

Svijet Interneta



...za mlade i one koji se tako osjećaju





...internet kalendar

Internet je **1969.** osnovalo američko Ministarstvo obrane.

Cilj osnivanja “mreže” bio je povezivanje određenog broja računala u SAD-u te razmjenjivanje rezultata istraživanja dobivenih na različitim lokacijama.

Postupno se primjena interneta proširila u odnosu na svoju prvotnu namjenu. Novi pristup podacima putem “*world wide weba*” predlaže se **1989.** te se od tada internet u potpunosti mijenja.

Danas je dostupan svima, a život bez njega je gotovo nezamisliv.

...prednosti i nedostaci

PREDNOSTI

Stalna dostupnost raznovrsnih informacija

Manjak kontrole sadržaja koji se postavlja na web stranice

Unapređenje engleskog jezika

Uporaba "prevoditelja"/krivi prijevodi

Laka dostupnost potrebnih i zanimljivih sadržaja

nekontrolirani gubitak vremena

Olakšana komunikacija s ljudima diljem svijeta

Zanemarivanje druženja u stvarnom životu

Zabava (filmovi, glazba, slike)

Distribucija dječje, pornografije

Mogućnost javnog izražavanja/iskazivanja stavova, misli...

Opasnost narušavanja privatnosti (cyberbullying)

NEDOSTACI





...ovisnost o internetu?

Ovisnost je stanje koje uključuje prisilu za povremenim ili redovitim uzimanjem sredstava ovisnosti, u svrhu stvaranja ugone ili izbjegavanja neugode (sprečavanje krize).

Smatra se kako je osoba ovisna o internetu kada su njeno psihološko stanje, ali i radne, školske i društvene interakcije oštećene zbog pretjerane uporabe medija.

Uporabom interneta postiže se određeni stupanj zadovoljstva i ugone, a prisilnim prekidom korištenja izaziva se stresno stanje. Simptomi su uglavnom psihološke naravi, poput nelagode, tjeskobe, depresivnosti, nervoze, osjećaja izgubljenosti.

Premda nije službeno svrstana u ovisnosti, simptomi koji se javljaju kod nemogućnosti uporabe upozoravaju upravo na to da je moguće biti ovisan o uporabi računala, interneta, medija, računalnih igrica...

...je li vam ovo poznato?

“Uh, zanio sam se na chatu, sad ću zakasnit na autobus!”

...gubitak vremenske orijentacije

“Zar je već ovoliko sati?”

ILI

“Pusti me na miru, nisam gladan, samo da završim ovaj level!”

...zanemarivanje temeljnih potreba poput sna, hrane, itd.

“Gdje ste me ovo doveli, ovdje nema signala?!”

...žudnja za kontaktima/aktivnostima kad internet nije dostupan

“Kompjuter mi je koma, ništa s njim ne mogu dok ga ne nadogradim!”

...stalna potreba za sve boljom računalnom opremom i programima

“Ma nisam popustio u školi zbog fejsa, ne mogu se izolirati od svih!”

...slabiji školski uspjeh zbog zanemarivanja učenja

“Nisam na fejsu, mobitel mi je tu da znam koliko je sati!”

...poricanje dužine vremena koje se provodi na internetu





UPITNIK

1. Uspijevaš li sebi ograničiti vrijeme koje provodiš *online*?
2. Žali li se netko od obitelji ili prijatelja na vrijeme koje provodiš *online*?
3. Je li ti teško nekoliko dana biti bez Interneta?
4. Zanemaruješ li obitelj ili prijatelje zbog provođenja vremena na Internetu?
5. Zanemaruješ li školu zbog provođenja vremena na Internetu?
6. Postoje li neke web stranice kojima ti je osobito teško odoljeti?
7. Jesi li probao/la neuspješno smanjiti vrijeme koje provodiš *online*?
8. Provjeravaš li elektronsku poštu prije obavljanja nekog drugog posla?
9. Kad nisi na Internetu, razmišljaš li često o tome kad ćeš ponovno ići na internet?
10. Spavaš li manje zbog noćnih sati provedenih *online*?
11. Kažeš li često „još samo par minuta“ dok si *online*?
12. Odlučiš li ponekad ostati online umjesto izlaska van s prijateljima?
13. Uspostavljaš li često prijateljstva putem Interneta?
14. Ostaneš li često online duže nego što si planirao/la?

REZULTATI:

0-3 LUDILO, mala je vjerojatnost da ćeš postati ovisan/na o internetu!

