

**16+**

***Дети в Интернете.  
Проблема Интернет-  
зависимости.***



Компьютерные сети, как вид телекоммуникации - принципиально новый пласт социальной реальности  
Появился новый вид психологического расстройства - Интернет - зависимость.



# \**Гипотеза*

Интернет-зависимость способствует негативному преобразованию личности подростка, так как в этом возрасте в относительно короткий промежуток времени происходят кардинальные сдвиги в формировании личности.



В самом общем виде Интернет-зависимость определяется как "нехимическая зависимость от пользования Интернетом". В некоторых психологических словарях Интернет-зависимость определяют как, психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета.

*Исследователи приводят различные критерии Интернет-зависимости.*

- \*1. навязчивое желание проверить e-mail;
- \*2. постоянное ожидание следующего выхода в Интернет;
- \*3. жалобы окружающих на то, что человек проводит слишком много времени в Интернет;
- \*4. жалобы окружающих на то, что человек тратит слишком много денег на Интернет.

***Общими чертами компьютерной зависимости является характерный ряд психологических и физических симптомов, тесно связанных между собой:***

***Психологические симптомы:***

1. хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
- \* 2. невозможность остановиться;
- \* 3. увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
- \* 4. пренебрежение семьей и друзьями;
- \* 5. ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером;
- \* 6. проблемы с учебой.

***\* Физические симптомы:***

- \* 1. сухость в глазах;
- \* 2. головные боли по типу мигрени;
- \* 3. боли в спине;
- \* 4. нерегулярное питание, пропуск приемов пищи;
- \* 5. расстройства сна, изменение режима сна.

\* Для каждого возрастного периода характерен ведущий тип деятельности, и именно он оказывает существенное влияние на формирование определенной иерархии мотивов, на развитие процесса целеполагания.

***Подросток*** - это развивающаяся личность, ищущая ответы на жизненно-необходимые для него вопросы: "Кто я?", "Зачем я?", "Для кого я?" и "Каков я?".



*Круг потребностей, которые дети и подростки удовлетворяют с помощью Интернета:*

- \* потребность в автономии и самостоятельности (в процессе социализации эта потребность предполагает, в первую очередь, стремление к независимости от родителей);
- \* потребность в самореализации и признании;
- \* потребность в признании и познании;
- \* удовлетворение социальной потребности в общении, в принадлежности к группе по интересам, в любви;
- \* познавательную потребность,
- \* владение новыми знаниями способствует достижению признания со стороны сверстников и самореализации.

*Интернет-зависимость способствует формированию  
целого ряда психологических проблем:*

- \* конфликтное поведение,
- \* хронические депрессии,
- \* предпочтение виртуального пространства реальной жизни,
- \* трудности адаптации в социуме,
- \* потеря способности контролировать время пребывания за компьютером,
- \* возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования интернетом.
- \* вместо стремления "думать" и "учить" предпочитает "искать".



Три основных вида:

1. **Познавательная** - увлеченность познанием в сфере программирования и телекоммуникаций или, как крайний вариант, хакерство;

2. **Игровая** - увлеченность компьютерными играми и, в частности, играми посредством Интернета или, как крайний вариант, т. н. игровая наркомания

3. **Коммуникативная** - увлечение сетевой коммуникацией или, как крайний вариант Интернет-аддикция, в том числе зависимость киберсексуальная.



# Игровая деятельность

*Игровая деятельность* повсеместно признается крайне важным моментом развития, как отдельного человека, так и человеческих сообществ.

Существуют методики, с помощью которых можно определить, является ли увлечение Интернет-играми невинными или это уже зависимость.

Одной из наименее ясных *проблем* является принципиальная возможность *переноса виртуального опыта в реальную жизнь*.

# Коммуникативная деятельность в Интернете

В наиболее расширительном понимании к проявлениям зависимости от Интернета относят не только зависимость от социальных применений Сети, но и привязанность к азартным играм в Интернете, электронным покупкам.

# Профилактика Интернет-зависимости

\* Сегодня родителям необходимо рассмотреть и тем самым попытаться предупредить развитие психологической зависимости и предложить способы по ее устранению. Существует множество тестов и опросников, практические рекомендации для родителей, профилактические программы, с помощью которых можно диагностировать Интернет-зависимость

*Воспитание  
компьютерной культуры,  
самовоспитание  
пользователей - вот  
противоядие Интернет -  
зависимости.*

**Библиотека №1 МБУ «ЦБС г. Бердска»  
предлагает список литературы в помощь родителям и  
воспитателям**

- \* 1. Таунсенд Джон. Границы для подростков. Когда говорить «да», как говорить «нет».- СПб.: Мир, 2009. - 334 с.
- \* 2. Фромм Аллан. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации.-Екатеринбург АРД ЛТД, 1996.-320 с.
- \* 3. Симонсон Дж., Маккол Г. 76 способов защитить вашего ребенка от преступников. СПб.: Питер, 1995, 186 с.
- \* 4. Филимонов Михаил. Безопасность вашего ребенка. Уверенность, осторожность, самооборона. Практикум для детей и родителей.- СПб.: Вектор, 2008, 216 с.
- \* 5. Урунтаева Г.А. Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии. -М.: Просвещение, 1995, 290 с.
- \* 6. Паркинсон К.Н. Дети. Как с ними справиться, раз уж они у вас есть.. СПб.: Питер, 1997. 125 с.

Спасибо за  
внимание!