

# ИНТЕРНЕТ- ЗАВИСИМОСТЬ

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

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

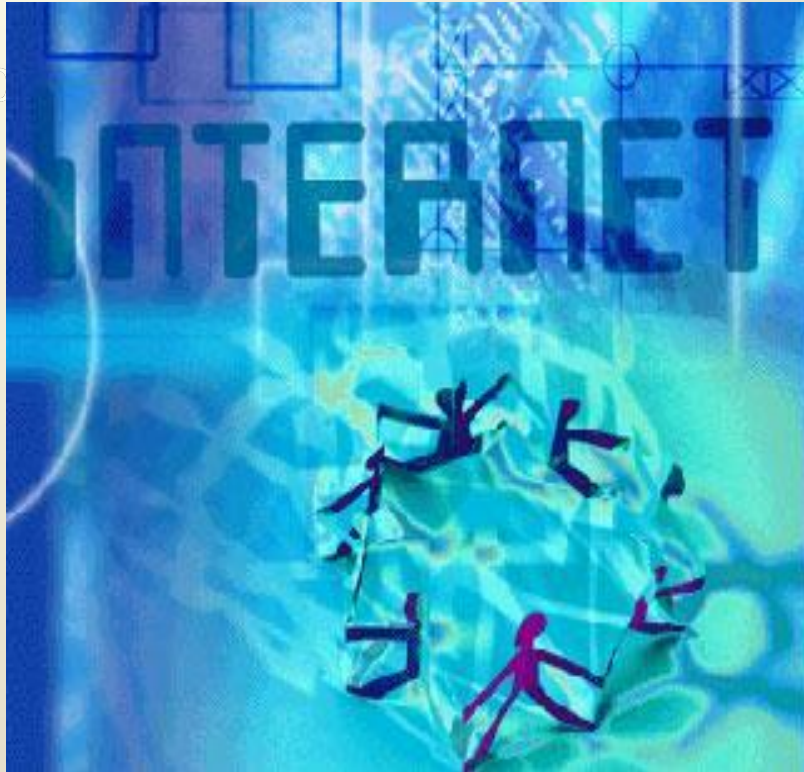
Канунникова Алексея Алексеевича

# 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



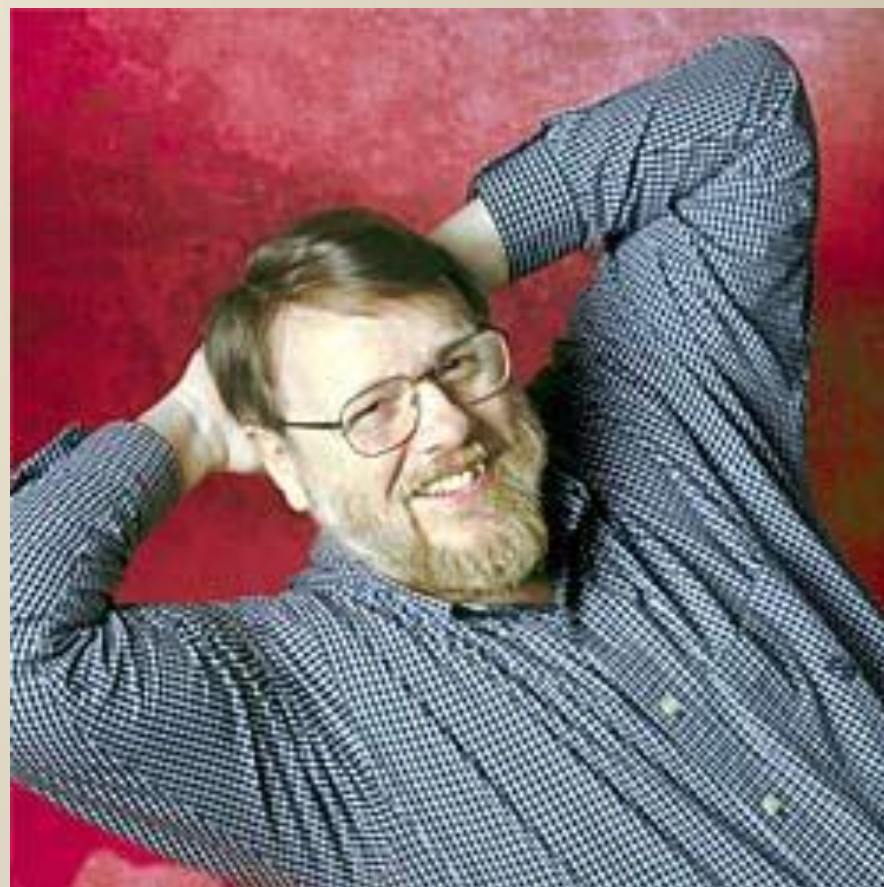
# История развития сети Интернет



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.

