

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СОШ № 19» Изобильненского муниципального района
Ставропольского края**

«Влияние социальной сети Интернет на детей»

**педагог – психолог
МБОУ «СОШ № 19» ИМРСК
Васюкова Любовь Викторовна**

Подростки и социальные сети

Интернет- это Глобальная сеть, объединяющая компьютеры всего мира и позволяющая им обмениваться информацией на разных языках или в разных форматах. Это то, что «затягивает», от чего невозможно оторваться, без чего многие больше не представляют своей жизни – разновидность маниакальной зависимости.

Современные дети, кажется, уже рождаются с умением пользоваться компьютером.

Вот некоторые социальные сети Рунета

«ВКонтакте»

Самая популярная социальная сеть. Зарегистрировано более 30 миллионов человек. Зарегистрированы все - от млада до велика.

«Одноклассники»

Менее популярная социальная сеть. В «Одноклассниках» зарегистрированы люди, окончившие школу или университет. Эта социальная сеть - возможность для них пообщаться со своими бывшими одноклассниками или однокурсниками, с которыми, возможно, они уже долго не виделись.

«Мой мир»

проект сайта Mail.Ru. При регистрации почты на этом сайте вам сразу предлагается создать страничку в «Моем мире». в основном «тусят» школьники.

Положительные стороны социальных сетей:

- Единственный способ связаться с человеком, находящимся на расстоянии.
- Поиск человека по малому количеству сведений.
- Большой объем мультимедийной информации, в том числе и новинок аудио и видео файлов.

- Хранилище для фотоальбомов, видеороликов и ваших личных записей.

Отрицательные стороны социальных сетей

- Социальные сети вызывают самое настоящее привыкание, как наркотик.
- Узнать информацию о ком-то гораздо проще, чем раньше, и различным инстанциям это не составляет больших проблем
- Платные услуги – рассылка смайликов.
- Рассылка спам-сообщений и взлом аккаунтов, подмена страниц.
- Платные игровые услуги.
- Сбор данных из игр, для занесения в список рассылки реклам.
- Телефонные мошенничества.
- Фальшивые главные страницы.

Сетеголизм (зависимость от Интернета)

Сетеголизм (зависимость от Интернета) проявляется бесконечным пребыванием ребенка в сети. Иногда дети находятся в виртуальном мире по несколько часов в сутки, заводя виртуальные знакомства, скачивая музыку, общаясь в чатах.

К сожалению, больше всего этому недугу подвержены именно подростки.

Очень большое количество компьютероманов выявляется в возрасте 9-17 лет. Трудный переходный период, который каждый человек должен пройти, приобрести навыки, подростки проводят в виртуальной сети в облегченном варианте - и не получают того развития, которое необходимо человеку для взрослой жизни.

Как формируется зависимость?

У сетевой зависимости те же корни, что и у игромании (лудомании). Мозг каждого человека снабжен центром удовольствия. Постоянная стимуляция этого центра у приводит к тому, что они забывают обо всем на свете. Компьютерная болезнь – это недуг, который формируется постепенно.

Психические признаки. Среди наиболее распространенных – « потеря контроля » над временем, невыполнение обещаний, данных себе или другим, касающихся уменьшения периода, проведенного за компьютером, оправдание собственного поведения и пристрастия. Важными симптомами являются смешанное чувство радости и вины во время занятий за монитором, а также раздраженное поведение, возникающее в случае, если по каким-либо причинам длительность такой работы уменьшается.

Физические аспекты компьютерной зависимости, помимо уже перечисленных, характеризуется общим истощением организма – хронической усталостью. Как правило, люди, страдающие компьютерной зависимостью, пренебрегают сном и отдыхом.

Компьютер может стать врагом или другом, помочь в беде, либо добавить проблемы, помочь найти единомышленников или привести к одиночеству.

В разумных пределах работа за компьютером, пользование Интернетом могут быть даже полезными для подростка как средства, развивающие логику, внимание и мышление. Многие из них познавательны, а в Интернете большое количество нужной и интересной информации.

Детям очень интересно долгое время находиться в Интернете, а ведь следствием может стать полный « уход ребенка в идеальный мир » как выбор единственно правильной, понятной и доступной формы общения с другими людьми.

Аддиктивное стремление к « новой реальности », ощущение острой необходимости быть в ней постоянно может вызываться многими причинами: недостаток квалифицированного общения, разочарование в реальном мире.

Невостребованность собственных ресурсов, возможностей в реальной жизни. Проблема свободного времени.

Симптомы Интернет – зависимости у детей

- ❖ Чрезмерное времяпровождение в онлайн-режиме;
- ❖ Зависимость настроения и жизненных сил от нахождения в Интернете;
- ❖ Сильная привязанность к « виртуальным » знакомым;
- ❖ Возникновение совершенно новых условных рефлексов у человека;
- ❖ Воздействие Интернета через рефлекторные функции организма на нервную систему.

Последствия:

Разрушение реальной личности, психические заболевания, а может быть, наоборот – это новая ступень развития интеллекта.

Компьютер может стать причиной долговременных нарушений психического и интеллектуального развития. У так называемого компьютерного поколения хуже работают некоторые виды памяти, наблюдаются эмоциональная незрелость, безответственность.

Интернет – зависимые пользователи с психологическими проблемами могут пойти по « простому » пути, избрав виртуальное общение как основное и усугубив таким образом свои проблемы. Типичная ситуация: подросток не умеет общаться, заводить друзей и испытывает непреодолимую робость в общении со сверстниками. И тут на помощь приходит всемогущая Сеть. Всевозможные чаты и форумы – место, где вам всегда рады, где вы с легкостью найдете единомышленников.

У подростков, «живущие» в Сети появляются проблемы с общением. Ведь навыки, приобретенные в виртуальном мире, в обычной не годятся.

Дети очень быстро учатся манипулировать старшими. В ответ на запреты впадают в агрессию. И родители на это ведутся: допускают к компьютеру за хорошую учебу, за то, за другое...

Но если проблема зависимости от компьютера уже есть, это ее только усугубляет.

Рекомендации родителям.

Когда пора беспокоиться:

- ❖ Ребенок раздражается при необходимости отвлечься от работы или игры на компьютере;
- ❖ он не способен спланировать окончание сеанса работы или игры;
- ❖ расходует значительные суммы денег на обеспечение постоянного обновления устройств компьютера;
- ❖ забывает о домашних делах, учебе;
- ❖ пренебрегает собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером;
- ❖ ему все равно, что есть, лишь бы не отрываться от монитора;
- ❖ ощущает эмоциональный подъем только во время работы с компьютером;
- ❖ обсуждает компьютерные проблемы со всеми.

Между тем, оказывается, при желании родители могут все держать под контролем!

5 способов избежания компьютерной зависимости:

1. Семейный компьютер должен быть установлен в гостиной или другой общей зоне. Но не в детской! Так у ребенка будет меньше соблазнов нарушить запрет.
2. Недопустимо, чтобы ребенок играл утром перед школой и вечером до приготовления домашнего задания.
3. Требования выключить компьютер должно быть мотивированным.
4. Нужно поддерживать с ребенком диалог: интересоваться, во что именно он играет, задавать вопросы.
5. Нельзя позволить ребенку заикливаться на игре, которую не удастся завершить