 521-85-70
(с понедельника с 7.00 до 21.00)

8 (017) 500-42-66
(с 8.00 до 18.00)

МИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОМИТЕТ

СООБЩАЙТЕ О СЕМЕЙНОМ НАСИЛИИ

8 (044) 521-85-70
(с понедельника с 7.00 до 21.00)

8 (017) 500-42-66
(с 8.00 до 18.00)

МИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОМИТЕТ

7. Ссылка на сайт: <https://pomogut.by/>



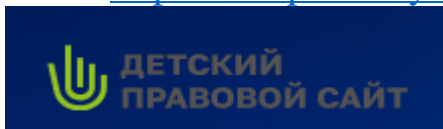
POMOGUT.BY

8. Ссылка на сайт: <https://kidspomogut.by/>



KIDS POMOGUT.BY | безопасность детей в сети

9. Детский правовой сайт: <https://mir.pravo.by/edu/detipodrostki/doverie/>



10. Онлайн-платформа психологической помощи для подростков: ссылка: <https://www.talk2ok.by/>

В Республике Беларусь для оказания психологической помощи подросткам создана интернет-платформа Talk2ok.by. Она предназначена для предоставления психологической поддержки несовершеннолетним в период подросткового кризиса, когда они сталкиваются со множеством стрессовых факторов и не всегда могут с ними самостоятельно справиться.

На платформе консультативную помощь ребятам оказывают педагоги-психологи учреждений образования Республики Беларусь, и каждый обратившийся подросток может оставить заявку или записаться к любому специалисту, которого он сам выберет, чтобы получить профессиональную психологическую помощь и поддержку в режиме онлайн-консультации.

Также на онлайн-платформе Talk2ok.by есть возможность написать в чат равному консультанту, студенту Института психологии БГПУ имени Максима Танка, и получить поддержку сверстника, обладающего необходимыми для этого психологическими знаниями.

Кроме того, на интернет-ресурсе Talk2ok.by в соответствующих рубриках размещены информационно-просветительские материалы по достаточно широкому кругу психологических проблем, с которыми подростки и их родители могут ознакомиться.

Важно! Психологическая помощь и поддержка подросткам на интернет-платформе Talk2ok.by оказывается ДИСТАНЦИОННО, КОНФИДЕНЦИАЛЬНО, БЕСПЛАТНО.

11. Центры, дружественные подросткам

ссылка: <https://medcenter.by/informacija/centry-druzhestvennye-podrostkam/>

12. Здоровый образ жизни. Профилактика вредных привычек (варианты плакатов, инфографики)

➤ Профилактика игровой зависимости

ИГРОМАНИЯ

СИМПТОМЫ ИГРОМАНИИ

Человек:

- вспоминает прошлые игры, планирует будущую ставку. Мысли заняты поиском денег на следующую игру
- при игре испытывает сильнейшее психическое возбуждение, помня о ставке
- при остановке игры или ограничении ставки, может ощущать тревогу, гнев, раздражение
- приходит играть, чтобы «убежать» от проблем
- пытается с помощью игры избавиться от одиночества
- обменивает близкий, пытается скрыть свою истинную потребность в игре

• понимает, что может потерять семью, работу, образование, друзей и близких не может остановиться

• постоянно одолевает деньги

4 СТАДИИ ЗАВИСИМОСТИ

1 Фаза выигрышей 2 Фаза проигрышей 3 Фаза отчаяния 4 Фаза безнадёжности

ЛЕЧЕНИЕ ИГРОМАНИИ

- семейная поддержка
- немедленно обратиться к психологу
- проведение специального психотерапевтического лечения
- психотерапевт индивидуально подбирает лекарственные препараты, учит самоконтроль

ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ

Минск: 8 017 290 44 44
Брест: 8 0162 40 62 26
Витебск: 8 0212 43 22 93
Гомель: 8 0232 37 91 91
Гродно: 8 0152 170
Могилев: 8 0222 47 31 61

Габриэляк: Центр информатических и социальных технологий ЦК ОО «БРСМ»

АЗАРТНЫЕ ИГРЫ

Ученые выяснили, что мозг человека способен выделять особое вещество, которое дает ощущение эмоционального подъема. Называется такое вещество эндорфин. Он представляет из себя внутренний морфин, который в группе химических веществ поплатининового происхождения, и оказывает влияние на эмоции человека.

