

ИНТЕРНЕТ- ЗАВИСИМОСТЬ

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

Работа ученика 8 класса «А»
МОУ гимназии №2 «Квантор»
г.Коломна

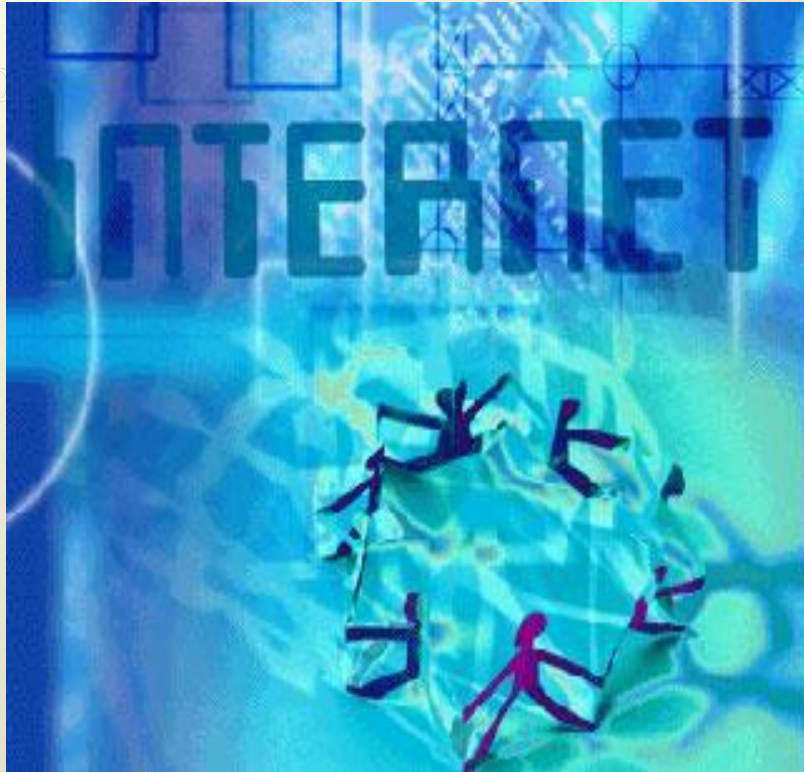
Канунникова Алексея Алексеевича

План

- ☐ История развития сети Интернет
- ☐ Интернет
- ☐ Признаки виртуальной зависимости
- ☐ Причины зависимости
- ☐ Расстройства личности как результат зависимости
- ☐ «Плюсы» и «минусы» Интернета
- ☐ Зависимость – отказ от альтернатив
- ☐ Рекомендации подросткам
- ☐ Правила работы в Интернете
- ☐ Вывод