4-7 NIJE LOŠE, ali možeš ti to i bolje!

8-11 ČUVAJ SE, na dobrom si putu da postaneš ovisan!

12-14 UPSSS, imaš problem, potraži pomoć!

BROJ
POTVRDNIH
ODGOVORA



...internet komunikacija

Prošlo je više od 20 godina otkako se svijet “umrežio” te slobodno možemo reći kako živimo u **globalnom** selu.

Tko može odoljeti lakoći stupanja u kontakt s ljudima diljem svijeta, a uz minimalnu financijsku naknadu?

Od njegovih početaka do danas izmjenjivali su se načini komunikacije internetom. Danas su u uporabi:

- mail
- chat
- forum
- blog
- Twitter
- Facebook...

*Omiljeno sredstvo komunikacije među mladima, ali i onima koji to više nisu, danas je **FACEBOOK**.*





...Facebook

Facebook je društvena mreža koju je **2004.** osnovao Mark Zuckerberg. U svom početku služio je samo studentima Harvarda u međusobnoj komunikaciji i razmjeni informacija.

Danas Facebook ima nevjerojatnih milijardu korisnika, a taj broj raste iz dana u dan. Dnevno se na profilima korisnika objavi više od 14 milijuna fotografija.

Prednosti Facebooka poznate su svim njegovim korisnicima i razlog su popularnosti ove mreže. Ipak, kao i kod svake moderne tehnologije, u korištenju Facebooka kriju se i zamke zbog čega se užitak može pretvoriti u noćnu moru.

...Facebook

Najznačajniji nedostaci društvenih mreža su:

- **ugrožena privatnost**

Nerijetko se na stranicama stavljaju osobni sadržaji koji time postaju dostupni širem broju ljudi. Nažalost, time se povećava opasnost od nasilja putem interneta (cyberbullying).

- **virtualno druženje**

Za kratke poruke i dogovore Facebook je idealan medij, ali za prijenos emocija, smijeha i zagrljaja, ipak je potreban osobni kontakt.

Virtualnim putem nije moguće razviti istinske emocionalne odnose i komunikaciju, ali je moguće odaslati poziv za druženje u stvarnom svijetu.

Ne treba se zavaravati, ništa ne može zamijeniti druženje uživo s prijateljima!





...još malo o računalnim igricama

Prema istraživanjima računalne igrice mogu imati koristan utjecaj na razvoj percepcije, brzine i psihomotornih sposobnosti. Naime, tijekom igre, iz sekunde u sekundu, igrač se susreće s novim izazovima te sve zahtjevnijim zadacima. Ipak, pitanje je koliko na ovakav način razvijene vještine zaista imaju primjenu u stvarnom životu.

Bit igranja je postizanje što većeg rezultata koji omogućuje prelazak na viši nivo. To pruža osjećaj zadovoljstva i potiče daljnje igranje, koje oduzima sve više vremena te stvara zaokupljenost virtualnim svijetom i tu nastaju problemi.

Vodite računa o vremenu provedenom u igranju računalnih igrica!

...tehnologija - nekad i sad

NEKAD

Crno-bijeli TV, 2 programa, 12 h dnevno

1 telefon u kućanstvu (čak i dvojniki)

Fotoaparat s filmom za razvijanje (crno-bijeli) koje je trajalo i više dana

Pretraživanje podataka po arhivima

Karte i mape za putovanja

Osobna rezervacija ulaznice za kino predstave na licu mjesta

Slanje pošte je trajalo danima.

SAD

3D TV, bezbroj programa, 0-24 h

Svi članovi kućanstva imaju vlastiti mobitel

Digitalni fotoaparati, kamere, fotoaparati na mobitelu, trenutno dobivanje i slanje fotografija

GPS uređaji i satelitska navigacija

Online kupovina i rezervacija

Slanje elektronske pošte u trenu

Uživajmo u blagodatima tehnologija 21. st., ali s oprezom





**NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
SPLITSKO-DALMATINSKE ŽUPANIJE**

*Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko
liječenje ovisnosti*

Savjetovalište za zaštitu zdravlja djece i mladih

Adresa: Fra Luje Maruna 2/I, Split

Telefon: 021/ 599 696

www.nzjz-split.hr



Nakladnik:

SPLITSKO-DALMATINSKA ŽUPANIJA

Povjerenstvo za suzbijanje zlouporabe droga SDŽ