



A hálózat csapdájában

2012 augusztus 01. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

• [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Már egy ideje kialakulóban van egy újfajta „szenvedély-betegség”, a net-függőség. 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 kényszerűt érzünk, ha nem kapjuk meg az „adagunkat”.

Ez is kezelendő függőség, de itt azért nem olyan súlyosak a tünetek, mint pl. a drog-, vagy alkoholbetegségnél. Bár vannak olyan esetek, hogy a netezőt már annyira nem érdekli a külvilág, hogy nem is eszik, alszik rendesen és ezért szépen-lassan „leamortizálódik”. Évente elfordul minden fejlettebb államban –ahol internetet használnak–, hogy bele is halnak a betegségbe.



Úgy kezdődik a függőség, hogy a netes felismeri az internet adta lehetőségeket, és szenvedélyesen szörfölget, chat-el, vásárol, nézi az ilyen-olyan képeket:-)

Ezután egyre több időt tölt a monitor előtt, egyre többet költ a számítógépére, elhanyagolja a mindennapi teendőit, 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 kezdődik a nagyobb baj, ha elveszíti az időérzékét és például az eltervezett időnél sokkal több időt tölt netezéssel, mint eltervezte és már a környezete számára is szembetűnő, hogy változott a viselkedése, modora, hangulata és egészségi állapota.

A párkapcsolatokra nézve sem üdvözítő, ha netes ismeretségek köttetnek. A hálón könnyű azt írni magunkról, amit csak akarunk és arc nélküli kalandokba bocsátkozni. Szerintem a chat-szerelmeknek is van szerepük abban, hogy manapság nagyon kevés stabilnak mondható kapcsolat van.

Egy idő után az internet-függő elveszítheti realitásérzékét, elszigetelődhet a külvilágtól és az emberektől, végül teljesen elmagányosodhat.

Mit tehetünk? Az erősebb akaratú emberek „maguktól” képesek meggyógyulni, ha felismerik, hogy igazából csak maguk segíthetnek saját magukon. Kívülről nézve láthatják, hogy nem tartható fent tovább az állapotuk és elhatározással, kitartással meggyógyítják saját magukat. Akik gyengébbek lelkileg, vagy túlérzékenyek, azoknak érdemes külső segítséget is igénybe venniük.

Bozóky Ágnes

Szerző a Flag Polgári Műhely tagja

[Tweet](#)



Raffay Ernő ajánlásával
Kortörténeti dokumentumgyűjtemény,
készült jelképesen **1919** sorszámozott példányban

Hangoskönyv CD melléklettel

NYITÓR MENEDÉK
KÖNYVESHÁZ

The banner features a red background with a black fist icon on the left. It displays the title 'Raffay Ernő ajánlásával' and describes a historical document collection. To the right, there are images of a book cover and two CD/DVD discs. A logo for 'NYITÓR MENEDÉK KÖNYVESHÁZ' is in the bottom right corner.

Ajánló