Азартные игры способны вызвать в организме человека образование эндорфина. Такое увеличение позволяет получить массу эмоций, которые вводит азартного человека в эйфорическое состояние. Когда такое состояние повторяется вновь повторения игровых эпизодов, образуется физическая зависимость, выражающаяся в непреодолимом желании снова испытать перенятые ощущения. Кроме того, игры на деньги способствуют образованию в организме глутамата (при отсутствии эндорфина это вещество провоцирует агрессию и раздражение). В состоянии всех этих факторов происходит физическое привыкание и образуется стойкая зависимость от азартного

Отсутствие эндорфина толкает зависимого играть в азартные игры. Это дает возможность восполнить отсутствие сладострастного состояния и уменьшить агрессивность. Именно по этой причине азартный человек вновь и вновь возвращается к игре в азартные игры. И даже при понимании проблемы многие игроки не могут отказаться от игрового процесса, возбуждающего нервную систему, даже когда игра не приносит выигрыша. Замкнутый круг повторяется и человек становится заложником своего, казавшегося безобидного увлечения. Желание отыграться толкает на еще более крупные проигрыши, которые в конечном итоге приводят к образованию долгов. Затем, если человек не в состоянии вернуть долги, запускается процесс деградации личности.

ИГРОМАНИЯ

Игромания, лудомания (ludus – игра), гемблинг (to gamble – играть в азартные игры) – это болезненное состояние, патологическая зависимость от различных азартных игр. Это заболевание относится к группе психических расстройств, и занимает особое место среди зависимостей именно из-за своих последствий. От него страдают преимущественно молодые, чаще успешные и нередко талантливые люди, которые быстро утрачивают свои способности, ценя, narrowly ущерб себе и своим семьям, часто на почве зависимости совершают преступления.

ПРИЗНАКИ ИГРОМАНИИ

Человек постоянно думает об игре, проводит за ней все больше времени. Он перестает заниматься своими обычными делами, забрасывает учебу и работу. Он уже не способен прекратить играть даже после череды проигрышей, в тем более после выигрыша. Когда он не играет, то испытывает постоянный психологический дискомфорт, раздражение, беспокойство, вместе с непреодолимым желанием снова приступить к игре. Такое состояние напоминает состояние абстиненции у наркоманов – человек может справиться с о з о в о й б о л ь ю , нарушениями сна, беспокойством, депрессией, упадком сил, нарушением внимания. Во время игры наркоман, человек испытывает состояние эйфории и подъема сил, точно так же, как при приеме некоторых психотропных средств. Ему все труднее отказаться от игры, он просто перестает контролировать себя.

СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ИГРОМАНИИ

Игромания разрушает жизнь человека почти так же эффективно, как алкоголизм или наркомания. Он постепенно отдаляется от друзей, теряет семью, работу. При этом накапливаются денежные долги, человек перестает нормально питаться, начинает злоупотреблять алкоголем. Нарастает чувство тревоги и утрата сна, человек в голову приходит мысли о суициде. Постепенно он становится готовым на все, даже на преступление, для того, чтобы добыть денег на игру.

Необходимо знать и помнить!

- Игромания – это не привычка и не безобидное времяпрепровождение.
- Игромания – это болезненная зависимость с непреодолимой тягой к азартным играм.
- Навяз играть, есть риск програть свою жизнь.
- Самостоятельно справиться с этой болезнью, как правило, невозможно. Требуется помощь специалистов: врача-психиатра-нарколога, врача-психотерапевта, психолога.

