ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....3
Глава 1 Теоретические основы преодоления интернет-зависимости и компьютерной зависимости среди обучающихся начальной школы.....6
1.1 Возрастные и психолого-педагогические особенности младших школьников, увлеченных компьютером.....6
1.2 Интернет-зависимость и компьютерная зависимость у младших школьников, как педагогическая проблема.....15
1.3 Содержание деятельности педагога по работе с родителями в рамках профилактики интернет-зависимостей у младших школьников.....19
Глава 2 Организация деятельности учителя начальных классов по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости младших школьников.....22
2.1 Изучение интернет-зависимости и компьютерной зависимости у младших школьников в МБОУ «Средняя школа № 35» ПКГО.....22
2.2 Разработка и апробация программы работы учителя начальных классов с родителями четвероклассников по профилактике интернет-зависимых детей с компьютерной зависимостью.....26
2.3 Рекомендации учителям начальных классов по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости у младших школьников.....40
Заключение.....45
Библиографический список.....47
Приложение А.....51
Приложение Б.....53
Приложение В.....54

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определяется тем, что в век бурного развития компьютерных технологий, исследование проблем компьютерной зависимости детей приобретает особую значимость. Компьютерные игры, программы, Интернет-сайты оказывают огромное влияние на воспитание и развитие детей. Тем не менее, компьютер является неотъемлемой частью жизни человека.

Развитие современного мира характеризуется появлением всевозможных компьютерных технологий, которые призваны помогать человеку в его профессиональной, учебной деятельности, при организации досуга. Все это приводит к тому, что человек все больше времени проводит за компьютером, что в свою очередь ведет к компьютерной аддикции.

Многие исследователи, педагоги, да и просто обыватели считают, что основной группой риска в развитии компьютерной зависимости являются подростки. Однако, последние исследования, проведенные рядом зарубежных и отечественных ученых, говорят о том, что данное явление «молодеет». И вот уже компьютерной зависимости подвержены дети младшего школьного возраста. Причиной данного явления являются особенности существования семьи, которая характеризуется особым ритмом жизнедеятельности, недостаточным вниманием по отношению к своим детям, да и просто недостаточной осведомленностью о причинах и признаках формирующейся зависимости.

Таким образом, профилактика компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте является достаточно актуальным вопросом. Кроме того, данная профилактика включает в себя работу не только с детьми, но и с их родителями и может представлять собой различные формы и методы работы.

Таким образом, тема исследования «Работа учителя начальных классов с родителями детей с интернет-зависимостью и компьютерной зависимостью».

Объект исследования – работа учителя начальных классов с родителями младших школьников.

Предмет исследования – работа учителя начальных классов с родителями детей с интернет-зависимостью и компьютерной зависимостью.

Цель исследования – разработать программу просвещения родителей по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости у младших школьников.

Задачи исследования:

1. Выявить сущность понятий «интернет-зависимость» и «компьютерная зависимость» младших школьников.

2. Определить содержание деятельности учителя начальных классов с родителями по профилактике интернет-зависимости младших школьников.

3. Разработать программу по профилактике работы с родителями младших школьников с интернет-зависимостью и компьютерной зависимостью.

4. Разработать рекомендации учителю начальных классов по работе с родителями младших школьников с интернет-зависимостью и компьютерной зависимостью.

Вопросы компьютерной зависимости рассматривают многие современные ученые и педагоги:

М. Коул, С. Пейперт составили концептуальные идеи о профилактике компьютерной зависимости.

Т.И. Петракова, Л.И. Божович изучают психолого-педагогические положения о закономерностях развития человека.

В.А. Беляева, Е.В. Бондаревская рассматривают аксиологический подход к проблемам образования и воспитания.

Теоретические методы исследования – анализ, синтез и обобщение литературы по проблеме исследования.

Эмпирические методы исследования - наблюдение, опрос, тестирование, эксперимент.

Практическая значимость работы заключается в возможности использования предложенного материала исследования в воспитательной работе младших школьников, а также в процессе организации работы с родителями младших школьников.

Экспериментальная база исследования МБОУ «Средняя школа №35» ПКГО, 4 класс.

Структура исследования - работа включает в себя введение, основную часть, включающую в себя два раздела, заключение, библиографический список, приложения.

