

Internet stał się protezą emocjonalną – uzależnia tak samo, jak alkohol czy papierosy

"Badania wskazują, że już półtoraroczne dzieci siadają przed komputerem." - specjaliści, którzy wzięli udział w zorganizowanej w Rybniku Międzynarodowej Konferencji "Zdrowe bicie serca", zwracają uwagę, że to, co rodzice mogą uważać za sukces, tak naprawdę może okazać się pułapką...



Pozwoliliśmy – i sobie i młodemu pokoleniu – na dosyć niefrasobliwe korzystanie z tej doskonałości technicznej, czy też technologicznej – mówiła podczas konferencji Mariola Kujańska, przewodnicząca Regionalnego Towarzystwa Oświaty Zdrowotnej z Rybnika. Psychologowie notują wyraźny przyrost osób uzależnionych od internetu. Jednocześnie, jak wyjaśnia Mariola Kujańska, w fachowej terminologii, w odniesieniu do nadmiernego korzystania z internetu, psychologowie nie posługują się określeniem „uzależnienie”.

Nie mówimy w zasadzie „uzależnienie od internetu”, ale „patologiczne używanie internetu”. Na dzień dzisiejszy nie jest to traktowane jako jednostka chorobowa, natomiast wiemy, że przysparza wielu kłopotów nie tylko dzieciom, osobom młodym, ale także dorosłym. Mechanizm uzależnienia od internetu jest taki sam, jak uzależnienie od narkotyków czy alkoholu. Zaczynamy żyć w wirtualnym świecie.

Kujańska tłumaczy, że internet stał się już dla wielu osób „protezą emocjonalną”, zastępuje bowiem te emocje, których powinniśmy doświadczać w życiu realnym, a ich nie doświadczamy. Specjalistka zwraca również uwagę, że internet bardzo często wpływa na pogorszenie, i tak już często zbyt luźnych, więzi rodzinnych.

Wielu rodziców powtarza: „mój syn miał kiedyś przyjaciół na podwórku, a teraz ma przyjaciół tylko w internecie i to są przyjaciele, z którymi on nigdy się nie widział, ale świetnie się z nimi rozumie”. To jednak dotyczy nie tylko komputera, ale także telefonu komórkowego. Dziś bowiem większość telefonów daje możliwość korzystania z internetu i to pozostaje poza kontrolą rodzica.

Co ciekawe, jak pokazują badania 75% dzieci w wieku 6-7 lat, potrafią świetnie obsłużyć komputer i telefon komórkowy, a tylko 9% potrafi zawiązać sznurowadła. Jednak są jeszcze inne, bardziej niepokojące wskaźniki. Z licznych obserwacji wynika, że przed komputerem zasiadają już nawet półtoraroczne dzieci!

Możliwości technologiczne, a właściwie ekran dotykowy daje możliwość wchodzenia do internetu bez konieczności umiejętności czytania czy pisania i wszystko dzieje się przy pomocy kafelek. Niestety rodzice bardzo często uważają to za sukces, że ich dziecko – jeszcze tak małe – już tak świetnie obsługuje komputer.

Wyjaśnia Kujańska, dodając także, że takie podejście nie do końca jest złe, jeżeli tylko rodzice siadają razem z dzieckiem przy komputerze i pokazują mu, jak prawidłowo korzystać z internetu:

Ja zawsze stawiam takie pytanie – jaki procent rodziców tych dzieci siada z nimi przed komputerem, włącza program, chociażby „sieciaki” i pokazuje, co można zrobić w internecie, a co stanowi zagrożenie. Wiele stron, niestety, dla młodego człowieka daje więcej szkód niż pożytku młodemu człowiekowi.

Podajemy jedną ze stron, gdzie można sprawdzić, czy jest się uzależnionym od internetu:

<http://www.psychologia.net.pl/testy.php?test=infoholizm>

Źródło:

<http://www.radio90.pl/internet-stal-sie-proteza-emocjonalna-uzaleznia-tak-samo-jak-alkohol-czy-papierosy.html>