

Студ. Н.В. Рак

Науч. рук. доц. Н.А. Жилияк

(кафедра информационных систем и технологий, БГТУ)

### **ИНТЕРНЕТ - ОПИУМ XXI ВЕКА**

Опиум — сильнодействующий наркотик, получаемый из высушенного на солнце млечного сока, добываемого из незрелых коробочек опийного мака.

Как он работает. После наслаждения от наркотика человек становится заторможенным. Больной совершенно не способен адекватно воспринимать мир. Постепенно умственные способности человека начинают ухудшаться. Вы замечаете, что он не может нормально поддерживать разговор.

Британская Ост-индская компания (БОИК) монополизировала промышленное производство опиума в Бенгалии, бывшей частью британской колонии Индии. Именно там производился самый высококачественный опиум. Членами и акционерами БОИК стали первые лица Британской империи — лорды-пэры. Именно они и начали формировать в Китае наркоцивилизацию.

Первоначально компания учредила «Китайскую внутреннюю миссию», задачей которой было пристрастить к опиуму китайских крестьян с помощью пропаганды опиокурения. Это создало рынок сбыта для опиума, который и был заполнен Британской Ост-индской компанией. Пропорционально ввозу опиума потребление наркотиков возрастало в Китае до огромных размеров.

К концу 1830-х годов употребление опиума превратилось в страшную разрушительную силу китайского общества. Императорский двор был напуган тем, что опиум курили даже солдаты, необходимые для подавления народа.

История Китая очень характерна как живой пример того, как уничтожают государства изнутри. Британским садистам не удалось превратить Китай в свою колонию как Индию, только потому, что в Китае была сильная центральная власть с дееспособным правительством, которое сумело обеспечить единство страны вплоть до середины XIX века. Неудача колонизации привела к испытанному веками опыту иудеев, в части разложения стран изнутри, и опиум был для этого главным инструментом.

Опиум не только приносил огромную прибыль, но и умирал, делал довольными и безопасными толпы расплодившихся нищих.

Таким образом на протяжении сотни лет Китайцы становились более зависимыми и пустоголовыми от опиума, что конечно можно

сравнить с ситуацией, которая сейчас происходит на нашей планете с интернетом. Как часто вы наблюдали за собой бессмысленное залипание в компьютере, затем переключение на телефон и социальные сети? С чего вы начинаете свой день. Для многих людей стало привычкой начать его с проверки социальных сетей и постов в инстаграме. Почти половину времени бодрствования, не учитывая детство, отнимают у нас телевизор, телефон и компьютер – 20 лет. Пугающие цифры. На что бы вы потратили это время, начав всё сначала. Сейчас у вас есть время задуматься над этим, в старости вы уже ничего не измените. Вычислить первые признаки интернет-зависимости не сложно:

- вы ощущаете огромную радость перед каждым новым сеансом, а без доступа в интернет испытываете грусть и уныние;

- вы постоянно обновляете страничку в соцсетях, часто проверяете e-mail почту и т.д;

- вы теряете чувство времени. Заглянув вроде бы по делу на несколько минут, вы зависаете в сети на несколько часов и не замечаете, как стремительно пролетает время;

- также важно, что именно человек делает в интернете. Одно дело, когда это связано с работой, производственной необходимостью или обучением, и другое — если человек бесцельно рассматривает сайты, играет в сетевые игры, просматривает бессмысленные видеоролики ;

- обычно на фоне погружения в сеть человек отказывается от нормального, реального, личного общения, от работы и учёбы, портятся отношения с окружающими людьми, нарушаются режим сна и режим питания;

- при попытках ограничить или сократить время пользования Интернетом возникают негативные реакции: депрессия, стресс, ярость, гнев;

- расстройства режима сна и питания;

- использование Интернета как способа ухода от проблем, стрессов, неприятностей.

Зависимость от сети вызывает эмоциональную подавленность, трудности с концентрацией и отстранённость. В результате человек предпочитает компьютер и виртуальное общение — общению с живыми людьми.

Доктор Иван Голдберг, уверял, что чрезмерное пользование интернетом вызывает депрессию, стресс, агрессию. Сегодня известно,

что у детей и подростков зависимость от виртуального пространства вызывает задержку социального и эмоционального развития — неспособность работать и достигать результата, иметь друзей, создать семью. Вернуть человека снова в реальную жизнь иногда бывает сложно. Первым делом нужно обратиться к врачу-психотерапевту, который проанализирует проблему, исключит другие заболевания и найдёт правильный выход из ситуации. Если вы сами за собой заметили, что проводите в сети слишком много времени, или в поведении близкого вам человека появились характерные для интернет-зависимости симптомы, то можно попробовать предпринять простые профилактические действия:

- установить точное количество времени, которое можно проводить в интернете;

- иногда заставлять себя несколько дней подряд не выходить в интернет;

- заблокировать доступ к конкретным ресурсам Сети (особенно для детей);

- установить правило - не общаться в интернете в субботу и в воскресенье;

- ввести чувствительные, но не вредящие здоровью санкции за несоблюдение правил и ограничений;

- насыщать реальную жизнь разнообразными событиями (хобби, общение, физическая активность, путешествия);

- самому или с помощью специалиста выявить первопричину тяги к интернету и избавиться от нее.

«Если вы не замечаете, как проходит время за компьютером, или наоборот, замечаете, что оно «очень быстро пролетает» - обратите всё-таки внимание, сколько вы времени на это тратите и чем конкретно занимаетесь. Проведите анализ - насколько это действительно важно для вас и необходимо. Избежать зависимости, если у вас есть склонность, можно только с помощью самоконтроля», - добавила психолог Анна Хныкина. Если вы задумаетесь о том, что интернет является не главной потребностью в вашей жизни и обратите внимание на действительно ценные вещи, значит не все ещё потеряно. Значит, этот мир ещё не трещит по швам.

В результате анализа данной проблемы в процессе разработки программное средство контроля трафика посещения сети Интернет.

УДК 324