

Spis treści

Wstęp. Nowe media. Nowe uzależnienia _____	7
Uzależnienie medialne. Czym jest? Jakie są podstawowe typy uzależnień? ____	11
Typy uzależnień behawioralnych (od czynności) _____	13
Zasoby jednostki i ich wpływ na rozwój i wyjście z nałogu _____	16
Etapy uzależnienia oraz mechanizmy rządzące nałogowym zachowaniem ____	23
Objawy uzależnienia u dzieci i młodzieży _____	27
Patologiczne uzależnienie od mediów jako wynik radzenia sobie z sytuacją stresową _____	30
Uzależnienia medialne a cechy nowych mediów _____	33
Źródła atrakcyjności Internetu _____	36
Uzależnienie i zagrożenie uzależnieniem od Internetu u dzieci i młodzieży ____	38
Zagrożenia (w) Sieci _____	42
Potencjalnie uzależniające cechy gier komputerowych _____	44
Siecioholizm: podstawowe typy i rodzaje patologicznego uzależnienia od Internetu _____	47
Patologiczny hazard i e-hazard _____	56
Uzależnienie od telefonu komórkowego _____	60
Podatność na uzależnienia medialne _____	62
Ambiwalencja – typy konfliktów wewnętrznych i międzyludzkich a patologiczne wzorce korzystania z mediów _____	65
Jak motywować nastolatka do podjęcia terapii? _____	69
Jaka jest więc rola terapeuty w procesie motywacji nastolatka do podjęcia terapii? _____	72

Dialog motywujący w terapii uzależnień _____	77
Dynamika i fazy procesu zmiany w leczeniu _____	79
Myśli automatyczne. Schematy. Zniekształcenia poznawcze _____	82
Praca z rodziną uzależnionego: na przykładzie siecioholizmu _____	85
Uzależnienia a problem relacji dziecka z jego opiekunami _____	93
Współuzależnienie _____	97
Formy profilaktyki uzależnień medialnych (na przykładzie telewizji i Internetu) _____	99
Poziomy i strategie działań profilaktycznych _____	101
Edukacja medialna jako forma profilaktyki uzależnień _____	107
Zakończenie: w stronę modelu zdrowego życia _____	114
Bibliografia _____	115
Nota edytorska _____	124