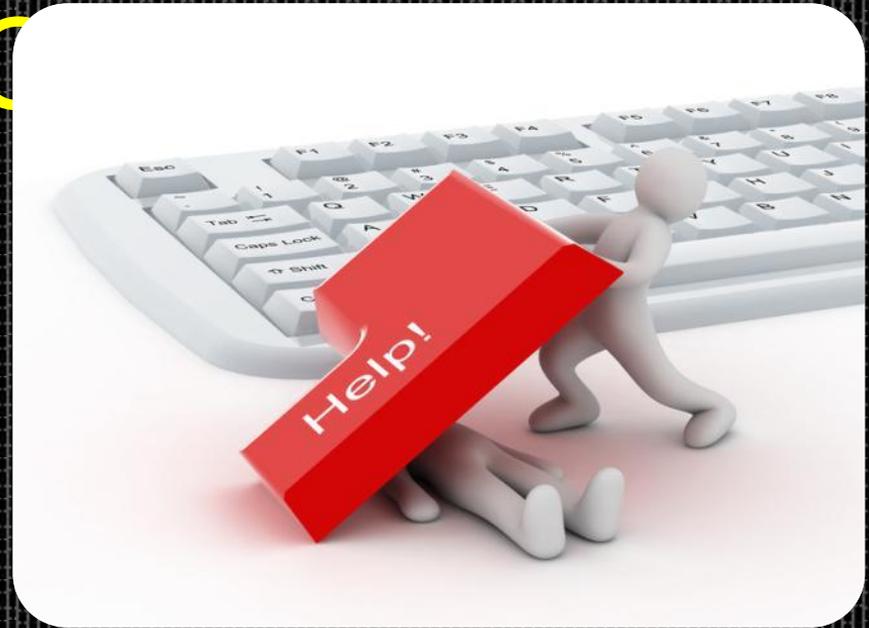


ФЕНОМЕН КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У



Презентация к дипломной работе «Феномен компьютерной зависимости у подростков», выполненной студентом 64 группы ОЗО ФСПиП ВГУ Красновским И.В.

