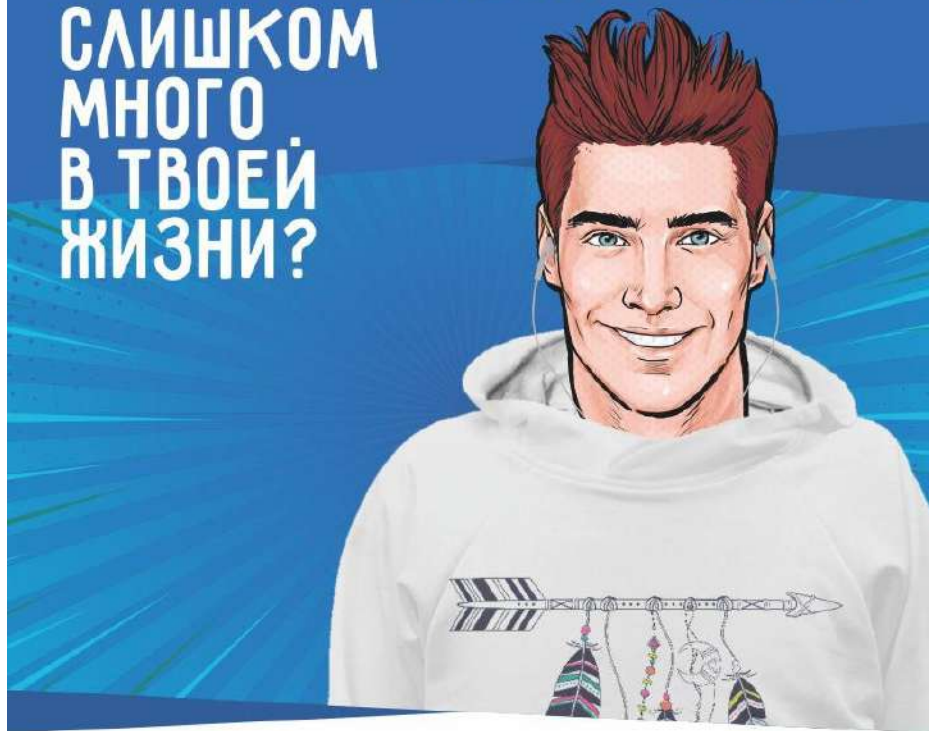


ЧУВСТВУЕШЬ, ЧТО ВИРТУАЛЬНОГО МИРА СЛИШКОМ МНОГО В ТВОЕЙ ЖИЗНИ?



Используй реальный мир для общения.



Ищи друзей в реальности. Виртуальный мир даёт лишь иллюзию принадлежности к группе и не развивает никаких действующих навыков общения.



Наполняй жизнь положительными событиями, поступками.



Имей собственные чёткие взгляды, убеждения.



Избегай лживости и анонимности в виртуальной реальности.



Научись контролировать собственное время и время, проведённое онлайн.



Найди любимое занятие, увлечение, хобби в реальной жизни.



Больше гуляй, проводи время на свежем воздухе, занимайся спортом.

Прислушивайся к советам близких, если они говорят, что ты проводишь слишком много времени за компьютером.

Определи своё место и цель в реальном мире.