1 2  
4 5

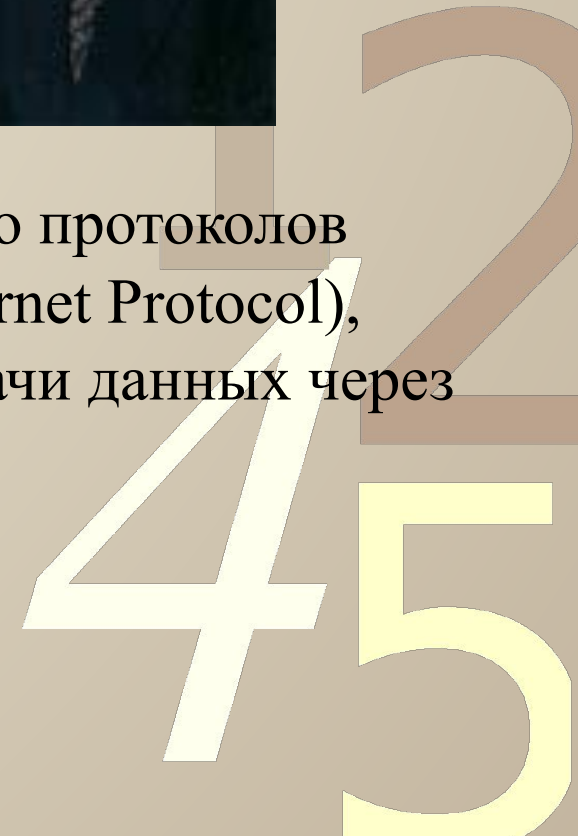
В 1972 году миру представлена электронная почта. Рэй Томлинсон, ее разработчик, предложил использовать @ в адресах e-mail. Передача первого письма, состоявшего из двух букв, привела к выходу из строя отправляющего компьютера.





0011 0010 1010 1011

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

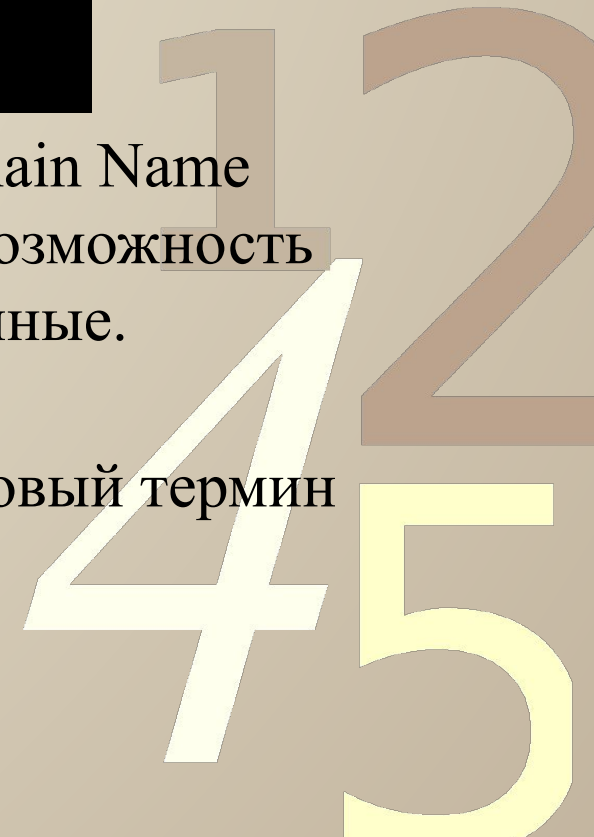




0011 0010 1010 110

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

Писатель Вильям Гибсон придумал новый термин «киберпейс».