1 Теоретические основы преодоления интернет-зависимости и компьютерной зависимости среди обучающихся начальной школы

1.1 Возрастные и психолого-педагогические особенности младших школьников, увлеченных компьютером

В современном мире происходят постоянные изменения, которые не могут не повлиять на систему образования. Авторитарный стиль педагогической коммуникации заменяется гуманистической педагогикой, которая ставит ученика в центр внимания. Учителя должны сосредоточиться на развитии внутреннего мира ребенка, обучении конструктивному межличностному общению, содействии личностному росту и формированию собственных мнений и мировоззрения школьников.

На разных этапах онтогенетического развития субъекта на основе активности и возрастных факторов формируется индивидуальная картина психических состояний, которая сопровождает субъекта в определенные возрастные периоды и связана с ведущей деятельностью субъекта.

По мнению Л. С. Выготского, ведущим типом деятельности младшего школьника является тип обучения. А. Н. Леонтьев писал, что «Ведущую мы называем такой деятельностью, в связи с развитием которой происходят самые важные изменения в психике ребенка и внутри которых развиваются ментальные процессы, которые готовят переход ребенка к новой, более высокой стадии его развитие». Развитие современной школы по идеям гуманизации и демократизации делает проблему личности и индивидуальности ребенка неотложной. Индивидуальность может развиваться только в деятельности с непосредственной деятельностью самого ученика.

Дети отличаются не только фактическим развитием, но и в значительной степени в зоне проксимального развития (Л. С. Выготский). Необходима целенаправленная помощь учителя в реализации личности ученика.

При формировании личности младшего школьника большое значение имеет связанный с деятельностью тип отношений, который развивается у ребенка с учителем, самым референтным человеком для него. Учитель должен знать не только законы о психическом развитии ребенка, а также основные законы образования и воспитания, но также иметь возможность применять их при работе с детьми, то есть правильно применять индивидуальный подход. Это были С. Л. Рубинштейн и Б. Г. Ананьев, которые писали о подходе к индивидуальной деятельности в оценке, где личность ученика рассматривается как субъект деятельности, который сам, будучи сформированным в образовательной деятельности и коммуникации, определяет характер этой деятельности [5, 13].

В младшем школьном возрасте практический подход к процессам образования, к проблеме формирования субъекта познания является актуальной практической задачей. Образовательная деятельность способствует разработке стратегии формирования субъективного, личного принципа, обеспечивающего формирование автономии, творческих сил и способностей. Образовательная деятельность является ведущей в младшем школьном возрасте, в ней формируются основные психологические новообразования этого периода: во-первых, случайность психических процессов, во-вторых, внутренний план действий, в-третьих, отражение собственных действий, по-своему поведение.

Важно дать ребенку не только знание, но и способ его приобретения. Необходимо выдвинуть важное требование, сделать это, проверить его, уметь анализировать свой собственный образ работы и знать, как отражать вашу собственную деятельность. Если ребенок приобрел отражение, то ему потребуется немного времени, чтобы выучить урок. По мнению Л.С. Выготского «Образование в школе ставит мышление в центр сознательной

деятельности ребенка. Став доминирующей функцией, мышление начинает определять работу всех других функций сознания» [7, 517].

Содержание обучения развивает познавательную деятельность. Восприятие становится произвольным, образуется наблюдение. Но некоторые ученики часто делают ошибки, пропускают и переупорядочивают буквы или цифры. Это происходит не только от невнимания, здесь главное – неразделенная природа восприятия ребенка. Школьник читает слово в первых буквах, записывает его и не проверяет. То же самое может произойти с записью чисел. Он на мгновение взглянет на него и запишет только цифры, которые он видит, не проверяя. При чтении условий проблемы некоторые младшие школьники не умеют анализировать. Чтобы избежать всего вышеизложенного, необходимо научить ученика изучать, анализировать на основе рисунков, а также анализировать на основе жизненного опыта, например, в уроках естественных наук, наблюдать за животными и т. д. Необходимо перейти от простого признания к содержательному глубокому пониманию того, что воспринимается, включая мышление в процессе сенсорного познания.

Младший школьный возрастной период быстрого развития внимания. Повышенная эмоциональность, чувствительность оставляют след внимания. Это лучше развитое непроизвольное внимание, чему способствуют наглядные пособия, эмоциональное представление материала. Необходимо развивать добровольное, волевое внимание.