Геймерами не рождаются, ими становятся!

ИГРОМАНИЯ

Как справиться?

1. Повысить его статус в семье, но работе – пусть он осознать, что может быть полезен и нужным не только во время игры, но и в реальном мире. Довести, что жизнь вне игры тоже может быть интересной.
2. Если игровая зависимость достигла второй, о том более третьей или четвертой стадии, необходимо специализированную помощь врача-психотерапевта, который предлагает комплексное лечение с учетом особенностей личности.
3. Сделать анализ причин, которые привели к игровой зависимости: проведет диагностирование, научит самоконтролю и саморегуляции; разработать индивидуальную антидепрессивную схему лечения.
4. Чтобы лечение было успешным и человек смог вернуться к нормальной жизни, полной счастья, удовольствия и любви, но без игр, необходимо сразу же начать лечение, которое игромания должна сама понимать, что она зависима, и принять это.

СОВЕТЫ

ЧЕЛОВЕКУ СЕМИМ И ВОСЬМЬЮ ЧЕЛОВЕКОМ, СТРАДАЮЩЕГО ПРИСТРАСТИЕМ К АЗАРТНЫМ ИГРАМ.

1. Платите налог. ЗАЩИТИТЕ СЕбя И ПЛАТите С О С Б Е , не говорите ни о ком из друзей или знакомых.
2. Имейте свое зеркало на ст, чтобы видеть свое собственное состояние в а ситуации человека, страдающего пристрастием к азартным играм.
3. Не воспринимайте такое поведение своего друга, родственника, мужа (жены) как

предназначение, хотя у вас есть право на такие чувства.

4. Вы можете сказать, но не пытайтесь сказать это. Вам нужно научиться правильно давать советы своим друзьям.
5. Не пытайтесь установить контроль над своим игроманом – это не поможет и только заставит вас еще больше страдать.
6. Обращайтесь к специалистам от азартных игр, а не пытайтесь это сделать сами.
7. Приходите на встречи, чтобы вы могли взять на себя ответственность за свое поведение: есть ли свои обязанности в кризисе и на работе. Вы не должны, потому что игра, проигрыш не лже в финансы.
8. Не давайте игроману денег и не оплачивайте его долги.
9. Будьте осторожны за юридической, финансовой и другим видами консультаций, чтобы знать, что можно предпринять в вашей ситуации.
10. Откровенно расскажите в своих чувствах человеку, страдающему пристрастием к азартным играм.
11. Поддержите его в его борьбе с зависимостью, но не боритесь его бремя на себя. Возможно, вам придется сказать: «Я могу помочь тебе, я буду рядом, но я не смогу сделать это за тебя».

ЗНАЙТЕ, что все игроманы системно держатся на денежные средства игрока. Именно за не счет игроков казино, букмекерская контора или онлайн-игр Bonogate, раздают деньги людям, зависящих от азартных игр.

Не верьте в легкие деньги, это сонморево, который изобретает людям с головой, как заблудившийся человек. Помните это и при любых обстоятельствах ОСТАВАЙТЕСЯ КОЗЕЛКАМИ СВОЕЙ КОЛЫСКИ!

17 "Вместо обычной карты памяти, "идентифицирующей" и "обеспечивающей" данные!"

18 "Вместо обычной компьютерной детали!"

19 "Вместо обычной компьютерной детали!"

ИГРОМАНИЯ

Как справиться?

Заглянув первый раз в казино или ножа в первый раз кнопку игрового автомата человек не знает, что очень быстро азарт, азарт и эйфория могут сменить строгим, безысходностью и одиозностью. Как незаметно можно стать добычей игровой индустрии ИГРОМАНОМ.

