

Список использованных источников

1. Кудрявцев, Т. В. Проблемное обучение: истоки, сущность, перспективы / Т. В. Кудрявцев. – М.: Знание, 1991. – 389 с.
2. Куликова, Л. Г. Организационно-педагогические условия реализации проблемного обучения в процессе изучения педагогической антропологии / Л. Г. Куликова. – Наука и школа, 2009. – 287 с.

УДК 37.013

Игровая зависимость

Равино В. В., студент

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь
Научный руководитель: к.т.н., доцент Дробыш А. А.*

Аннотация:

В статье рассматривается понятие игровой зависимости, причины, стадии и способы борьбы с ней.

Игровая зависимость или игромания – патологическая тяга к играм, обладающая громадной силой, способностью овладеть здравым умом человека [1].

Вероятными причинами зарождения игромании являются [2]:

- недостаток общения. Это особенно замечается среди детей и подростков, родители которых постоянно заняты на работе;
- конфликты внутри семьи. Зачастую, чтобы избежать ссор, люди окунаются в выдуманный и спокойный мир игр;
- некоторые люди видят в играх реализации своих детских фантазий, но уже во взрослой жизни;
- специфика характера человека зачастую влияет на появление игромании, например, слабая воля, заниженная самооценка;
- разнообразные психические нарушения;
- боязнь личного общения и общества. В играх человек уходит от реального мира и в виртуальном мире он самовыражается. Для таких людей компьютер способен заменить друзей и общение.

Игровая зависимость развивается постепенно: есть несколько стадий, в каждой из которых существуют определенные признаки, которые вызывают изменения в поведении игромана [1]. Более того, в каждой из стадий человек приобретает новые пристрастия.

Первой выступает подготовительная стадия, в ней развивается повышение восприимчивости к играм. На возникновение данной стадии могут повлиять следующие факторы: агрессия, импульсивность, тревожность, низкая самооценка и низкая стрессоустойчивость, неспособность контролировать свои эмоции, склонность погружаться в мир фантазий. При этом у человека появляется непреодолимое желание продолжать рисковать, а также поддерживать собственное самолюбие. Со временем появляется и укрепляется бессознательное желание играть в определенный вид игр. В случае если данное состояние не заметить вовремя и не исправить, то заболевание начинает прогрессировать и переходит на новую стадию.

Затем идет стадия выигрыша, когда человека начинает воспринимать игру как способ реализовать себя, а иногда и материально заработать. Искажается восприятие мира и даже небольшой выигрыш вызывает сильное желание продолжить играть.

Следующей является стадия проигрыша, когда игроманы будто бы входят в замкнутый цикл определенных событий. На этой стадии в игру вкладывается все больше средств, вплоть до траты всех денег и даже взятия их в долг. Затем после череды поражений у человека ненадолго может пропасть желание играть и возникает мнимое понимание своих ошибок. Тем не менее, при появлении провоцирующих факторов, игроман вновь уходит в игровой мир и цикл замыкается. Чем сильнее зависимость, тем меньше время между данными циклами. Из-за частых проигрышей человек становится более тревожным, злым и раздражительным.

Четвертой выступает стадия отчаяния, во время которой, из-за бесконечного желания играть, пропадает интерес к реальному миру, дезадаптация. Появляется все больше проблем в коллективе, изменяется круг общения. Друзья и семья устают от постоянных конфликтов, обманов и начинают отстраняться. Игроман понимает, что причина этих проблем заключается в зависимости, но не может повлиять на ситуацию. Такое состояние вызывает апатию и человек нередко ищет спасения в алкоголе или наркотиках, что еще пагуб-

нее влияет на состояние. При таком состоянии, игрок способен нарушить закон, продавать ценные вещи, брать кредиты.

Последней наступает стадия безнадежности, во время которой игроман понимает, что у него есть зависимость, а также то, что вероятность сорвать куш стремится к нулю. Тем не менее, больше всего на свете человеку хочется испытать привычные эмоции во время игры, что окончательно свидетельствует о сильной психологической зависимости от привычной игры.

Основной признак игровой зависимости – человек теряет интерес ко всему, кроме компьютерной игры.

Есть несколько способов избавиться от игровой зависимости [3]:

- необходимо тщательно следить за временем. Для этого нужно установить определенный лимит;

- стоит основательно подходить к вопросу выбора игр. Некоторые игры занимают очень много времени для прохождения. Желательно отказаться от них в пользу тех, что можно закончить за более короткий промежуток времени;

- нужно не бояться закончить игру, если она не нравится. Многие игроки стараются выбирать игры посложнее, чтобы доказать себе и всем, на что способны, либо поддерживать хорошую статистику персонального игрового аккаунта;

- и главное, следует найти причину бегства игромана от реальности, которая его окружает.

Таким образом, можно сказать, что в наше время факт игровой зависимости нельзя игнорировать, это такая же серьезная проблема, как наркотическая, алкогольная зависимости, требующая вмешательства и разрешения. Зависимость опасна как для самого игрока, так и для общества в целом. Компьютерная игромания – это беда и тенденция современного мира и с ней надо бороться.

Список использованных источников

1. Безопасность в интернете [Электронный ресурс] // <http://security.mosmetod.ru>. – 2020. – Режим доступа: <http://security.mosmetod.ru/internet-zavisimosti/115-igrovaya-zavisimost-ejo-prichiny-stadii-simptomu-i-lechenie>. – Дата доступа: 30.10.2022.

2. Центр резервных возможностей человека [Электронный ресурс] // <https://www.donskie.com>. – 2022. – Режим доступа <https://www.donskie.com/kak-opredelit-igrovuyu-zavisimost-u-vzroslogo-cheloveka-priznaki-i-simptomu>. – Дата доступа: 30.10.2022.

3. Лайфхакер [Электронный ресурс] // <https://lifehacker.ru>. – 2020. – Режим доступа: <https://lifehacker.ru/kak-izbavitsya-ot-igrovoj-zavisimosti/>. – Дата доступа: 30.10.2022.

УДК 37.013

Правила этикета при работе с компьютерной сетью

Равино В. В., студент

Белорусский национальный технический университет,

г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: преподаватель Михасик Е. И.

Аннотация:

В статье рассматривается понятие нетикета или сетикета, а также его основные правила.

Интернет позволяет соединить миллиарды компьютеров и пользователей в единую всемирную систему. Поэтому возникает необходимость в разработке правил и соблюдении порядка при коммуникациях между людьми онлайн.

Так как правила виртуального этикета отличаются от реального, был предложен специальный термин «нетикет» или «сетикет», который обозначает нормы общения и поведения в сети Интернет и в различных онлайн-сообществах [1].

Основное правило нетикета гласит [1]: общайтесь так, чтобы вас было несложно понять, не вступайте в конфликты с другими людьми и способствуйте поддержанию диалога. Коммуницируйте с другими людьми так, как хотелось бы, чтобы они обращались с вами.

Постепенно нормы нетикета сложились в своеобразные «заповеди» культурного общения в Интернете [2]:

– необходимо не забывать о том, с кем осуществляется общение. Через интернет вы связаны с другим человеком (группой людей), но