

150
razy

- tyle razy średnio w ciągu
dnia użytkownicy
smartfonów sprawdzają
swoje urządzenia

Caufield & Bayers, 2014



NAŁOGOWE ZACHOWANIA

“

...istotą uzależnień behawioralnych jest utrata panowania nad danym zachowaniem oraz kontynuowanie go pomimo wynikających z tego szkód...

”

...specyfika nałogowych zachowań pozwala sugerować, iż prewencja powinna być kierowana do wszystkich grup wiekowych. Problem uzależnień behawioralnych dotyka bowiem osoby w różnym wieku, zarówno młode, jak i starsze, a wczesne symptomy problemów w tym zakresie, stanowią wskaźnik rozwoju zaburzeń w przyszłości...

...czynniki odpowiedzialne za rozwój uzależnień behawioralnych zmieniają się w zależności od etapu rozwoju...

...nie należy zapominać również o tym, iż wiele zachowań nałogowych, ma działanie tzw. "torujące" jest swego rodzaju katalizatorem ułatwiającym rozwój kolejnych zaburzeń, np. alkoholizmu lub narkomanii...

6