**ՇԻՐԱԿԻ Մ. ՆԱԼԲԱՆԴՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ**

**Ավարտական հետազոտական աշխատանք**

**Թեմա` Համացանցի դրական և բացասական ազդեցությունը դպրոցահասակ երեխաների վրա**

**Կատարող` Կարեն Ամիրյան**

Զույգաղբյուրի միջնակարգ դպրոցի ինֆորմատիկայի ուսուցիչ

**Ղեկավար`** Էդգար Մանուկյան

տեխ. գիտ. թեկնածու

**ԳՅՈՒՄՐԻ 2022**

Բովանդակություն

[Ն Ե Ր Ա Ծ Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն 3](#_Toc114759434)

[**Համացանցն որպես ինֆորմացիայի անսահման աղբյուր** 4](#_Toc114759435)

[**Համացանցի դրական և բացասական ազդեցությունը դպրոցահասակ երեխաների վրա** 10](#_Toc114759436)

[**Համացանցի դրական ազդեցությունները** 14](#_Toc114759437)

[**Համացանցի բացասական ազդեցությունները** 15](#_Toc114759438)

[**Ե Զ Ր Ա Կ Ա Ց Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն** 21](#_Toc114759439)

[**Գ Ր Ա Կ Ա Ն Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն** 22](#_Toc114759440)

# Ն Ե Ր Ա Ծ Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն

Ժամանակակից կյանքում անգամ նախադպրոցական տարիքի երեխաների համար այն կյանքի անբաժանելի մասնիկն է: Երեխան աշխարհը ճանաչում է համակարգչի միջոցով` խաղեր, մուլտֆիլմեր, նկարներ և այլն: Համացանցը օգտակար և անհրաժեշտ ինֆորմացիայի աղբյուր է: Տարբեր կենդանիների, հեքիաթային հերոսների պատկերներն ու նկարները, երեխաներին հուզող բազմաթիվ հարցերի, «ինչուների» պատասխանները կարող են գտնվել համացանցում:

Կարելի է ասել, որ համացանցը ազդում է երեխայի աշխարհայացքի ձևավորման վրա: Համացանցը լի է անորակ, չճշգրտված ինֆորմացիաներով, էրոտիկ բնույթի նկարներով ու տեսանյութերով, որոնք կարող են կլանել անգամ հասուն ու գիտակից մեծահասակներին: Չի բացառվում, որ երեխաները ևս նմանօրինակ ինֆորմացիայի հանդիպեն: Սեռերին ու սեռական կյանքին վերաբերող տեղեկատվության և տեսանյութերի, անառողջ փոխհարաբերությունների անարգել ներկայացումը կարող է խեղաթյուրել դեռահասների ու պատանիների սեռական ոլորտի մասին պատկերացումները, բացասաբար ազդել սեռական հասունացման ընթացքի վրա:

# **Համացանցն որպես ինֆորմացիայի անսահման աղբյուր**



 Նկարում ամերիկացի պրոֆեսոր Լեոնարդ Քլեյնրոքն է:

Ականավոր պրոֆեսոր Քլեյնրոքն է մի խումբ գիտնականների, ինժեներների և ծրագրավորողների հետ մեկտեղ առաջին անգամ կազմակերպել ցանցային կապ Կալիֆորնիայի համալսարանի և Ստենֆորդի Հետազոտությունների Ինստիտուտի միջև:

Սա առաջին նմանօրինակ փորձն էր: Ճիշտ է, ինչպես հայտնի խոսքն է ասում՝ փորձը փորձանք չի բերում, բայց միշտ չէ, որ այդ փորձերը հաջողությամբ են պսակվում: Կալիֆորնիայի համալսարանից պետք է ուղարկվեր “log” բառը, իսկ Ստենֆորդից որպես պատասխան պետք է ստացվեր “login” բառը: Սակայն հնարավոր եղավ ուղարկել “log” բառի առաջին երկու տառերը միայն: Դրանից հետո կապը խափանվեց: Հետագայում պրոֆեսոր Քլեյնրոքը ասել է, որ իրենք չէին պատկերացնում, թե ինչ մասշտաբների կարող է հասնել ինտերնետը: Վերադառնանք փորձին և հասկանանք, թե ինչ խնդիրներ առաջացան և ինչն էր պատճառը, որ ինտերնետ կոչվածի առաջին նմուշն այդքան քմահաճ եղավ պրոֆեսորի Քլեյնրոքի թիմի հետ: Առաջին խնդիրը ծրագրային ապահովման թերությունն էր, իսկ երկրորդը համակարգիչների՝ մեր մետաղյա ընկերների ոչ բավարար հզորությունը: Նրանք դեռ զարգանալու կարիք ունեին:

Ավելի քան 20 տարի պահանջվեց համացանցը ոտքի կանգնեցնելու և այսօրվա տեսքին բերելու համար: 1990-ականները նշանավորվեցին համացանցի վերածնունդով: Նոր տեխնոլոգիաների շնորհիվ հնարավոր էր իրականացնել այն, ինչը չէր հաջողվում մարդկությանը երկար տարիներ շարունակ: Այդ գաղափարների համար մարդկությունը պարտական է բրիտանացի ականավոր գիտնական Թիմ Բերներս-Լիին: Նա է համաշխարհային սարդոստայնի, համացանցի՝ World Wide Web-ի ստեղծողը:



