

# PROJECT

**Οι μαθήτριες:**

Αντριάνα Πλάκα

Φιλιά Κρίνου

Βερόνικα Πρένγκα

Δάφνη Πολυχρονάκη

# Εθισμός στο διαδίκτυο



- Ο εθισμός στο διαδίκτυο αναφέρεται στην «καταναγκαστική, υπερβολική χρήση του διαδικτύου και τον εκνευρισμό ή δυσθυμική συμπεριφορά που παρουσιάζεται κατά τη στέρησή της»

Ο εθισμός στο διαδίκτυο δεν αφήνει  
τα παιδιά να σκέφτονται κάτι άλλο  
παραμόνο αυτό



# Τρόποι αντιμετώπισης

- Συμβουλευτική παρέμβαση στον έφηβο και στην οικογένεια.
- **Ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα περιορισμού της υπερβολικής χρήσης.**
- Εκμάθησης ενός ορθολογικότερου τρόπου χρήσης των νέων τεχνολογιών από τον έφηβο.
- Γνωστικό – συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση.
- **Φαρμακοθεραπεία.**
- Υπάρχει η δυνατότητα ενδονοσοκομειακής νοσηλείας στην παιδοψυχιατρική κλινική

Σου φαίνεται ωραίο ;





# Τα σημεία που παρατηρούμε σε ένα άτομο με συμπεριφορικό εθισμό είναι

- Αισθάνεται καλά όταν ασκεί τη συμπεριφορά..
- Για να συνεχίσει να αισθάνεται το ίδιο καλά πρέπει με τη πάροδο του χρόνου να αυξήσει το πόσο συχνά ασκεί τη συμπεριφορά.
- Αν για κάποιο λόγο δεν μπορεί να ασκήσει τη συμπεριφορά έχει άσχημη αίσθηση (όχι απλά στέρηση της καλής αίσθησης).
- Η συμπεριφορά αυτή κυριαρχεί στις πράξεις του αλλά και στη σκέψη του.

Σε σχετικές έρευνες, ένα παιδί 16 ετών απάντησε πως "αν μου πάρεις το κινητό, μου παίρνεις ένα κομμάτι του εαυτού μου".





# Πηγές

- <http://www.paidiatros.com/efivos/psychologia/internet-addiction-prevention>
- <https://el.wikipedia.org>
- <http://www.boro.gr/27580/ethismos-sto-diadiktyo-ta-6-proeidopoihtika-shmadia>

● ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ για την  
παρακολούθηση