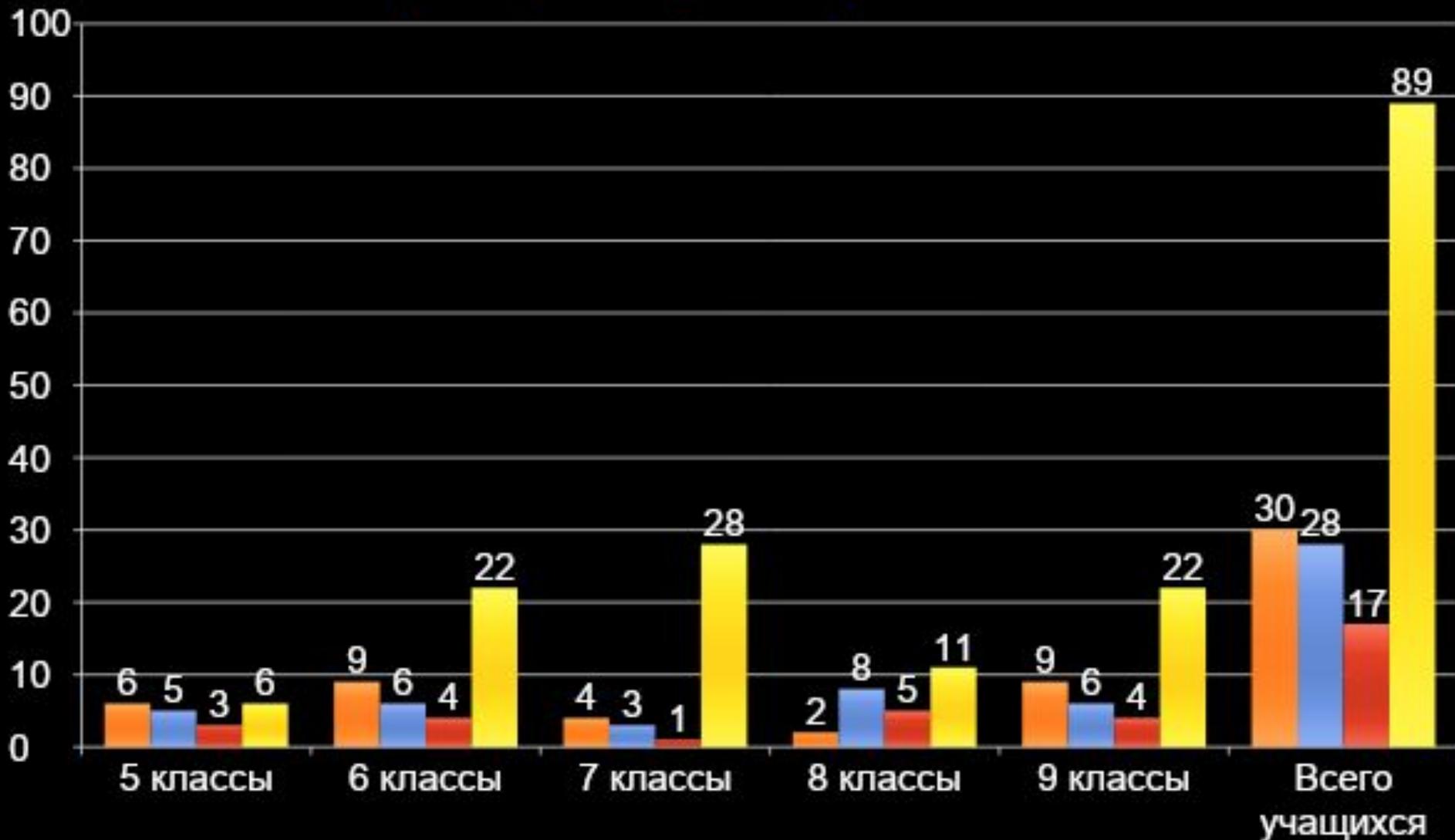
АКТУАЛЬНОСТЬ ТЕМЫ

Сегодня 90% выпускников оканчивают школу с хроническими заболеваниями, в том числе с резким ухудшением зрения. Это происходит еще и потому, что подросток слишком много времени проводит за компьютером.

