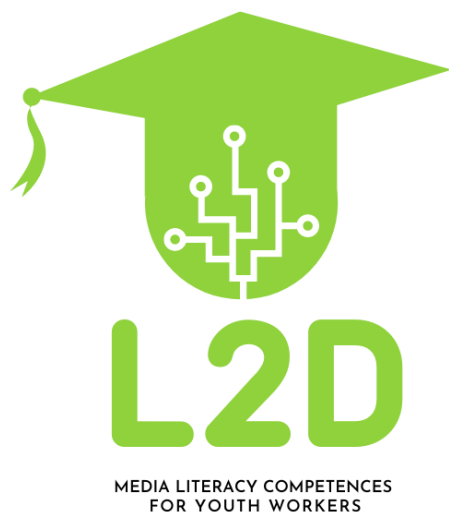


Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници



ТЪМНАТА СТРАНА НА ИНТЕРНЕТ ЗА МЛАДИТЕ ХОРА



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

Заглавие :	ТЪМНАТА СТРАНА НА ИНТЕРНЕТ ЗА МЛАДИТЕ ХОРА
Ключови думи	Измама, медийна грамотност, пристрастяване
Изготвено от:	İncirliova Gençlik Kültür Sanat ve Gelişim Derneği
Език :	Български език
Цели:	<ul style="list-style-type: none"> ● Определяне на степента на използване на интернет сред младите хора днес. ● За да разберете от коя гледна точка използването на интернет се нарича тъмен сайт. ● Да се повиши осведомеността за тъмните страни и отрицателните ефекти от използването на интернет. ● Да се определи връзката между използването на интернет и психичното здраве. ● Да се определи основната роля, която медийната грамотност ще играе за решаването на този проблем, както и други възможни решения.
Резултати от обучението :	
Индекс на съдържанието :	<p>ЕДИНИЦА 1: Използване на интернет и цели на използването му днес.</p> <p>1.1 Пряко пропорционално нарастване на използването на интернет с ускоряването на живота</p> <p>1.2 Различни причини за използването на интернет от всеки човек</p> <p>1.3 Възприемането му като най-важното средство за социализация</p> <p>ЕДИНИЦА 2: Точките, в които интернет се превръща в проблем, и неговата тъмна страна.</p> <p>2.1 Неприлични уебсайтове и тъмната мрежа</p> <p>2.2 Измама чрез уебсайтове</p> <p>2.3 Живот според фалшиви представи, създадени от интернет</p> <p>ЕДИНИЦА 3: Причини, които тласкат младите хора към тъмната и негативна страна на интернет</p> <p>3.1 Семейни причини</p> <p>3.2 Социална среда и приятели</p> <p>3.3 Икономически причини</p>

	<p>3.4 Чувството за откривателство, което носи младостта</p> <p>ЕДИНИЦА 4: Медийната грамотност като основно решение за борба с интернет зависимостта и някои други възможни решения</p> <p>4.1 Медийна грамотност и нейните основни компоненти</p> <p>4.2 Борба с пристрастяването към интернет чрез медийна грамотност</p> <p>4.3 Други решения: Създаване на среда, която ще увеличи социализацията на младите хора</p> <p>4.4 Повишаване на осведомеността на младите хора и родителите относно полезното използване на интернет</p> <p>4.5 Увеличаване на научните изследвания и мобилизиране на консултантите и политиците</p>
<p>Разработване на съдържание :</p>	<p>Интернет като пристрастяване</p> <p>Въпреки че интернет е ресурс, който предлага много ползи за младите хора, той крие и някои тъмни страни. Тези тъмни страни на интернет включват редица проблеми, с които младите хора могат да се сблъскат. На първо място, вредното съдържание и опасните взаимодействия в онлайн среда могат да окажат отрицателно въздействие върху психологическото и емоционалното здраве на младите хора. Например попадането на изображения на насилие над деца или на видеоклипове с насилие може да доведе до травматични преживявания на младите хора и да им е трудно да се справят с психологическите травми.</p> <p>Второ, кибертормозът е една от тъмните страни на интернет. Младите хора могат да бъдат обект на посегателства и злоупотреби в онлайн платформите. Нападенията в социалните медии, речта на омразата и разпространението на лична информация могат да подкопаят самочувствието на младите хора, да</p>

	<p>повлияят на социалните им взаимоотношения и да доведат до проблеми с психичното здраве.</p> <p>Трето, пристрастяването към интернет е често срещан проблем сред младите хора. Фактори като постоянното пребиваване онлайн, използването на социални медии и пристрастяването към игрите могат да се превърнат в зависимост, която засяга живота на младите хора и ги кара да се откъснат от други важни дейности. Това може да се отрази негативно на социалните взаимодействия на младите хора, физическата активност, академичните постижения и режима на сън.</p> <p>И накрая, рисковете за неприкосновеността на личния живот и сигурността онлайн също представляват сериозно предизвикателство за младите хора. Ситуации като кражба на лична информация, попадане в ползрението на киберпрестъпници или онлайн измами могат да увеличат риска младите хора да се поставят в опасни ситуации.</p> <p>Сблъсъкът с тези тъмни лица може да застраши безопасността, личния живот и цялостното благосъстояние на младите хора. Ето защо е важно младите хора да разпознават тези проблеми, да разполагат с умения за медийна грамотност и да са наясно с безопасното използване на интернет.</p> <p>ЕДИНИЦА 1: Използване на интернет и цели на използването му днес.</p> <p>1.1 Пряко пропорционално нарастване на използването на интернет с ускоряването на живота</p> <p>Скоростта на днешния свят се увеличава с всеки изминал ден. За да се справят с нарастващите изисквания и тази невероятна скорост, хората са увеличили използването на интернет пропорционално. Интернет съществува с нас в почти всеки аспект от живота ни. Използваме го в области като получаване на информация за нещата,</p>
--	--