Уход зависит от темпов работы учителя с классом. Интенсивное внимание преобладает со средним темпом работы, и быстрыми темпами дети быстрее утомляются и теряют фокус. Чем моложе учащиеся, тем медленнее темп. Некоторые ребята, особенно первоклассники, не знают, как разделить внимание между разными объектами. Вы должны одновременно сидеть и слушать. Ребенок иногда фокусируется только на объяснении, может разваливаться или вставать. Иногда учитель приходит к выводу, что этот ребенок склонен нарушать дисциплину. Частые строгие напоминания учителя

о том, что вам нужно сидеть прямо и положить руки на стол, не позволяют учащемуся сосредоточиться на содержании материала. Для развития устойчивого добровольного внимания в младший школьный возраст необходимо специально организовать работу, направленную на формирование контрольных действий.

Как мы уже отмечали, в образовательной деятельности формируется основное психологическое новообразование этого периода, произвол психических процессов. Школьники учатся выполнять задачу без отвлечения, даже в условиях посторонних стимулов, чтобы иметь возможность сосредоточиться, осуществлять самоконтроль в процессе деятельности.

Саморегулирование основано на произволе поведения. Чтобы сформировать произвольное запоминание, мы должны дифференцировать задачи запоминания. Стихотворение нужно выучить наизусть, и задача задачи запоминается только тогда, когда эта проблема решается. Необходимо использовать методы запоминания: воспроизведение в процессе запоминания, распределение запоминания во времени, составление текстового плана, понимание запомненного материала, повторение его, его точность, запоминание и т. д. Контроль во время запоминания. Во-первых, учитель ставит перед собой задачи, а затем они сами.

Что касается формирования приемов для значимого запоминания и самоконтроля, произвольная память у младших школьников во многих случаях более продуктивна, чем непроизвольная память. Качественные изменения происходят в обоих типах памяти, благодаря чему устанавливаются их тесная взаимосвязь и взаимные переходы. Систематическая образовательная деятельность помогает развить воображение у детей.

Воображение, которое чрезвычайно важно для осуществления и организации деятельности, само по себе формируется в различных видах деятельности. Реконструированное воображение имеет большое значение для освоения учебных материалов. Читая историю, басню, воссоздайте описанные факты, персонажи, ситуации. Чтобы создать преднамеренное воображение,

задача создания образа и силы воли при выполнении этой задачи. Индивидуальные различия выражаются в яркости изображений, в терминах степени корреляции с реальностью, в области деятельности музыки, изобразительного искусства, литературного чтения и т. д. Воображение - это условие для развития личностных качеств, которые выражают отношение к себе и других людей [16, 128-133].

Появление индивидуальных психологических условий определяется деятельностью и возрастными факторами, и развитием личности. Индивидуально-типичная картина состояний в младшем школьном возрасте:

а) мотивационные интересы, проценты;

б) интеллектуальная потребность в новых впечатлениях, желание учиться, волевая деятельность, стремление довести дело до конца;

в) эмоциональное веселье, веселье, психические состояния [19, 66].

Выявлено, что мотив выступает в качестве стимула к действию при условии, что содержание деятельности является понятным и значимым для младшего школьника, интерес к мероприятиям увеличивает активность, улучшает функциональное состояние тела школьников, яркий эмоциональный опыт приводит к ново видению ситуации, они носят новую оценку и способствуют осознанию того же личного значения, которое раскрывается учащемуся в содержании этой деятельности.

Важной задачей младшего школьного возраста является формирование нравственных качеств личности. Большое значение имеет производительность младших школьников различных заданий. При выполнении социальных заданий дети ведут себя активно: они задают вопросы, которые позволяют им уточнить содержание задания, сроки его реализации, чтобы узнать последовательность того, что и когда они должны делать. При предоставлении инструкций следует указать, что дети, получив задание, сразу же повторили его, а затем предложили планировать свою работу, наметить точный срок, распределить работу по дням, запланировать работу.

Эти методы способствуют созданию намерения выполнить задачу, даже у тех детей, которые изначально не имели ее. Качества человека являются результатом усвоения ребенком норм поведения, существующих в данном обществе. Формирование качеств происходит в процессе осуществления ребенка в соответствующих формах поведения, выполняемых с определенной мотивацией. Что касается мотивации, возникает стабильность качества личности, во-первых, когда ребенок чувствует потребность в поведении, лежащем в основе этого качества, а во-вторых, когда это поведение для него является примером, как идеальный к которому он стремится.