Отрицательное влияния компьютера на организм подростка

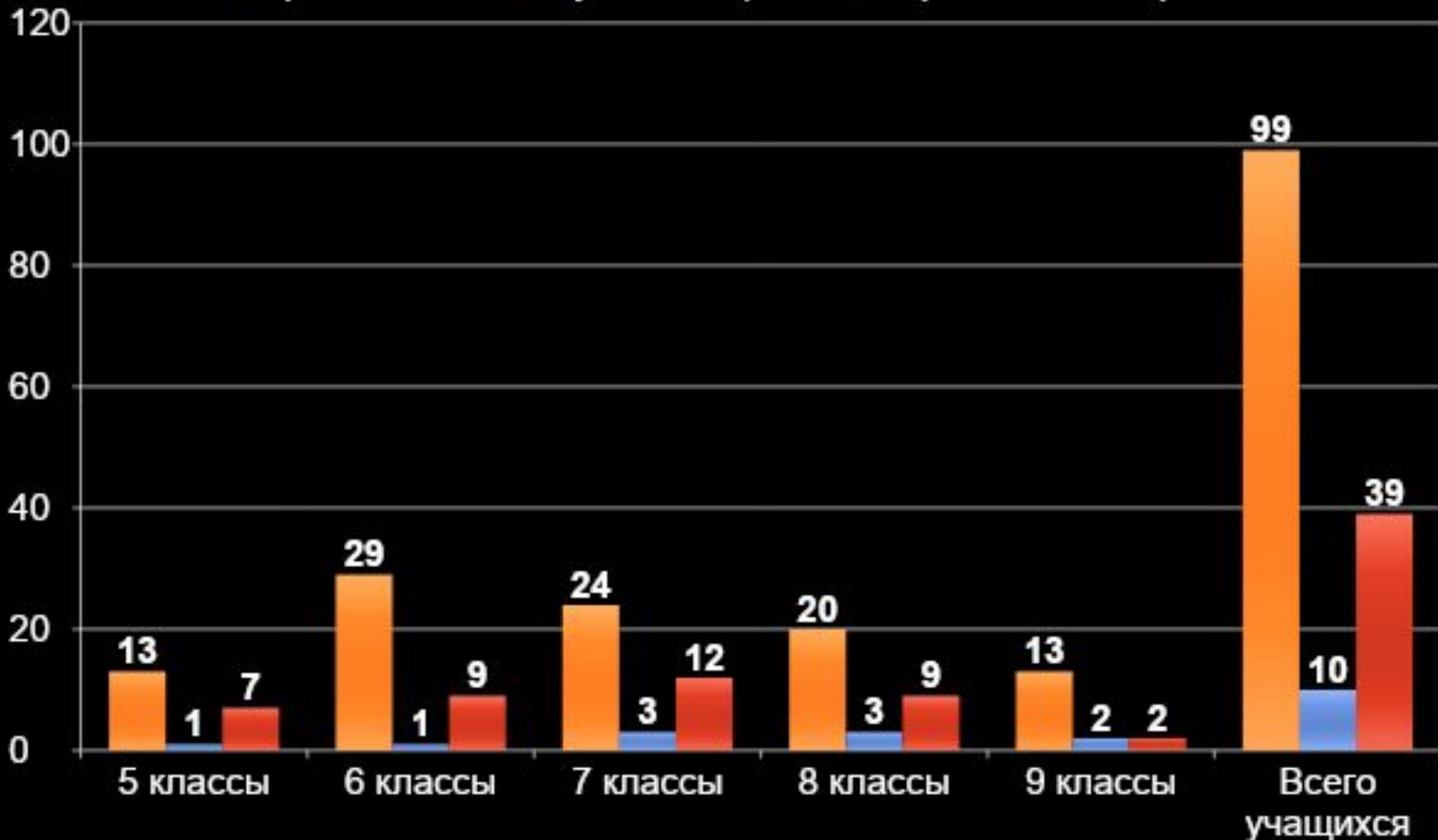
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ РАБОТЫ ЗА ПК

