

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**  
по дисциплине «Информатика»  
на тему «Компьютерная зависимость»

Выполнил студент группы 21ИК2т Косолапов Н.О.

## Цели и задачи проекта

Цель работы – изучение сведений о компьютерной зависимости, причин возникновения и профилактики компьютерной зависимости.

Задачи работы:

- рассмотреть понятие компьютерной зависимости;
- изучить причины возникновения компьютерной зависимости;
- выделим симптомы компьютерной зависимости;
- узнаем про профилактику компьютерной зависимости.

# Понятие компьютерной зависимости



Компьютерная зависимость -  
пристрастие к занятиям, связанным с  
использованием компьютера,  
приводящее к резкому сокращению  
всех остальных видов деятельности,  
ограничению общения с другими  
людьми.

# Причины возникновения компьютерной зависимости



- Проблемы с общением и социальной адаптацией.
- Нехватка поддержки и одобрения.
- Иллюзия достижения целей.
- Недостаток эмоций.
- Безопасность

# Симптомы психологической зависимости компьютера



- Закомплексованность.
- Дефицит внимания.
- Проблемные семьи.
- Невозможность остановиться.
- Проблемы с работой или учебой.
- Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером.

# Симптомы физической зависимости компьютера



- сухость в глазах
- боль в спине.
- нерегулярное питание.
- пренебрежение личной гигиеной.
- расстройства сна, изменение режима сна

