**Чрезмерное использование Всемирной паутины**

Чрезмерное использование Всемирной паутины становится опасным.

Психиатры из университета Флориды определили критерии, по которым можно выявить онлайновую зависимости у пациентов. Указания должны помочь практикующим врачам.

Веб-серфинг, электронная почта, интернет-пейджеры, шоппинг, скачивание музыки и посещение чатов вызывают беспокойство, когда они становятся препятствием для работы или социальной жизни. Так считают доктора Натан Шапира и Уильям МакНайт.

Задача врачей определить, когда чрезмерное использование Всемирной паутины становится дисфункциональным, а также может ли веб-зависимость стать причиной, например, маниакальной депрессии.

Д-р Шапира и г-н МакНайт предложили критерии для диагностирования нездорового использования Интернета. Они сформулировали их на базе итогов своего исследования и других данных.

Итак, 5 сигнальных привычек:

 Пребывание в онлайне намного больше намеченного времени.

 Игнорирование любых других ответственностей.

 Неудачные попытки сократить онлайновые сессии.

 Важные взаимоотношения страдают из-за привязанности к Сети.

 Беспокойство и чувство тревоги вне онлайна.

Шапира вывел критерии после психиатрического обследования 20 добровольцев, которые решили, что у них серьезные проблемы с Интернетом, и 17 студентов с разным пользовательским уровнем.

Оказалось, что у волонтеров были такие психические расстройства, как раздвоение личности и депрессия, а также алкогольная зависимость. Они проводили в онлайне 30 часов в неделю. При этом незначительное пользование в 10 раз превышало существенное.

Продолжаются исследования по определению статуса веб-зависимости. То ли она займет отдельную главу в Диагностическом и статистическом указателе ментальных расстройств, который содержит стандарты для психиатрического диагноза. Или же будет отнесена к разряду импульсивного поведения, как, например, непреодолимая тяга к азартным играм.

Материал взят с сайта:

<http://nark-center.ru/narkomanam/igromania/p_2/id_57/index.html>