	<p>използване на тази информация за продуктивност, да сме онлайн по всяко време и да сме информирани за света. Само с едно кликуване на бутона можем да общуваме с хора от цял свят и да се информираме за всичко. Тези удобства на интернет са го превърнали в незаменим елемент за хората. Освен че ни съпътства в жизненоважни области като работата и образованието, той се е превърнал в незаменим в платформите на социалните медии и онлайн пазаруването. Той поема ролята на средство, което ни позволява да имаме бърз и лесен достъп до всичко сред интензивността на живота. С ускоряването на живота се увеличи и нуждата ни от незабавно удовлетворение и това чувство за удовлетворение подхрани растежа на използването на интернет. Това нарастване обаче, пряко пропорционално на ускоряването на живота, предизвиква и негативизъм. Ситуации като тежестта на постоянното научаване на нещо ново и натискът винаги да сме наясно и да имаме достъп до всичко по всяко време водят до отрицателни последици от използването на интернет по отношение на физическото и психическото здраве. В резултат на това, въпреки че интернет е жизненоважен за поддържане на темпото на съвременния живот, той трябва да се използва съзнателно, като се отчитат отрицателните му ефекти. Това явление може да се наблюдава в различни области, като например общуването, достъпа до информация, развлеченията и производителността.</p> <p>Комуникация: Ускоряването на живота доведе до по-голяма нужда от незабавна комуникация. Употребата на интернет рязко нарасна с появата на различни инструменти и платформи за комуникация. Сега хората разчитат в голяма степен на електронната поща, приложенията за незабавни съобщения, социалните медии и инструментите за видеоконференции, за да поддържат връзка с приятели, семейство, колеги и бизнес партньори. Нуждата от бърза и ефективна комуникация пряко предизвиква увеличаването на използването на интернет.</p> <p>Достъп до информация: В днешното динамично общество информацията играе решаваща роля. Ускоряването на живота означава, че хората се нуждаят от незабавен достъп до новини, изследвания, образователни ресурси и различни други</p>
--	--

	<p>видове информация. Интернет се превърна в основен източник за бърз и лесен достъп до информация. Благодарение на търсачките, онлайн базите данни, електронните книги и образователните платформи хората имат достъп до огромни количества информация за секунди. Нарастващото търсене на достъп до информация доведе до пропорционално увеличаване на използването на интернет.</p> <p>Забавления: Ускоряването на живота е довело до по-голяма нужда от леснодостъпни и леснодостъпни възможности за забавление. Интернет се превърна в огромен източник на развлечения, предлагащ стрийминг услуги, онлайн игри, платформи за социални медии и мултимедийно съдържание. Хората се обръщат към интернет, за да се отпуснат, да релаксират и да търсят забавление сред натоварения си живот. Пропорционалното нарастване на използването на интернет може да се отдаде на нарастващото търсене на развлечения, които са в крак с ускоряването на живота.</p> <p>Производителност: Тъй като животът става все по-забързан, производителността се превърна във важен акцент както за хората, така и за фирмите. Интернет предлага множество инструменти и ресурси, които увеличават производителността и ефективността. Онлайн платформите за сътрудничество, инструментите за управление на проекти, съхранението в облак и възможностите за дистанционна работа революционизираха начина, по който работим. Ускоряването на живота принуди хората да разчитат в голяма степен на тези интернет базирани инструменти за продуктивност, което доведе до пропорционално увеличаване на използването на интернет.</p> <p>1.2 Различни причини за използването на интернет от всеки човек Използването на интернет е различно при отделните хора, тъй като начинът на живот, интересите и очакванията на всеки човек са различни. В интернет има и съдържание, което ще се хареса на всеки тип човек. Като пример за различните причини за използване на интернет можем да кажем, че за да научим информация, която ни интересува. Броят на ресурсите, до които можем да достигнем в интернет, е много голям. Каквото и да искаме да научим, не е необходимо да го научим само от един източник.</p>
--	---

	<p>Можем да достигнем и до повече от едно мнение за тази информация. Друга причина за използването му е комуникацията. Благодарение на интернет можем да общуваме с хора от цял свят. Можем да правим това по много начини, например чрез платформи за социални медии, приложения за съобщения и приложения за видеочат. Друга причина е работата и образованието. Благодарение на онлайн приложенията можем да управляваме работата си от всяко място, където пожелаем, а също така можем да осъществяваме образованието си чрез много платформи. Можем да използваме ефективно интернет, като получаваме достъп до образователни ресурси от всяка точка на света. Друга причина за използване на интернет е за нашите хобита и интереси. Благодарение на многото уебсайтове и приложения можем незабавно да разполагаме със съдържание за всичко, от което се интересуваме, например ако искаме да гледаме филми или да четем книги, можем незабавно да получим достъп до всеки, който желаем. Последната причина е свързана с новините. Тъй като събитията, които се случват в света, мигновено попадат в интернет, можем да имаме информация за новините на другия край на света. Можем да разгледаме тези причини в някои рубрики.</p> <p>Комуникация и социални мрежи: Интернет позволява на хората по целия свят да общуват и да взаимодействат помежду си. Хората могат да поддържат връзка с приятелите, семейството, колегите и познатите си чрез платформи за социални медии, електронна поща, приложения за съобщения и услуги за видеочатове.</p> <p>Информация и изследвания: В интернет се съдържа огромно количество информация по широк кръг от теми. Хората използват интернет, за да получават информация, да правят проучвания и да научават за широк кръг от теми. Търсачките, онлайн енциклопедиите, уебсайтовете с инструкции и онлайн библиотеките улесняват намирането на ценна информация.</p> <p>Забавления: Интернет предоставя широк спектър от възможности за забавление. Хората използват интернет, за да гледат филми, телевизионни предавания и музика, да играят онлайн игри, да четат електронни книги, да следят блогове или влогове и да експериментират с различни видове цифрови медии. Взаимодействието със съдържание, публикувано от</p>
--	---

