

## Netolismus

- Netolismus = závislost na tzv. virtuálních drogách, patří do kategorie nelátkových závislostí.
- Závislost na počítačových hrách, sociálních sítích, internetu (nutnost být stále on-line), mobilním telefonu, televizi atp.
- Termín označuje závislost, která omezuje běžný život, přináší problémy ve škole nebo v zaměstnání. Závislý není schopen plnit své povinnosti (jako např. gambler nebo uživatel drog)
- Znaky závislosti – uvádím na příkladu hraní počítačových her:
  - Nutkavá touha jít si zahrát, abstinenční příznaky (podobné jako u látkových drog), nic jiného mě nebaví, nedokážu vykonávat jinou činnost, přeji si, ať už sedím u počítače (nebo ať už skončí hodina a můžu zapnout mobil...)
  - Hraji čím dál častěji, hraji čím dál déle, hraji o peníze, začínám si půjčovat, lžu, kradu...
  - Nic jiného mě nebaví, nemám čas na přátele, s rodiči se hádám, na basket už taky nechodím... jen hraji
- Předpokládám, že netolismem, tak jak ho výše popisuji, kdy jde opravdu už o závislost, nikdo z naší školy netrpí, ale hodně dětí vykazuje některý ze znaků – třeba nutkavou touhu pravidelně kontrolovat mobil, nebo hraní her na mobilu nebo tabletu v každé volné chvíli
- Zde uvádím několik užitečných odkazů:
  - <http://www.netolismus.cz/>
  - [http://www.prevence-info.cz/sites/default/files/users/9/hlavac\\_pdf\\_13696.pdf](http://www.prevence-info.cz/sites/default/files/users/9/hlavac_pdf_13696.pdf)
  - <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu>
  - <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/566/p-1/>
  - <http://www.bezpecnyinternet.cz/>