

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
профессионального образования  
«Уральский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

# Интернет-зависимость как одна из проблем современного общества.

—

Презентацию подготовила:  
студентка ОП-206  
Плотникова А.С

Екатеринбург, 2017г.

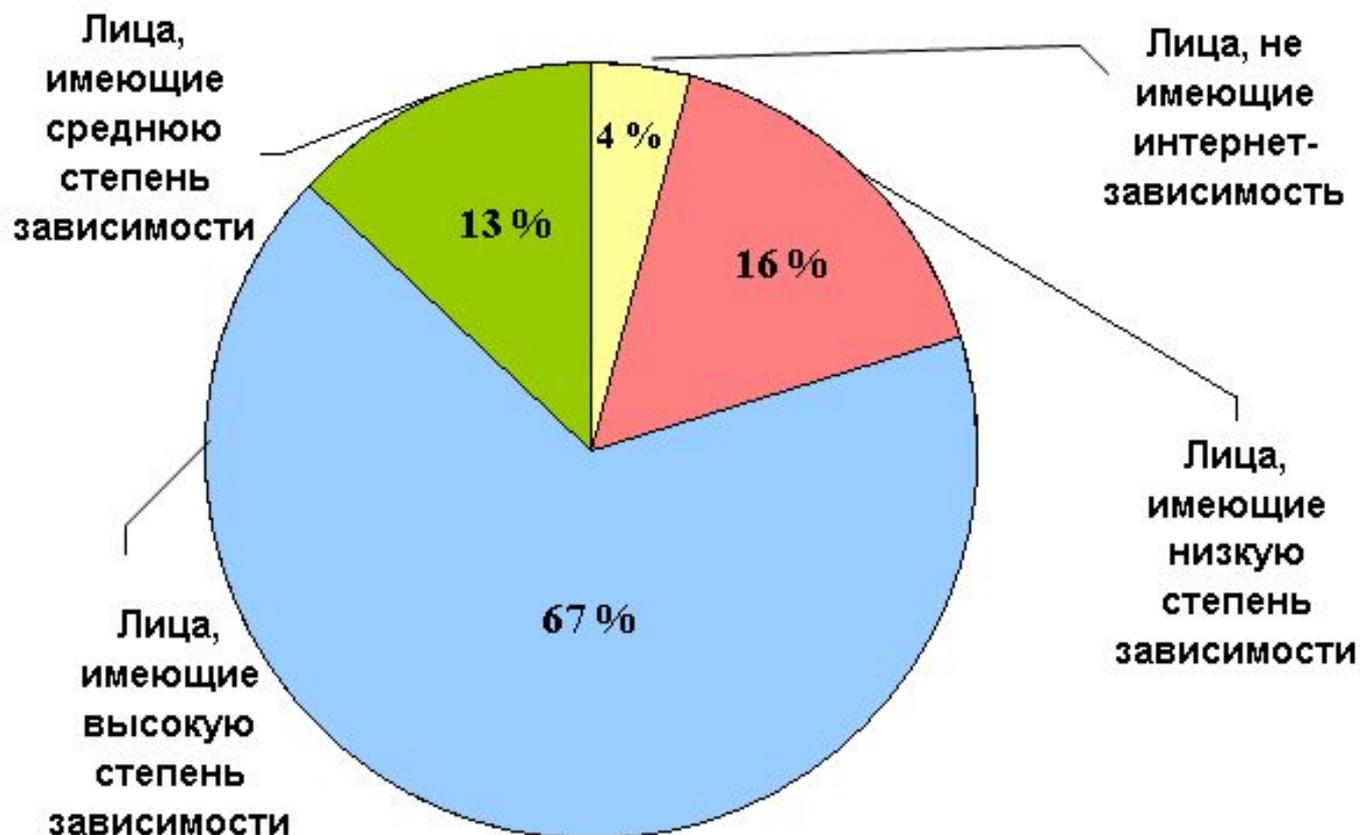
Стремительное развитие современного общества наряду с возникновением новых технологий и новых возможностей неизбежно приводит к возникновению новых проблем и болезней общества. Одной из таких болезней является неуклонно распространяющаяся **интернет-зависимость.**



## **Интернет-зависимость** –

это психическое расстройство, сопровождающееся большим количеством поведенческих проблем, и заключающееся в неспособности человека вовремя выйти из сети, а также в постоянном присутствии навязчивого желания туда войти.





# Общие черты.



## Некоторые черты поведения, присущие интернет-зависимым людям:

- ❑ бурное нежелание выходить из интернета даже на короткое время;
- ❑ посещение сайтов не с целью найти нужную информацию, а скорее бесцельно и механически;
- ❑ тенденция к проведению в интернете все больше времени;
- ❑ склонность откладывать или вообще забывать обо всех важных делах, обязанностях или встречах;
- ❑ неприятие критической оценки такой жизни;

# Почему и у кого?

Уход в вымышленный мир является в настоящее время одним из самых простых, а следовательно, самых распространенных способов поведения людей в тяжелых жизненных ситуациях. Если в постиндустриальном обществе на смену алкоголю пришли наркотики, то в современном информационном их роль начали выполнять компьютерные игры и интернет.

**В качестве главных причин появления зависимости от интернета можно выделить следующие:**

Ощущение безопасности, защищенности и вседозволенности, вызванное анонимным характером нахождения в интернет-среде;

Возможность воплощения любого нового Я-образа, не ограниченного практически ничем (в интернете можно быть кем угодно);

Простота нахождения собеседника (в интернете с легкостью можно отыскать собеседника, отказаться от него, найти другого и т.д.);

Возможность доступа к любой интересующей информации.



# Что за собой влечет?

- ❑ способствует возникновению немалого количества психологических проблем: конфликтность, склонность к депрессии, подмена виртуальным пространством реальной жизни и постепенное полное вытеснение последней;
- ❑ проблемы с социализацией;
- ❑ возникновение иллюзии вседозволенности и безнаказанности, что может приводить к безнравственному или даже незаконному поведению в реальной жизни;
- ❑ потеря продуктивности и информационные перегрузки



- ❑ неспособность к углубленному аналитическому

# Лечение интернет-зависимости.

В некоторых странах интернет-зависимость официально признаётся заболеванием и ее лечение проводится порой весьма радикальными методами. Так, например, в Китае, где первая **клиника для лечения интернет-зависимости** появилась еще в 2005 году, пациентам назначают медикаментозное лечение, иглотерапию и в обязательном порядке физические нагрузки.



# Лечение интернет-зависимости.



В Финляндии к зависимым от интернета относятся понисходительней, даже предоставляют отсрочку от призыва в армию: *«Для подростков, днями и ночами играющих в онлайн-игры и имеющих вместо настоящих друзей только странички в фэйсбуке служба в армии может стать большим потрясением»* - говорит один из военачальников Финляндии.

# Профилактика.



Учитесь распределять время, осваивайте тайм-менеджмент. Задайтесь целью использовать интернет лишь в целях, несущих положительную нагрузку, способствующих формированию полезных навыков и умений;

- ❑ Противопоставляйте сетевому решению проблем решение их в реальности. Например, вместо «вконтактных» посиделок устраивайте живые встречи;
- ❑ Скорректируйте образ жизни: вовремя ложитесь спать, правильно питайтесь, двигайтесь, гуляйте на природе и т. д.
- ❑ В некоторых случаях уместно вообще распрощаться с определёнными, нежелательными, аккаунтами;

Спасибо за внимание и будьте здоровы!