	<p>други хора в платформите на социалните медии, също може да осигури забавление.</p> <p>Образование и обучение: Интернет направи революция в образованието, като предостави достъп до онлайн курсове, обучения и образователни ресурси. Учениците могат да усвояват нови умения, да посещават виртуални класове и да имат достъп до образователни материали от признати институции и експерти.</p> <p>Електронна търговия и онлайн пазаруване: Много хора използват интернет, за да купуват удобно продукти и услуги. Платформите за онлайн пазаруване позволяват на потребителите да разглеждат, сравняват цени, четат отзиви и пазаруват от уюта на своя дом. Това включва широк спектър от продукти - от дрехи и електроника до хранителни стоки и стоки за бита.</p> <p>Бизнес и производителност: Интернет се е превърнал в незаменим инструмент за професионалистите в различни сектори. Той позволява на членовете на екипа да работят от разстояние, да си сътрудничат и да общуват помежду си. Онлайн инструментите за продуктивност, съхранението в облак и системите за управление на проекти помагат за ускоряване и подобряване на процесите в компанията.</p> <p>Текущи събития: Онлайн новинарските портали, блоговете и платформите на социалните медии ви информират за местните и световните събития. Много хора използват интернет, за да са в крак с актуалните събития, политиката, спорта, развлеченията и други интересни теми.</p> <p>Лично развитие: В интернет има няколко ресурса за личностно развитие и напредък. Хората използват интернет, за да намерят статии за самопомощ, мотивиращо съдържание, обучение и насоки по широк спектър от въпроси като здраве, фитнес, взаимоотношения и хобита.</p> <p>Изявяване на креативност: Интернет дава възможност на хората да изразяват своята креативност. Хората споделят своето изкуство, писане, фотография, музика и други творчески дейности с глобалната аудитория чрез социалните медии, платформите за блогове, сайтовете за споделяне на видео и други онлайн платформи.</p>
--	---

	<p>Удобство и рутинни задачи: Интернет опростява много рутинни задачи. Хората използват интернет за онлайн банкиране, плащане на сметки, резервиране на пътувания, поръчка на храна, заявки за услуги и управление на различни аспекти от ежедневието си.</p> <p>1.3 Възприемането му като най-важното средство за социализация</p> <p>Днес интернет се смята за най-важния инструмент за социализация. Това стана още по-очевидно с разпространението и разнообразието на платформите на социалните медии. Има някои причини, поради които се смята, че това е така. Една от тях е, че той предлага възможност за общуване отвъд границите. Можем да общуваме навсякъде по света с хора, които говорят език и живеят в култура, която ние не познаваме. Това, че сме далеч от семейството и приятелите си, не означава, че не можем да общуваме с тях. Интернет ни позволява да общуваме с хората, като свободно споделяме идеите и мислите си. Благодарение на някои социални платформи можем да се срещаме с хора с общи интереси и да извършваме онлайн дейности, с които никога не бихме се сблъскали навън. Въпреки това, макар че това може да изглежда чудесно отдалеч, нещата започват да се объркват, когато границите на общуването онлайн бъдат надхвърлени. Някои хора губят увереност в общуването в реалния живот, защото могат да се срещат с хора онлайн, без да разкриват истинската си самоличност, докато в реалния живот това не е възможно. Това води до проблеми като социална тревожност, липса на увереност и нарушения в общуването. Нека разгледаме причините за разглеждането му като най-важния инструмент в социализацията в рубрики.</p> <p>Общуване през границите: Благодарение на интернет вече е по-лесно да се общува с хора от цял свят. Можем да се свързваме с хора от различни държави със същите интереси и да опознаваме различни култури и езици. Това дава възможност за общуване отвъд границите и изгражда глобална общност.</p> <p>Свързване със семейството и приятелите: Интернет ни позволява да поддържаме връзка със семейството и приятелите си. Възможно е да общуваме с близките си, които живеят далеч, да споделяме снимки и видеоклипове и дори да се срещаме чрез видеоконференции. По този начин бариерата на разстоянието не влияе на социалните ни отношения.</p>
--	---

	<p>Свободен обмен на идеи и мисли: Интернет платформите ни позволяват да изразяваме свободно своите идеи и мисли. Чрез социалните медии, блоговете или форумите можем да общуваме с хора, да участваме в дискусии и да споделяме мислите си с широка аудитория.</p> <p>Запознайте се с хора с общи интереси: Интернет събира хора със сходни интереси. Чрез групи със специални интереси, форуми или страници в социалните медии хората могат да се срещнат и да общуват с хора с общи хобита или страсти. Това дава възможност да се свържете дори с хора, които е малко вероятно да срещнете в реалния живот.</p> <p>Споделяне на онлайн дейности: Интернет позволява на хората да се занимават с дейности онлайн, които не биха могли да срещнат навън. Дейности като онлайн игри, виртуални събития, художествени проекти или споделяне на музика предоставят на хората платформа, която им позволява да се забавляват и да прекарват времето си заедно.</p> <p>ЕДИНИЦА 2: Точките, в които интернет се превръща в проблем, и неговата тъмна страна.</p> <p>2.1 Неприлични уебсайтове и тъмната мрежа</p> <p>Интернет има положителни, но и лоши страни, свързани с неприличните уебсайтове и тъмната мрежа. Неприличните уебсайтове съдържат открито и порнографско съдържание. Те не са за всеки тип хора, но могат да се използват от непълнолетни и хора, които не би трябвало да имат достъп до тях. Тъмната мрежа е малка част от интернет, която е анонимна и неорганизирана. Тя е важна за незаконни дейности. Тя съдържа уебсайтове, които дават възможност за извършване на незаконни престъпления, като например незаконен трафик на наркотици, киберпрестъпления и пиратство на различни продукти. Тя води до измами и жертви на хора. Незаконен е и достъпът до неприлични уебсайтове и тъмната мрежа. Хората, които влизат в тези сайтове несъзнателно, могат да си навлекат големи неприятности. Това е пример за неправилно използване на интернет.</p> <p>Порнографско съдържание: Експлицитните уебсайтове съдържат недвусмислено и порнографско съдържание. Въпреки че такива сайтове може да са за предпочитане за възрастните, те могат да бъдат</p>
--	---