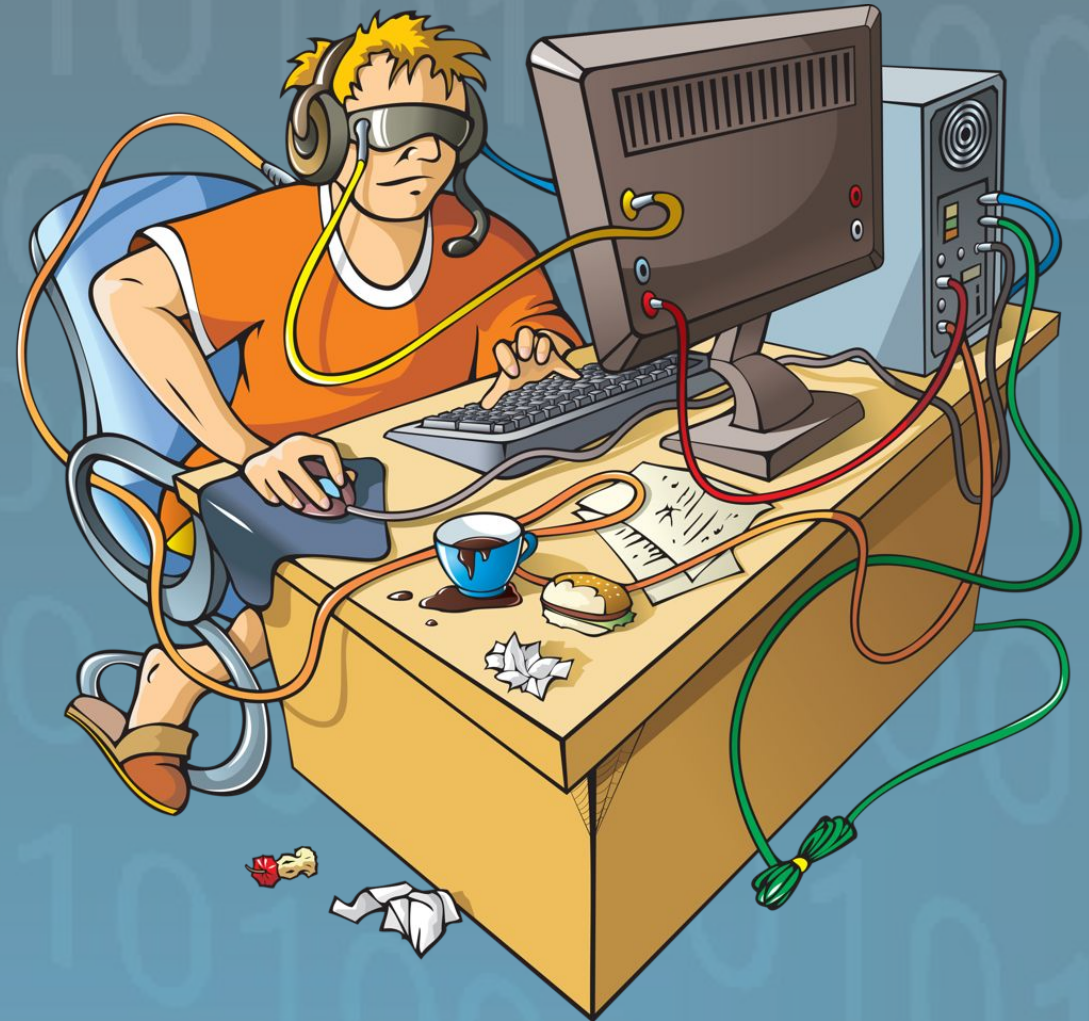
# Профилактика компьютерной зависимости

- Установить временные рамки сидения за компьютером
- Иметь теплые и доверительные отношения с ребенком.
- Поощрять интересы и стремления ребенка, не связанные с компьютерными играми.
- Способствовать образованию у ребенка социальных связей.



# Стадии развития зависимости от компьютерных игр

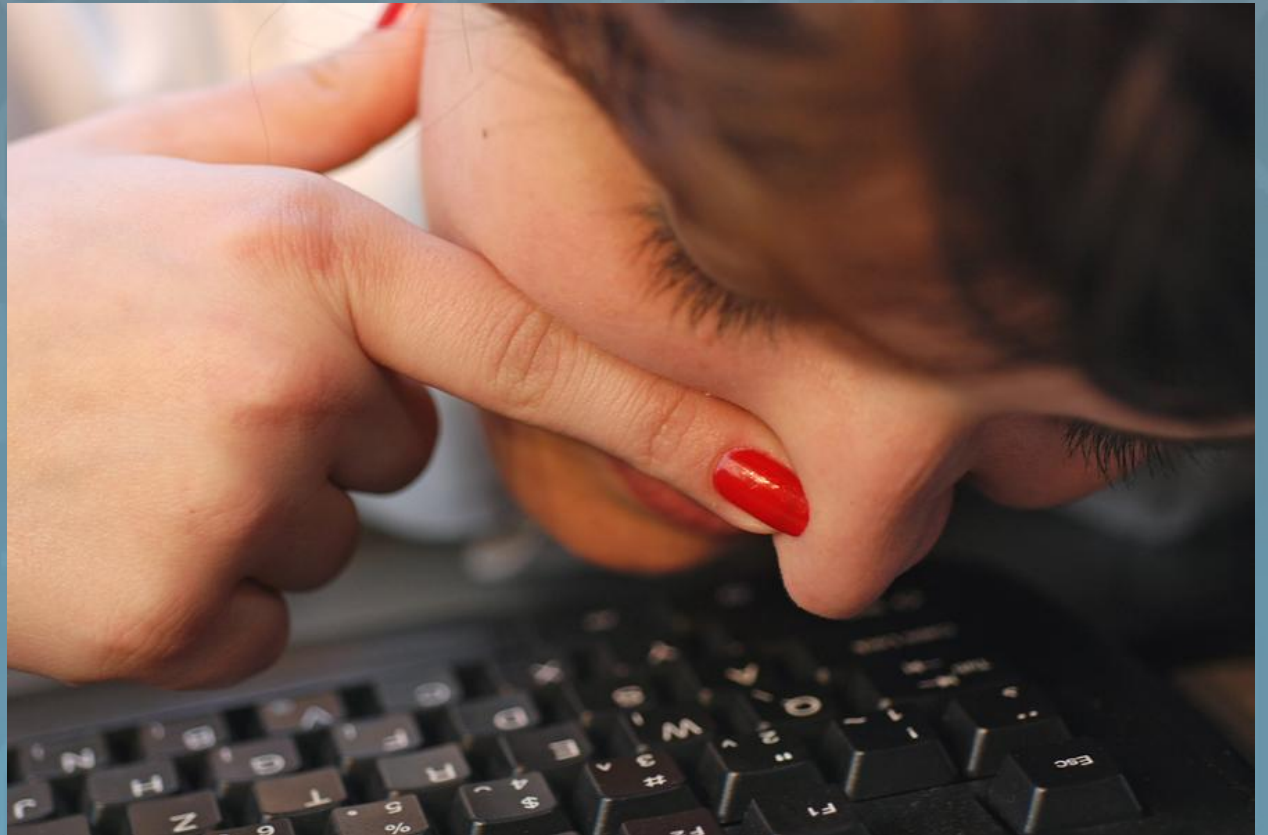
1. Стадия легкой увлеченности.
2. Стадия увлеченности.
3. Стадия зависимости
4. Стадия привязанности





