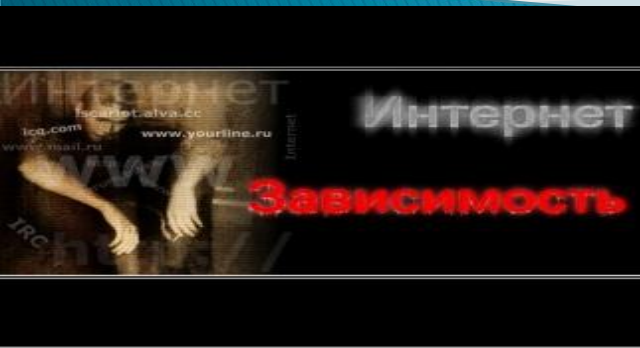


МЕДИАБЕЗОПАСНОСТЬ



«Интернет-зависимость» как феномен.

Профилактика интернет- зависимости у детей среднего школьного возраста .



Педагог дополнительного
образования ЦРТДиЮ
п. Чегдомын
Переверзева
Татьяна Геннадьевна

«Интернет-зависимость» как феномен.

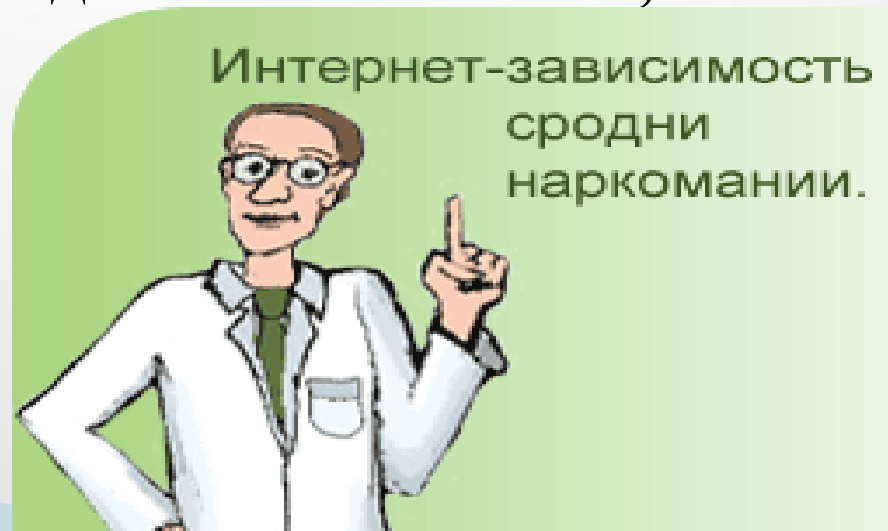
Термин "интернет-зависимость" предложил Айвен Голдберг в 1996 году как "оказывающую пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую или психологическую сферы деятельности".



Зависимость от Интернета (Internet addiction) - сетеголизм

Признаки сетеголизма:

- 1. навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;**
- 2. предвкушение следующего сеанса он-лайн;**
- 3. увеличение времени, проводимого в он-лайн;**
- 4. увеличение количества денег, расходуемых на он-лайн игры.**



Пять типов интернет-зависимости

- 1. Киберсексуальная зависимость.**
- 2. Пристрастие к виртуальным знакомствам.**
- 3. Навязчивая потребность в сети-интернет.**
- 4. Информационная перегрузка (навязчивый web-серфинг).**
- 5. Компьютерная зависимость.**



45% подростков проводят за компьютером большую часть своего свободного времени.

Интернет- зависимость обнаруживается у 10-14 % российских подростков.

Мальчики занимаются компьютерными играми более интенсивно, чем девочки.

58% мальчиков не следят за временем проведенным за компьютером.



Динамика Интернет- зависимости.

**этап адаптации, человек «входит во вкус»;
период резкого роста, быстрого формирования
зависимости;
сила зависимости на какое-то время остается
устойчивой, а затем идет на спад и опять же
фиксируется на определенном уровне и остается
устойчивой в течение длительного времени.**



Что привлекает подростка в Интернете и интернет - играх?

- 1. любознательность и познание нового, часто запретного;**
- 2. наличие собственного мира;**
- 3. отсутствие ответственности и полное отстранение от окружающего мира;**
- 4. возможность исправить любую ошибку;**
- 5. возможность самостоятельно принимать любые решения.**



Причины интернет и компьютерной зависимости

- 1. недостаток общения и взаимопонимания с родителями и сверстниками;**
- 2. неправильное воспитание в семье;**
- 3. особенности характера: неуверенность в себе, неудовлетворенность, низкая самооценка, комплексы;**
- 4. следствие других заболеваний: депрессии или шизофрении.**



Признаки интернет-зависимости.

- 1. Подавленный, если играет меньше, чем обычно.**
- 2. Отрыв от игры воспринимает агрессивно, раздражительно, не откликается на просьбы.**
- 3. Неприятности в школе и проблемы в общении.**
- 4. Скрывает реальное количество времени, проведенного за компьютером.**
- 6. Занимаясь другими делами, думает о том, что сейчас можно посмотреть в интернете и во что поиграть.**
- 7. Предпочитает общаться с подростками и взрослыми в он-лайн**



Негативные последствия

- 1. масса хронических заболеваний;**
- 2. замедление темпов общего развития;**
- 3. постоянное нервное напряжение;**
- 4. резкое ухудшение психического состояния;**
- 5. необоснованная агрессия;**
- 6. трудности в общении со сверстниками и родителями.**



Социально-педагогическая профилактика

– это система мер социального воспитания, направленных на создание оптимальной ситуации развития детей и подростков и способствующих проявлению различных видов его активности.



Работа родителей по профилактике компьютерной зависимости

**Предложите ребенку
деятельность, которая
заинтересует его сильнее,
чем компьютерный мир.
Найдите интересные для
ребенка сферы творческой
реализации.
и демонстрируйте это на
личном пример.**



Профилактика интернет-зависимости

- 1. Соблюдать основной принцип ослабления зависимости – замещение (контролировать посещение кружков и секций).**
- 2. Использовать различные контролирующие программы .**
- 3. Устанавливать чёткие требования к использованию компьютера и всегда требовать их выполнения.**
- 4. Выработать вместе с ребенком соглашение по использованию Интернет.**
- 5. Узнать, какие сайты и когда подросток посещает.**



Профилактика интернет-зависимости

6. Приобщить подростка к выполнению домашних обязанностей.
7. Ежедневно общаться с подростком, быть в курсе всех его дел.
8. Замещать виртуальное общение реальным.
9. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к играм своего детства.
10. Старайтесь не говорить с ребёнком часто об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несёт в себе энергию разрушения, уничтожения и деградацию личности.



Профилактика интернет-зависимости

11. Проанализируйте, не являетесь ли Вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор? Ваше освобождение — лучший рецепт для профилактики зависимости у Вашего ребёнка.

12. Не забывать, что родители — образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребёнка (с учётом своих норм).

Интернет-ресурсы

- ▶ <http://www.psychodic.ru/arc.php?page=1471>
Феномен "интернет-зависимость"
- ▶ <http://www.psychodic.ru/arc.php?page=1468>
- ▶ Психологическая профилактика зависимости
- ▶ <http://www.jurnal.org/articles/2014/psih19.html>
- ▶ Профилактика интернет-зависимости
- ▶ <http://www.myshared.ru/slide/316949/>
- ▶ Профилактика компьютерной зависимости у детей среднего школьного возраста
- ▶ <http://www.myshared.ru/slide/553648/>
- ▶ Вред компьютера.

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ !**