Следует всегда помнить, что образование обязательно включает в себя обучение определенным формам поведения. Младший школьник осознает себя как социальное существо, стремится достичь качественного результата и пытается сознательно контролировать свое поведение, демонстрируя самообладание. Из-за самоконтроля некоторые учащиеся осуществляют саморегулирование и основываются на оценке их реальных возможностей сравнить их с фактическими условиями деятельности. Формируются способности анализировать результаты своей деятельности с точки зрения качества выполняемой работы. Во-первых, формируется способность осуществлять свою деятельность по плану учителя, а затем самостоятельно [13, 35].

Педагог направляет активность учащихся в формы, позволяющие ему освоить способы взаимодействия с окружающем его миром. В ведущих видах деятельности проявляются главные потребности и интересы младших школьников. В этих видах деятельности происходит формирование наиболее важных аспектов для каждого ученика, психических качеств и свойств личности. Усвоение новых действий повышает возможности учащегося и служит предпосылкой для появления новых видов ведущей деятельности. Личность каждого человека наделена только ей присущим сочетанием индивидуально-психологических особенностей. Индивидуальность проявляется в качествах познавательных процессов ощущения, восприятия,

памяти, мышления, воображения, в чертах темперамента, характера, в способностях. Личность человека неповторима в своей индивидуальности, нет двух одинаковых людей с одинаковым сочетанием психологических особенностей.

Основным структурным элементом школы является класс. Именно здесь организована когнитивная деятельность, формируются социальные отношения между учениками. Когда и где есть небольшие деньги и соответствующая точка зрения на воспитание, некоторые школы вводят позиции освобожденных руководителей классов или классных учителей. Важно, чтобы каждый классный учитель или лидер был носителем, инициатором, организатором и специалистом в любой из культурно значимых областей для школьников [4, 45]. В процессе формирования школьников как личностей учитель играет важную роль, поскольку он достаточно хорошо информирован о поведении, об обучении, об основных достижениях своего класса, он часто общается с ними, воспитывает их, руководит ими и, следовательно, роль воспитателя класса в воспитании растет у детей и школьный психолог, который обладает необходимыми знаниями и инструментами для качественной диагностики, интерпретации и коррекции в развитии школьников.

Школьная жизнь ребенка протекает в сложной, разнообразной по форме и ориентированной среде. По своей природе эта среда является социальной, поскольку она представляет собой систему различных детских отношений со сверстниками и школьниками другого возраста, учителями, родителями (их собственными и одноклассниками), другими взрослыми, участвующими в школьном процессе. Вступая в школьный мир, ребенок сталкивается с множеством различных вариантов, касающихся всех аспектов жизни в нем: как учиться и как строить свои отношения с учителями, как общаться со сверстниками, как выполнять те или иные требования и нормы и многое другое. Роль учителя в самой общей форме сводится к четкой и последовательной ориентации ученика на определенные пути развития,

прежде всего - интеллектуальную и этическую («каждый человек должен знать это и то, иметь возможность вести себя в такой и такой путь»). Именно учитель устанавливает большинство параметров и свойств школьной среды, создавая и применяя (часто бессознательно) концепции обучения и воспитания, нормы для оценки поведения и успеваемости, стиль общения и многое другое [18, 55].

Родитель выполняет в этой системе роль носителя и переводчика определенных микро культурных ценностей - религиозных, этических и т. д., но в то же время его эффект скорее не формирующий, а не нормативный. То есть, по нашему мнению, родитель менее вовлечен в выбор ребенком конкретных целей и задач школьной жизни, но стремится отрезать, закрыть те пути развития, движение которых нежелательно, вредно и даже опасно для ребенка, как с физической, так и с юридической точки зрения, и с точки зрения семейных, культурных, религиозных, национальных традиций. Метод и идеология работы учителя и школьного психолога - это аккомпанемент. И это означает для нас следующее. Во-первых, следуя естественному развитию ребенка в данном возрасте и социально-культурной стадии онтогенеза. Сопровождение ребенка основано на личных достижениях, которые есть у ребенка. Он находится в логике своего развития и не искусственно ставит перед собой цели и задачи извне. Во-вторых, создание условий для самостоятельного творческого развития детьми системы отношений с миром и самим собой, а также для того, чтобы сделать каждый лично жизненный выбор. Внутренний мир ребенка является автономным и независимым. В-третьих, в идее эскорта принцип вторичной природы его форм и содержания последовательно реализуется в отношении социальной и образовательной среды жизнедеятельности ребенка [3, 26].