	<p>рискови за непълнолетните и хората, които не се нуждаят от достъп до такова съдържание.</p> <p>Потенциални вреди: Достъпът до уебсайтове със сексуално съдържание може да доведе до редица психологически, социални и релационни проблеми. По-специално могат да възникнат проблеми като пристрастяване, сексуална мания, ниско самочувствие и проблеми във взаимоотношенията.</p> <p>Тъмната мрежа:</p> <p>Анонимност и незаконни дейности: Тъмната мрежа е анонимна и неорганизирана част от интернет. В тази среда има благоприятна почва за незаконни дейности. Например за незаконен трафик на наркотици, киберпрестъпления, продажба на лична информация и пиратство на различни продукти.</p> <p>Измама и виктимизация: Тъмната мрежа също може да доведе до измами и жертви. Хората могат да купят фалшиви стоки, да станат жертва на измамни схеми или да им бъде открадната лична информация.</p> <p>Незаконен достъп и последиците от него:</p> <p>Незаконен достъп: Достъпът до неприлични уебсайтове и тъмната мрежа е незаконен. Хората, които имат достъп до такива сайтове неволно или без разрешение, могат да се сблъскат с правни проблеми и сериозни последиствия.</p> <p>Рискове за сигурността: Неприличните уебсайтове и тъмната мрежа крият рискове за сигурността, като например заразяване на компютрите или устройствата на потребителите със зловреден софтуер, кражба на лична информация или насочване към потребители и нанасяне на вреда.</p> <p>2.2 Измама чрез уебсайтове</p> <p>Цифровите измами са много разпространени в цифровата ера. С нарастването на доверието в интернет и разпространението на онлайн търговията, измамите също се развиват пропорционално. Онлайн измамите се извършват по различни начини. Тя може да бъде извършена по начини като кражба на самоличност, фалшиви уебсайтове или фалшиви съобщения. Например, когато влезете в даден уебсайт, изведнъж се появява друг екран и ако кликнете някъде на екрана, дори и случайно, могат да ви измамят по начин, който им дава достъп до вашите идентификационни данни. Могат също така да ви измамят за продукт, който искате да купите, като</p>
--	--

	<p>създадат фалшиви уебсайтове. Освен това в платформи като сайтове за брак, които са широко достъпни в интернет, хора с лоши намерения могат да използват емоциите, за да поискат пари от вас. Накратко, ако интернет, който смятаме за полезен, се използва несъзнателно, той води до това да бъдем измамени както финансово, така и морално от злонамерени хора.</p> <p>Кражба на самоличност: Измамниците се опитват да получат идентификационните данни на потребителите чрез фалшиви уебсайтове или съобщения. След това тази информация може да бъде използвана при финансови транзакции или други измамни дейности. За да се предпазите от кражба на самоличност, трябва да използвате силни пароли, да използвате страници за влизане в доверени сайтове и да бъдете внимателни, когато споделяте лична информация.</p> <p>Фалшиви уебсайтове: Измамниците се опитват да заблудят потребителите, като се представят за известни марки или доставчици на услуги. Когато пазарувате в тези фалшиви сайтове, ще бъдете насочени да извършите плащане или да въведете лична информация. Важно е да използвате надеждни уебсайтове, да проверявате дали в адресната лента има протокол за сигурност HTTPS и да вземете предвид мненията на потребителите.</p> <p>Фишинг: измамниците се опитват да получат лична или финансова информация от потребителите чрез фалшиви имейли, SMS-и или телефонни обаждания. Тези съобщения често създават усещане за спешност и пренасочват потребителите към фалшиви уебсайтове. Трябва да бъдете предпазливи по отношение на комуникации от подозрителни или непознати източници и да проверявате личната си информация, преди да я споделите.</p> <p>Любовни измами: Някои злонамерени лица могат да искат пари, като влияят емоционално на хората чрез сайтове за запознанства или социални медии. Трябва да внимавате за такива измами и да направите внимателна преценка, преди да предоставите финансова помощ на хора, които не познавате.</p> <p>Измами с предплащане: При закупуване на продукт или услуга измамниците могат да поискат от вас предварително плащане, преди да платите. Възможно е обаче те никога да не доставят продукта или</p>
--	--

	<p>услугата. Важно е да пазарувате от доверени продавачи, да избирате методи за плащане, на които имате доверие, и да проучвате репутацията на продавача, преди да направите авансово плащане.</p> <p>2.3 Живот според фалшиви представи, създадени от интернет</p> <p>Интернет създава обща представа у хората, но тази представа се променя от време на време. Например с нарастващото използване на социалните медии възприятията за красота също се променят в зависимост от тенденциите. Хората оформят себе си в съответствие с тези възприятия за красота. Те се подлагат на различни хирургически операции. Ако не могат да постигнат този идеализиран външен вид или ако нямат финансови средства, за да се подложат на операциите, това води до психически и физически проблеми. Например, за да се постигне идеализираното тяло, се срещат здравословни проблеми като хранителни разстройства. В допълнение към възприемането на красотата, друго е възприемането на идеите и мислите. Хората започват да защитават всяка популярна идея, която видят в социалните медии, с възприятията на пристрастни хора, без да имат никакви познания. Това води до появата на едно несъзнателно поколение. В интернет съществува и понятие, наречено алгоритъм. Тъй като хората по-често кликат само върху публикации, които са в съответствие с техните собствени идеи, те винаги се натъкват на публикации на хора със собствени идеи. Тъй като нямат достъп до мислите на противниковите страни, се създава среда, която е далеч от обективността с пристрастни гледни точки. Ако се вгледаме по-подробно:</p> <p>Кражба на самоличност: Измамниците се опитват да получат идентификационните данни на потребителите чрез фалшиви уебсайтове или съобщения. След това тази информация може да бъде използвана при финансови трансакции или други измамни дейности. За да се предпазите от кражба на самоличност, трябва да използвате силни пароли, да използвате страници за влизане в доверени сайтове и да бъдете внимателни, когато споделяте лична информация.</p> <p>Фалшиви уебсайтове: Измамниците се опитват да заблудят потребителите, като се представят за известни марки или доставчици на услуги. Когато пазарувате в тези фалшиви сайтове, ще бъдете насочени да извършите плащане или да въведете лична</p>
--	---

