

КАЖДЫЙ РЕБЁНОК ИМЕЕТ ПРАВО

(адаптированные выдержки из Конвенции о правах ребенка)

Каждый ребёнок имеет право на имя и гражданство при рождении, а также право знать своих родителей и рассчитывать на их заботу (статья 7).

Каждый ребёнок имеет право на личную жизнь, на защиту от незаконного посягательства на его честь и репутацию (статья 16).

Государство должно защищать ребёнка от всех видов насилия, отсутствия заботы и плохого обращения со стороны родителей или других лиц, а также помогать ребёнку, подвергшемуся жестокому обращению со стороны взрослых (статья 19).

Каждый ребёнок имеет право на охрану своего здоровья: на получение медицинской помощи, чистой питьевой воды и полноценного питания (статья 24).

Государство должно защищать ребёнка от опасной, вредной и непосильной работы. Работа не должна мешать образованию и духовно-физическому развитию ребёнка (статья 32).

Государство должно сделать все возможное, чтобы уберечь детей от незаконного употребления наркотиков и психотропных веществ, не допустить использования детей в производстве и торговле наркотиками (статья 33).

Государство обеспечивает, чтобы ни один ребёнок не подвергался пыткам, жестокому обращению, незаконному аресту и лишению свободы. Каждый лишённый свободы ребёнок имеет право поддерживать контакты со своей семьёй, получать правовую помощь и искать защиту в суде (статья 37).



БОЛТЕНКО

Надежда Николаевна

Уполномоченный по правам ребенка
в Новосибирской области

Получить консультацию и записаться
на прием к Уполномоченному
по правам ребенка можно
в рабочие дни

по телефону (383) 238-77-94

Адрес:

630007, г. Новосибирск,
ул. Кирова, д. 3

(метро Октябрьская)

Сайт: nskdeti.nso.ru

E-mail: lem@nso.ru



**КАК ИЗЛЕЧИТЬ
РЕБЕНКА
ОТ КИБЕРЗАВИСИМОСТИ?**

КИБЕРПРОСТРАНСТВО — популярный термин для обозначения воспринимаемого пользователем «виртуального» пространства, содержащегося в памяти компьютера и изображенного графически.

Почему подростки проводят свое время в таком странном и необычном месте, как киберпространство?

- Идентификация. Подростки пытаются определить себя со своим местом в окружающем мире.
- Интимность и принадлежность. Подросток ищет друзей и компании, где он мог бы испытать чувство принадлежности группе. Все эти отношения являются важной частью идентификации личности.
- Сепарация от родителей и семьи. Желание отделиться от родителей. Подросток хочет быть независимым и делать то, что он хочет.
- Избавление от фрустрации.

Чем привлекательно киберпространство?

- Виртуальная реальность — оптимизированный, более "естественный" для возможностей подростка способ ориентации в мире электронной информации.
- Операции с компонентами виртуальной реальности потенциально вполне идентичны операциям с реальными инструментами и предметами.
- Работа в среде виртуальной реальности сопровождается эффектом легкости, быстроты, носит акцентированно игровой характер.
- Возникает ощущение единства машины с пользователем, перемещения последнего в виртуальный мир: воздействие виртуальных объектов воспринимается человеком аналогично "обычной" реальности.

КИБЕРЗАВИСИМОСТЬ – это патологическая привязанность к компьютеру, невозможность оторваться от него ни на миг.

[Признанный авторитет в этой области Kimberly Young из Питсбургского университета выделяет четыре основных категории киберзависимости:](#)

1.Киберотношения. Зависимость от дружеских отношений, завязанных в комнатах общения, интерактивных играх и конференциях, которая заменяет реальных друзей и семью.

2.Чрезмерная сетевая вовлеченность. Включает в себя вовлечение в азартные сетевые игры, зависимость от интерактивных аукционов и навязчивое состояние торговли через сеть.

3.Информационная перегрузка. Чрезмерная вовлеченность в посещение вебсайтов и поиск по базам данных.

4.Компьютерная зависимость. Навязчивые состояния в компьютерных играх или в программировании, в основном среди детей и подростков.

Этапы киберзависимости:

1.Получение огромного удовольствия без серьезных душевных затрат.

2.Избегание любой деятельности и любого общения, кроме компьютера.

3.Полная деградация личности.

[Психологические симптомы киберзависимости:](#)

-Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером.

-Невозможность остановиться.

-Увеличение количества времени, проводимого в сети Интернет.

-Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером.

-Пренебрежение семьей и друзьями.

-Ложь членам семьи о своей деятельности.

-Проблемы с учебой.

[Физические симптомы:](#)

- Головные боли по типу мигрени.
- Сухость в глазах.
- Боли в спине.
- Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи.
- Пренебрежение личной гигиеной.
- Расстройство сна, изменение режима сна.
- Синдром карпального канала (боли в кисти руки и запястья).

Киберзависимость искажает восприятие объективной реальности и собственной личности. Под влиянием киберзависимости происходит девальвация нравственности человека, снижается уровень самоконтроля, что грозит отстранением от нормальной жизни, снижается работоспособность и успеваемость в школе, ухудшается здоровье, создается иллюзия благополучия, реальные проблемы кажутся легко разрешимыми.