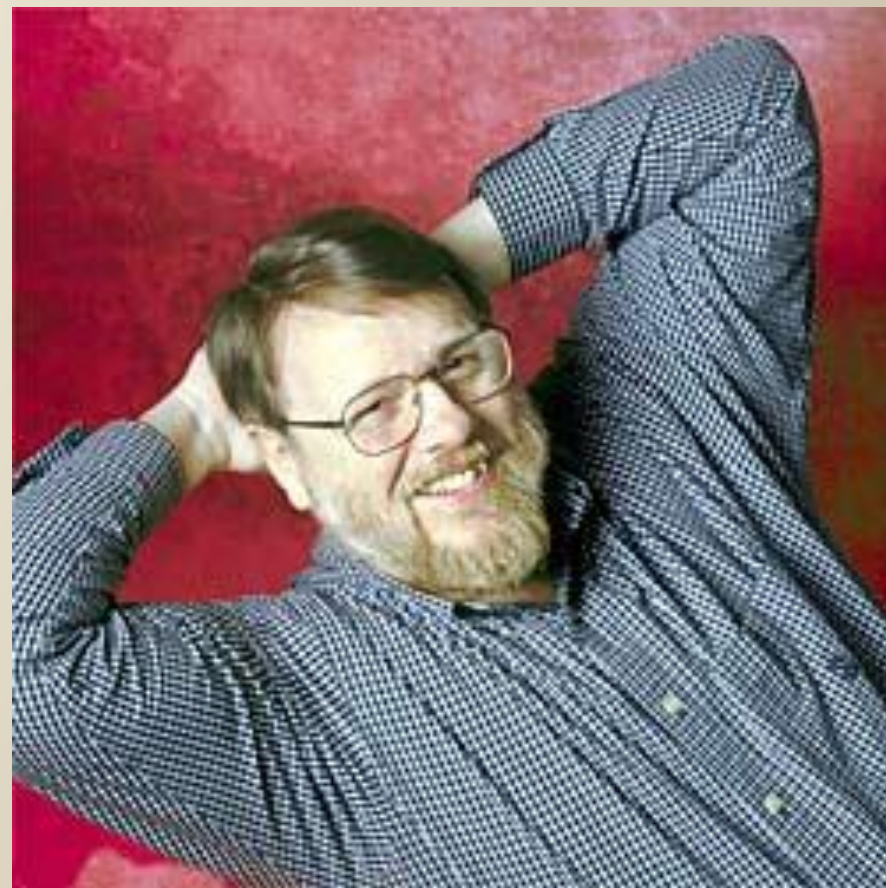
История развития сети Интернет



В декабре 1969 года была запущена сеть *ARPANET*, объединившая 4 ведущих университета США. Сеть была разработана в научных, образовательных и государственных целях. *ARPANET* стала прародителем современного Интернета.

1245

В 1972 году миру представлена электронная почта. Рэй Томлинсон, ее разработчик, предложил использовать @ в адресах e-mail. Передача первого письма, состоявшего из двух букв, привела к выходу из строя отправляющего компьютера.





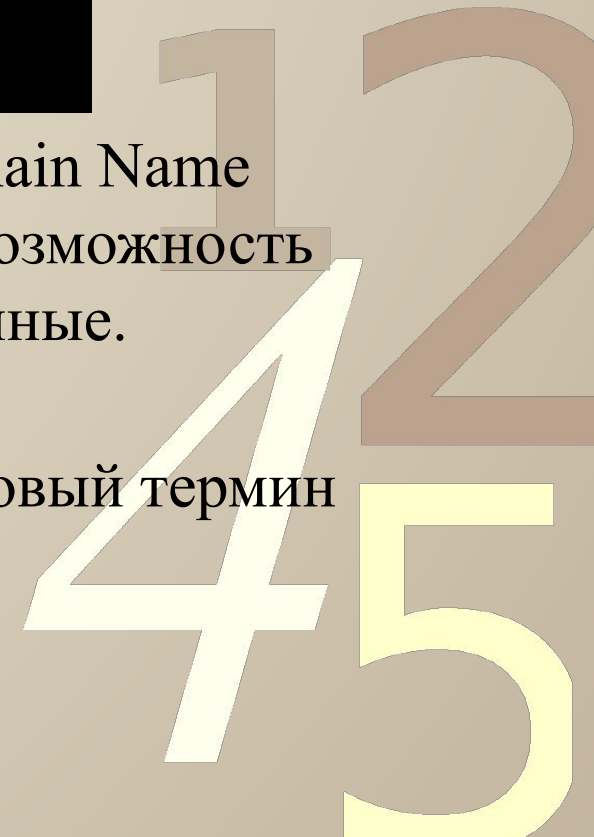
В 1973 году было разработано семейство протоколов TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol), ставшее в дальнейшем стандартом передачи данных через Интернет.



0011 0010 1010 110

Запущена служба доменных имен (Domain Name System), благодаря которой появилась возможность заменить цифровые адреса на осмысленные. Например, www.company.com.

Писатель Вильям Гибсон придумал новый термин «киберпейс».