Համացանցը հրաշալի գործիք է բանիմաց, նպատակասլաց ու խելացի մարդկանց ձեռքում: Մուտք գործելով ցանկացած որոնողական համակարգ՝ դուք հնարավորություն եք ստանում ստանալ ձեզ հետաքրքրող ցանկացած ինֆորմացիա: Միլիոնավոր մարդիկ, նույնիսկ միլիարդավոր օգտագործում են համացանցն ամեն օր տարբեր նպատակներով: Այն մեր աշխատանքի, առօրյայի, կենցաղի, ուսման անբաժան մասն է:

 Մեծ քանակությամբ ինֆորմացիա առաջարկելուց բացի, ինտերնետը հնարավորություն է տալիս մարդկանց շփվել իրար հետ ՝անգամ գտնվելով միմյանցից հազարավոր կիլոմետրեր հեռավորության վրա: Սա երազանք է եղել մարդկության համար դարեր շարունակ:

Իհարկե, ինչպես ցանկացած բան, համացանցը նույնպես ունի բացասական կողմեր:

Համացանցի ստեղծման պահից սկսեցին տարածվել համակարգչի համար վտանգավոր ծրագրերը, այսպես կոչված վիրուսները: Դրանք գողանում են ձեր տվյալները և օգտագործում են այլ նպատակներով, որոնք կարող են կործանարար հետևանքներ ունենալ: Վիրուսների տարածումը հիմք հանդիսացավ տեղեկատվական անվտանգության մեխանիզմների զարգացման համար: Վիրուսների դեմ պայքարելու համար ստեղծվեցին ծրագրեր, որոնք ի զորու են դրանք վերացնել: Համացանցի առաջացրած խնդիրներից մեկը դրանից կախվածությունն է, որն առաջանում է ոչ խելամիտ օգտագործման ժամանակ: Դեռահասության տարիքում համացանցից կախվածությունը կարող է հանգեցնել ներանձնային խնդիրների, դեպրեսիայի և այլ հիվանդագին վիճակների:

Նման խնդիրներից խուսափելու համար պետք է համացանցն օգտագործել չափի մեջ:

Համացանցն ինֆորմացիայի անսահման աղբյուր է և անփոխարինելի է մարդկային հասարակության համար, բայց միայն դրա խելամիտ օգտագործումը կարող է բերե մաքսիմալ օգուտի:

Վերջում ցանկանում եմ հորդորել համացանցի բոլոր օգտատերերին՝

դարձրեք համացանցը ձեր գերին` հնարավորինս շատ «աշխատեցնելով» և ինֆորմացիա կորզելով նրանից, այլ ոչ թե դուք դարձեք նրա գերին՝ անմոռաց տրվելով վերջինիս:

**Համացանցի դրական գործառույթները**

Մենք ուսումնասիրեցինք համացանցի բացասական կողմերը, սակայն կարելի է գտնել նար դրական կողմեր: Մենք կարող ենք շփվել այն մարդկանց հետ, ովքեր գտնվում են մեզանից հազարավոր կիլոմետրեր հեռավորության վրա, կարող ենք փոխանակել տեղեկատվություն, կարող ենք կատարել ամենատարբեր գնումներ առանց տանից դուրս գալու և այլն...

Հիմա քննարկենք համացանցի դրական գործառույթները.
Գնումներ համացանցի միջոցով.

Ներկայումս մասսայական (զանգվածային) է դարձել գնումներ կատարել համացանց-խանութներից: Դու ընտրում ես քեզ անհրաժեշտ ապրանքը, տեղադրում այն համացանց-զամբյուղի մեջ և վճարում քարտից, բանկոմատից կամ վեբ-դրամապանակից:

Համացանց-առևտուրը շատ արագ է ընդլայնվում: Առաջին հերթին գնվում է այն ամենը, ինչն անհրաժեշտ է համակարգչի աշխատանքի համար կամ ցանկացած գրասենյակային տեխնիկայի համար, տպիչների համար քարթրիջներ, տուփերով թղթեր, համակարգչային գրականություն: Միաժամանակ համացանցից ձեռք են բերվում տարբեր տեսակի ապրանքներ` հագուստ, սնունդ, կենցաղային, գրասենյակային, տեխնիկական իրեր:

Համացանցից գնումներ կատարելը շատ հարմար է, չնայած գոյություն ունի նաև ծառայության հակառակ կողմը: Գնորդները ֆորումներում արտահայտում են իրենց բողոքները` առաքման թերի համակարգի, բարձրացված գների, պատվերի բազմաքայլ բարդության, ոչ մեծ տեսականու, առաքմանը երկար սպասելու համար և ամենակարևորը, հնարավոր խաբեության (այսինքն, որ հնարավոր է ապրանքը չառաքվել):
Համացանցային գնումներ.

