

A hálózat csapdájában

2012 augusztus 01. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása Még nincs értékelve

Mérték

Már egy ideje kialakulóban van egy újfajta „szenvedély-betegség”, a net-függ?ség. Az olvasók közül is lehet, hogy szenvednek benne páran, bevallom, hogy én is átestem már egyszer-kétszer a „kóron".

Más szenvedélybetegségekhez hasonlóan itt is elvonási tünetek jelentkeznek és itt is kényszert érzünk, ha nem

kapjuk meg az „adagunkat”.

Ez is kezelend? függ?ség, de itt azért nem olyan súlyosak a tünetek, mint pl. a drog-, vagy alkoholbetegségnél. Bár vannak olyan esetek, hogy a netez?t már annyira nem érdekli a külvilág, hogy nem is eszik, alszik rendesen és ezért szépen-lassan „leamortizálódik”. Évente el?fordul minden fejlettebb államban –ahol internetet használnak–, hogy bele is halnak a betegségbe.



Úgy kezd?dik a függ?ség, hogy a netes felismeri az internet adta lehet?ségeket, és szenvedélyesen szörfölget, chat-el, vásárol, nézi az ilyen-olyan képeket:-)
Ezután egyre több id?t tölt a monitor el?tt, egyre többet költ a számítógépére, elhanyagolja a mindennapi teend?it, a munkáját. Nem egyszer azért túlórázik, marad bent tovább a munkahelyén, hogy internetezhessen. Ha nem sikerül a hálóra feljutnia, akkor kedvtelen, szenved a hiánytól…

Akkor kezd?dik a nagyobb baj, ha elveszíti az id?érzékét és például az eltervezett id?nél sokkal több id?t tölt netezéssel, mint eltervezte és már a környezete számára is szembet?n?, hogy változott a viselkedése, modora, hangulata és egészségi állapota.

A párkapcsolatokra nézve sem üdvözít?, ha netes ismeretségek köttetnek. A hálón könny? azt írni magunkról, amit csak akarunk és arc nélküli kalandokba bocsátkozni. Szerintem a chat-szerelmeknek is van szerepük abban, hogy manapság nagyon kevés stabilnak mondató kapcsolat van.
Egy id? után az internet-függ? elveszítheti realitásérzékét, elszigetel?dhet a külvilágtól és az emberekt?l, végül teljesen elmagányosodhat.
Mit tehetünk? Az er?sebb akaratú emberek „maguktól” képesek meggyógyulni, ha felismerik, hogy igazából csak maguk segíthetnek saját magukon. Kívülr?l nézve láthatják, hogy nem tartható fent tovább az állapotuk és elhatározással, kitartással meggyógyítják saját magukat. Akik gyengébbek lelkileg, vagy túlérzékenyek, azoknak érdemes küls? segítséget is igénybe venniük.

Bozóky Ágnes

Szerz? a Flag Polgári M?hely tagja



Ajánló