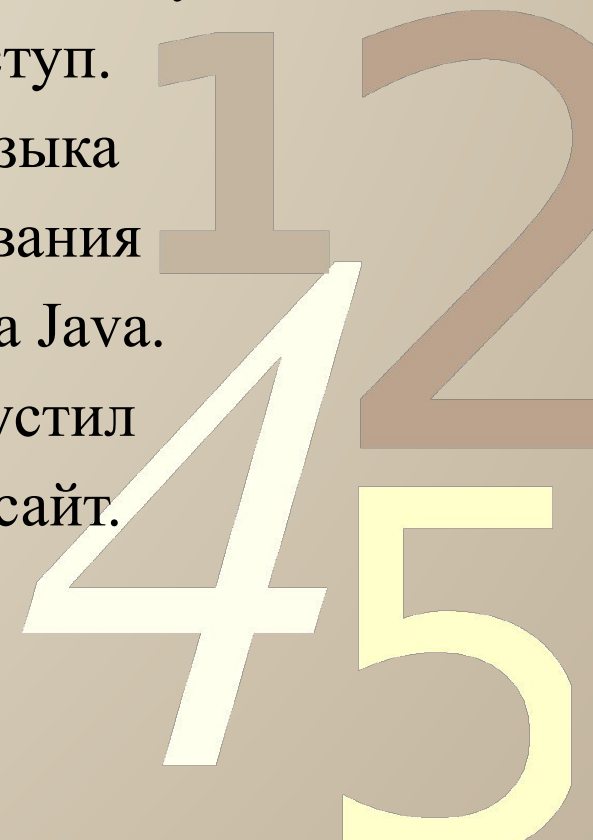
0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

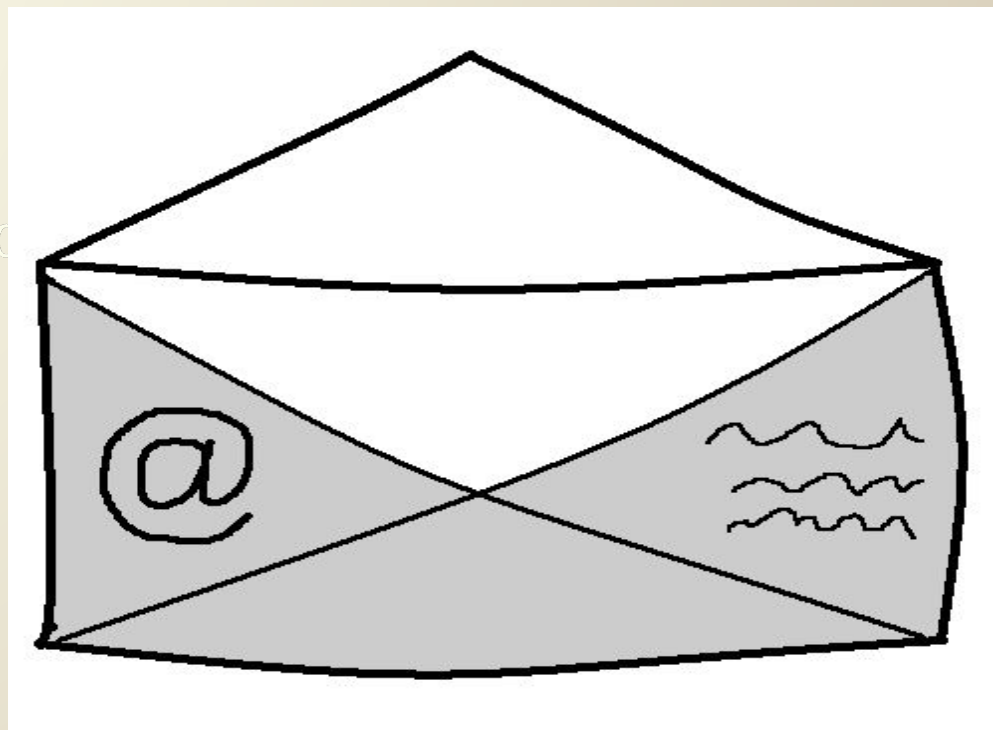


Компании начали предоставлять комму - тируемый доступ.