■ 1 час ■ 2 часа ■ 3 часа ■ более 3 часов

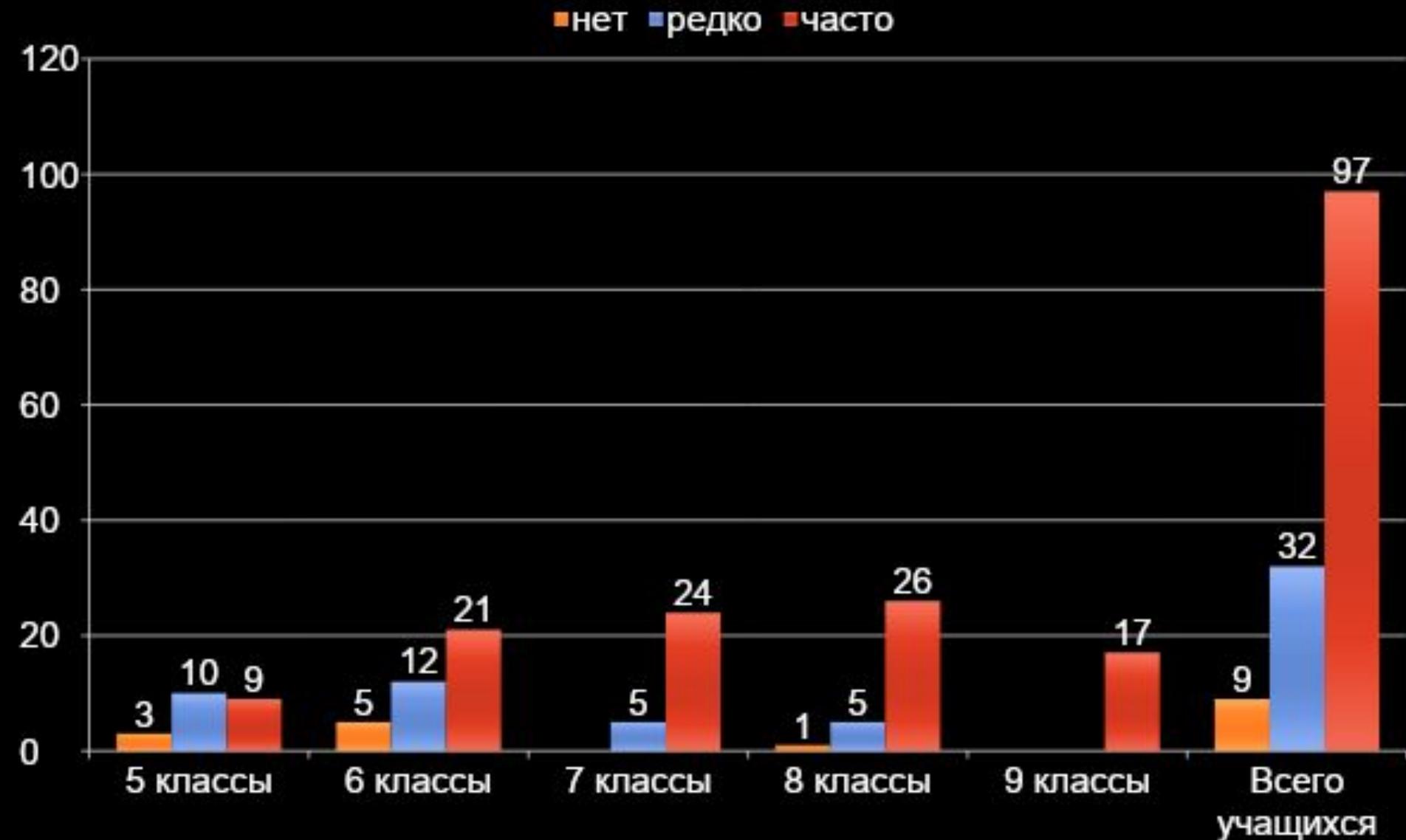


НА ЧТО ТРАТИТЬСЯ БОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ВРЕМЕНИ ПРИ РАБОТЕ С ПК