	<p>информация. Важно е да използвате надеждни уебсайтове, да проверявате дали в адресната лента е посочен протоколът за сигурност HTTPS и да вземате предвид мненията на потребителите.</p> <p>Фишинг: измамниците се опитват да получат лична или финансова информация от потребителите чрез фалшиви имейли, SMS-и или телефонни обаждания. Тези съобщения често създават спешна нужда и пренасочват потребителите към фалшиви уебсайтове. Трябва да бъдете предпазливи по отношение на комуникации от подозрителни или непознати източници и да проверявате личната си информация, преди да я споделите.</p> <p>Любовни измами: Някои злонамерени лица могат да искат пари, като влияят емоционално на хората чрез сайтове за запознанства или социални медии. Трябва да внимавате за такива измами и да направите внимателна преценка, преди да предоставите финансова помощ на хора, които не познавате.</p> <p>Измами с предплащане: При закупуване на продукт или услуга измамниците могат да поискат от вас предварително плащане, преди да платите. Възможно е обаче те никога да не доставят продукта или услугата. Важно е да пазарувате от доверени продавачи, да избирате методи за плащане, на които имате доверие, и да проучвате репутацията на продавача, преди да направите авансово плащане.</p> <p>ЕДИНИЦА 3: Причини, които тласкат младите хора към тъмната и негативна страна на интернет.</p> <p>3.1 Фамилни причини.</p> <p>Съществуват различни семейни причини, които могат да подтикнат младите хора към тъмните и отрицателни страни на интернет. Първата от тях са семейните проблеми. Децата, които често се сблъскват с кавги и разногласия в семействата си, виждат в интернет начин за бягство. Те започват да намират щастието и спокойствието, които не могат да намерят в семействата си, в интернет, което може да доведе до прекомерна и неосъзната употреба. Те могат да се присъединят към групи, които насърчават вредно поведение, като например кибертормоз. За децата, които вече растат в хаотична среда, подобни места не са необичайни. Друга причина са безгрижните и пренебрежителни родители. Тези семейства приучават</p>
--	--

	<p>децата си да използват интернет от ранна възраст и не осигуряват контролирано и наблюдавано използване на интернет, което води до несъзнателен достъп на децата до всеки сайт. Ако липсва и комуникация в семейството, децата, които намират решение в интернет, могат да се сприятелят със злонамерени хора.</p> <p>Интернет като път за бягство: Младите хора, които постоянно се карат, не са съгласни и изпитват напрежение в семействата си, могат да възприемат интернет като начин за бягство. Те могат да започнат да търсят щастие и спокойствие, които не могат да намерят в семействата си, в интернет и да са склонни да го използват прекомерно и несъзнателно.</p> <p>Участие във вредни групи: Присъединяването към групи, които насърчават вредно поведение, като например кибертормоз, може да накара младите хора да възприемат интернет като място, където могат да изразяват себе си и да се надяват да бъдат приети. Особено за децата, израснали в хаотична среда, такива места могат да се нормализират.</p> <p>Безгрижни и небрежни родители:</p> <p>липса на контролирано използване на интернет: Родителите приучават децата си да използват интернет от ранна възраст и не осигуряват контролирана употреба. Това може да доведе до несъзнателен достъп на децата до сайтове и до излагане на вредно съдържание.</p> <p>Липса на комуникация: Липсата на комуникация в семейството може да накара децата да търсят решения в интернет, за да задоволят емоционалните си нужди. Интернет може да се превърне в средство за бягство и търсене на внимание за тях. Това може да доведе до рисково поведение, като например сприятеляване с хора с лоши намерения.</p> <h3>3.2 Социална среда и приятели</h3> <p>Натискът от страна на връстници и тормозът са много разпространени. Особено в ранна възраст това се случва по по-брутален начин. Някои тийнейджъри и деца също могат да се включат в опасно онлайн поведение, за да се впишат в средата си, дори и да им е неприятно. Ако около тях има много връстници, които участват в негативно онлайн поведение, след известно време детето започва да го възприема като нещо нормално. Може да се развие и безчувственост</p>
--	--

	<p>към негативните последици. Освен това децата и младежите, които изпитват настроения като депресия и тревожност заради кръга си от приятели, могат да потърсят утеха в интернет, за да се отърват от тях. Тъй като виждат в това средство за емоционално облекчение, те стават неспособни да правят разлика между това, което е правилно, и това, което е неправилно.</p> <p>Натиск от страна на връстници: Младите хора могат да бъдат подложени на натиск от страна на приятелите си или социалната среда. Например група приятели, които ги молят да извършат определено поведение или очакват от тях да се обличат по определен начин, се нарича натиск от страна на връстници. Невъзможността да се устои на този натиск може да накара детето да извърши нежелани действия или да се ангажира с неподходящо поведение онлайн.</p> <p>Тормоз: Тормозът сред приятелите може да причини емоционални и психологически вреди на младите хора. Онлайн тормозът между приятели може да стане още по-брутален и повсеместен. Например проявите на тормоз, като обидни съобщения, клевети или заплахи, могат да подкопаят самочувствието на детето и да го засегнат емоционално.</p> <p>Съответствие с нормите: Когато младите хора са заобиколени от много връстници, които проявяват негативно поведение онлайн, те могат да нормализират това поведение. Например в среда, в която вредните или обидни публикации между приятели се смятат за нормални, децата може да са склонни да се ангажират с подобно поведение.</p> <p>Безчувственост: Младите хора, които постоянно са изложени на негативно поведение онлайн, могат да станат безчувствени с течение на времето. Те могат да останат без реакция към тормоза или агресията или да приемат това поведение за нормално и да не реагират емоционално.</p> <p>Инструмент за емоционално облекчение: Младите хора, които изпитват настроения като депресия и тревожност поради тормоз или негативно влияние в приятелския си кръг, могат да потърсят утеха или подкрепа онлайн, за да се отърват от тези трудности. Социалните медии, онлайн форумите или платформите за игри могат да се използват като</p>
--	---