Игромания (лудомания, гемблинг-зависимость) – это зависимость от азартных, в том числе от компьютерных игр, когда человек утрачивает интерес ко всему, что не связано с игрой. Игра становится центральным звеном его жизни, сдвигая жизненный баланс в сторону игровых потребностей.

Игромания строгий адам разных видов (арт, модостя в игоре зрелищ людей) и ринного социального статуса.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ:

На первой, начальной стадии человек играет периодически, ставки не выходят за пределы, человек довольно спокойно относится к проигрышам, но иногда выигрывает довольно крупную сумму. Все желание человека играть еще сильнее оттачивается на игре.

На второй стадии человек часто уходит с работы, чтобы было больше времени на игру. Возрастает потребность определять ставки и выигрывать, становится игрой. Все полученные от игры средства снова вкладываются в игру. Игру отменяется настолько, что отказаться от нее самостоятельно очень сложно.

ИГРОМАНИЯ

Как справиться?

На третьей стадии игра становится центром всей жизни. Человек во время игры испытывает сильное психическое возбуждение. При ограничении азартных игр человек чувствует гнев, раздражение, ярость, агрессию.

Игромания (лудомания, гемблинг-зависимость) – это зависимость от азартных, в том числе от компьютерных игр, когда человек утрачивает интерес ко всему, что не связано с игрой. Игра становится центральным звеном его жизни, сдвигая жизненный баланс в сторону игровых потребностей.

Игромания строгий адам разных видов (арт, модостя в игоре зрелищ людей) и ринного социального статуса.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ:

На третьей стадии игра становится центром всей жизни. Человек во время игры испытывает сильное психическое возбуждение. При ограничении азартных игр человек чувствует гнев, раздражение, ярость, агрессию.

Игромания (лудомания, гемблинг-зависимость) – это зависимость от азартных, в том числе от компьютерных игр, когда человек утрачивает интерес ко всему, что не связано с игрой. Игра становится центральным звеном его жизни, сдвигая жизненный баланс в сторону игровых потребностей.

Игромания строгий адам разных видов (арт, модостя в игоре зрелищ людей) и ринного социального статуса.

ПОСЛЕДСТВИЯ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

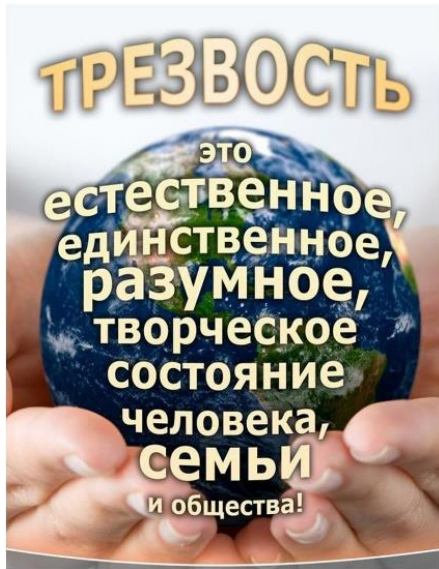
- постоянные конфликты с близкими людьми, ртвса семья;
- потеря друзей, работы, угроза социального статуса;
- большой денежный долг (если игра велась на деньги);
- разрушение физического и психического здоровья;
- летаргия личности.

ЛЕЧЕНИЕ ИГРОМАНИИ

На начальной стадии игровой зависимости можно справиться самостоятельно с помощью специалистов:

- стабилизировать обстановку в семье, избежать конфликтов;
- обратиться к психологу, который поможет справиться с игровой зависимостью;
- прекратить зависимость человека от азартных игр, встречи с друзьями, путешествия, другие хобби.

➤ Профилактика курения



Подростковый алкоголизм



Что такое алкоголизм?
Алкоголизм - это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся патологическим влечением к ним, развитием психической и физической зависимости. Доза спиртного в организме взрослого человека 4,5 промилле считается реальной угрозой для жизни, 0,5 промилле - алкогольное опьянение. Для подростков эти цифры значительно ниже.