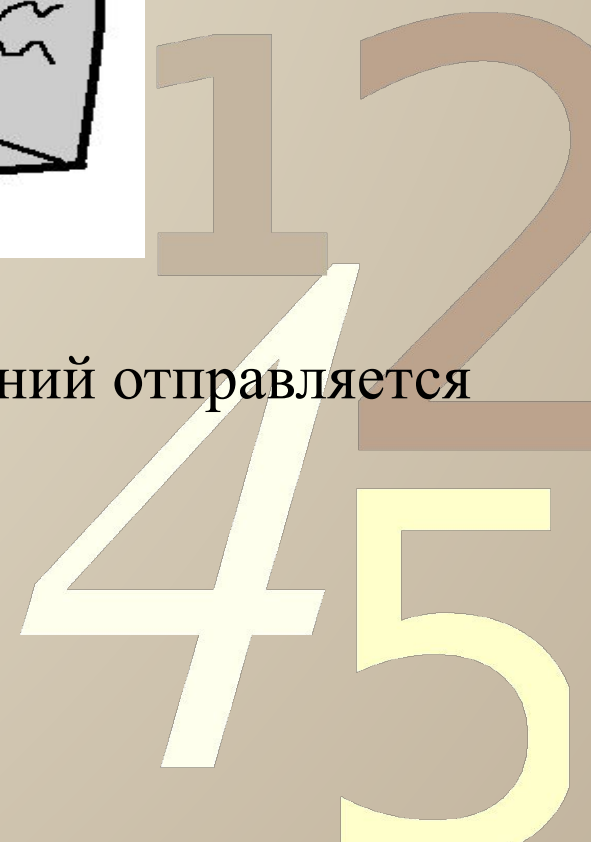
Появление языка программирования для Интернета Java.

Ватикан запустил собственный сайт.





Около 9,8 миллиардов электронных сообщений отправляется  
каждый день.



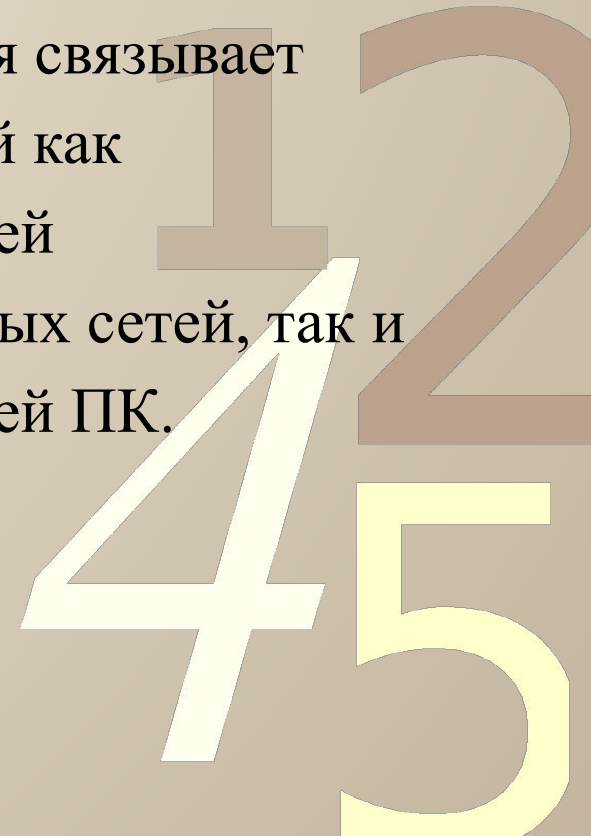


# Интернет

0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011



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

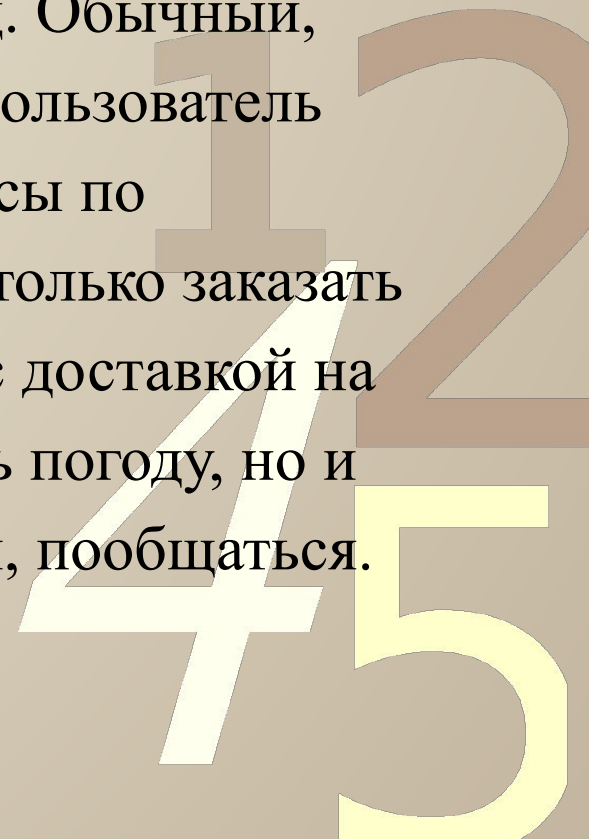


Интернет постепенно становится основным средством корпоративного общения, уступая пока телефону. Когда два или более компьютеров связывают постоянным соединением для обмена данными, говорят о создании компьютерной сети.