Непрерывность работы психолога и учителя заключается в том, что классный руководитель реализует свои функции в тесном сотрудничестве с другими членами педагогического состава и, прежде всего, с теми учителями, которые работают со школьниками этого класса. Взаимодействие с

учителями-предметниками, классный преподаватель и психолог выступают в качестве организатора и координатора педагогической работы со школьниками и командой.

1.2 Интернет-зависимость и компьютерная зависимость у младших школьников, как педагогическая проблема

Интернет – это чума XXI века. Почти невозможно представить современную жизнь без Интернета, которая обеспечивает связь, информацию, развлечения и многие другие функции. С развитием технического прогресса и доступности Интернета количество людей, которые большую часть своей жизни в виртуальном пространстве тратятся с каждым годом. Всемирная паутина привлекает молодое поколение к своим сетям, и они не понимают, как они становятся зависимыми.

Детская интернет-зависимость приводит к отсутствию жизненного опыта, развитию инфантилизма в решении жизненно важных вопросов, появлению трудностей в социальной адаптации, раздражительности, агрессивности. Вопросы интернет-зависимости среди школьников, проблемы подготовки будущих учителей информатики к профилактике и противодействию идеологии киберэкстремизма среди школьников рассмотрены в работах Е.В. Черновой [20, 24], Г.Н. Чусавитиной [8, 17, 21, 23], М.О. Чусавитина [21, 23], В.Н. Макашовой [11, 24], Н.Н. Зеркиной [24, 25], И.М. Кузнецова [24], И.Г. Овчинниковой [22]. Использование информационных технологий в профилактике киберэкстремизма среди школьников описано в работах И.Д. Белоусовой [2, 3, 4, 5], И.Н. Мовчан [12, 13, 14, 15], И.Ю. Ефимовой [6, 7].

Все виды деятельности, осуществляемые посредством Интернет, такие как общение, познание или игра, обладают свойством захватывать человека целиком, они не оставляют ему времени и сил на реальную жизнь. В связи с этим сегодня специалисты интенсивно обсуждают появление нового заболевания – «интернет-зависимость» или «интернет-аддикация» (Internet Addiction Disorder).

В последнее время одним из основных видов активного отдыха детей стало времяпрепровождение в социальных сетях. В наше время есть социальные сети: «Вконтакте», «Одноклассники», «Twitter», «Facebook» и многие другие. На самом деле 96% детей общаются в социальных сетях. И, как результат, они становятся зависимыми. По данным российских ученых, интернет-зависимость составляла всего 26% несколько лет назад. Но этот показатель увеличился в 4 раза с появлением онлайновых социальных сетей [1, 14].

Использование социальных сетей имеет как положительные, так и отрицательные аспекты. С одной стороны, ребенок расширяет круг общения, и это помогает ему развивать коммуникативные навыки. Однако его ждут больше опасностей. Во-первых, ребенок рискует стать жертвой мошенничества или психически больных людей. Во-вторых, это может попасть под влияние опасных тенденций, так называемых «групп смерти». Возьмем, к примеру, игру «Голубой кит», которая подразумевает соответствие ребенка определенному куратору, давая задания, в основном связанные с вредом для себя. Последняя задача все-таки - самоубийство. В ноябре 2016 года администратору закрытой группы «Вконтакте» Филиппу Будыкину было предъявлено обвинение в подстрекательстве к самоубийству. Расследование выявило 15 жертв - подростков, которые были вовлечены в «группы смерти» и покончили с собой.

В-третьих, подростки фактически теряют человеческое лицо, стремясь получить так называемые «симпатии». Но когда они столкнулись с обычными повседневными вещами, они не знают, как реагировать. Очень часто их действия (а иногда и бездействия) приводят к гибели другого человека. Так, например, в Татарстане, где группа подростков, смеясь, снимала женщину, падающую с балкона по телефону. Только когда она ударила по земле, они поняли серьезность ситуации, однако первая реакция была: «Ты это понял ?!» Психолог Рамиль Гарифуллин прокомментировал: «Если бы молодые люди сделали выбор в пользу того, как люди убиты, это извращенный продукт

эпохи, когда значение возмутительно, желание работать в обращении и приобретать большое количество подобных» [3, 26]. Люди погружаются в виртуальные миры весь день, как азартный наркоман проводит в разных виртуальных пространствах, нажимая на кнопки. Они превращаются в «монстров», которые принимают все эти страшные игры на самом деле. Эти молодые люди больны, они не понимают разницы между реальностью и виртуальной жизнью. Неспособность почувствовать боль другого человека, слепоту, эмоциональную глупость и жестокость я называю социальной шизофренией» [3, 27].