Ներկայումս շատ մասսայական (զանգվածային) է դարձել ունենալ համացանց-դրամապանակ: Այն այնպիսի դրամապանակ է, որը ո՜չ տեսանելի է, ո՜չ շոշափելի, բայց գտնվում է առցանց տարածության մեջ: Այն տեսանելի է, սակայն իրական վճարման համար անհրաժեշտ գտնվող գումարները գտնվում են այնտեղ: Այդ գումարներով մենք կարողանում ենք վճարումներ կատարել համացանց-խանութներում: Համացանցն ունի ինչպես իր դրական այնպես էլ իր բացասական կողմերը: Մարդու վրա համացանցի ազդեցության դրական կողմերն են.
• Ցանցում շահույթի ստացում և աշխատանքի որոնում
• Համացանցի միջոցով վճարման հնարավորություն և տարբեր ծառայությունների պատվերներ
• Շփումը մարդկանց հետ, հին ընկերների և դասընկերների որոնում
• Համացանցի միջոցով մշտապես կարելի է գտնել ցանկացած թեմայի վերաբերող ամենաթարմ նորություններ

Մարդու վրա համացանցի ազդեցության բացասական կողմերն են.
Համացանցում գոյություն ունեն.

¬Ինքնասպասարկման ակումբներ

¬Թմրամոլների ակումբներ

¬Ակումբներ սկսնակ ահաբեկիչների համար.

Եվ շատ-շատ այսպիսիները... Այդպիսի ակումբներում հնարավոր է պատվիրել անգամ սեփական մահը, սովորել ընտրել և օգտագործել թմրանյութերը: Եվ ի՞նչ... այստեղ ամեն ինչ կարելի է և ոչինչ էլ քեզ չի պատահի:
Եթե ստեղնաշարի, <<մկնիկի>> կամ էկրանի պատճառով կարող են տուժել տեսողությունը և լսողությունը, ապա հոգեվիճակի վրա առաջին հերթին վնասում են այսպես կոչված վիրտուալ գործոնները` խաղերը և համացանցը: Հենց սա է այն ամենը, ինչը <<ձգում է>>, այն է, ինչից հնարավոր չէ կտրվել, այն է, առանց որի շատերը չեն պատկերացնում իրենց կյանքը, հենց սա է համացանցից կամ խաղերից կպչուն կախվածությունը: Ի՞նչ են ձեռք բերում երեխաները համացանցից, չէ՞ որ նրանք սպունգի նման ներծծում են ամեն ինչ: Բավական է մուտք գործենք մի քանի կայքեր, արդեն ամեն ինչ պարզ կլինի:

Համացանցում հայտնվել են հաքերներ, ովքեր չեն կարող ստեղծել, կարող են միայն ավերել, գողանալ, իրենց ճանապարհին հանդիպած ամեն ինչ, հանուն իրենց չար հաճույքի: Մտածելու տեղիք է տալիս, թե ինչն է նրանց մղում համացանցում ամեն ինչ քանդելու... Ցավոք, համացանցում բացասական տեղեկատվությունը գերակշռող է:
 Համակարգչի մոտ երկարատև աշխատանքը բացասաբար է անդրադառնում մեր օրգանիզմի վրա` նյարդային, իմունային, վերարտադրողական, տեսողական և ոսկրա-մկանային համակարգի վրա:

Այն մարդիկ, ովքեր իրենց կյանքն անցկացնում են համացանցում, նրանց անհրաժեշտ է սոցիալական աջակցություն, նրանք շփման մեջ ունենում են դժվարություններ, չբավարարված են, ունեն ցածր ինքնագնահատական, բարդույթավորված են, ամաչկոտ: Նրանք ընտրում են իրենց համար անվտանգ միջավայր և կյանքի նկատմամբ ոչ մի պարտավորվածություն չեն զգում: Բարդացնում են բնավորությունը, ձեռք բերում բնավորության նոր գծեր: Անառարկելի է, որ այսպիսի կենսակերպն ու մտածելակերպը տարածվում է կյանքի բոլոր ոլորտներում և մարդն սկսում է այլ կերպ մտածել և գործել: Նա արդեն այլ կերպ է լուծում կենցաղային, ընտանեկան, անձնական, մասնագիտական և այլ հարցեր:
Համացանցից կախվածություն ունեցող մարդը կարող է ունենալ հետևյալ հոգեբանական ախտանիշներ

•Համակարգչի մոտ լավ ինքնազգացողություն կամ էյֆորիա
•Համակարգչի մոտ անց է կացնում երկար ժամանակ
•Անտեսում է ընտանիքի անդամներին և ընկերներին
• Համակարգչից հեռու գրգռվածություն, դեպրեսիա, դատարկության զգացում
• Ընտանիքի անդամներից և գործատուներից սեփական գործունեությունը թաքցնելը
• Խնդիրներ ուսման մեջ և աշխատանքում

 Մարդը մշտապես ընտրության իրավունք ունի: Մեծամասամբ ինքն է որոշում, թե ինչ է լավ իր համար, թե ինչպես կարողանա իրեն դրսևորել, ինչ է ուզում ստանալ...
 Համակարգիչը կարող է լինել և՜ լավ ընկեր, և՜ թշնամի, կարող է օգնել նեղության մեջ կամ նույնիսկ առաջացնել հսկայական խնդիրներ, կարող է օգնել գտնելու համախոհներ կամ էլ տանել մենության...
Ընտրությունը ձերն է...