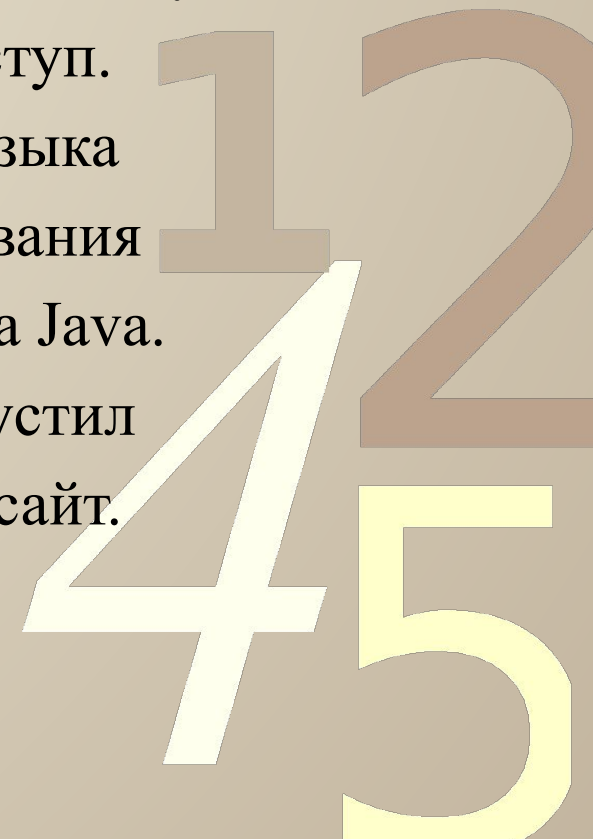
0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

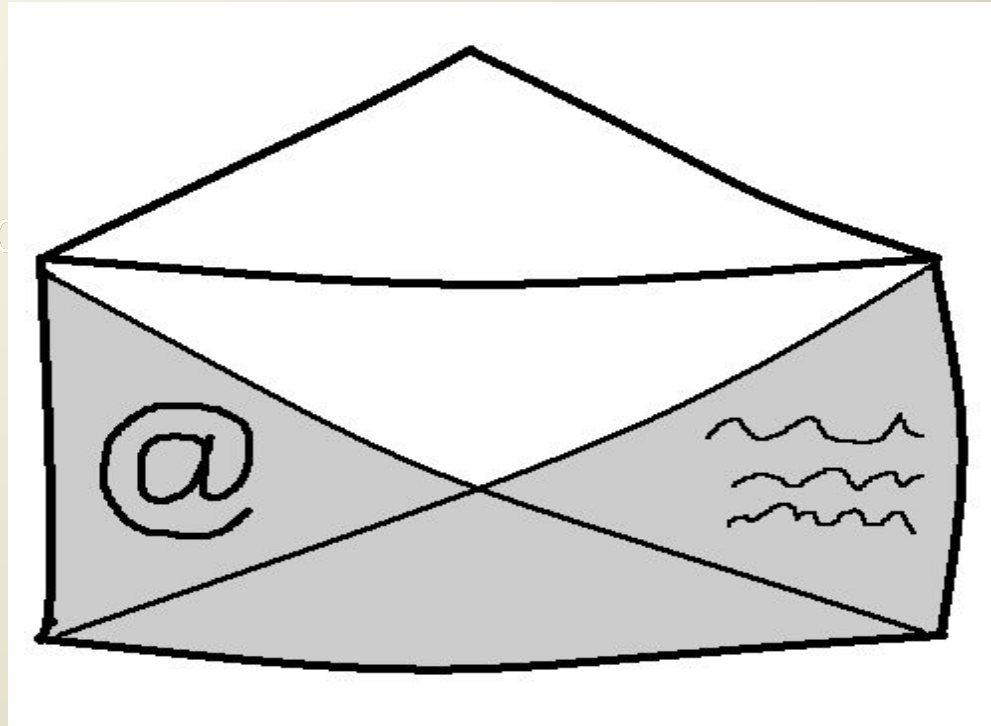


Компании начали предоставлять комму - тируемый доступ.

Появление языка программирования для Интернета Java.

Ватикан запустил собственный сайт.





Около 9,8 миллиардов электронных сообщений отправляется
каждый день.

12
45

Интернет

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011



Интернет – это глобальная компьютерная сеть, которая связывает между собой как пользователей компьютерных сетей, так и пользователей ПК.

1245

Интернет постепенно
становится основным
средством
корпоративного
общения, уступая пока
телефону. Когда два или
более компьютеров
связывают постоянным
соединением для обмена
данными, говорят о
создании компьютерной сети.





По Интернету происходит поиск информации, рассылают пресс-релизы, устраивают конференции, выставки, интервью и т.д. Обычный, «домашний» пользователь имеет все шансы по Интернету не только заказать любой товар с доставкой на дом или узнать погоду, но и познакомиться, пообщаться.

