

إدمان الإنترنت يمثل تحديًا متزايدًا في المجتمعات الحديثة، ومن أجل مساعدة المدمنين على التغلب على هذه المشكلة، ينبغي تعزيز التوعية حول أضرار إدمان الإنترنت وكيفية التعرف عليه والتعامل معه. كما يجب توفير الدعم النفسي والعلاج السلوكي للمدمنين، بما في ذلك إقامة جلسات استشارية ومجموعات دعم نفسي. ولتعزيز الاتصال الاجتماعي والمشاركة، يجب تشجيع المدمنين على الانخراط في الأنشطة الاجتماعية. من خلال هذه الجهود المتكاملة،