



Компьютерная зависимость подростков

*Признаки, причины
и способы преодоления*

КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ - это специфический вид эмоциональной зависимости.

**Компьютерная
зависимость**



Сетеголизм
(зависимость от Интернета,
и в частности от
социальных сетей)

Киберрадиация
(зависимость от
компьютерных игр)



КЛАССИФИКАЦИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

Каждый 2-ой пользователь интернет сети страдает интернет-зависимостью.

Зависимость вызывает 4 вида вируса -паразита.



ВЕБ-СЁРФЕР



СИМПТОМЫ

Бесконечное путешествие по ссылкам и баннерам.

Постоянная проверка почты, даже в нерабочее время.

Постоянное чтение новостей и блогов, а так же почти любой инфы.

ГЕЙМЕР



СИМПТОМЫ

Навязчивое увлечение сетевыми играми с совместным прохождением.

Навязчивое увлечение браузерными играми и играми в соц.сетях.

БАЛАБОЛ



СИМПТОМЫ

Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам.

Постоянное ведение страницы в соц.сетях, инстаграмминг и твиттинг.

Навязчивые желание комментировать и троллить.

КИБЕРСЕКС



СИМПТОМЫ

Навязчивое влечение к посещению порносайтов.

Занятие киберсексом.

Постоянный просмотр «пятничных девушек» и прочей эротики.

Почему возникает компьютерная зависимость? Каковы причины?



Почему формируется компьютерная зависимость?

Чем больше у ребёнка психологических барьеров в повседневной жизни, тем быстрее и глубже он погрузится в виртуальную реальность...

- ▶ Чувство внутренней тревоги и чувство не удовлетворенности



Проблемы в семье, непонимание между родителями и ребенком, «заброшенность» детей, завышенные требования, которые предъявляют к ребенку взрослые

- ▶ Удовольствие



Дети, которым в жизни недостает позитивных эмоций, чаще всего становятся жертвами компьютера

Формирование зависимости



Занятые родители



обеспечивают



игровой досуг

ПЕРЕСТАЕТ
РЕАГИРОВАТЬ
НА ЛЮБЫЕ
ПРОСЬБЫ
РОДИТЕЛЕЙ

ОТКАЗ ОТ ЕДЫ,
Т. К ЕМУ НАДО
ПРОЙТИ ЕЩЕ
ОДИН
УРОВЕНЬ, А ТО
ОН ПРОИГРАЕТ

У РЕБЕНКА
ПОЯВИЛСЯ
ДРУГ, КОТОРЫЙ
ЗАНИМАЕТ ВСЕ
СВОБОДНОЕ
ВРЕМЯ



ПОЯВЛЯЮТСЯ
ПРОБЛЕМЫ В
СЕМЬЕ

ИСЧЕЗАЮТ
ДРУЗЬЯ

ПРОБЛЕМЫ В
ШКОЛЕ

РЕБЕНОК
ВПАДАЕТ В
ДЕПРЕССИЮ

КОМПЬЮТЕРНАЯ
ЗАВИСИМОСТЬ

ОДИНОЧЕСТВО

В
РЕАЛЬНОСТИ
НАЧИНАЕТ
ВСЕ
РАЗДРАЖАТЬ

Группа риска



1. Подростки с низким уровнем субъективной ответственности.
2. Подростки с низкой самооценкой.
3. Подростки с неразвитыми коммуникативными умениями.
4. Подростки, мечтающие стать лидерами, но так и не ставшие ими

Симптомы зависимости:

- ▶ Повышение эмоциональности, возбуждение при виде компьютера.
- ▶ Раздражительность, снижение тонуса при отсутствии компьютера.
- ▶ Шантаж, конфликты в ответ на запрет компьютера.
- ▶ Предпочтение компьютера другим видам досуга, общению.
- ▶ Снижение успеваемости.
- ▶ Отказ от выполнения домашних обязанностей.
- ▶ Нарушение сна, ухудшение самочувствия.
- ▶ Проведение ночи за компьютером.
- ▶ Злоупотребление кофе, энергетиками.
- ▶ Пренебрежение личной гигиеной.
- ▶ Еда за компьютером или забывание о еде.

Дело было вечером, делать было нечего...

Указаны самые популярные причины, по которым ребята садятся за компьютерные игры.

А также доля участников опроса, выбравших эти варианты ответов. Можно было назвать несколько причин.



Профилактика компьютерной зависимости:

ОДОБРЕНО
семьей



Помогают друг другу Уважение
Знания Трудолюбие Работа
Радуются
Братья Бабушка
Внучки Здоровье
Красота Дружба
Мама Дети Любят Папа Родители
Труд Семья Счастье
Хорошая Веселье Здоровые Порядок Кормилец Праздник
Дедушка
Улыбки Цветы
Покой Уют Внуки Пятерки
Богатство Дружная
Сестры



Что делать,

если признаки зависимости налицо?

1. Провести анализ игр, интернет-ресурсов, которые увлекают ребенка. Сыграть в них хотя бы раз. (Что это? Какие потребности это удовлетворяет?)
- ▶ 2. Провести анализ своей семейной ситуации. (Что заставляет ребенка испытывать трудности в удовлетворении этих потребностей? Какие у ребенка были интересы в более раннем возрасте?)
- ▶ 3. Сделать шаг навстречу ребенку. (Помочь организовать досуг, наладить взаимоотношения со сверстниками, наладить контакт в семье.)





Принципы работы службы «Телефон доверия»

- **Доступность**
- **Анонимность**
- **Доверительность**
- **Конфиденциальность**

Каждый позвонивший вправе не называть своего имени и фамилии или может выбрать себе псевдоним.

А также может быть уверен, что разговор останется строго между ним и специалистом.

Поэтому собеседнику можно довериться полностью, а это, в свою очередь, делает консультацию более эффективной и позволяет найти лучшее решение проблемы.