

МБУ «Молодежный центр» отдел социально-психологической помощи молодежи

**Расположен по адресу г.Владимир, ул.Безыменского, д.9В
ул.Дворянская, д.5/1**

Запись на прием по телефону: 45-69-74



Телефон доверия

33-33-33



“ВЫХОД ЕСТЬ - ТЫ НЕ ОДИН!”

“Телефон доверия”:
8-800-2000-122

Фонд поддержки детей, находящихся
в трудной жизненной ситуации!



Круглосуточно, бесплатно, анонимно

e-mail: telefon-33@yandex.ru

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Молодежный центр»**

*** Психологическая
ГОТОВНОСТЬ к работе в
сети**

педагог-психолог-методист

Бережнова Мария Александровна

педагог-психолог

Чернов Иван Владимирович

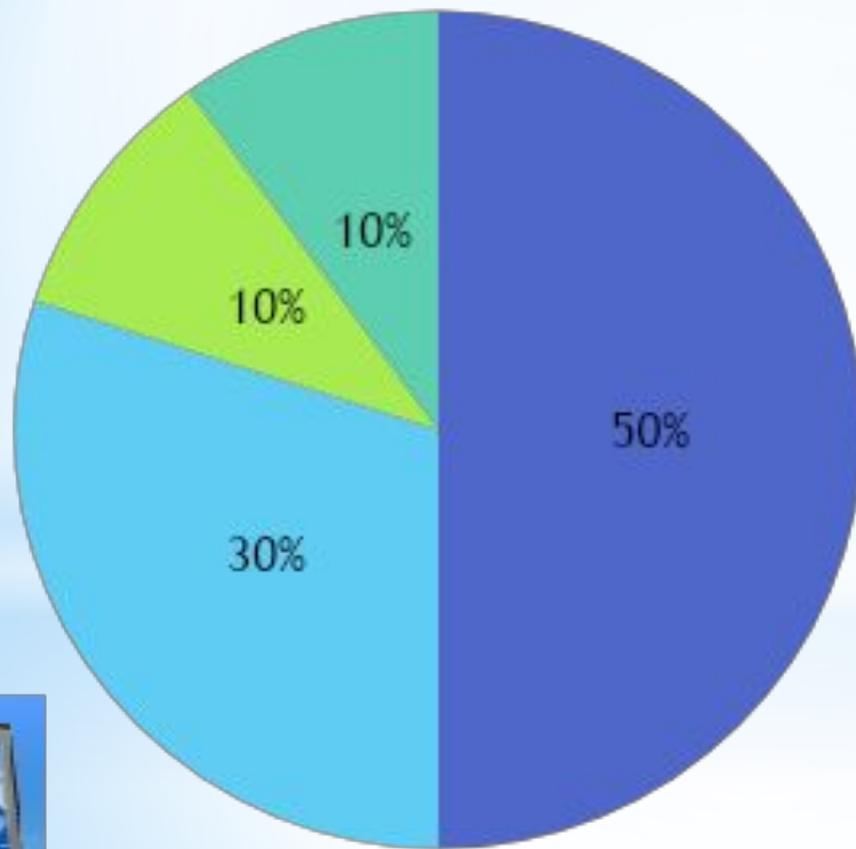
В виртуальном мире я,
Как в своей ракете.
Бродит вся моя семья
Где-то в Интернете.
В Одноклассниках сидит
Дед до поздней ночи.
Он со мной не говорит
И играть не хочет.
В Скайпе бабушка - чуть свет
Светская беседа.
Я бабуле - про обед...
Ей не до обеда!
Папа полюбил Фейсбук,
Мама - сайт Вконтакте.
Отбиваемся от рук
Мы с сестрёнкой Таткой.
Потерялась вся семья
Где-то в Интернете.
Написал письмо им я:
«SOS! Вернитесь! Дети»



* Интернет

* **объединенные между собой компьютерные сети, глобальная мировая система передачи информации с помощью информационно-вычислительных ресурсов.**