■ на развлечение ■ в учебных целях ■ на работе в интернете

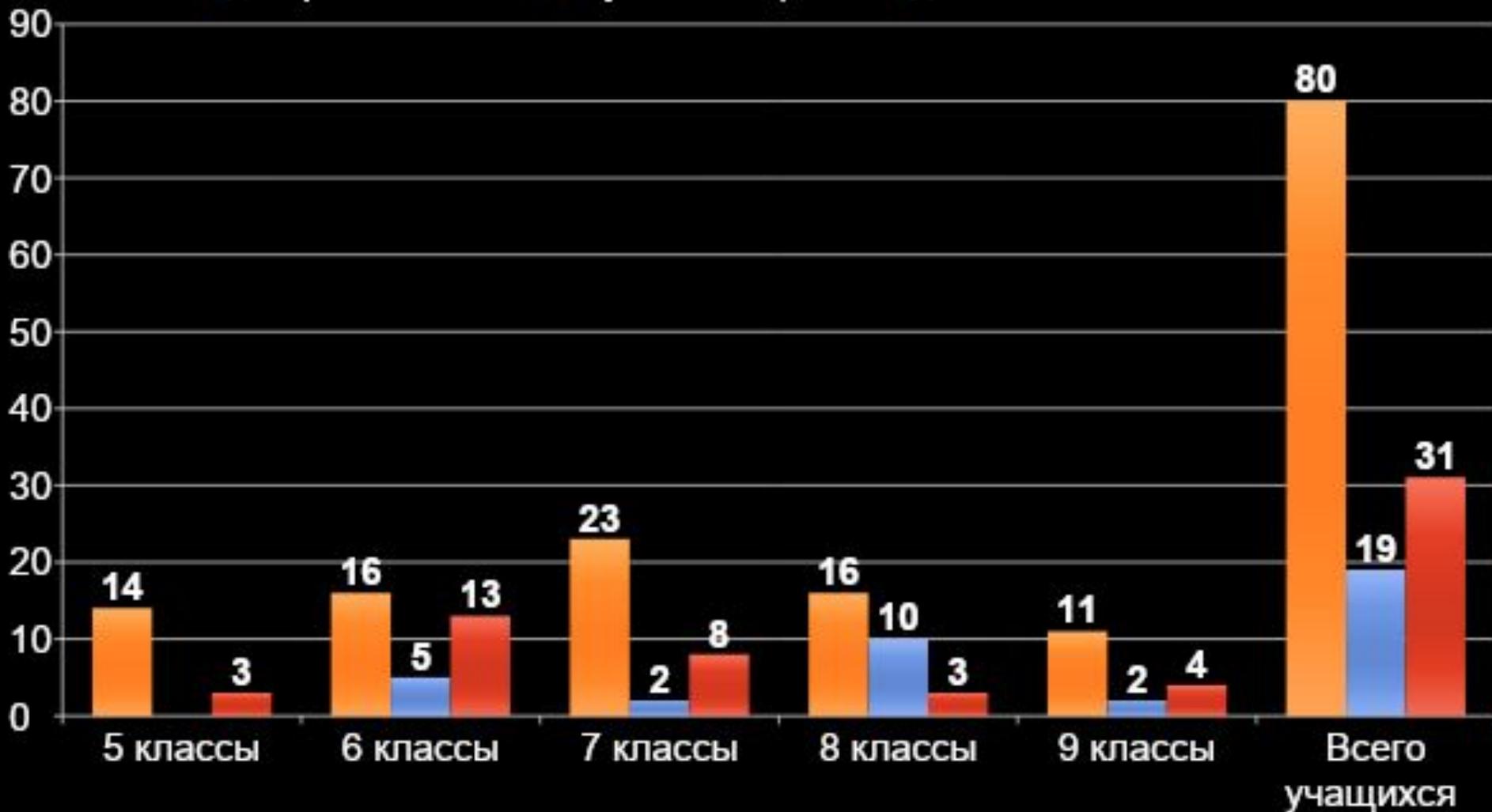


ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТА



ЦЕЛИ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТА

■ для развлечения ■ в учебных целях ■ для пользования эл. п.



ЧТО ТАКОЕ КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?



Сам термин «компьютерная зависимость» появился в 1990 году, когда развитие компьютерных технологий набрало бешеный темп. Психологи называют компьютерную зависимость разновидностью эмоциональной зависимости, очень похожей на алко – и нарко - зависимость. Она провоцирует ребенка погрузиться в свой вымышленный мир, поверить в собственную легенду о себе и настолько сжиться с ней, что становится практически невозможно нормально существовать в реальном мире. Можно сказать, что это заболевание приводит к раздвоению личности

КОГО ЗАТРАГИВАЕТ КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?



Изначально эта болезнь проявлялась у взрослых людей, но позже все чаще появляется и у детей и подростков. Чаще всего *компьютерная зависимость* встречается у детей в возрасте 12-16 лет, обычно это дети с сильно завышенной или заниженной самооценкой.

КАК ФОРМИРУЕТСЯ ЗАВИСИМОСТЬ?

Мозг каждого человека снабжен центром удовольствия. Если виртуальщика оттащить от компьютера на 2 часа и более он, подобно алкоголику, страдающему от похмелья, испытывает абстинентный синдром.