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.

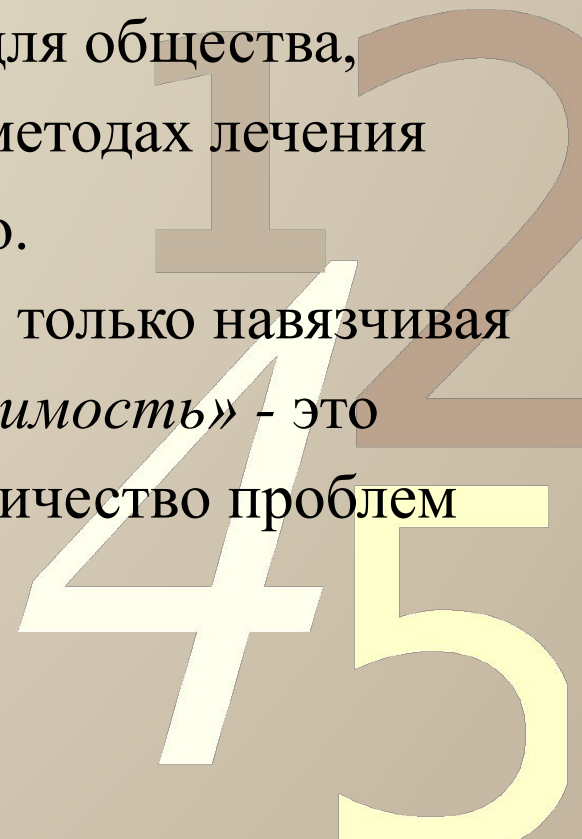




Вместе с возрастающей популярностью Интернета должно увеличиться количество больных, что может оказаться серьезной проблемой для общества, тогда как о методах лечения

и о природе болезни пока известно очень мало.

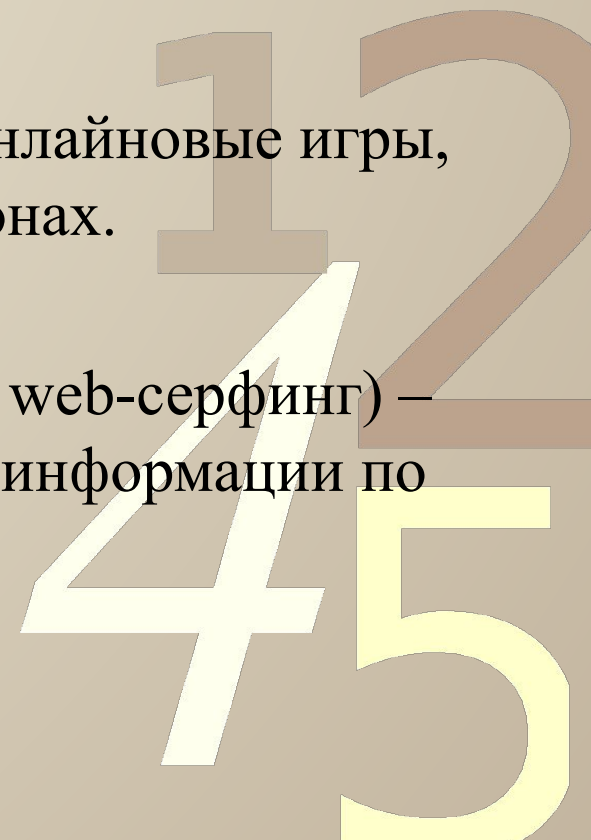
*Компьютерная зависимость* – это далеко не только навязчивая игра в компьютерные игры. «*Интернет-зависимость*» – это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечением.