	<p>средство, чрез което младите хора да намерят емоционално облекчение и подкрепа.</p> <p>3.3 Икономически причини.</p> <p>Хората могат да злоупотребяват с интернет и по икономически причини. Някои хора се занимават с незаконни дейности онлайн, като например измами, поради финансови съображения и прибегват до неетични и незаконни средства, като например продажба на фалшиви стоки. Извършването на тази дейност онлайн е по-лесно и по-разпространено. Икономическото неравенство и ограничените възможности подтикват към това най-вече младите хора. Електронната търговия, която се е увеличила с широкото разпространение на интернет, се превръща в измама чрез различни методи и е лесен начин за печелене на пари за тези, които са в затруднено икономическо положение. Освен това благодарение на някои социални платформи започнахме да виждаме повече от личния живот на хората, което ни накара да разполагаме с информация за начина им на живот. Увеличаването на броя на хората, които сравняват собственото си икономическо положение и икономическото положение на другите, води до негативни последици.</p> <p>Измама и продажба на фалшиви стоки: Някои хора могат да извършват измамни дейности в интернет с цел финансова печалба. Те могат да използват фалшиви уебсайтове или онлайн пазари, за да подмамят хората да им дадат пари или лична информация. Те могат също така да измамят хората, като продават фалшиви стоки.</p> <p>Икономическо неравенство и ограничени възможности: Икономическото неравенство и ограничените възможности могат да тласнат някои хора към незаконни действия. Особено младите хора, които са изправени пред икономически трудности, могат да използват интернет, за да печелят пари бързо и лесно.</p> <p>Електронната търговия се превръща в измама: С широкото разпространение на интернет електронната търговия се е увеличила значително. Това обаче увеличи и възможностите за измами. Хората могат да бъдат измамени от други лица, например от продавачи, които продават фалшиви продукти чрез различни методи и не плащат или не изпращат продукта.</p>
--	---

	<p>Въздействието на социалните медии: Някои платформи на социалните медии позволяват на хората да покажат личния си живот и начин на живот. Това може да накара хората да сравняват икономическото си положение с това на другите и да доведе до вид социален натиск. Това може да накара хората да се съсредоточат върху материалния успех и да прибегнат до неетични средства.</p> <p>3.4 Чувството за откривателство, което носи младостта</p> <p>В младостта и детството има силно желание да научите всичко около вас. Едно от тях е онлайн светът в новото време. Наред с многото си положителни аспекти той има и значително отрицателно въздействие. Тъй като са любопитни, те са готови да изследват всичко. По време на това изследване те без колебание получават достъп до вредно съдържание. Те могат да споделят лична информация, без да се замислят, и да участват във вредни онлайн предизвикателства, защото са ентузиазирани. Те също така са много нетърпеливи да откриват онлайн съдържание, което виждат от приятелите си, така че могат да участват в тях без да се съмняват. Особено младите хора не се страхуват да поемат рискове. Когато желанието за изследване и безстрашието се съчетаят, те могат да се сблъскат с тъмната страна на интернет.</p> <p>Любопитство и желание за учене: Младежта се характеризира с голямо любопитство да опознава света. Това любопитство включва и онлайн света. Младите хора са нетърпеливи да се запознаят с нови технологии, платформи и тенденции и да ги изпитат.</p> <p>Достъп до вредно съдържание: Тъй като младите хора търсят нови неща онлайн от желание да изследват, те могат да попаднат и на вредно съдържание. То може да включва неподходящо или насилствено съдържание, вредни игри или опасни взаимодействия. Такова съдържание може да окаже отрицателно въздействие върху психическото и емоционалното здраве на младите хора.</p> <p>Споделяне на лична информация: Докато изследват, младите хора могат да споделят лична информация, без да се замислят. Те могат несъзнателно да споделят лична информация в онлайн платформи или сайтове на социални медии. Това може да ги направи уязвими към онлайн опасности и измами.</p>
--	---

	<p>Влияние на приятелите: Тийнейджърите са нетърпеливи да изследват онлайн съдържание и може да искат да участват в съдържанието, което виждат от своите приятели. Те могат да се включат в публикациите, тенденциите или вредните дейности на приятелите си, без да задават въпроси или да проучват дали да участват. Това може да ги доведе до рискови ситуации.</p> <p>поемане на риск и безстрашие: Тийнейджърите често поемат рискове и имат безстрашна нагласа. Това може да ги постави в положение, в което по-лесно могат да попаднат в опасни ситуации в онлайн света. Те могат да участват в рискови онлайн дейности или несъзнателно да споделят лична информация.</p> <p>ЕДИНИЦА 4: Медийната грамотност като основно решение за борба с интернет зависимостта и някои други възможни решения</p> <p>4.1 Медийна грамотност и нейните основни компоненти</p> <p>Медийната грамотност включва способността да се разбират, анализират и критично да се оценяват медийните послания. Чрез развитието на някои основни компоненти хората могат да повишат уменията си за медийна грамотност и да действат по-съзнателно, критично и ефективно в сложната медийна среда, която може да причини вреда. Те също така предотвратяват възможни негативни последици. Основните компоненти на медийната грамотност са следните:</p> <p>Разбиране на медийните послания: Медийната грамотност включва разбиране и тълкуване на медийните послания. Този компонент изисква способност за разбиране на посланията, темите и гледните точки, предавани в медийното съдържание. Това означава да се анализира съдържанието в различни форми на медиите, като например новинарски статии, реклами, филми, телевизионни програми и публикации в социалните медии, да се оценява достоверността на съдържанието, да се разпознават пристрастията или манипулациите и да се разпознават основните ценности и предположения.</p> <p>Достъп до медийни източници: Медийната грамотност включва способността за достъп и</p>
--	--

	<p>използване на надеждни медийни източници. Този компонент изисква усвояване на методи за достъп до точна информация и критична оценка на медийните източници по време на проучване. Той включва умения като поставяне под въпрос на надеждността на източниците, кръстосана проверка на източниците на информация и предпазване от подвеждаща или дезинформация.</p> <p>Визуална и вербална комуникация: Медийната грамотност включва умения за визуална и вербална комуникация. Този компонент изисква способност за ефективно разбиране и тълкуване на визуални съобщения (снимки, графики, видеоклипове) и вербални съобщения (статии, заглавия, текстове). Той включва развиване на съзнание за езика, символите, изображенията и визуалните ефекти, използвани от медиите.</p> <p>Анализ на медиите: Медийната грамотност включва способността за критичен анализ на медийното съдържание. Този компонент включва способността да се анализират инфраструктурата, езикът, стиловете на представяне и стратегиите, използвани в медийните послания. Медийният анализ изисква разбиране на социалните, политическите, културните или икономическите ефекти на медиите и поставяне на въпроса защо и как се създават медийните послания.</p> <p>Етични ценности на медиите: Медийната грамотност включва разбиране на медийната етика. Този компонент означава признаване на отговорностите на медийните продуценти за предоставяне на точна и безпристрастна информация, зачитане на личния живот и съгласието, както и избягване на разпространяването на вредни стереотипи или участие в неетични практики. Познаването на медийната етика прави хората отговорни за медийните потребители и продуценти.</p> <p>Медийна култура и мултикултурализъм: Медийната грамотност включва способността да се разбира медийната култура и мултикултурализма. Този компонент включва развиване на съзнание за различните култури, социални групи и различни преживявания, представени от медиите, и способност да се разбират и оценяват тези различия. Това означава разпознаване на разнообразието от гледни точки, представени чрез медиите, и критично</p>
--	---