# **Համացանցի դրական և բացասական ազդեցությունը դպրոցահասակ երեխաների վրա**



Համացանցն ու համակարգչային խաղերը դարձել են մեր օրերի ամենակարևոր ու միառժամանակ ամենավտանգավոր գործոններից մեկը և ինչքան էլ մարդ փորձի, երբեմն նույնիսկ անհնար է դառնում կտրվել նրանից: Այս հարցում թերևս ամենախոցելի խմբերը երեխաներն են:

**-Հոգեբանական տեսանկյունից երեխաներին ինչու՞ կամ ինչպե՞ս է գրավում համացանցը:**

-Ժամանակակից կյանքում անգամ նախադպրոցական տարիքի երեխաների համար այն կյանքի անբաժանելի մասնիկն է: Երեխան աշխարհը ճանաչում է համակարգչի միջոցով` խաղեր, մուլտֆիլմեր, նկարներ և այլն: Համացանցը օգտակար և անհրաժեշտ ինֆորմացիայի աղբյուր է: Տարբեր կենդանիների, հեքիաթային հերոսների պատկերներն ու նկարները, երեխաներին հուզող բազմաթիվ հարցերի, «ինչուների» պատասխանները կարող են գտնվել համացանցում:

**-Այն դրական ազդեցություն կարո՞ղ է ունենալ:**

-Երեխաների ուշադրությունը, մտածողությունը, տրամաբանությունը կարելի է զարգացնել ճիշտ ընտրված խաղերի ու առաջադրանքների շնորհիվ: Միաժամանակ, համակարգչի և համացանցի ազդեցությունը երեխայի հոգեկան զարգացման վրա բացասական հետևանքներ կարող է ունենալ:

**–Որո՞նք են այդ բացասական ազդեցությունները:**

-Նախ համակարգչի առջև շատ ժամանակ անցկացնելու արդյունքում երեխաների մոտ ընդհանուր թուլություն և հոգնածություն է դրսևորվում, քնի խանգարումներ: Բացասական հետևանքները կարող են իրենց հետքը թողնել հոգեկան գործընթացների վրա (մասնավորապես երեխայի հիշողությունն է վատացում, դպրոցում դասերի ժամանակ դժվարությամբ են կենտրոնացնում ուշադրությունը, հասկանում ու դատողություններ անում), հոգեվիճակների, անձնային հատկությունների ձևավորման վրա, միջանձնային հարաբերությունների ոլորտում:

**-Երեխայի աշխարհահայացքի ձևավորման վրա համացանցը ազդեցություն նույնպես թողնու՞մ է:**

-Կարելի է ասել, որ համացանցը ազդում է երեխայի աշխարհայացքի ձևավորման վրա: Համացանցը լի է անորակ, չճշգրտված ինֆորմացիաներով, էրոտիկ բնույթի նկարներով ու տեսանյութերով, որոնք կարող են կլանել անգամ հասուն ու գիտակից մեծահասակներին: Չի բացառվում, որ երեխաները ևս նմանօրինակ ինֆորմացիայի հանդիպեն:

Սեռերին ու սեռական կյանքին վերաբերող տեղեկատվության և տեսանյութերի, անառողջ փոխհարաբերությունների անարգել ներկայացումը կարող է խեղաթյուրել դեռահասների ու պատանիների սեռական ոլորտի մասին պատկերացումները, բացասաբար ազդել սեռական հասունացման ընթացքի վրա:

**-Շատ ենք լսում, որ համակարգչային խաղերը բացասական են ազդում երեխաների վրա: Բացասակա՞ն, թե՞ դրական ազդեցություն է այն ունենում:**

-Խաղալով երեխաները նույնանում են իրենց վիրտուալ կերպարի հետ՝ դառնալով ագրեսիվ, կոնֆլիկտային, դյուրագրգիռ ու նյարդային: Տուժում են ծնողների հետ հարաբերությունները, հատկապես երբ նրանց փորձում են հեռացնել, կտրել համակարգչից: Արդյունքում՝ երեխաների մոտ կարող է ձևավորվել այն դիրքորոշումը, որ եթե վիրտուալ աշխարհում կարելի է, թույլատրելի է սպանել, կործանել ու քանդել, ապա դա կարելի է անել նաև իրական աշխարհում: Դրանք կարող են նաև մանկական վախերի առաջացման պատճառներից մեկը լինել: Սովորաբար, համակարգչային կախվածությունը հստակ արտահայտվում է 9-10 տարեկան երեխաների մոտ: Հենց համակարգչային դերային խաղերն են յուրաքանչյուր երեխայի համար հոգեբանական կախվածության մեծ վտանգ ներկայացնում: Ամեն դեպքում կանխարգելման ուղղությամբ պետք է տարվեն աշխատանքներ նախադպրոցական և կրտսեր դպրոցական տարիքներում: Մեծ մասամբ վաղ տարիքում խաղային կախվածությունն է տարածված, իսկ համացանցային կախվածությունը՝ ավելի մեծ տարիքում:

**-Քանի որ նշեցիք կանխարգելումների մասին, ի՞նչ խորհուրդ կտաք ծնողներին, իչպե՞ս օգնեն իրենց երեխաներին:**

-Ծնողները չեն կարող լիովին արգելել երեխային համակարգչից օգտվել, քանի որ այս դեպքում երեխան իրեն ընկճված, տարբերվող կզգա այլ երեխաների մեջ: Ծնողական արգելքը պետք է հիմնավոր լինի: Ծնողներին խորհուրդ է տրվում բացատրել երեխաներին, որ կայքերը կարող են լինել «վատ» և «լավ», որ համացանցում տարբեր մարդիկ են շփվում, որևէ կասկածելի և վատ բան նկատելու դեպքում, տեղեկացնեն ծնողին: Անհրաժեշտ է համակարգչում ծրագրային այնպիսի ապահովություն ունենալ, որը ծնողական հսկողության դերը կապահովի: Ցանկալի է, որ համակարգիչը երեխայի սենյակում չլինի, որպեսզի երեխան չգայթակղվի: Ամենապարզ և գործուն ցուցումներից է ժամանակի սահմանումը, որ երեխան կարող է անցկացնել համակարգչի մոտ, իհարկե ոչ խիստ մեթոդների կիրառմամբ:

Այսօր թերևս անհնար է պատկերացնել աշխարհն առանց համացանցի: Համացանց տերմինը հայ հասարակության մեջ առավել տարածված ինտերնետ բառի հայերեն համարժեքն է: Եկեք, հասկանանք, թե որտե՞ղից սկսվեց այս ամենը, ո՞վ է համաշխարհային մեծ սարդոստայնի հեղինակը:

1970-ական թվականների սկզբին ԱՄՆ Պաշտպանության նախարարության տեղեկատվական տեխնոլոգիաների դեպարտամենտը սկսեց զբաղվել կարևորագույն տվյալների կորստի դեպքում դրանց վերականգնման խնդիրներով: Հետազոտությունները ցույց տվեցին, որ նմանօրինակ խնդրի լուծումը հնարավոր է իրականացնել միայն համակարգչային ցանցեր ստեղծելու միջոցով: Այսինքն համակարգիչների խմբերն իրար հետ կապված պետք է լինեն, և անգամ դրանցից մեկի կորստի դեպքում ամբողջ սիստեմը կշարունակի աշխատել անխափան:

Այս հետազոտությունների շնորհիվ 70-80-ական թվականներին ԱՄՆ-ում սկսեցին արտադրվել համակարգիչներ, որոնք հնարավոր էր իրար միացնել: Սրանք ժամանակակից համացանցի նախահայրերն էին: Բայց իհարկե դրանք շատ հեռու էին մեզ այսօր այդքան հարազատ դարձած ու մեր կյանքի անբաժանելի տարր կազմող համացանցից: Մարդկային անսահման երևակայությունը և երկար տարիների աշխատանքը ի վերջո համացանցը բերեցին այդքան երանելի տեսքի: Համացանցի որոշ գիտակներ ինտերնետի հայր համարում են Լեոնարդ Քլեյնրոքին, բայց այդ մեծագույն գաղափարը վերագրել միայն մեկ մարդու այդքան էլ արդար չէ, քանի որ համացանցը զարգացել է օգտատերերի երևակայության ու պահանջների շնորհիվ ևս:

# **Համացանցի դրական ազդեցությունները**

Նախկինում, դեռ անցյալ դարում, այլ քաղաքի հարազատներին հնարավոր էր նամակ ուղարկել միայն փոստով, և այս նամակը հասնում էր մի քանի շաբաթվա ընթացքում, և պատասխանին պետք էր սպասել մոտավորապես նույնքան։ Այժմ ինտերնետի շնորհիվ կարող եք հաշված վայրկյանների ընթացքում նամակ ուղարկել սիրելիներին, և պատասխանի համար երկար սպասել պետք չի լինի։ Բացի այդ, մարդիկ շփվում են իրենց սիրելիների հետ՝ օգտագործելով հատուկ ծրագրեր, նրանք թույլ են տալիս տեսնել միմյանց զրույցի ընթացքում։

Ոչ վաղ անցյալում նոր հետաքրքիր ֆիլմ դիտելու համար պետք էր գնալ կինոթատրոն և տոմս գնել շոուի համար։ Այժմ ինտերնետը թույլ է տալիս մարդկանց դիտել ցանկացած ֆիլմ, սերիալ, մուլտֆիլմ, հաղորդում, հեռուստաշոու՝ ամբողջովին անվճար, և դուք կարող եք դա անել ցանկացած պահի։

Բառացիորեն հիսուն տարի առաջ բոլորն ունեին տանը հսկայական գրադարան, որովհետև սովորելու համար [օգտակար տեղեկատվություն](https://sato-1.ru/hy/courses/yandeks-direkt-poleznaya-informaciya-yandeks-direkt-samostoyatelnaya-nastroika-kampanii-snizhenie-ceny/) կարող էր լինել միայն գրքերից: Բայց հիմա ամբողջ տեղեկատվությունը, որը կարող է օգտակար լինել, պարունակվում է ինտերնետում, և դա գտնելը խնդիր չէ, պարզապես պետք է գնալ որոշակի կայք։ Ժամանակակից ժամանակներում մարդիկ ստիպված չեն տարիներ շարունակ պահել հսկայական քանակությամբ գրքեր, քանի որ ցանկացածը կարելի է գտնել էլեկտրոնային տարբերակով ինտերնետում:

Ինտերնետի միջոցով արդեն իսկ հնարավոր է գնումներ կատարել և պատվիրել գրեթե ցանկացած ապրանք անմիջապես տուն առաքմամբ, նույնիսկ մթերային ապրանքներ։ Սա շատ հարմար է, հատկապես, երբ ժամանակ չկա գնումներ կատարելու։

