

## ЧЕМ ОПАСЕН ИНТЕРНЕТ

Современную жизнь уже сложно представить без компьютера, телефона, смартфона, планшета, ноутбука, интернета ...и дальше список можно продолжать. Несомненно, развитие информационно-коммуникационных технологий значительно облегчает жизнь человека, делает ее более комфортной и простой. Без огромного количества всевозможной техники человек чувствует себя беспомощным и неспособным решать свои проблемы. Компьютеры проникли и прочно закрепились во всех сферах деятельности современного человека. Благодаря компьютерным технологиям люди могут хранить огромные массивы информации, быстро ее обрабатывать, решать сложнейшие задачи. Применение современных технологий облегчает процесс образования в дошкольных, средних и высших учебных заведениях. Современные дети знакомятся с технологиями практически сразу после своего рождения. Ученые доказали, что компьютерные и другие технологии при их правильном использовании могут оказать положительный эффект на развитие ребенка. Если подобрать обучающие программы и игры в соответствии с возрастом ребенка и, самое главное, использовать технологии в меру, можно способствовать развитию у маленького человека логического мышления, улучшению памяти, координации глаз и рук.

Неоценима роль современных технологий в развитии и расширении коммуникаций. В последние годы невероятную популярность и распространение получили социальные сети, предоставляющие возможность общаться с разными интересными людьми, не выходя из дома. Часто интернет-общение способствует самореализации, образованию и социализации человека.

Однако, несмотря на все свои положительные стороны, современные технологии несут в себе огромную опасность для человека и окружающего его мира. Ни для кого не секрет, что интернет-зависимость считается чуть ли не основной проблемой современного общества. Люди проводят в соцсетях или компьютерных играх большую часть своего времени, часто забывая о работе и близких. Постоянное сидение за компьютером чревато также развитием различных нарушений в состоянии здоровья. И чем моложе возраст пользователя, тем серьезнее последствия для здоровья.

Кроме того, современные технологии используются не только для благих целей, таких как образование, медицина, общение. С развитием современных информационных технологий, средств связи и с вовлечением детей и подростков в мир интернета и мобильных телефонов появился такой вид насилия, как кибербуллинг.

Кибербуллинг — одна из самых популярных угроз среди проблем, связанных с небезопасным общением в интернете. Иногда он оказывается для подростков более болезненным, чем побои после уроков. Через социальные сети и сообщества в интернете распространение любой информации происходит молниеносно. Один клик – и унижительные и порочащие фотографии, видео, пародийные изображения, слухи достигают огромного количества адресатов. Используя сотовые телефоны, интернет, киберагрессоры круглые сутки могут запугивать своих жертв, создавая у них иллюзию полного контроля их жизни и поведения. Интернет-технологии позволяют сохранить анонимность, поэтому дети в условиях, когда они не могут определить, кто является источником их мучений, боятся мести за привлечение к проблеме родителей и учителей. Анонимность и связанная с этим безнаказанность приводят к «растормаживанию» агрессора: процесс увлекает подростка, и его методы становятся более жестокими и

наносят все больший вред жертве. Проблему подростковой травли усугубляет тот факт, что юные пользователи в подобных ситуациях расстраиваются и переживают гораздо сильнее, чем взрослые. В прессе периодически появляются печальные истории подростковых самоубийств в результате длительной травли онлайн.

Поэтому современного ребенка необходимо научить четко разграничивать виртуальную и реальную жизнь, разумно пользоваться современными технологиями, а также всегда помнить, что интернет-общение никогда не сможет заменить живое. С опасностями, которые таятся в бесконтрольном времяпрепровождении в сети Интернет познакомили школьников Ленинского района г. Минска волонтеры кафедры гигиены детей и подростков Решетило Н.А. и Бондаренко О.В., студентки группы 3403 медико-профилактического факультета БГМУ, в рамках реализации мероприятий информационно-профилактического проекта «За здоровое будущее детей». Волонтеры подробно остановились на таких проблемах, как «компьютерная зависимость» и «кибербуллинг», рассказали о профилактике нарушений в состоянии здоровья, которые связаны с длительным сидением за современными гаджетами, и правилах безопасного поведения в соцсетях. Полностью искоренить кибербуллинг, так же, как и другие проявления жестокости в виртуальном пространстве и реальной жизни, невозможно. Но научить детей и подростков правильному поведению в Интернете можно.

*Доцент кафедры гигиены детей и подростков Солтан М.М.*