Сегодня Интернет не охватывает только несколько стран Африки и Восточной Азии. Количество машин в Интернете – около 20 миллионов, количество пользователей – в 5-10 раз больше.



Признаки виртуальной зависимости

От практикующих психиатров все чаще поступают данные об увеличении количества Пациентов, основные жалобы которых связаны с влиянием Интернета. В августе 1999 г. примерно 83 миллиона американцев были подключены к Интернету, и это число неуклонно растет.





Вместе с возрастающей популярностью Интернета должно увеличиться количество больных, что может оказаться серьезной проблемой для общества, тогда как о методах лечения

и о природе болезни пока известно очень мало.

Компьютерная зависимость — это далеко не только навязчивая игра в компьютерные игры. «*Интернет-зависимость*» - это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечением.

Есть много признаков виртуальной зависимости, вот только некоторые из них:

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

- Пристрастие к виртуальным знакомствам – избыточность знакомых и друзей в сети.
- Навязчивая потребность в Сети – игра в онлайн-игры, постоянные покупки или участия в аукционах.
- Информационная перегрузка (навязчивый web-серфинг) – бесконечные путешествия по Сети, поиск информации по базам данных и поисковым сайтам.

Причины зависимости

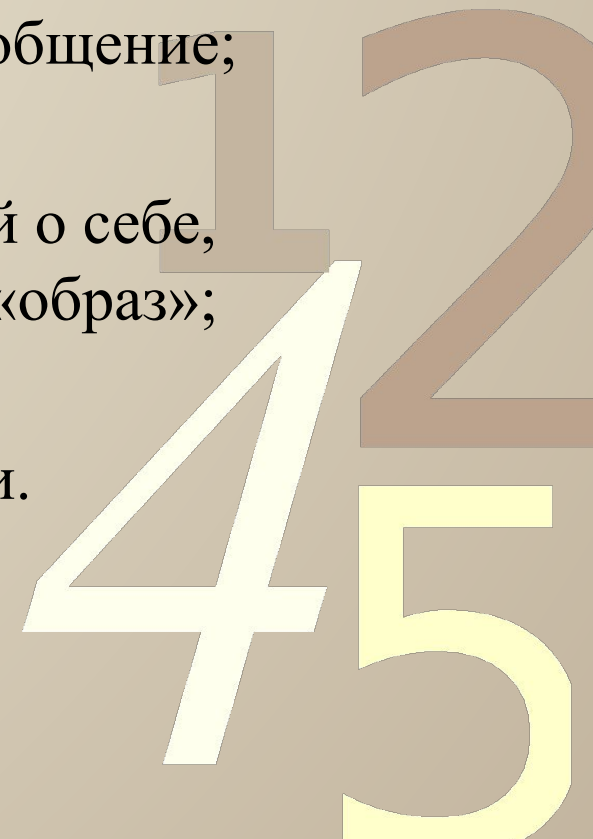
0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

Влечение к Интернету развивается
благодаря четырем главным факторам:

1 2
4 5

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

- ❖ доступность разнообразной информации;
- ❖ широкая интерактивность, постоянное общение;
- ❖ персональный контроль за информацией о себе, позволяющий создавать определенный «образ»;
- ❖ анонимность передаваемой информации.



Расстройства личности как результат зависимости

Поглощенность Интернетом влияет на появление расстройств в поведении человека:

1. Ложь и даже совершение криминальных действий типа просмотра и скачивания непристойных видео материалов.
2. Уход от реального мира с его эмоциональными проблемами (стресс, депрессия, беспокойство и др.) или же от простых жизненных сложностей (обилие работы, проблемы в учебе, семье).

Мгновенное бегство в фантастический мир – здесь

Интернет служит поддержкой для привыкания, за

которым следует:

- ухудшение настроения;
- психологическое разногласие с окружающими.

Вначале зависимость проявляется в том, что вместо занятий такими обычными делами, как стирка, стрижка газона или посещения магазинов, люди сидят перед компьютером. Повседневные заботы игнорируются.

Виртуальный мир, в котором человек чувствует себя намного комфортнее, чем в реальной жизни, создает угрозу для успешной реальности.

