

6 правил розумних користувачів Інтернету



- 1 Поводитися чемно
й не ображати інших



- 2 Залишати
негарні веб-сайти



- 3 Зберігати свій пароль
у таємниці



- 4 Розповідати своїм
батькам про проблеми
й користуватися
їхньою підтримкою



- 5 Шукати цікаві веб-сайти
й ділитися посиланнями
зі своїми друзями



- 6 Знати, що можна бути
легко обманути і
не повідомляти свої
реальні імена, адреси
й номери телефонів

Мета презентації:

- 1) поглибити знання учнів про інтернет-залежність
- 2) розвинути вміння грамотно користуватися ресурсами Інтернету та
- 3) запобігти виникання інтернет-залежностей



- В світі існує багато видів залежностей, такі як алкогольна, чи наркотична залежності. Але зараз з появою нових технологій починають з'являтися нові види залежностей, наприклад, інтернет залежність, чи ігроманія. Зараз особливо актуальними є залежності пов'язані з комп'ютерами.



Інтернет-залежність - це

- нестерпне бажання підключитись до інтернету, коли ти of-line, і нездатність вийти з нього, коли ти on-line.



Причини інтернет-залежності:

- Пов'язані з людиною:
 - ❖ Нестача спілкування, занижена самооцінка, самотність
 - ❖ сімейні і фінансові проблем
 - ❖ відсутність підтримки оточуючих
- Пов'язані з Інтернетом:
 - ❖ Доступність інформації
 - ❖ Широкі можливості спілкування
 - ❖ персональний контроль і анонімність поданої інформації



Існує 5 типів інтернет-залежності:

- Вчені підраховали, що 10% користувачів Інтернету є залежними. У деяких країнах (Великобританія, США, Японія) вже відкрили лікарні для лікування інтернет-залежності.



1) Кіберсексуальна залежність

- залежність від онлайн порно. Вона залежність базується на нестримному бажанні завітати на якийсь порно сайт чи подивитися порно відео онлайн (не дарма ж порно сайти приносять найбільший дохід їх власникам).



2) Залежність від он-лайн спілкування

- Ця залежність пов'язана з надмірною любов'ю до спілкування, або його нестачею. Також може бути викликана браком часу на реальне спілкування.



3) Ігроманія

- Вченими висунуто 3 основні версії виникнення ігроманії:
- 1) Перша відображає теорію Зігмунда Фрейда, згідно з якою людина захоплюється грою через нестачу материнської турботи і любові в дитячому віці.
- 2) Інша версія полягає в фізіологічних показниках: ігроманія може виникнути внаслідок зниження в організмі рівня гормонального речовини дофаміну, яке відповідає за відчуття задоволення.
- 3) Остання версія, яку пропонують нам учені, - особливості характеру або склад психіки. Просто на даний момент людина не задоволена своїм життям, а занурення в гру допомагає йому розслабитися і ні про що не думати за винятком гри



4) Вебсерфінг

- нав'язливий пошук інформації, пов'язаний з її нестачею.



5) Мережевий шопоголізм

- Викликаний великою кількістю реклами в Інтернеті.



Загалом людина вважається залежною, якщо відповідає позитивно на п'ять з семи таких питань:

- 1. Чи стурбовані ви Інтернетом?
- 2. Чи потрібно вам більше часу перебувати у всесвітній павутині?
- 3. Чи мали ви безуспішні спроби обмежити там своє перебування?
- 4. Чи були ви роздратовані при спробі припинити перебування в Інтернеті?
- 5. Чи приховували ви час перебування там?
- 6. Чи були у вас проблеми в навчанні через Інтернет?
- 7. Чи використовуєте ви Інтернет, щоб відійти від проблем?

Поради як грамотно користуватися Інтернет-ресурсами:

- ❖ Батькам необхідно слідкувати за дітьми під час їхнього перебування за монітором
- ❖ Ставити часові обмеження
- ❖ Не варто безцільно заходити в Інтернет
- ❖ Необхідно шукати заняття в реальному житті
- ❖ Постаратися вчасно зрозуміти свою проблему
- ❖ Не забувати про реальних друзів та реальне спілкування з ними
- ❖ Не вмикати комп'ютер просто так

Наслідками інтернет-залежності можуть стати:

- Проблеми в сім'ї і професійній діяльності
- Втрата пристосування до реально життя та реальних стосунків
- Зниження здатності для самовираження
- Ризик втрати близьких, друзів та знайомих, якщо не приділяти їм достатньо уваги



MyShared

Висновок:

- Безсумнівно, можливість використання Інтернету дуже важлива для кожної сучасної людини. Однак завжди слід пам'ятати про потенційну небезпеку мережі і розуміти, що реальне життя проходить дуже швидко, якщо сидіти за комп'ютером більше двох годин на день ...

