

страна строит лучшую жизнь для своих людей, мы развиваемся и уверенно смотрим в будущее.

Литература:

1. Беденко Н.Н. Региональный рынок образовательных услуг: Креативная экономика, 2011. №7 (55). – с. 99-104.
2. Цыренков Д. Д. О перспективах развития образования / Вестник Бурятского государственного университета, 2011. №2. – с.120-126.

Комп'ютерна залежність у сучасній молоді: причини і наслідки

Лухеле Тіманго (Королевство Есватіні)

Науковий керівник – ст. викладач Кальниченко Н.М.

ХНУ імені В.Н. Каразіна

Проблема інтернет-залежності серед молоді з'явилася відносно недавно. Наукові дослідження на цю тему почалися тільки з 90-х років минулого століття. Сам термін «інтернет-залежність» ввів у 1996 році американський психіатр Айвен Голдберг, який пояснював це явище як «зниження соціальної і професійної діяльності через використання інтернету», «фантазії і мрії про інтернет». Кімберлі Янг вважає, що «інтернет-залежність» – «це широкий термін, що позначає велику кількість проблем поведінки і контролю над потягами». Багато публікацій говорить про те, що ця тема актуальна як ніколи в сучасному світі. Однак, вона розвинена лише теоретично і майже не досліджується на практиці. В даний час глобальна мережа має потужний вплив на молодь. Ілюзорний світ стає все більш привабливим для них. Занурюючись в нього, молодь навіть не замислюється про те, що у них може сформуватися «залежність від віртуальності». Тікаючи від реальних проблем в фантастичний світ, вони, починають сприймати його як частину реального.

Стільниковий телефон, комп'ютер або планшет – така зручна річ для відволікання сучасної людини! У ранньому віці у дітей за участю батьків формується звичка розважати себе за допомогою комп'ютерних ігор. У дитини формується стійкий зв'язок – захотів розважитися – взяв телефон / айфон /

планшет / ноутбук. Ніякі інші дитячі розваги його вже не цікавлять. Щовечора в будинку будуть звучати два слова: Дай пограти!

Купивши дитині комп'ютер, батьки спочатку не можуть натішитися: сидить вдома, з поганими хлопчиками не дружить, завжди під наглядом.

Років 30 тому було науково доведено, що мозок дитини розвивається через руки. Так влаштований наш організм, що в ранньому віці сигнали, одержувані від рук, особливо від пальчиків, стимулюють розвиток мозку. Замінюючи пальчикові ігри водінням пальцем по площині монітора, батьки закривають перед дітьми дорогу до розвитку. Чим раніше дитина почала долучатися до комп'ютера, тим у нього вище шанси стати залежним. При цьому важливо, у що грає дитина, в які ігри. Особливо шкідливі агресивні ігри.

Уже тривалий час вчені намагаються розібратися: комп'ютерна залежність – це хвороба або соціальна проблема? Це серйозна емоційна залежність, і іноді впоратися з нею самотійно не здатна доросла людина.

Розрізняють декілька видів комп'ютерної залежності:

- **Ігрова**, при якій людина грає в групові ігри по мережі або індивідуально. Гравець кидає все: навчання, роботу, сім'ю, все його життя переходить в площину монітора, де йдуть бої і завойовуються нові світи.

- **Мережева залежність**, при якій людина не може обійтися без інтернет-спілкування на форумах або в соцмережах. Цим видом залежності часто страждають самотні, боязкі в реальному житті люди із заниженою самооцінкою. Анонімність дозволяє їм розкритися і показати свої найкращі якості, знайти друзів або шанувальників своєї творчості.

- Залежність, яка проявляється у вигляді безцільного ходіння з сайту на сайт, – **серфінг** – по аналогії з видом спорту, коли спортсмен долає хвилю за хвилею. Мабуть, це самий хитрий вид залежності. Людина думає, що якщо він не грає з ранку до вечора, то з ним все в порядку. Але насправді він «вбиває» час поглинанням інформації, яка йому ніколи не знадобиться ..

Вся справа в тому, що комп'ютерна залежність не щадить нікого: і 20-річну студентку, і 50-річного чоловіка. Але найстрашніше, коли жертвою залежності від комп'ютера стають діти.

Комп'ютерна залежність формується набагато швидше, ніж будь-яка інша традиційна залежність: наркотики, алкоголь, гра на гроші. Не думайте, що ця залежність не становить загрози життю і здоров'ю людини і його оточення?

Довге знаходження перед монітором може викликати порушення зору, постави, зниження імунітету, головні болі, апатію, дратівливість, втому, безсоння. Доросла людина відчуває себе «вичавленим і спустошеним» після кількох годин роботи за комп'ютером. У Фінляндії, наприклад, не беруть в армію з діагнозом «комп'ютерна залежність».