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:

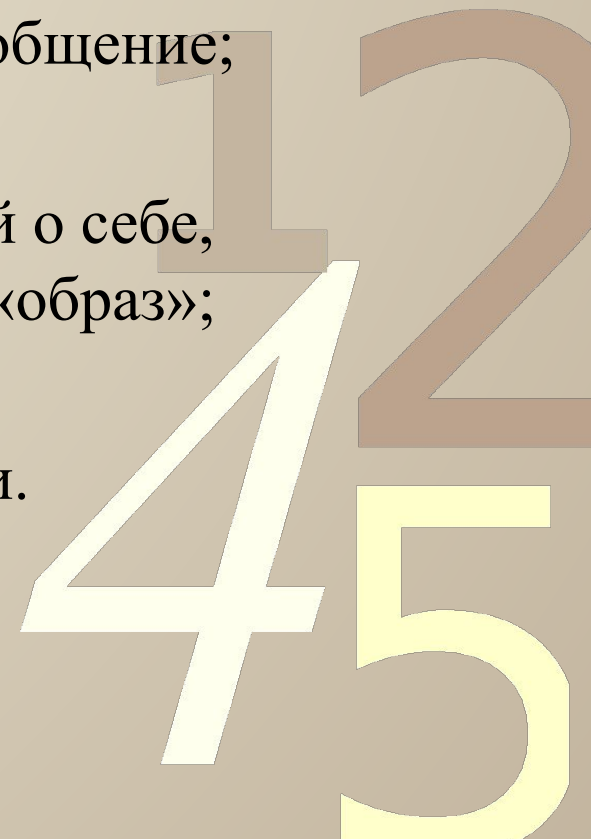
1 2  
4 5





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

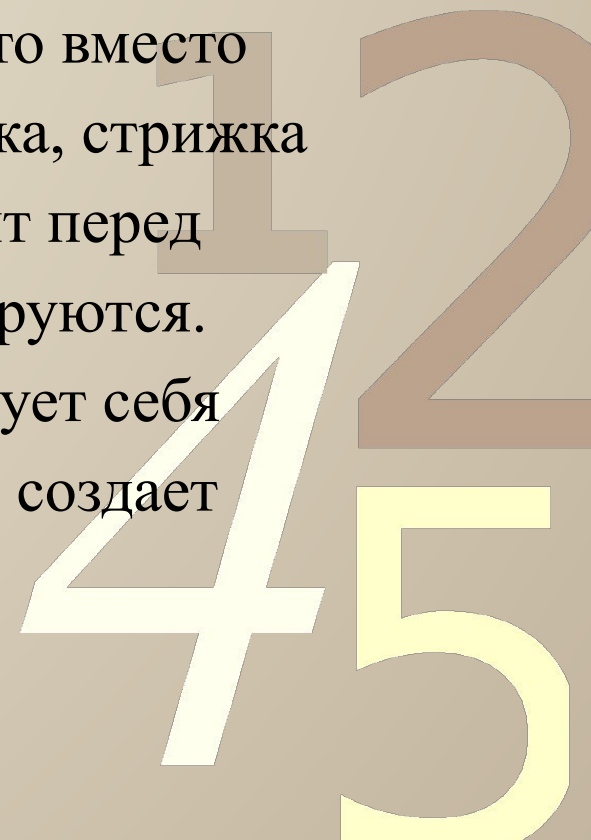
Интернет служит поддержкой для привыкания, за

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.

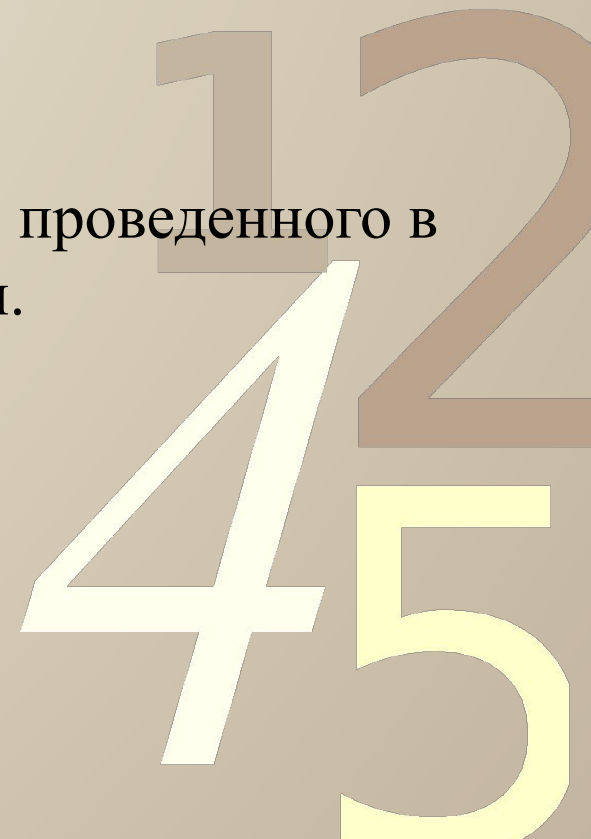


3. Отдаление людей, сужение социальных контактов. Это выражается в усилении стереотипности поведения. Всякая киберзависимость негативно влияет на внутрисемейные отношения и стабильность на внутри - семейные



отношения с родителями (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.