* Интернет в жизни современного поколения

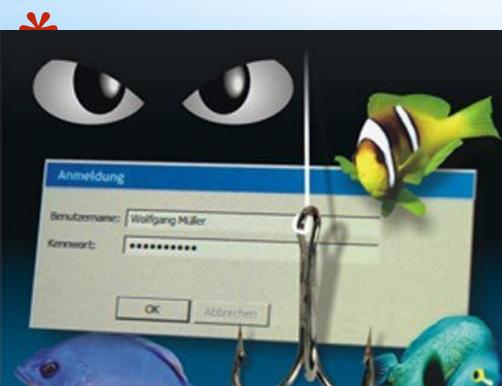


- общение в сети
- поиск информации/учеба
- игры
- просмотр фильмов



* Угрозы интернета

- * 1. интернет-зависимость;
- * 2. заражение компьютера вредоносными программами;
- * 3. отсутствие друзей;
- * 4. нарушение здоровья;
- * 5. высокий уровень неуспеваемости;





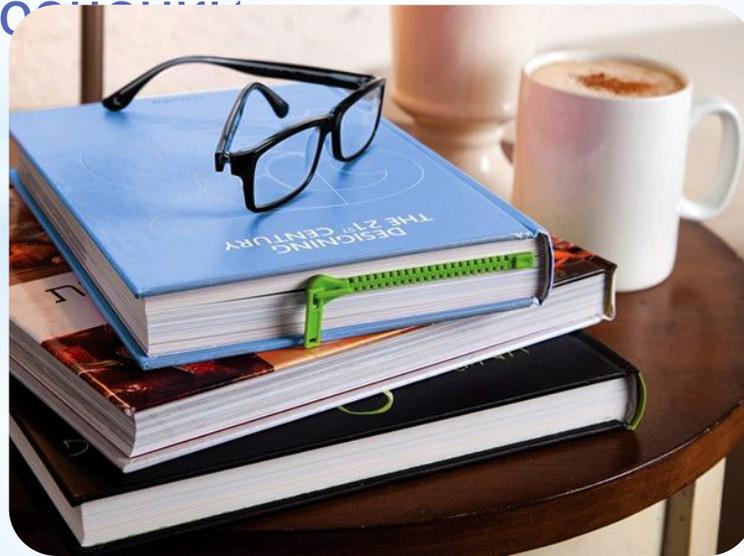
* **Компьютерная зависимость** — патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером.

* **Интернет-зависимость** — патологическое пристрастие к проведению времени в сети интернет.

* **Игровая аддикция** (от англ. addiction - неистребимая привычка, зависимое поведение) - зависимость от разного рода компьютерных игр.

Стремления, возникающие при компьютерной зависимости, изначально несут положительные аспекты:

- * развитие;
- * расширение кругозора;
- * снятие психоэмоционального напряжения;
- * общение;
- * повышение самостоятельности.



* Зависимость развивается у лиц с:

- * неустойчивой психикой;
- * социофобией (боязнь общества);
- * генетически обусловленным фактором (зависимые родственники);
- * характерными психологическими особенностями;
- * «замороженностью» чувств.

Родителям, близким стоит насторожиться и принять соответствующие меры, если их подросток:

- * 1. начинает пить и есть, учить уроки, не отходя от компьютера;
- * 2. начал проводить ночи у компьютера;
- * 3. начал прогуливать колледж для того, чтобы посидеть за компьютером;
- * 4. как только заходит в квартиру, сразу же направляется к компьютеру;
- * 5. находится в раздраженном, агрессивном состоянии, не знает, чем заняться, если компьютер сломался.



* Проявления компьютерной зависимости

- * ухудшается здоровье;
- * нарушается сон;
- * сужается круг интересов;
- * происходит «выпадение» из реальной жизни, она вытесняется виртуальной;
- * в итоге рушатся социальные связи- семейные, дружеские, рабочие;
- * меняется психическое состояние: появляются раздражительность, нервозность и апатия.



* Профилактика компьютерной и интернет-зависимости:

- * 1. Установления фильтра доступа к некоторым интернет ресурсам.
- * 2. Включение подростка в различные виды деятельности (секции, кружки), а также совместное времяпровождение (поездки, экскурсии, игры и т.п.).
- * 3. Контроль за временем нахождения за компьютером и выхода в интернет.
- * 4. Формирование и соблюдение режима дня. Сон не менее 8 часов в сутки.
- * 5. Чаще говорить с подростком о чувствах и эмоциях. С чем они могут быть связаны, т.к. Зависимость-это болезнь «замороженных» чувств.
- * 6. Главное условие воспитания – безусловная любовь родителя к своему ребенку.





Запись на очное индивидуальное консультирование
и групповую тренинговую работу

45-69-74





*** Спасибо за внимание**