К сожалению, это всего лишь несколько случаев. Сегодняшняя молодежь готова пойти на многое, чтобы получить «популярность» в сети [5, 64]. Несмотря на то, что интернет-зависимость не является психическим расстройством в соответствии с медицинскими критериями, к ней следует относиться серьезно, иногда даже обращаясь к помощи врачей. Как избавиться от интернет-зависимости? Конкретного лечения интернет-зависимости еще не существует. Интернет-зависимость развивается на психологическом уровне, и необходимо устранить причины ее развития. Терапевты (психологическая коррекция) и психиатры (медикаменты) участвуют в лечении интернет-зависимости. Сначала вам нужно сломать «порочный круг» существующей зависимости. Мирная атмосфера в семье, поддержка членов являются неотъемлемой частью успеха. Если у пациента есть сопутствующие заболевания (например, депрессия), психиатры занимались их лечением.

Интернет-зависимость – это комплекс психологических проблем. К сожалению, эти проблемы очень актуальны, и с ними трудно справиться. Главная задача лежит на плечах родителей, потому что они определяют будущее своих детей. Чтобы избежать подобных случаев в семье, взрослые должны быть более внимательны к своему ребенку, уделять достаточное внимание и стараться принимать активное участие в его жизни. Ребенок должен чувствовать себя в безопасности, защищаться и любить, чтобы устранить малейшее желание «поиграть со смертью». Родители должны

показать и объяснить, что означает человечество и взаимное сострадание. Потому что они несут ответственность за поведение и воспитание своего ребенка.

1.3 Содержание деятельности педагога по работе с родителями в рамках профилактики интернет-зависимостей у младших школьников

Нерегулируемая обществом «компьютеромания» служит питательной средой развития компьютерной преступности, особенно в молодежной среде [17, 320]. Поэтому профилактика компьютерной (Интернет) зависимости, а также других видов поведенческих зависимостей детей: «телемания» (постоянный просмотр телепрограмм), игромания (увлечение играми на компьютере, мобильном телефоне, телеприставке), исключительное внимание к собственной внешности (следование диетам, изнурение себя физическими упражнениями), беспрестанные разговоры и переписка посредством SMS по мобильному телефону, формирующаяся в более раннем возрасте аддикция к азартным играм (гемблинг), должна занимать одно из приоритетных мест в воспитательной работе классного руководителя.

Проблема компьютерной зависимости новая и пока мало изученная. Родители обычно не обращают внимания на поглощенность ребенка компьютером, если в его поведении не возникают других ярко выраженных отклонений, таких как воровство денег, прогулы школы, бродяжничество. Но нельзя недооценивать даже потенциальную опасность!

Из всего сказанного следует вывод о том, сложный и длительный процесс профилактики компьютерной зависимости основывается на сочетание различных методов и средствах воспитания. Процесс заключает в себя поэтапность работы учителя, родителей с детьми. Для того, чтобы правильно организовать деятельность школьника за компьютером необходимо свою работу строить поэтапно, и продумать какой конечный результат своей работы вы хотели бы достичь. В организации профилактики компьютерной зависимости необходимо сочетать различные формы и методы воспитательных мероприятий. Вся организация компьютерной зависимости требует тщательный отбор материала.

Методические рекомендации необходимо учитывать при профилактике компьютерной зависимости, для того чтобы не только правильно организовать процесс воспитание, но и чтобы оно было эффективно направлено детей и способствовало формированию личности.

Для профилактики компьютерной зависимости родителям необходимо:

1. Регламентировать время, проводимое ребенком за компьютером.

2. Показывать личный положительный пример. Важно, чтобы слова не расходились с делом. И если отец разрешает сыну играть не более часа в день, то сам не должен играть по три-четыре.

3. Постараться воспользоваться позитивными возможностями компьютера - может быть, ребенок начнет овладевать программированием, займется компьютерной графикой, анимацией - будет делать мультики. Но для этого желательна помощь заинтересованного взрослого, не просто критикующего и запрещающего, а помогающего.