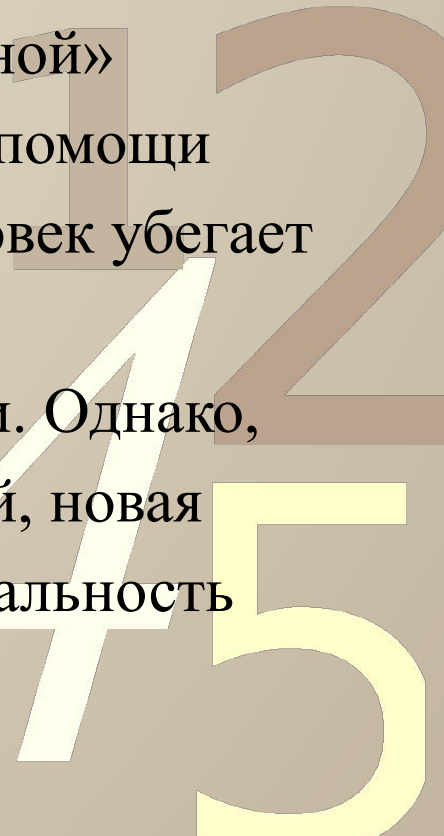
## Минусы

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

# Зависимость – отказ от альтернатив

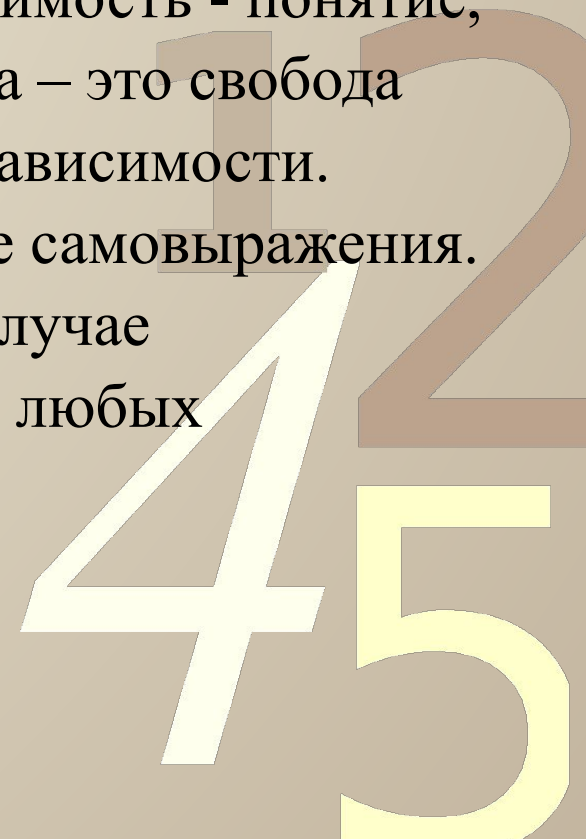


Зависимость – это особый путь жизни, связанный с поиском «идеальной» реальности. При помощи зависимости человек убегает от дискомфорта действительности. Однако, будучи найденной, новая искусственная реальность



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.