	<p>оценяване на въпросите за разнообразието и представянето в медийното съдържание.</p> <p>4.2 Борба с пристрастяването към интернет чрез медийна грамотност</p> <p>Медийната грамотност играе важна роля в борбата с пристрастяването към интернет. Медийната грамотност дава на хората умения да разбират потенциалните рискове на интернет, да анализират критично онлайн съдържанието, да оценяват медийните послания и да балансират използването на медиите. Тези умения помагат на потребителите да навигират в онлайн света по информиран начин, да станат устойчиви на манипулации и да развият здравословни медийни навици. Медийната грамотност предпазва хората от риска от пристрастяване и им дава възможност да се възползват максимално от възможностите, които предлага онлайн светът. Можем да разделим ролята на медийната грамотност като основно решение в борбата с интернет пристрастяването.</p> <p>Изграждане на осведоменост: Медийната грамотност повишава осведомеността на хората, за да разберат потенциалните рискове и факторите на пристрастяване към интернет. По този начин потребителите се предупреждават за опасностите, свързани с увеличеното време, прекарано в интернет, като социални медии, игри и други онлайн платформи. Медийната грамотност помага на лицата да оценят въздействието на интернет и навиците си на ползване.</p> <p>Анализ на медиите: Медийната грамотност дава възможност на хората да анализират критично онлайн съдържанието. Потребителите придобиват умения да поставят под въпрос информацията в интернет, да оценяват надеждността на източниците и да разпознават подвеждащо или дезинформационно съдържание. Уменията за медиен анализ помагат на хората да вземат по-информирани решения онлайн и ги предпазват от излагане на пристрастяващо съдържание.</p> <p>Критика на медиите: Медийната грамотност дава възможност на хората да оценяват критично медийните послания и реклами. Потребителите придобиват умения да разпознават маркетинговите тактики, да разбират манипулативните рекламни стратегии и да стават по-устойчиви на рекламите, с</p>
--	---

	<p>които се сблъскват онлайн. По този начин се намалява излагането им на потенциално пристрастяващи дейности като онлайн пазаруване, игри и социални медии.</p> <p>Баланс на медиите: Медийната грамотност насочва хората към постигане на баланс и умереност при използването на медиите. Потребителите осъзнават, че могат да контролират продължителността, честотата и съдържанието на онлайн взаимодействията. Медийната грамотност помага на хората да поддържат взаимодействията си с онлайн света в здравословни граници и намалява риска от пристрастяване.</p> <p>Алтернативни дейности: Медийната грамотност подчертава значението на офлайн живота за хората. Чрез медийната грамотност потребителите откриват разнообразни алтернативни дейности, които да балансират с онлайн дейностите. Това включва отдаване на офлайн дейности като социални контакти, спорт, хобита, изкуство или природа. Медийната грамотност позволява на хората да разберат стойността на реалните преживявания, както и да се съсредоточат върху онлайн света.</p> <p>4.3 Други решения: Създаване на среда, която ще увеличи социализацията на младите хора. Създаването на пространство за общуване на младите хора, особено в епохата на интернет, е много важно за тяхното социално и духовно развитие. Социалното развитие може да бъде постигнато чрез дейности лице в лице. Дейности като групови занимания, отборни спортове, групови игри и клубове, които допринасят значително за социализацията, трябва да бъдат широко разпространени и икономически достъпни за хора от всички класи. Хората от различни класи, езици и етнически групи трябва да бъдат обединени, за да се създаде среда, свободна от езика на омразата, с който сме свикнали в интернет, и да се увеличи взаимодействието. В групите трябва да бъде поставен модератор, който да осигури наблюдение и общуване в безопасна среда. Трябва да се увеличат забавните и окуражаващи социални платформи, които ще повишат уменията за общуване. Тези методи насърчават хората да се социализират и да избягват вредни дейности.</p> <p>Групови дейности и клубове: На младите хора трябва да се предлагат разнообразни групови дейности. Трябва да се създават клубове или общности, като</p>
--	--

	<p>например за отборни спортове, музика, танци и театър. Тези дейности позволяват на младите хора да се събират заедно, за да споделят общи интереси и да развиват социални умения.</p> <p>Разнообразие и взаимодействие: Трябва да се организират дейности, които да събират хора от различни класове, езици и етнически групи. Това позволява на младите хора да се докоснат до многообразието и да разберат различните култури. В тази среда следва да се възприеме политика на нулева толерантност към езика на омразата и дискриминацията.</p> <p>Модератори и безопасна комуникация: Модератори трябва да бъдат назначени на групите в социалните платформи. Модераторите осигуряват безопасна среда за комуникация, като блокират негативно и вредно съдържание. Следва да се създаде среда, в която младите хора могат свободно да споделят мислите си, да обменят идеи и да получават подкрепа.</p> <p>Развиване на умения за общуване: Създаване на забавни и стимулиращи социални платформи, които да помогнат на младите хора да развият своите комуникационни умения. Например, могат да се използват интерактивни инструменти като онлайн дискуссионни форуми, виртуални проекти или групови дейности. По този начин младите хора могат да подобрят уменията си за устно и писмено общуване и да придобият способността да общуват ефективно.</p> <p>Достъпност и достъпност: Участието в социализационни дейности трябва да бъде достъпно за младите хора. Разходите трябва да бъдат намалени или да се създадат програми за стипендии за участие в дейностите. По този начин се гарантира, че всички имат равен достъп до възможностите за социализация.</p> <p>4.4 Повишаване на осведомеността на младите хора и родителите относно полезното използване на интернет</p> <p>Най-важната стъпка в ползотворното използване на интернет е обучението. Въпреки че живеем в епоха, в която процентът на използване на интернет чупи рекорди, дейностите за повишаване на осведомеността по този въпрос са много малко. Властите трябва да задължат родителите да преминат това обучение, а децата да го включат в учебната програма като училищен предмет. Само по този начин обществото ще</p>
--	---

