***Муниципальное бюджетное образовательное учреждение для детей***

***г. Владимира***

***«Городской межшкольный учебный комбинат № 2»***

***Методическая разработка***

статьи

на тему: **« Безопасный интернет» для подростков»**

 ***Работу выполнила***

 ***КУЗНЕЦОВА И.А.,***

 ***социальный педагог***

 ***г. Владимир – 2013 г.***

СТАТЬЯ

**НА ТЕМУ: «Безопасный интернет» для подростков»**

**Цель:**

1. Вовремя предупредить и помочь ребенку избавиться от компьютерной зависимости.
2. Выявить место компьютера в жизнедеятельности современных детей и подростков.

**Задачи:**

 *- акцентировать внимание уч-ся на полезные сайты;*

*- рассмотреть досуговую деятельность подростков как одно из средств борьбы с проблемой компьютерной зависимости*

 **«Безопасный интернет» для подростков**.

 В настоящий момент увеличивается количество детей и подростков умеющих работать с компьютерными программами, в том числе и играть в компьютерные игры.

 В нашем городском межшкольном учебном комбинате № 2 г. Владимира все профессии связаны с работой на компьютере.

 Я - как социальный педагог изучаю вопросы, связанные с использованием интернета для подростков, используя разную литературу, сайты, сообщества, посещаю конференции (в частности Владимирская областная патриотическая общественная организация «Милосердие и порядок»).

 Компьютер стал для всех людей неотъемлемой частью современной жизни, захватывая своим влиянием современных детей и подростков. Естественно, что по классификации компьютерные игры несколько отличаются от реальных, хотя можно обнаружить и некоторые общие моменты. Специально создаваемые программы могут заменять детям сюжетно-ролевую игру, задавая условия сюжета и предоставляя право выбора любой роли.

 Вместе с тем несомненным положительным значением компьютеризации следует отметить сначала *негативные* последствия этого процесса, влияющего на социально – психологическое здоровье детей и подростков.

 Негативным последствием этого процесса является явление компьютерной зависимости. Термин компьютерной зависимости появился еще в 1990 году. Социологи и психологи классифицируют эту вредную привычку как разновидность эмоциональной «наркомании», вызванной техническими средствами.

 В принципе, все компьютерные игры являются играми с правилами, и все реальные предметы в компьютерных играх заменяются символами, которые с развитием техники становятся все более и более реалистичными.

 Хотелось бы отметить одно важное отличие компьютерных игр от реальных. В реальной игре участники сами придумывают условия игры, взаимодействуют друг с другом, могут изменять свое поведение в процессе игры, что позволяет мыслить более гибко, развиваются коммуникативные навыки. Виртуальные игры в определенной степени снижают эти возможности, так как игра обычно имеет разработчика, закладывающего в нее определенный алгоритм, который в процессе игры кардинально не изменяется.

 Различное влияние компьютерных игр на психику учащегося объясняется так же специальными приемами, которыми обычно пользуются разработчики компьютерных игр. Так, например, вид из глаз компьютерного героя провоцирует идентификацию с персонажем, и человек может терять связь с реальной жизнью, в отличие от вида извне своего компьютерного героя, что характеризуется меньшей степенью вхождения в роль.

 Интересной, на наш взгляд, является особенность парадигмы «жизнь-смерть» в игровом пространстве. С одной стороны, переживания по поводу гибели героя, с которым индивид идентифицирует себя в игре, достаточно сильны, с другой – есть основания предполагать, что дети и подростки (у которых представления о смерти и так относительно незрелые) отчасти перенесут представления о возможности иметь несколько «жизней» и, в крайнем случае, «загружать» новую игру из виртуальной реальности в обычную жизнь.

*При этом может возникнуть компьютерная зависимость, т.е. увлеченность компьютером.*

 Компьютерная зависимость - это форма ухода от реальности. Реальности, которая травмирует и которую сложно предсказать, где приходится строить отношения с разными людьми - и с симпатичными нам, и не очень. Реальность чревата конфликтами и разочарованиями, болезненными провалами и горькими потерями. Поэтому еще не научившемуся существовать во взрослом жестком мире подростку и кажется, что компьютер, виртуальная жизнь - идеальный выход.