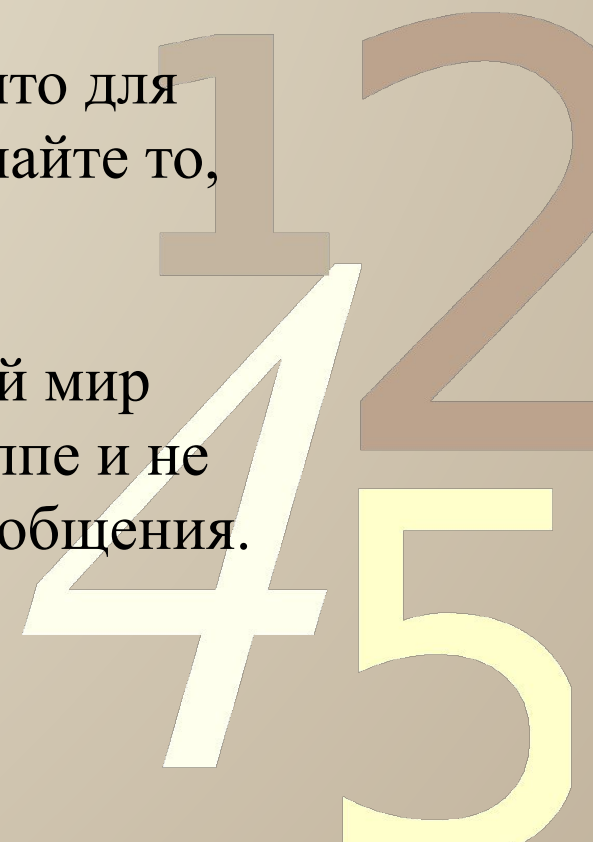


3. Виртуальная реальность заполняет «дыры» в жизни. Живите без «заплаток»!

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.

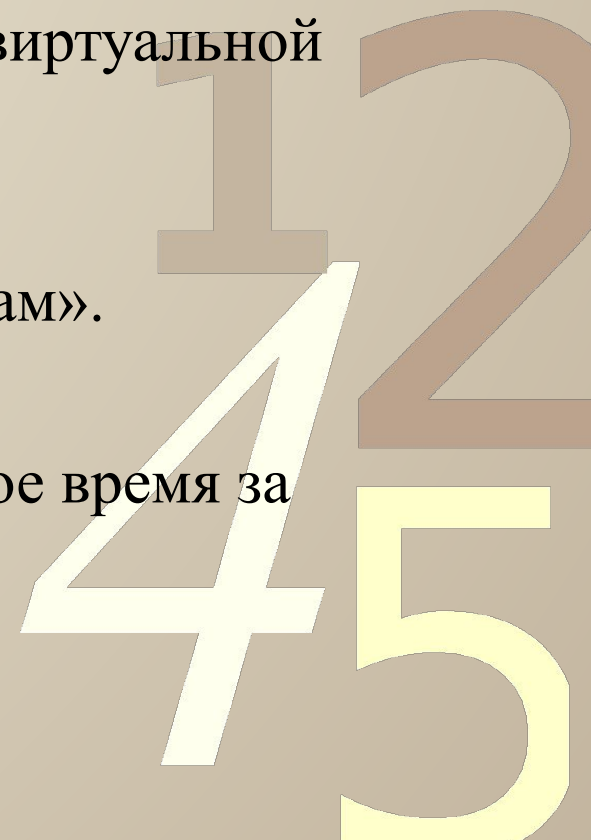
0011 0010 1010 1101 0001 0100 1011

8. Имейте собственные четкие взгляды, убеждения.

9. Избегайте лживости и анонимности в виртуальной реальности.

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

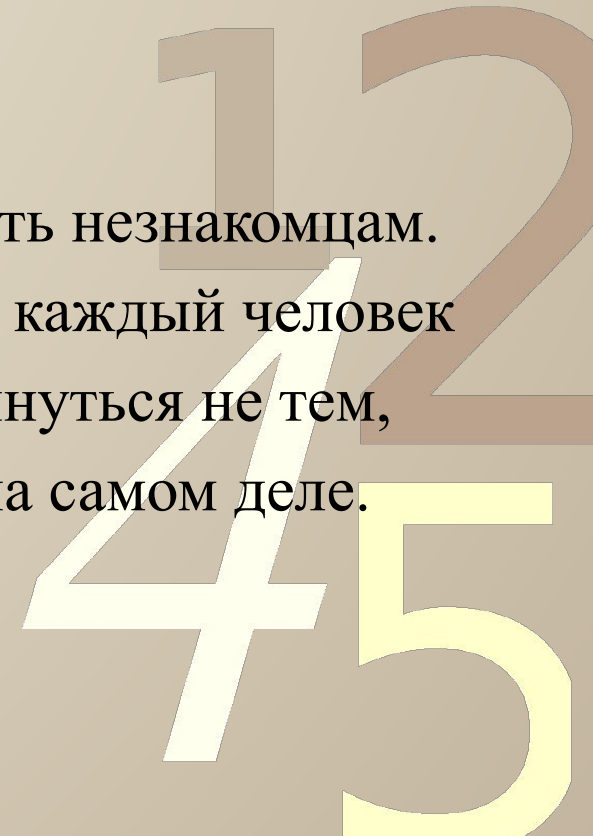
11. Научитесь контролировать собственное время за компьютером.



# 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.