се отнесе сериозно към този въпрос и ще го превърне в нещо постоянно. Програмите за цифрова грамотност трябва да станат широко разпространени. Тази програма може да помогне на децата да се научат как да използват интернет безопасно и отговорно и включва защита на личните данни онлайн, киберсигурност, критично мислене и цифрово гражданство. Чрез тях човек може да се научи как да управлява използването на интернет. Честотата на брошурите и конференциите за повишаване на осведомеността трябва да се увеличи. Можете дори да използвате изкуството, за да повишите осведомеността на хората. Например филмите и произведенията на изкуството по тази тема са привлекателни за окото, привличат вниманието и предизвикват настойчивост. Хората трябва да бъдат информирани за това кои са надеждните и ненадеждните източници. Родителите трябва да бъдат насърчавани да внушават на децата си контролирано използване на интернет.

Задължително обучение и включване в учебните програми: Властите биха могли да задължат родителите да преминат обучение за ползотворно използване на интернет и да го включат в учебната програма като предмет в училищата. По този начин може да се повиши обществената осведоменост и да се постигне трайна промяна.

Брошури и конференции: Трябва да се организират информационни брошури и конференции за ползотворното използване на интернет. Тези събития могат да бъдат важни за повишаване на осведомеността и за подчертаване на рисковете и положителната употреба.

Използване на изкуство и медии: Филми, произведения на изкуството и други визуални медии могат да повишат осведомеността, като ангажират хората. Такива материали могат да предоставят информация за надеждни и ненадеждни източници, заплахи за киберсигурността и други важни теми.

Насоки за родители: Родителите трябва да бъдат насърчавани да възпитават децата си в контролирана употреба на интернет. Важно е да се осигури редовен надзор и насоки за достъпа на децата до интернет и техните дейности. Родителите трябва да играят активна роля в обучението на децата си за безопасно и отговорно използване на интернет.

	<p>4.5 Увеличаване на научните изследвания и мобилизиране на консултантите и политиците.</p> <p>Изследванията за използването на интернет трябва да се провеждат в голям мащаб. Всяка страна трябва да установи своите собствени проценти и да определи сериозността на ситуацията. Трябва да се увеличат изследванията на критичните аспекти на използването на интернет, като причините, въздействието върху младите хора и родителите, както и положителните и отрицателните аспекти. Тези изследвания следва да се провеждат в сътрудничество с експерти и правителства. Правителството следва да създаде звена за борба с пристрастяването към интернет и тези звена следва да провеждат дейности за повишаване на осведомеността съвместно с експерти. Правителството следва също така да предостави необходимата финансова подкрепа на съответните институции. Парламентът следва да обсъди този въпрос помежду си и, ако сметне за необходимо, да наложи ограничения на сайтовете, които представляват опасност, и да засили контрола.</p> <p>Мащабни изследвания: Трябва да се проведат широкомащабни проучвания за използването на интернет. Това трябва да се направи, за да се определят нивата на използване на интернет, навиците на младите хора и родителите за използване на интернет, положителните и отрицателните ефекти, рискът от пристрастяване и други важни фактори.</p> <p>Сътрудничество и експертна подкрепа: Изследванията трябва да се провеждат в сътрудничество с експерти и правителства. Експертното мнение и научните данни следва да играят ключова роля в процеса на вземане на решения от страна на политиците.</p> <p>Създаване на правителствени служби: Правителствата следва да създадат специализирани звена за пристрастяване към интернет и полезно използване на интернет. Тези звена следва да работят за разработване на политики, провеждане на дейности за повишаване на осведомеността и повишаване на обществената осведоменост.</p> <p>Предоставяне на финансова подкрепа: Правителствата следва да осигурят необходимите финансови ресурси за подпомагане на работата на съответните организации в областта на полезното използване на интернет. Тези ресурси могат да се използват за</p>
--	--

Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>провеждане на изследвания, изпълнение на образователни програми и организиране на събития за повишаване на осведомеността.</p> <p>Законодателство: Парламентите трябва да приемат закони за борба с отрицателните ефекти на интернет. Могат да бъдат наложени ограничения на опасните уебсайтове, да се засили контролът върху използването на интернет и да се определят наказания.</p>
Терминология:	<p>Медийна грамотност : Медийната грамотност е разширена концепция за грамотност, която включва способността за достъп и анализ на медийни послания, както и за създаване, осмисляне и предприемане на действия, като се използва силата на информацията и комуникацията за промяна на света.</p> <p>Пристрастяване : Пристрастяването към интернет се характеризира с прекомерни или слабо контролирани занимания, пориви или поведение по отношение на използването на компютър и достъпа до интернет, които водят до увреждане или дистрес. Състоянието привлича все по-голямо внимание в популярните медии и сред изследователите, като това внимание е успоредно с нарастването на достъпа до компютри (и интернет).</p> <p>Измама : Интернет измамата включва използването на онлайн услуги и софтуер с достъп до интернет за измама или извличане на полза от жертвите. Терминът "интернет измама" обикновено обхваща киберпрестъпна дейност, която се извършва по интернет или по електронна поща, включително престъпления като кражба на самоличност, фишинг и други хакерски дейности, предназначени за измама с пари.</p>
Библиография :	<p>https://brilliantio.com/how-social-media-impact-our-life/</p> <p>https://www.helpguide.org/articles/mental-health/social-media-and-mental-health.htm</p> <p>https://socialmediavictims.org/effects-of-social-media/</p> <p>https://www.makeuseof.com/tag/negative-effects-social-media/</p> <p>https://www.lifhack.org/articles/technology/you-should-aware-these-10-effects-social-media-you.html</p>

Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>https://www.kaspersky.com/resource-center/preemptive-safety/cyberbullying-effects</p> <p>https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4126576/</p> <p>https://www.news-medical.net/health/The-Impact-of-Cyberbullying-on-Mental-Health.aspx</p>
Ресурси (видеоклипове, референтни връзки) :	<p>https://www.youtube.com/watch?v=Czg_9C7gw0o</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=yfZN4_gP5kQ</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=8fQdzVbQlaU</p>