3. Отдаление людей, сужение социальных контактов. Это выражается в усилении стереотипности поведения. Всякая киберзависимость негативно влияет на внутрисемейные отношения и стабильность на внутри - семейные



отношениями (у школьников приводит к конфликтам с родителями, у взрослых заканчивается разводом).

4. Возникают серьезные проблемы с учебой, потому что школьники или студенты посещают не относящиеся к делу сайты, часами болтают в чатах беседуют с знакомыми и играют в игры вместо занятий. У них появляются проблемы с выполнением домашних заданий, подготовкой к экзаменам.
5. Низкий контроль за количеством времени, проведенного в Сети. В результате нарушается режим, сон.

«Плюсы» и «минусы» Интернета

Плюсы

- развитие технического прогресса;
- доступ к разнообразной информации;
- доступность и легкость покупок.

Минусы

- широкие знакомства - зависимость;
- теряется навык реального общения;
- портится язык (словарный запас);
- виртуальная реальность замещает действительную.

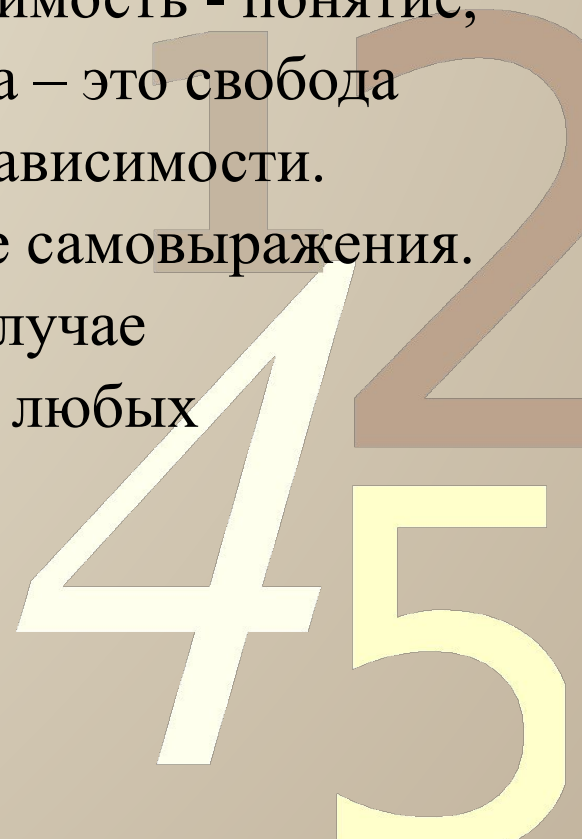
Зависимость — отказ от альтернатив



Зависимость — это особый путь жизни, связанный с поиском «идеальной» реальности. При помощи зависимости человек убегает от дискомфорта действительности. Однако, будучи найденной, новая искусственная реальность

разрушает здоровье и жизнь. Вначале – удовольствие и наслаждение. Однако через некоторое время наслаждение начинает требовать все больше сил, времени и быстро поглощает всю жизнь человека. Это неизбежно заставляет страдать как его самого, так и окружающих его людей.

Противоположность зависимости – независимость - понятие, тождественное свободе. Свобода для человека – это свобода выбора между самовыражением и рабством зависимости. Свобода выбора присутствует только в случае самовыражения. Поэтому выбор себя и назван свободным. В случае предпочтения зависимости человек лишается любых альтернатив.



Рекомендации подросткам

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

1. Используйте реальный мир для расширения социальных контактов. Реальный мир, жизнь Человека – это постоянное освоение, расширение и преобразование реальности, и внутренней, и внешней. Таким путем человек становится совершенней.



2. Определите свое место в реальном мире. Ищите реальные пути быть тем, кем хочется. Избегайте простых способов достигать цели: бесплатный сыр – ТОЛЬКО В МЫШЕЛОВКЕ.



12
45

3. Виртуальная реальность заполняет «дыры» в жизни. Живите без «заплаток»!

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011
4. Компьютер – это все лишь инструмент, усиливающий ваши способности, а не заменитель цели.

5. Развивать в виртуальной реальности то, что для вас не важно в реальной жизни, - нельзя. Делайте то, что хотите, в реальной жизни!

6. Ищите друзей в реальности. Виртуальный мир дает только иллюзию принадлежности к группе и не развивает никаких действительных навыков общения.

7. Наполняйте жизнь положительными событиями, поступками.