Які ознаки комп'ютерної залежності були виявлені?

- Втрачається інтерес до навчання.
- Весь вільний час проводиться за комп'ютером.
- Спілкування з іншими людьми зводиться тільки до комп'ютерних ігор.
- Відбувається поступова втрата контакту з близькими людьми.
- Спілкування стає поверхневим. Формальні відповіді на питання, уникання довірчих розмов.
- Приховує від близьких людей, скільки часу провів за комп'ютером.
- На будь-які обмеження, пов'язані з комп'ютером, ТВ, планшетом або телефоном реагує нервово, сильно переживає, злиться, грубить.
- Втрачає контроль над часом, проведеним за екраном.
- На заняттях весь час «висить» у айфоні. Не слухає викладача.
- Незрозумілий емоційний підйом, який різко змінюється поганим настроєм.
- Завзятого комп'ютерника можна відрізнити відразу. Він звернений усередину себе, не помічає або ігнорує зовнішні події, погано адаптується до реального життя.

Наскільки комп'ютер шкідливий для здоров'я?

По-перше, це навантаження на зір. Потрібно робити перерви в заняттях і гімнастику для очей, відвідувати окуліста. Треба звертати увагу на технічні характеристики екрану монітора ще до покупки. Необхідно контролювати свою позу, не допускати перевантажень.

Фізичні відхилення у людини, яка страждає комп'ютерною залежністю

- порушення зору,
- зниження імунітету,
- головні болі,
- підвищена стомлюваність,
- безсоння,
- біль у спині,
- болі в зап'ясті.

Але що ж робити, якщо проблема виникла?

Ніякі переконання не будуть мати ефекту. Швидше за все, ви викличете до себе агресію, а сам ігroman ще глибше зануриться у вигаданий світ, так як в реальному його «ніхто не розуміє». Залежність від комп'ютерних ігор у підлітків небезпечна тим, що людина знаходиться в непростий період життя. Час, коли він повинен шукати своє місце в суспільстві, починати будувати стосунки з однолітками, виявляється втраченим. Надалі це викличе психологічні проблеми іншого плану.

Важливим етапом успішного лікування комп'ютерної залежності є виявлення причин, що спонукали людину піти від реальності.

- Невміння налагоджувати контакти з оточуючими, відсутність друзів.
- Схильність підлітків до швидкого «вбирання» всього нового, цікавого.
- Бажання бути «як усі» його однолітки, слідувати за їх захопленнями.

Чи можливе лікування від комп'ютерної залежності? Як позбутися від симптомів комп'ютерної залежності? Звичайно, це можливо. Але це довгий і складний процес, успіх якого залежить від багатьох факторів. Лікування залежності - складний процес, що вимагає участі як залежної людини, так і його

оточення. Буде потрібно час для того, щоб людина знову почала відчувати смак життя.

Література:

1. Давиденко Н.В. Программа психологической коррекции Интернет-зависимого поведения с использованием методов когнитивной психотерапии / Н.В. Давиденко, М.М. Аكوпова. // Актуальные проблемы психол. знания. – 2010. - № 3.
2. Психология зависимости : хрестоматия / сост. К.В. Сельченко. - Минск : Харвест, 2007. 3.
3. Ускова Л. Подход к терапии при Интернет-зависимости // Материалы III Всеукраинской науч.-практ. конф. «Феномен зависимости», 17-18 мая 2008 г., г. Днепропетровск, 2008.

Сучасні комунікаційні технології, інформаційні війни і збройні конфлікти

Раад Лейс (Сирія)

Науковий керівник – ст. викладач Кальниченко Н.М.

ХНУМГ

Ми говоримо, що сучасні комунікаційні технології допомагають встановити нові дружні зв'язки між людьми, яких розділяють культурні бар'єри, кордони і відстані. Але в той же час ці технології маскують боротьбу між провідними державами світу за встановлення свого панування в інформаційному просторі.

В даний час Інтернет все активніше використовується в інтересах інформаційного протистояння конфліктуючих сторін і для усунення неугодних режимів. Мережа надає широкі можливості здійснення впливу на формування громадської думки, прийняття політичних, економічних і військових рішень, а також впливу на інформаційні ресурси противника і поширення дезінформації. Активне її використання обумовлене рядом переваг мережі перед звичайними засобами і технологіями: оперативність, економічність, скритність джерела впливу, дистанційний характер впливу, масштабність можливих наслідків, сприйняття інформації та її доступність.

В даний час спецслужби різних країн використовують блоги, соціальні мережі, електронні карти і сайти відеохостингу для публікації інформації - від альтернативного погляду на політику і історію до расистських і