ОСНОВНЫЕ ТИПЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

**Зависимость от
Интернета
(сетеголизм)**



**Зависимость от
компьютерных игр
(кибераддикция)**



ПРИЧИНЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Недостаток общения со сверстниками и значимыми для ребенка людьми

Недостаток внимания со стороны родителей

Неуверенность в себе и своих силах, застенчивость, комплексы и трудности в общении

Желание ребенка быть «как все» его сверстники

Отсутствие у ребенка увлечений или хобби, любых других привязанностей, не связанных с компьютером

Склонность подростков к быстрому «впитыванию» всего нового, интересного

Формирование компьютерной зависимости ребенка часто связывают с особенностями воспитания и отношениями в семье



ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ ЗАВИСИМОСТИ

пренебрежение важными вещами в жизни из-за
зависимого поведения

разрушение отношений зависимого человека со значимыми людьми

раздражение или разочарование по отношению к значимым для него
людям

скрытность или раздражительность, когда люди критикуют это
поведение

чувство вины или беспокойства относительно этого поведения,
безуспешные попытки сокращать время, проводимое за играми



СИМПТОМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПК

Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером

Невозможность остановиться

Увеличение количества времени, проводимого за компьютером

Ощущение пустоты, депрессии, раздражения при нахождении не за компьютером

Ложь членам семьи о своей деятельности за компьютером

Пренебрежение семьей и друзьями

Проблемы с работой или учебой

ФИЗИЧЕСКОЙ СИМПТОМЫ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПК



Синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц)

Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи

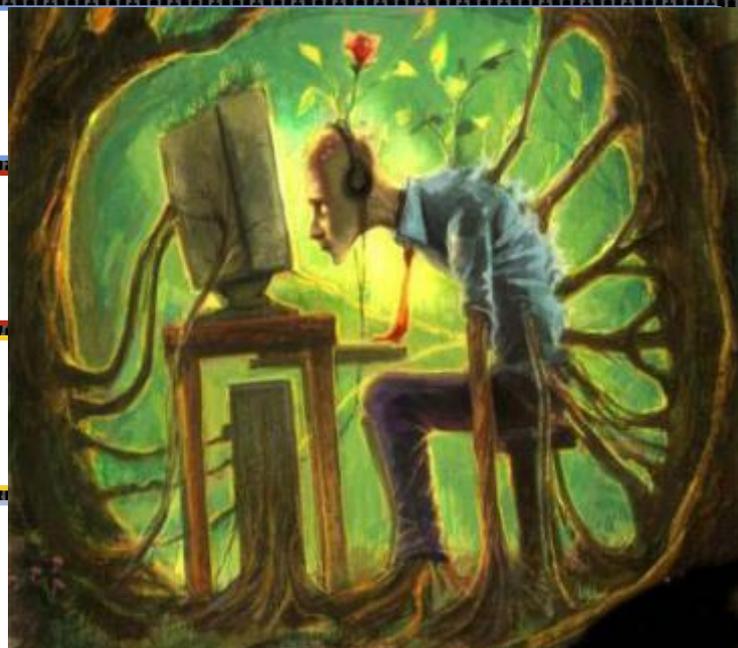
Головные боли по типу мигрени

Боли в спине

Сухость в глазах

Пренебрежение личной гигиеной

Расстройства сна, изменение режима сна





ОПАСНОСТИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Компьютер, главным объектом для общения

В процессе игр, или нахождения в интернете ребенок теряет контроль за временем

Ребенок может проявлять агрессию, в случае лишения его доступа к компьютерным играм

Вседозволенность и простота достижения цели в играх может повлиять на уверенность ребенка, что и в реальной жизни можно «заново начать» игру

Из-за пренебрежительного отношения к еде может возникать недостаточность витаминов и минералов

Непрерывное нахождение перед монитором может вызвать нарушение зрения, снижение иммунитета, головные боли, усталость, бессонницу

Взрослым зачастую удобно, что ребенок занят и не отвлекает их просьбами. Часто такие взрослые сами зависимы от ПК и интернета

ИСТОЧНИКИ

- <http://www.pcenter-tlt.ru/node/572>
- http://www.pokrov-forum.ru/science/zdorovie/izdanie/profil_zavis_povedenia/txt/2_2.php
- <http://www.oko-photo.ru/topics/society/254>
- <http://trasluz.ru/articlepsy/internetmania>
- <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=532402>