

WITAJ UCZNIU KLASY 7!

Życie w wolności od uzależnień jest warunkiem stworzenia szczęśliwej rodziny.

Uzależnienia dzielimy na dwie grupy:

uzależnienia chemiczne – osoba uzależniona przyjmuje substancje psychoaktywne w celu osiągnięcia stanu euforii, ulgi, zaspokojenia. Sięga po tytoń, alkohol, dopalacze, narkotyki.

uzależnienia behawioralne - osoba uzależniona powtarza wielokrotnie czynności w celu osiągnięcia stanu euforii, ulgi, zaspokojenia. Można uzależnić się od Internetu, smartfona, zakupów, pornografii...

My dzisiaj, zajmiemy się uzależnieniami behawioralnymi.

Zapraszam Cię na 3 filmy (krótkie) 😊

Dzięki nim, zrozumiesz, czym są uzależnienia od zakupów, hazardu, Internetu, gier...



Uzależnienia Behawioralne – Zakupy

<https://www.youtube.com/watch?v=8GELIs5vVnA>

Uzależnienia Behawioralne - Hazard

https://www.youtube.com/watch?v=NH_bZ6lqwog



Uzależnienia Behawioralne - Internet

<https://www.youtube.com/watch?v=6t1iIT3vLEA>



Uzależnienia Behawioralne - Gry

<https://www.youtube.com/watch?v=tRtVFM9VZtU>

Pamiętajcie, że każde uzależnienie jest poważnym problemem, który nie rozwiąże się sam.

Przypomina ogromną górę lodową.



Chciałabym, abyś nie zapomniał, że możesz do mnie również napisać, wykorzystując do tego pocztę mailową:

sp17soswpt@gmail.com

Nie zapomnij, w tytule maila dodać: **WDŹWR** oraz wpisać **klasa 7**

Chętnie odpowiem na wszystkie pytania.

Pozdrawiam Cię serdecznie i życzę dobrego tygodnia!

Ewa Szkólnik 😊