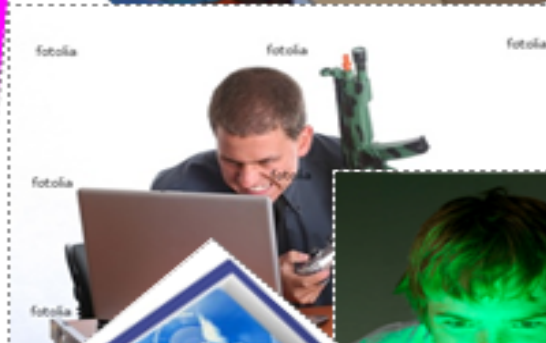
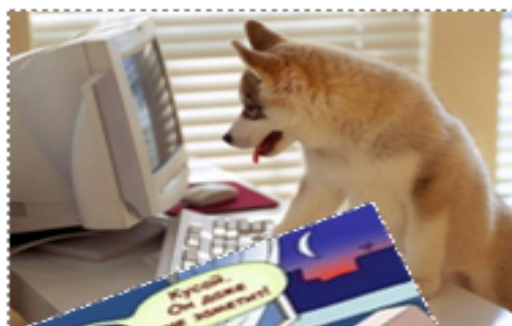


В наше время жизнь без компьютера стала невозможной: компьютер необходим в работе, учебе. Не так давно считалось, что компьютер не влияет на организм. Сегодня идут многочисленные дискуссии, каково влияние компьютера? Вредно ли это? И если да, то насколько? Опаснее ли компьютер телевизора, или в нем вреда не больше, чем в обыкновенных электронных часах? Проведено множество исследований, тестов и опросов, которые свидетельствуют о том, что компьютер приносит существенный вред здоровью. ...

Будь честен с собой

1. Чем ты занимаешься в свободное время?
2. Сколько времени в день проводишь за компьютером?
а) от 1 – до 2 часов; б) от 2 – до 4 часов; в) от 4 – до 10 часов
3. Есть ли постоянное желание играть в игры?
а) да; б) нет; в) не знаю
3. Какое общение вы предпочитаете?
а) общение по электронной почте; б) с другом на яву; в) не важно как
4. Может ли заменить вам компьютер лыжную прогулку?
а) не может; б) да; в) не знаю
7. Придя, домой вы сразу садитесь за компьютер?
а) да; б) нет;
9. Пребывали вы в плохом, раздраженном настроении, не могли ничем заняться, если был сломан компьютер?
а) да; б) нет



ГУО «РАДУНСКАЯ
СРЕДНЯЯ ШКОЛА»

Компьютер—
легальный
наркотик



Телефон: 8(47531)25-2-91

Компьютерная зависимость

Компьютерная зависимость — пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящее к резкому сокращению всех остальных видов деятельности, ограничению общения с другими людьми. К. з. наиболее часта в детском и подростковом возрасте, особенно у мальчиков. Признаком К. з. является не само по себе время, проводимое за компьютером, а сосредоточение вокруг компьютера всех интересов ребенка, отказ от других видов деятельности.

К. з. обычно проявляется в форме пристрастия к компьютерным играм. В более старших возрастах она начинает включать и более содержательные занятия: усовершенствование собственного компьютера, поиск компьютерных программ и других материалов в сети Интернет, программирование и т. п. К. з. часто наблюдается у детей с интеллектуализмом. Ее возникновению способствуют нарушения общения со сверстниками; она, в свою очередь, приводит к закреплению и дальнейшему прогрессированию этих нарушений.

А.Л. Венгер



Информация для родителей



Признаки зависимости

- Если ребенок ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера.
- Провел хотя бы одну ночь у компьютера.
- Прогулял школу – сидел за компьютером.
- Приходит домой, и сразу к компьютеру.
- Забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось).
- Пребывает в плохом, раздраженном настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался.
- Конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.

Информация к размышлению

Симптомы зависимости

Симптомы компьютерной зависимости можно условно разделить на три группы:

психические; социальные; духовные.

Психические признаки: появление чувства радости, эйфории при контакте с компьютером или даже при ожидании, «предвкушении» контакта; отсутствие контроля за временем взаимодействия с компьютером; появление чувства раздражения, либо угнетения, пустоты, депрессии при отсутствии контакта с компьютером; использование компьютера для снятия внутреннего напряжения, тревоги, депрессии; эмоциональная неустойчивость; навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту, снижение самооценки и т. д.

Социальные признаки: возникновение проблем во взаимоотношениях с родителями, в школе или на работе; проблемы эконолические, т.к. много денег приходится платить за такое удовольствие; проблемы с правоохранительными органами при совершении правонарушений для добычи денег; пренебрежение личной гигиеной, неряшливость.

Духовные признаки: потеря смысла реальной жизни, жизнь становится нежизненной, пустой, лишенной всякого смысла, что приводит к духовному обнищанию, духовной смерти.

Задумайся!

Очевидно, что это плата за овладение современными возможностями связи людей между собой, другая сторона цивилизации, лишившая нас чего-то невидимого, но столь ценного — неспешной переписки вместо электронной почты, тишины библиотек вместо адатированных файлов, прощания с друзьями вместо ожидания «дешевого» ночного времени связи, и еще многого. Не слишком ли дорогая цена?