Алкоголиками не рождаются. Они становятся!

Причины пристрастия подростков к алкоголю:

- ✓ любопытство;
- ✓ стремление почувствовать себя взрослым;
- ✓ облучения общения с другими ребятами;
- ✓ усталость, страх;
- ✓ для снятия напряжения;
- ✓ для смелости.

Психологические причины:

- ✓ трудности приспособления к условиям окружающей среды;
- ✓ конфликт с окружающим;
- ✓ неудовлетворенность своим положением, одиночество;
- ✓ осознание своей неполноценности в чем-либо либо.



Стадии приспособления к алкоголю

- употребление «безобидных» и «безалкогольных» легких напитков;
- постепенный переход к крепким напиткам;
- частое употребление алкоголя; отсутствие выраженных соматических последствий;
- отрицание наличия проблем, связанных с алкоголем;
- негативное отношение к предложению начать лечение.

ВРЕЯ ЗДОРОВЬЮ, НАНОСИМЫЙ АЛКОГОЛЕМ:

- токсическое воздействие алкоголя на нервную систему;
 - воздействие на психику подростка;
 - поражение печени, развивается цирроз печени;
 - спиртные напитки «разрыхляют» слизистую оболочку желудка, нарушают секрецию и состав желудочного сока, что затрудняет процесс пищеварения, происходит резкое истощение организма с потерей веса.
- Алкоголь сокращает продолжительность жизни на 10-15 лет. Провоцирует самоубийство на почве алкогольного похмелья.
- Профилактика алкоголизма у подростков**
- создать трезвенническую установку и мотивацию к здоровому образу жизни;
 - выявление предрасположенных к алкоголю людей и постоянное внимание к ним;
 - информирование об особенностях алкоголя, его опасных последствиях для здоровья;
 - обучение навыкам сопротивления в ситуациях, связанных с употреблением алкоголя, рисков развития зависимости и рецидива.
- В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, следует, не теряя времени, обращаться за консультациями и помощью к специалистам.

ПИВНОЙ АЛКОГОЛИЗМ У ПОДРОСТКОВ

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

ЕСТЬ ЛИ БЕЗОПАСНЫЕ ДОЗЫ ПИВА?
Не думаю, что выпить раз-два в неделю это нормально. Если выпивать 3-4 раза в месяц, это уже злоупотребление, а если каждый день. Не существует понятия «безалкогольного» пива для подростков, пока твой организм не закончил свое формирование. Это, как правило, происходит в 25-летнем возрасте.

КАК АЛКОГОЛЬ ВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ?
Сидеть под его влиянием быстро становится, ленив перестает выделять в организм важные продукты, клетки печени хуже удаляют яд, ослабевают функции. Неуклонно развивается процесс, даже кажется поведением, обязательным и какой-то мере деформируется личность (повышается агрессивность, вспыльчивость, неустойчивость, либо поддается влиянию чуждых воздействий, невозможность найти «общий язык» с родителями). Систематическое употребление алкоголя очень быстро вводит в привычку.

СКОЛЬКО АЛКОГОЛЯ В ПИВЕ?
Пятипроцентное пиво имеет в среднем 5 граммов 5% алкоголя, это уже 50 мл чистого 5%, или около 100 гр. воды. У чистого виски крепость, то есть алкоголь, почти в 40 раз выше, содержание в пиве. Поэтому опасность представляет крепкое пиво (King, King), добавка алкоголя не только увеличивает его крепость до 12%, но и делает напиток особенно агрессивным.

КАК ОБЩАЕТСЯ ПИВОМА?
Решать, по сути, приходится подросткам носить с собой бутылочку пива и при необходимости и не на ходу. Решать, какой именно напиток лучше: пиво, это все же опасно, но зато «хорошо» воздействует на организм.

И, если ты сомневаешься с дешевой бутылкой пива, адекватно оцени, а две бутылки пива — для обеда и десерта.