Համաշխարհային սարդոստայնը մարդկանց հնարավորություն է տալիս գումար վաստակել տանը ավելի քան մեկ տասնամյակ, և շատերն արդեն օգտվել են այս հնարավորությունից և շատ գոհ են դրանից:

# **Համացանցի բացասական ազդեցությունները**

Համացանցային կախվածության ֆենոմենի հոգեբանական ուսումնասիրությունների հիմնադիրներ են համարվում ամերիկացի կլինիկական հոգեբան Կիմբերլի Յանգը և հոգեբույժ Այվեն Գոլդբերգը: 1995թ. Այվեն Գոլդբերգը առաջարմել է համացանցից կախվածության որոշման ախտորոշիչ շարք: 1997-1999թթ. Ստեղծվել են տվյալ հիմնախնդրին վերաբերող հետազոտական խարհրդատվական և հոգեթերապևտիկ վեբ-ծառայություններ:

 Ց. Պ. Կորոլենկոն նշում է, որ կախվածության խնդիրը սկսվում է այն ժամանակ, երբ իրականությունից խուսափելու ձգտումը, կապված հոգեկան վիճակի փոփոխության հետ, գիտակցության մեջ դառնում է գերակայող, վերածվում կենտրոնական գաղափարի, անջատելով անձին իրականությունից: Համակարգչային ադիկցիան համացանցից հոգեբանական կախվածության ֆենոմեն է, որն իր հերթին արտահայտվում է իրականությունից կտրվելով, որի ընթացքում այդ գործընթացը սուբյեկտին գերում է այն աստիճան, որ նա հայտնվում է իրական աշխարհում գործելու անկարող վիճակում:

 Իսկ առավել ընդհանուր ձևով համացանցային կախվածությունը բնութագրվում է որպես հոգեկան խանգարում, համացանցին միանալու կպչուն ցանկություն և համացանցից ժամանակավոր հրաժարվելու հիվանդագին անկարողություն: Համացանցային կախվածությունը երբեմն նաև անվանում են համակարգչային ադիկցիա կամ համացանցի պաթոլոգիական կիրառում:

 Հետազոտողներն առանձնացնում են համացանցային կախվածության տարաբնույթ չափորոշիչներ: Մ. Օրզակն առանձնացնում է համակարգչային կախվածությանը բնորոշ մի շարք հոգեբանական և ֆիզիկական ախտանիշներ, որոնք սերտորեն կապված են միմյանց հետ:

*Հոգեբանական ախտանիշներն են.*

* Համակարգչի առջև գտնվելու ժամանակ լավ ինքնազգացողություն և էյֆորիայի վիճակ,
* Դադարեցնելու անկարողություն,
* Համակարգչի մոտ անցկացվող ժամանակի պարբերական ավելացում,
* Ընկերներին և ընտանիքի անդամներին արհամարում,
* Համակարգչից հեռու գտնվելու դեպքում զայրույթի և դատարկության զգացում,
* Ստախոսություն,
* Ուսուցման կամ աշխատանքի հետ կապված խնդիրներ:

*Ֆիզիկական ախտանիշներն են.*

* մկանային լարվածություն,
* աչքերի մեջ չորության զգաում,
* գլխացավ,
* թիկունքի մասում ցավի զգացում,
* անկանոն սննդակարգ,
* անձնական հիգիենայի խեղում,
* քնի խանգարում:

Կ. Յանգն առանձնացնում է կախվածության 5 հիմնական կատեգորիաներ.

1. Հիպերսեռական, անբարոյագրական ֆիլմերից և այդ բնույթի հաղորդակցումից կախվածություն,
2. Հիպերշփվողական՝ համացանցում ընկերների հետ շփվելու կախվածություն,
3. Ցանցային չափազանց ներգրավվածություն, իր մեջ ներառում է մոլի խաղերից և համացանցում առք ու վաճառքով զբաղվելու կախվածություն,
4. Տեղեկատվական ծանրաբեռնում, տվյալների բազայից օգտվելու հետ կապված ծայրահեղ ներգրավվածություն,
5. Համակարգչային կախվածություն, որը բնորոշ է հիմնականում երեխաներին և դեռահասներին:

Դեռահասության տարիքը մարդու կյանքի այն շրջանն է, որն ընդգրկում է 11-12-ից մինչև 14-15 տարեկանները: Այս շրջանում անցում է կատարվում մանկությունից դեպի պատանեկություն: Գրականությունից հայտնի է, որ դեռահասության ճգնաժամը կարևորվում է երկու հանգամանքով՝ սեռական հասունացման գործընթաց և ինքնագիտակցության արթնացում: Ժան Ժակ Ռուսսոն դեռահասությունը դիտում է որպես ինքնագիտակցության աճի, անձնավորության ծննդի շրջան: Շ. Բյուլերը դեռահասության ճգնաժամի պատճառը սեռական հասունության գործընթացն է համարում: Նա դեռահասության փուլում առանձնացնում է նեգատիվ և պոզիտիվ շրջաններ: Նեգատիվ շրջանի հիմնական բնութագիրը նախկին հետաքրքրությունների մահացումն է, իսկ պոզիտիվ շրջանինը՝ նոր հետաքրքրությունների, արժեքների ի հայտ գալը, դեռահասը ձգտում է մտերմիկ հարաբերությունների:

 Դեռահասներն ավելի զգայուն են իրենց մարմնի և արտաքինի յուրահատկությունների նկատմամբ: Այսինքն՝ արտաքինը կարևոր տարր է դեռահասների ինքնագիտակցության մեջ: Դեռահասն այն զարգացող անձն է, որը փնտրում է կենսական կարևորություն ունեցող հարցերի պատասխանները՝ *«Ո՞վ եմ ես», «Ու՞մ համար եմ ես», «Ինչպիսի՞ն եմ ես»*:

 Դեռահասության տարիքում անհատը մուտք է գործում որակապես նոր սոցիալական դերակատարության մեջ, որի ժամանակ ձևավորվում է նրա գիտակցական վերաբերմունքն ինքն իր նկատմամբ, որպես հասարակության անդամի: Հետևաբար, նրանից, թե ինչպես կընթանա այդ ընթացքում սոցիալական կողմնորոշվածությունը, կախված է մարդու սոցիալական դիրքորոշումների ձևավորումը: Դեռահասության շրջանի համար բնորոշ է գործունեության այն տեսակը, որն ուղղված է փոխհարաբերությունների նորմերի յուրացմանը, մասնավորապես հասակակիցների հետ: Անհատի կյանքի այս կողմն իր արտահայտությունն է գտնում հասարակայնորեն օգտակար գործունեության մեջ, որը պատասխանատու է դեռահասի անձի դրդապատճառա-պահանջմունքային ոլորտի համար: Ձևավորվում է նրա ինքնորոշման և ինքնարտահայտման պահանջմունքները: Օնտոգենետիկական զարգացման այս շրջան Օնտոգենետիկական զարգացման այս շրջանում կազմավորվում են առավել նպաստավոր պայմաններ մարդու հասարակական էության դրսևորման և ամրապնդման համար:

 Հայտնի է, որ այս տարիքի կարևոր հոգեկան նորագոյացությունը համարվում է ինքնագիտակցության կազմավորումը: Կարևոր առանձնահատկություն, որը բնութագրում է դեռահասի ինքնագիտակցությունը, համարվում է մեծահասակ լինելու զգացումը:

 Այսպիսով, այս տարիքի հոգեբանական առանձնահատկությունները որոշվում են իրավիճակների համալիրով՝ նախ և առաջ հասարակական պայմաններով և դեռահասի ապրելակերպով, դաստիարակությամբ և նրա պրակտիկ գործունեության բնույթով: Այս շրջանում տեղի է ունենում գործունեության նոր տեսակի որոնում: Եվ նրանից, թե դեռահասի կյանքում գործունեության որ տեսակը կդառնա առաջատար, կախված է նրա անձի ձևավորումը:

 Համացանցային կախվածությունը նպաստում է հոգեբանական մի շարք խնդիրների ձևավորմանը: Նրանց մոտ առաջանում է կոնֆլիկտային վարքագիծ, հարատև դեպրեսիա, վիրտուալ տարածությունն իրական կյանքից նախընտրելը, հասարակության անդամների հետ հարմարվելու դժվարությունը, ժամանակի վերահսկողության ընդունակության կորուստը, համակարգչից օգտվելու հնարավորության բացակայության դեպքում տհաճության զգացումի առաջացումը: Համացանցից օգտվելիս դեռահասը նախընտրում է «փնտրել», այլ ոչ թե «մտածել» կամ «սովորել»: Շատ երեխաներ բացահայտորեն խոստովանում են, որ շատ հաճախ օգտվում են ծնողների կողմից արգելված կայքերից: Միևնույն ժամանակ նրանց մոտ առաջանում է ամենաթողության և անպատժելիության պատրանք: Վերջինս դրդում է խախտել մարդու իրավունքները, իսկ անպատժելիության պատրանքը կարող է հանդես գալ որպես ծուղակ և լուրջ հետևանքներ ունենալ իրական կյանքում: Կարող է տեղի ունենալ բարոյականության արժեզրկում:

 Դեռահասության շրջանում համացանցային կախվածությունը հանգեցնում է իրական կյանքում հաղորդակցման հետ կապված դժվարությունների առաջացմանը: Դրանք դրսևորվում են հաղորդակցման հուզական բաղադրիչի խանգարման, զրուցակցի հուզական վիճակի ընկալման և հաղորդակցման ոչ վերբալ կողմերի ընդունակության նվազեցման ձևով:

Համացանցի միջոցով իրականացվող հաղորդակցական գործունեությունը բազմազան է: Կարևոր նշանակություն ունեն նորույթի և փորձի արտասովոր լինելու գործոնները: նորույթը բնականաբար գրավում է դեռահասին: Եվ նոր երևույթի մեջ խորացումը կարող է առաջացնել համացանցից կախվածություն: Նմանատիպ հաղորդակցությունն ընդունակ է ամբողջովին կլանել սուբյեկտին, չթողնելով նրան ժամանակ և ուժ այլ գործունեությամբ զբաղվելու համար: Այդ կախվածությունը կարող է կապված լինել ոչ միայն համացանցում հաղորդակցական գործունեության հետ, այլ նաև համացանցում էլեկտրոնային գնումների և մոլի խաղերի նկատմամբ կախվածության, ինչպես նաև սեռական կիրառման հակվածության հետ: Վերջինիս բացասական կողմը կայանում է նրանում, որ դեռահասները գտնվելով սեռական հասունացման շրջանում ավելի ընկալունակ են նմանատիպ երևույթների նկատմամբ: Եվ շատ մեծ է հավանականությունը, որ նրանց մոտ կձևավորվի ասոցիալ պատկերացում սեռական հարաբերությունների վերաբերյալ, որն իր հետքը կթողնի ողջ հետագա կյանքի վրա:

 Այս բնագավառում անցկացված ուսումնասիրությունների արդյունքները խոսում են այն մասին, որ համացանցից օգտվողների հիմնական խնդիրները կենտրոնանում են ինքնորոշման ոլորտի վրա: Ինչպես հայտնի է, դեռահասներն ունեն ինքնարտահայտման, սերտ կապեր հաստատելու, ինչպես նաև սեփական ֆիզիկական «Ես»-ի ընդունման հետ կապված խնդիրներ: Այս երևույթի անմիջական հնարավոր պատճառն են համարվում ինքնագնահատականի թերզարգացած և ինֆանտիլ մեխանիզմները, որոնք առաջացնում են իդեալիստական պահանջներ և կանխում են իր մասին տարբերակված ու համապատասխան պատկերացումների ձևավորումը: Նշենք նաև, որ որոշ դեռահասների համար համացանցի նկատմամբ չափազանց հակվածությունը կապված է նաև համակարգչային ծրագրերի աշխատանքների ցանկացած փուլը վերահսկելու պատրաստակամության հետ: Այդ վերահսկողության նկատմամբ հակվածությունը նրանք կարող են տեղափոխել մարդկային հարաբերությունների ոլորտ: Եվ քանի որ մարդկանց մանիպուլյացիայի փորձերն ավարտվում են անհաջողությամբ, երևույթը կարող է դեռահասին մղել սոցիալական մեկուսացման և տարրանջատվածության:

Որպես կանոն, նրանք, ովքեր հայտնվում են համացանցային կախվածության մեջ, ամբողջովին փոխում են իրենց անձը: Նա արդեն ոչ թե ներդաշնակ, այլ ադիկտիվ անձն է: Առաջին հերթին ադիկտի համար բնորոշ է ադիկտիվ վարքի իրականացման փոփոխումը: Այսօր նա համացանցից կախվածության մեջ գտնվող անձն է, վաղը՝ սիրային ադիկտը, հաջորդիվ՝ պաթոլոգիական խաղացողը, իսկ որոշ ժամանակ անց նրանց սկսում են հետաքրքրել թմրանյութերն ու ալկոհոլը: Իսկ երկրորդ հերթին, վտանգը կայանում է նրանում, որ շատ հաճախ, վաղ թե՝ ուշ ադիկտիվ անձիք դառնում են սոցիալապես դեզադապտացված:

# **Ե Զ Ր Ա Կ Ա Ց Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն**

Երիտասարդներն օգտագործում են համացանցը որպես խաղալիք կամ ժամանցի միջոց՝ դրանից ստանալով իրական օգուտի 5%-ից ոչ ավելին։ Եվ եթե դուք չեք օգտագործում ինտերնետը իր նպատակային նպատակների համար, ապա այն կարող է շրջվել մեր դեմ և հսկայական վնաս պատճառել: Համացանցը կոչվում էր Համաշխարհային սարդոստայն, քանի որ նրա բոլոր սերվերները փոխկապակցված են ցանցի կամ ցանցի նման... Բայց նույնիսկ հիմա Համաշխարհային սարդոստայնը կարելի է այդպես անվանել, քանի որ այն նկարում և գրավում է մարդկանց հսկայական ցանցի պես: Եվ քչերին է հաջողվում դրանից անհետևանք դուրս գալ։

Մենք կարծում ենք, որ որպեսզի ինտերնետը միայն օգուտ բերի, անհրաժեշտ է մարդկանց կրթել ինտերնետ այցելելու մշակույթը։ Ծնողները պետք է վերահսկեն իրենց երեխաներին տանը ինտերնետի հայտնվելուց հետո: Պետք է երեխաներին ծանոթացնել տարբեր օգտակար և [կրթական պորտալներ](https://sato-1.ru/hy/pediatric-allergists/obrazovatelnyi-portal-pochemu-zdorovyi-obraz-zhizni-yavlyaetsya-individualnoi/). Երեխան պետք է տեսնի, որ ինտերնետը պարզապես խաղալիք չէ, այլ առանձին աշխարհ, որտեղ պետք է մտնել միայն անհրաժեշտության դեպքում և չձգտել փոխարինել իրական աշխարհը Գլոբալ ցանցով։

Պետք է փորձել ինտերնետն օգտագործել միայն ճիշտ նպատակների համար, այլ ոչ թե օգտագործել որպես խաղալիք։

# **Գ Ր Ա Կ Ա Ն Ո Ւ Թ Յ Ո Ւ Ն**

1. [**https://journalist.am/archives/2566**](https://journalist.am/archives/2566)
2. [**https://www.dasaran.net/apps/wiki/view/id/10562**](https://www.dasaran.net/apps/wiki/view/id/10562)
3. [**https://lovecoders.blogspot.com/2017/05/blog-post.html**](https://lovecoders.blogspot.com/2017/05/blog-post.html)