



# LE DIPENDENZE



# **LA DIPENDENZA DAI SOCIAL**



**Una delle dipendenze più comuni al giorno d'oggi è quella associata ai social media, che implica un utilizzo eccessivo di piattaforme come Instagram, Facebook, Twitter o TikTok, al punto da compromettere le attività quotidiane e il benessere mentale dell'individuo.**

**A lungo termine, questa dipendenza può provocare:**

- Ansia per la disconnessione**
- Comportamento aggressivo**
- Interferenze con la vita quotidiana**

# **LA DIPENDENZA DAL FUMO**

**La dipendenza dal fumo è una condizione in cui un individuo sviluppa una dipendenza dal consumo di tabacco, di solito attraverso le sigarette.**

**Ci sono due aspetti principali della dipendenza dal fumo:**

- Dipendenza fisica**
- Dipendenza psicologica**

**Questa combinazione di elementi rende estremamente complicato smettere di fumare, anche quando la persona è consapevole dei rischi per la salute.**

# **LA DIPENDENZA DALLO SHOPPING**



**La dipendenza dallo shopping è una forma di comportamento compulsivo che porta una persona a fare acquisti in modo eccessivo e incontrollato, spesso senza un reale bisogno.**

**Alcuni segnali di dipendenza sono:**

- Acquisti frequenti**
- Problemi finanziari**
- Sensazione di sollievo**

**Questa dipendenza può essere trattata tramite terapie psicologiche, come la terapia cognitivo-comportamentale.**

# **LA DIPENDENZA DAL GIOCO D'AZZARDO**



**La dipendenza dal gioco d'azzardo, o ludopatia, è una condizione psicologica in cui una persona perde il controllo sul proprio comportamento legato al gioco, continuando a giocare nonostante le conseguenze negative che possono derivarne.**

**Le persone con dipendenza dal gioco d'azzardo possono sperimentare una serie di sintomi psicologici e comportamenti che vanno a compromettere la vita quotidiana.**

# **LA DIPENDENZA DALLA DROGA**



**La dipendenza dalla droga è una condizione in cui una persona sviluppa una forte necessità di assumere sostanze psicotrope (come eroina, cocaina, alcol, marijuana, metanfetamine) per poter «sentirsi bene»**

**La dipendenza dalla droga è una malattia complessa che richiede spesso un approccio multidisciplinare per essere trattata efficacemente. Riconoscere il problema e chiedere aiuto è il primo passo fondamentale verso la guarigione.**

**La dipendenza dalla droga può essere sia fisica che psicologica, e spesso entrambe si manifestano in modo complesso.**

# **LA DIPENDENZA DAI VIDEOGIOCHI**



**La dipendenza da videogiochi rappresenta un utilizzo compulsivo o eccessivo di giochi elettronici e app di gaming, che può anche interferire con la vita quotidiana di una persona.**

**La dipendenza dai videogiochi causa:**

- Difficoltà scolastiche**
- Distrazioni di ogni tipo**
- Problemi di salute**