ПРОБЛЕМЫ СИЛУ ВОЛИ, СЛУБЯЩИЙ ГОЛОС РАЗУМА, НЕ ПОДАВАЮСЯ НА СОЦИАЛЬНЫЕ ИГРЫ И ИГРЫ С СЕРЬЕЗНЫМИ ПОСЛЕДСТВИЯМИ

ОПАСНОСТЬ ОСТРЫХ ОЩУЩЕНИЙ — ЗАВИСИМОСТЬ СПОРТИВНО-ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ — ЗАЛОГ ТВОЕГО ЗДОРОВЬЯ!

17 «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ГИГИЕНЫ, ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ»

Профилактика Internet зависимости

КЛАССИФИКАЦИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

Каждый 2-ой пользователь интернет сети страдает интернет зависимостью.

Зависимость вызывает 4 вида вирусов-паразитов.

ВЕБ-СЕРФЕР

СИМПТОМЫ
Бессистемно потрогивать посылки и вкладки.
Постоянно просматривать ленту и новости любой инфы.

ГЕЙМЕР

СИМПТОМЫ
Настоящая зависимость от онлайн игр и компьютерных игр.
Игнорирование учебных обязанностей и друзей.

БАЛАБОЛ

СИМПТОМЫ
Приветствие с персонажами обычных и виртуальных знакомств.
Постоянно выдают странички в соцсетях, устанавливают и используют приложения.

КИБЕРБЕКС

СИМПТОМЫ
Настоящая зависимость от онлайн игр и компьютерных игр.
Постоянный просмотр чужих страничек и профилей.

Дети и компьютерная зависимость

Министерство здравоохранения Республики Беларусь

Компьютерная зависимость по праву считается эпидемией 21 века

Компьютерная зависимость выражается в детях:

- в патологической тяге к играм, просмотрам телесериалов;
- в непреодолимом желании общения в социальных сетях и желании виртуального знакомства.

Памятка родителям

- Ребенок не должен работать на компьютере более 1,5-2 часов;
- Вы должны контролировать приобретение дисков с играми, чтобы они не причинили вреда здоровью и психике ребенка;
- Если ребенок использует компьютер безответственно, необходимо ввести пароль, чтобы сделать невозможным доступ без разрешения родителей.

ИНТЕРНЕТ – ЗАВИСИМОСТЬ

— НАВЯЗЧИВОЕ ЖЕЛАНИЕ ПОДКЛЮЧИТЬСЯ К ИНТЕРНЕТУ И БОЛЕЗНЕННАЯ НЕСПОСОБНОСТЬ ВОВРЕМЯ ОТДЕРЖИВАТЬСЯ ОТ ИНТЕРНЕТА

КЛАССИФИКАЦИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

Каждый 2-ой пользователь интернет сети страдает интернет зависимостью.

Зависимость вызывает 4 вида вирусов-паразитов.

ВЕБ-СЕРФЕР

СИМПТОМЫ
Бессистемно потрогивать посылки и вкладки.
Постоянно просматривать ленту и новости любой инфы.

ГЕЙМЕР

СИМПТОМЫ
Настоящая зависимость от онлайн игр и компьютерных игр.
Игнорирование учебных обязанностей и друзей.

БАЛАБОЛ

СИМПТОМЫ
Приветствие с персонажами обычных и виртуальных знакомств.
Постоянно выдают странички в соцсетях, устанавливают и используют приложения.

КИБЕРБЕКС

СИМПТОМЫ
Настоящая зависимость от онлайн игр и компьютерных игр.
Постоянный просмотр чужих страничек и профилей.

ОПРОС В НЕСКОЛЬКИХ ГРУППАХ В КОНТАКТЕ

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА!

Каждый 2-ой пользователь интернет сети страдает интернет зависимостью.

Принятие компьютерных игр является ключевым на пути к зависимости.