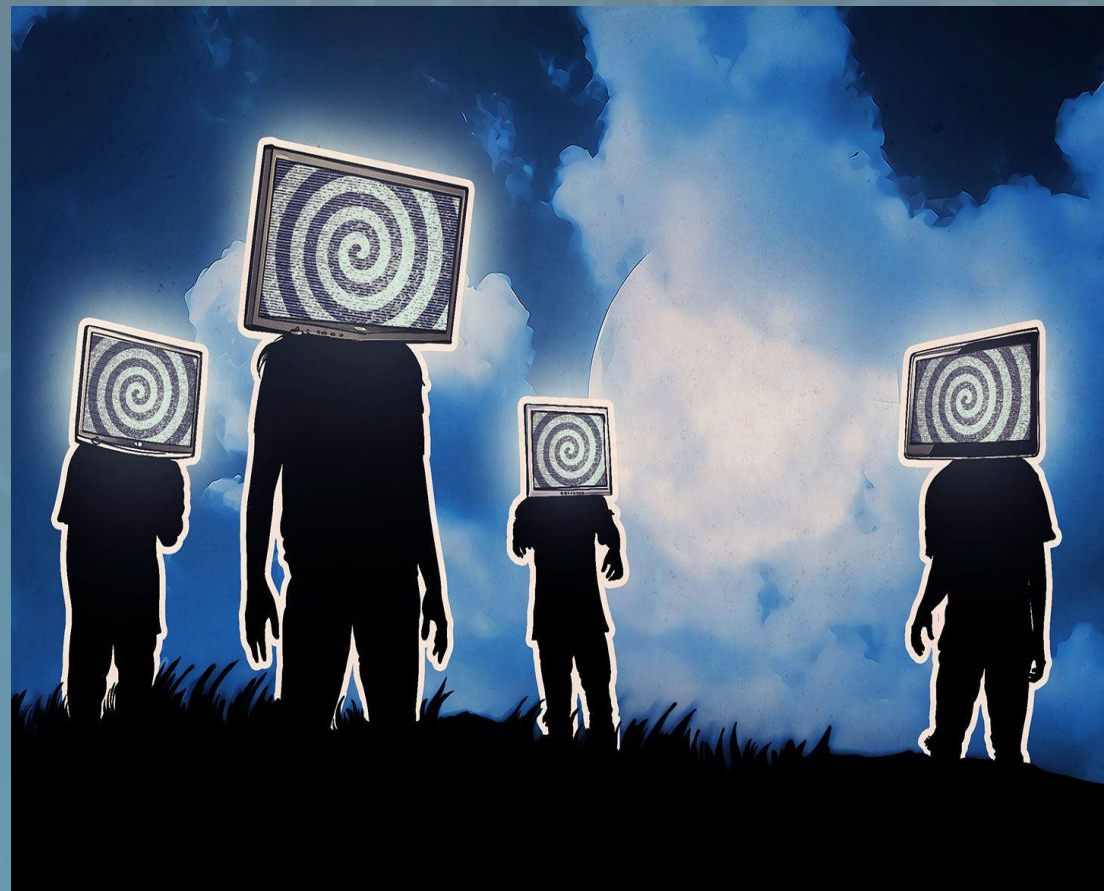
## Группа риска

Зависимый ребенок ограничивает свой круг общения компьютером. Компьютер становится бегством от реальности с ее проблемами. И невозможность исправить «ошибки» в жизни с такой же легкостью, как в игре



# Выводы

Компьютерные технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание подростка, приводящие к нарушению их социально-психологической адаптации.



**Спасибо за внимание!**