

ПРОЕКТ «

# КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Эта новая болезнь поражает молодую часть населения, преимущественно подросткового возраста и молодых взрослых. Хотя это заболевание не имеет ничего общего с инфекцией, но распространяется по миру со скоростью эпидемии. Очень много сообщений в прессе о том, что тут и там агрессивное поведение подростка привело к трагическим последствиям. Наверное, многие помнят, как американский подросток расстрелял своих сверстников и учителей из автомата, другой пример, гибель китайской девушки, которая перед трагедией сообщила своим товарищам по игре, что очень устала.



# ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Целью данной программы является повышения уровня информированности подростков по данному вопросу.



# ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1. **Предоставление информации по вопросам связанным с компьютерной зависимостью.**
2. **Создание определенного личностного отношения к данной проблеме.**

# ИНФОРМАЦ РАЗДЕЛ.

**У компьютерной зависимости те же корни, что и у игромании (лудомании).**

**Мозг каждого человека снабжен центром удовольствия. Постоянная стимуляция этого центра у лабораторных животных приводит к тому, что они забывают обо всем на свете. Отказываясь от потребления пищи в угоду удовольствиям, лабораторные животные погибают от истощения.**

**Компьютерная болезнь – это недуг, который формируется постепенно. Если виртуальщика оттащить от компьютера на 2 часа и более он, подобно алкоголику, страдающему от похмелья, испытывает абстинентный синдром.**

# ВИДЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ.

1. Зависимость от интернета (сетеголизм)
2. Зависимость от компьютерных игр (кибераддикция)



# СЕТЕГОЛИЗМ

**Сетеголиками (зависимость от Интернета) проявляются бесконечным пребыванием человека в сети. Иногда они находятся в виртуальном мире по 12-14 часов в сутки, заводя виртуальные знакомства, скачивая музыку, общаясь в чатах. Это неряшливые, неуравновешенные люди, которые наплеватьски к близким.**

# СИМПТОМЫ

- **навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;**
- **предвкушение следующего сеанса он-лайн;**
- **увеличение времени, проводимого он-лайн;**
- **увеличение количества денег, расходуемых он-лайн.**

# КИБЕРАДДИКЦИЯ

**Кибераддикция (зависимость от компьютерных игр) подразделяется на группы в зависимости от характера той или иной игры:**

- I. Ролевые компьютерные игры (максимальный уход от реальности).**
- II. Неролевые компьютерные игры (стремление к достижению цели – пройти игру, азарт от достижения цели, набора очков).**

# ПРИЗНАКИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ.

- **Значительное улучшение настроения от работы за компьютером,**
  - **Нежелание оторваться от работы или игры на компьютере,**
  - **Если Вы отрываете больного от компьютера, он испытывает раздражение, даже проявляет некоторую агрессию по отношению к Вам,**
  - **Неспособность спланировать окончание работы или игры на компьютере,**
  - **Пренебрежение домашними делами в пользу компьютера,**
  - **Пренебрежение личной гигиеной и сном в пользу компьютера,**
  - **При общении с окружающими сведение любого разговора к компьютерной тематике,**
  - **Отказ от общения с друзьями.**
- 

# **ФИЗИЧЕСКИЕ ОТКЛОНЕНИЯ У БОЛЬНОГО, СТРАДАЮЩЕГО КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ:**

- **нарушение зрения,**
  - **снижение иммунитета,**
  - **головные боли,**
  - **повышенная утомляемость,**
  - **бессонница,**
  - **боли в спине,**
  - **туннельный синдром (боли в запястье).**
- 

# ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О ИГРАХ

- Известны случаи, когда слишком долгая игра приводила к фатальным последствиям. Так, в октябре 2005 года умерла от истощения китайская девочка после многосуточной игры в World of Warcraft
- .