 Зависимость от компьютера осознают окружающие ребенка друзья, родственники, знакомые, но отнюдь не он сам, что очень схоже с любым другим видом зависимости. Основными критериями, определяющими начало компьютерной зависимости, можно считать следующие:

· беспричинное возбуждение или вялость, частые и резкие перепады настроения от безучастно- подавленного до эйфорически - приподнятого, болезненная и неадекватная реакция на критику, замечания, советы, нарастающая оппозиционность к родителям, старым друзьям, значительное эмоциональное отчуждение;

· ухудшение памяти, внимания;

· снижение успеваемости, систематические прогулы занятий;

· ограничение общения с ранее значимыми людьми: родственниками, друзьями, любимым человеком, значительное изменение круга общения, подозрительные контакты, телефонные звонки, встречи;

· уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;

· пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей, денежные долги ребенка;

· появляющаяся изворотливость, лживость;

· неопрятность, неряшливость, не характерные ранее;

· приступы депрессии, страха, тревоги.

 Психологическая *невозможность* совладать с желанием насытиться новой информацией, и есть компьютерная зависимость.

 Несмотря на то, что стремления, возникающие при компьютерной зависимости, изначально несут положительные аспекты, данный тип зависимости, ведет к деградации личности, разложению социального статуса, потере собственного "Я", ухудшению психологического здоровья, возбуждению внутренних раздражителей, возникновению агрессии, замкнутости.

 Важными симптомами компьютерной зависимости являются смешанное чувство радости и вины во время работы за компьютером, а также раздраженное поведение, которое появляется, в случае если по каким-то причинам длительность работы за компьютером уменьшается.

 Физические признаки компьютерной зависимости представлены нарушениями со стороны глаз (ухудшение зрения, дисплейный синдром, синдром "сухого глаза"); опорно-двигательного аппарата (искривление позвоночника, нарушения осанки ); пищеварительной системы (нарушение питания, хронические запоры, геморрой).

 Физические признаки компьютерной зависимости менее специфичны, и, как правило, вызываются длительным нахождением за компьютером. Некоторые из этих признаков могут возникнуть и у людей вовсе не страдающих компьютерной зависимостью, но которые вынуждены проводить долгое время за компьютером.

 Компьютер, выполняет действительно широкий спектр задач: проигрывание музыки и радио, отображение фильмов и телевизионных каналов, фиксация текстовых наработок, отображение текстов, графических объектов и анимации, выполнение функций телефона и калькулятора, отображение и предоставление возможности изучения глобальных сетей и участия в электронных играх, а также многое другое.

 Таким образом, перед ребенком открывается новый мир бесчисленного количества возможностей и интересов, который "отключает" его от реального мира, "переключая" на себя.

 В разумных пределах работа за компьютером, пользование Интернетом или некоторые видеоигры могут быть даже полезными для человека, как средства развивающие логику, внимание и мышление.

 Многие компьютерные игры могут быть познавательными, а в Интернете можно прочесть много полезной и интересной информации. Проблемы возникают, когда время, проводимое за компьютером превосходит допустимые пределы (на самом деле эти пределы ни кем не определены), и возникает патологическое пристрастие и необходимость находиться за компьютером больше времени.

 Наиболее выражено негативное влияние компьютерной зависимости на социальные качества человека: дружелюбие, открытость, желание общения, чувство сострадания. При выраженной компьютерной зависимости наблюдается сильнейшая деградация социальных связей личности.

 Преподавателям необходимо больше акцентировать внимание уч-ся на полезные сайты, где представлена обширная информация.

(например- [www.ht.ru/prof](http://www.ht.ru/prof) по вопросам профориентации,

[www.ucheba.ru/prof](http://www.ucheba.ru/prof) - профессии,

 [www.vde.infobus.ru/dictionary.html-](http://www.vde.infobus.ru/dictionary.html-) краткий словарь новых профессий,

 [www.acareer.ru](http://www.acareer.ru) – профориентация, образование, занятость)