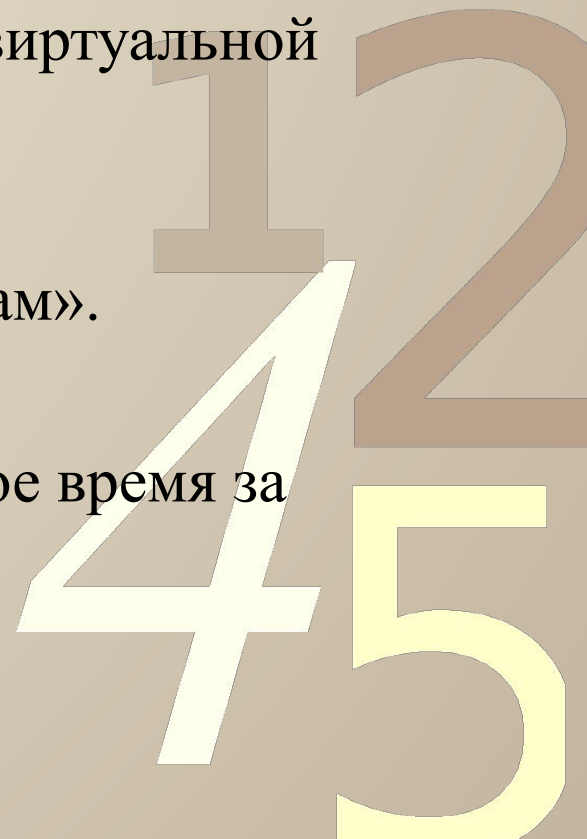
0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

8. Имейте собственные четкие взгляды, убеждения.

9. Избегайте лживости и анонимности в виртуальной реальности.

10. Пребывайте «здесь и сейчас», а не «там».

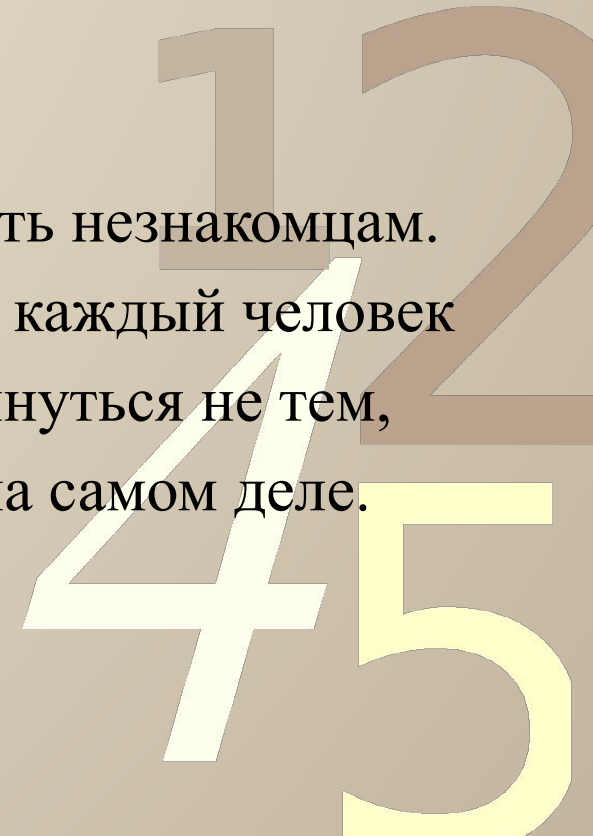
11. Научитесь контролировать собственное время за компьютером.



Правила работы в Интернете

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

1. Не разглашать личную информацию (имя, адрес, номер телефона, адрес электронной почты, номер школы, ФИО родителей).
2. Использовать трудно - определяемые экранные имена.
3. Не оставлять в Интернете информацию о кредитных картах.
4. Не доверять незнакомцам. В Интернете каждый человек может прикинуться не тем, кто он есть на самом деле.



Вывод

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

Интернет хорошее средство массовой информации. Он помогает в общении людям, которые далеко друг от друга, в проведении различных вебконференций и во многих других вещах. Но не стоит проводить время только в Интернете, всегда лучше выйти на улицу, подышать свежим воздухом, пообщаться с людьми в реальном мире.

1245