4. Ограничить время работы с компьютером, объяснив, что компьютер не право, а привилегия, поэтому общение с ним подлежит контролю со стороны родителей. Резко запрещать работать на компьютере нельзя. Если ребенок склонен к компьютерной зависимости, он может проводить за компьютером два часа в будний день и три - в выходной. Обязательно с перерывами.

5. Предложить другие возможности времяпрепровождения. Можно составить список дел, которыми можно заняться в свободное время. Желательно, чтобы в списке были совместные занятия (походы в кино, на природу, игра в шахматы и т.д.).

6. Обращать внимание на игры, в которые играют дети, так как некоторые из них могут стать причиной бессонницы, раздражительности, агрессивности, специфических страхов.

7. Обсуждать игры вместе с ребенком. Отдавайте предпочтение развивающим играм. Крайне важно научить ребенка критически относиться к

компьютерным играм, показывать, что это очень малая часть доступных развлечений, что жизнь гораздо разнообразней, что игра не заменит общения.

В случаях, если вы самостоятельно не можете справиться с проблемой, обращайтесь к психологам, в специализированные центры.

Часто бывает так, что за кажущейся компьютерной зависимостью могут скрываться совсем другие проблемы. Это неуспешность ребенка в реальной жизни, неумение общаться, так называемая социальная неадаптированность. Такой ребенок комфортно чувствует себя именно в виртуальной реальности. И тогда в первую очередь нужно обращать внимание именно на психологические проблемы ребенка.

В качестве возможных форм воспитательной работы с детьми можно предложить следующие мероприятия:

1) проведение совместно с психологами школы и приглашенными специалистами социологических исследований, индивидуальных консультаций;

2) проведение совместно с классным руководителем классных часов, бесед с родителями, индивидуальных консультаций;

3) организация совместно с администрацией школы на уровне общешкольных мероприятий лекций и семинаров для родителей, в рамках естественнонаучных и предметных недель.

2 Организация деятельности учителя начальных классов по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости младших школьников

2.1 Изучение интернет-зависимости и компьютерной зависимости у младших школьников в МБОУ «Средняя школа № 35» ПКГО

Для раскрытия мотивов пользования Интернетом, срока и времени пребывания в Интернете на базе МБОУ «Средняя школа № 35» ПКГО среди учащихся 4 классов и их родителей было проведено анкетирование. В нем принимало участие 24 мальчика и 25 девочек. Средний возраст обучающихся 9 - 10 лет. В результате было выявлено, что доступ к интернету имеют 100% обучающихся. При этом варьируется частота пользования Сетью. Чаще и дольше им пользуются мальчики (1:2). По результатам анкетирования видно, что часть младших школьников осознает, что в Интернете можно встретиться и с вредоносной, агрессивной, негативной информацией. Столкновение с данными материалами производит на младших школьников довольно сильное впечатление. Например, 71% обучающихя считают, что Интернет опасен: 52% из них заявляют об этом в категоричной форме, 23% из опрошенных согласились с формулировкой «иногда опасен». У каждого десятого учащегося младшего школьного возраста Интернет вызывает гнев (13%), разочарование (12%), и почти 19% обучающихся, то есть пятая часть учащихся младшего школьного возраста указали, что довольно часто сталкиваются в Сети с информацией, раздражающей и вызывающей у них неприятные эмоции.

Есть определенная взаимная связь между поведением обучающихся в Сети и уровнем родительского контроля. Обучающиеся из неблагополучных семей больше предоставлены сами себе, и посещение Сети происходит

бесконтрольно. В благополучных семьях 80% обучающихся под контролем, в неблагополучных – 25% младших школьников контролируются в сети родителями. Чаще всего обучающиеся в благополучных семьях играют онлайн и занимаются поиском информации (65%), реже общаются в социальных сетях (5%). В неблагополучных семьях дети не используют Сеть для поиска информации (0%). В рамках анкетирования нами были сформулированы опасные последствия употребления младшими школьниками пользования Сети. Участникам анкетирования предлагалось проранжировать несколько всевозможных последствий употребления обучающимися пользования Интернетом: снижение тонуса при отсутствии компьютера, раздражительность, излишнее возбуждение, эмоциональность при виде компьютера, снижение успеваемости в школе, конфликты с родителями, в том числе в ответ на запрет компьютеров, ухудшение самочувствия, употребление с раннего возраста кофе с энергетиками, как следствие проведения ночей за компьютерами, потеря интереса к иным видам досуга, «живому» общению с одноклассниками, нарушение сна, проблемы, которые можно связать с приемом пищи (еда за компьютерами, забывание о еде), игнорирование личной гигиены, невыполнение домашних обязанностей. В результате анкетирования оказалось, что мнения о последствиях употребления младшими школьниками пользования Сетью в целом аналогичны и у родителей, и у самих младших школьников.

