

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Краснотурьинский филиал ГБПОУ «Свердловский областной медицинский колледж»

## «Дети вне компьютерной зависимости»

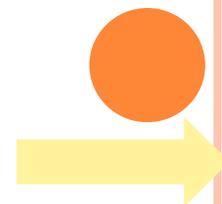


Исполнитель :  
Шипулина Елизавета Сергеевна  
Студенка группы 292-МС  
Специальность: 34.02.01 Сестринское дело  
Руководитель: Жлудова Любовь Павловна

Краснотурьинск 2020 г.

# ПЛАН

1. Компьютерная зависимость и ее причина
2. Компьютерная зависимость и ее признаки
3. Первая стадия зависимости
4. Вторая стадия зависимости
5. Третья стадия зависимости
6. Четвёртая стадия зависимости
7. Методы избавления от компьютерной зависимости



# Компьютерная зависимость и ее причины

**Компьютерная зависимость** - психологическое расстройство, при котором человек стремится все свободное время проводить в социальных сетях, онлайн-играх, «сёрфить» в Интернете



## Причины компьютерной зависимости:

Скука; любознательность; влияние окружающих и друзей; интерес вызванный рекламой; нехватка внимания и живого общения; проблемы в семье; стресс; одиночество; неодинаковое отношение к детям; страхи социального характера; неуверенность в себе; наличие комплексов.



# Признаки компьютерной зависимости у детей и подростков

1. Снижение успеваемости в школе, колледже, институте;
2. прогулы занятий;
3. раздражительность и агрессивное поведение в ответ на запрет пользоваться компьютером;
4. необщительность и излишняя обидчивость;
5. отказ от прогулки на улице, потому что он хочет посидеть подольше за компьютером.



# Первая стадия зависимости

## **Бессимптомная**

Ощущая удовольствие от взаимодействия с устройством, подросток не замечает никаких негативных последствий, зато может обосновать выгоду от такого взаимодействия. Оно видится безопасным и позитивным. «Употребление» компьютера носит хаотичный характер. Социальные связи сохраняются. В домашних условиях проблема корректируется правильно построенной беседой о назначении телефона и ПК, правилах их использования.



## Вторая стадия зависимости



### Привыкание

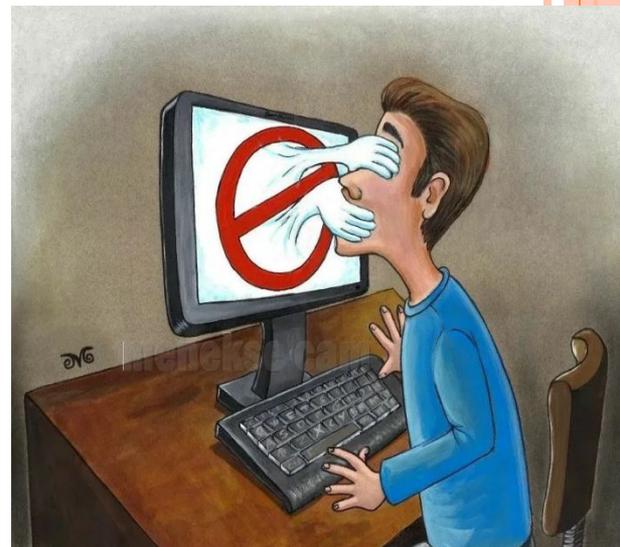
Периодичность может быть от нескольких часов до нескольких дней, но она прослеживается достаточно четко. Например, ежедневно в одно и то же время подросток обращается к игре и проводит за ней пару часов. Происходит утрата свободы выбора: играть или не играть. Возникает некая обязанность, которую ребенок защищает и оправдывает ответственностью перед другими игроками. Стандартное прикрытие: «Я так отдыхаю. Это не мешает мне жить в реальности». Необходимо срочное вмешательство семьи и школы в коррекцию такого состояния. Поддержка психолога значительно улучшает прогноз, полностью вылечить удастся более 80% случаев.



## Третья стадия зависимости

### Приоритет пристрастия

Подросток уходит в мир виртуальной реальности, посвящает ему все время, отказывается от привычной жизни и удовольствий в пользу зависимости. Более того, возникают новые зависимости, например курение. На этом этапе лечение и реабилитацию необходимо проводить профессиональными средствами. Одной консультации психолога может быть недостаточно. Избавляться от зависимости придется с помощью опытного психотерапевта или даже гипнолога.



## Четвёртая стадия зависимости



### **Переход из психологического плана в психический**

Проявляются физиологические нарушения (позвоночник, мозг, органы зрения и пищеварения страдают больше других). Деграция личности, утрата контактов, уход от реальности, суицидальные мысли, изменения в мышлении, характере и поведении.

### **Ребенка нужно срочно спасти!**

Лечение компьютерной зависимости у подростков на этом этапе требует обращения к психиатру.



# Методы избавления от компьютерной зависимости

1. Ограничить время, которое подросток проводит за компьютером.
2. По максимуму загрузить подростка делами, чтобы ему было чем занять себя в часы, ранее отводящиеся на компьютерные игры.
3. Обеспечить ребенку яркие эмоции и впечатления, что никак не будут связаны с компьютерными играми.
4. Наладить теплые доверительные отношения с ребенком.
5. Поощрять интересы и стремления ребенка, не связанные с компьютерными играми.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Краснотурьинский филиал ГБПОУ «Свердловский областной медицинский колледж»

## «Дети вне компьютерной зависимости»



Исполнитель :  
Шипулина Елизавета Сергеевна  
Студенка группы 292-МС  
Специальность: 34.02.01 Сестринское дело  
Руководитель: Жлудова Любовь Павловна

Краснотурьинск 2020 г.