Таким образом, родителей больше всего пугает потеря интереса младших школьников к иным видам досуга, «живому» общению с одноклассниками. Родители считают менее опасным последствием употребления младшими школьниками пользования Сетью несоблюдение личной гигиены, а вот младшие школьники видят самую большую опасность в возникновении конфликтов с родителями, в том числе в ответ на запрет компьютеров. Так считают и мальчики, и девочки. Меньше всего беспокоит младших школьников несоблюдение личной гигиены и употребление с раннего возраста кофе с энергетиками, как следствие проведения ночей за

компьютерами. По результатам анкетирования 50-60% детей не зарегистрированы в социальных сетях. Среди зарегистрированных большой популярностью пользуется сайт ВКонтакте. Значительная часть зарегистрированных младших школьников проводит там до 30 минут (приблизительно 60 - 70%). Остальные – 1 час и более.

О вреде социальных сетей не осведомлены около 40%. В результате анкетирования дети и их родители назвали следующие интернет-опасности: интернет-зависимость, оказывает негативное влияние на здоровье, компьютерные вирусы и «слежка». 40-50% обучающихся уже в столь раннем возрасте не могут обойтись без интернета. Этот показатель у школьников с педагогической запущенностью достигает 95%. С правилами сетевого этикета знакомы 30% опрошенных. Активно пользующиеся Интернетом только на 50% чувствуют в нем безопасность. Около 55% активных пользователей подвергались угрозам, мошенничеству, рискам в глобальной сети. В этих случаях 30% опрошенных обращались за помощью к членам своей семьи. Остальные ни к кому не обращались. С терминами «кибербуллинг», «троллинг», «опасный или негативный контент» знакомы 20% опрошенных. Около 50% опрошенных знают, как защитить себя в Интернете. В анкетировании родителей принимало участие 52 человека. Среднее образование получило – 55% опрошенных. Высшее образование – 45%. 90,3% заявили, что они вместе с детьми являются активными пользователями Интернета. Среди всех направлений в Интернете самой большой популярностью пользуются информационные услуги, социальные сети. Реже библиотеки, видеофильмы, спорт. Многие родители (порядка 60%) проводят в сутки в Сети от 1часа до 3 часов. Дети, по мнению своих родителей, тоже проводят время в этих пределах. Здесь нами отмечено несоответствие между ответами учеников и родителей. На вопрос «Ограничиваете ли Вы время пребывания ребёнка в Сети?» родители переоценили свой уровень контроля нахождения ребенка в Интернете, тогда как обучающиеся ответили, что 80% контролируются (в благополучных семьях), а в неблагополучных – 25%. И в

немалой степени применяется лишь визуальный контроль и контроль времени. Какими сайтами и порталами пользуется их ребенок, знают 84% родителей. На вопрос о мерах безопасности детей в Интернете 46% родителей вообще воздержались от ответа. Вполне возможно, что родительский контроль отсутствует либо родители не осведомлены. Среди остальных перечислены: сетевые фильтры, беседы с ребенком, контроль истории просмотров, «не разрешают» и 16% «никаких мер не принимают».

С правилами сетевого этикета, по мнению родителей, знакомы 61% детей. А дети ответили, что 30% знакомы с правилами поведения, общения в Сети, с традициями и культурой интернет-сообщества. Больше половины родителей ответили, что за безопасность детей в Интернете должны отвечать родители. Среди названных угроз были деморализация, зомбирование, секты, нежелательные знакомства, мошенничество, интернет-зависимость, негативная информация, оскорбления, нежелание учиться. 80,5% родителей считают, что их ребенок не подвергался оскорблениям и мошенничеству в Сети. А обучающиеся говорят, что 55% подвергались. 60% родителей на вопрос «Знаете ли Вы, как защитить себя и ребенка в Сети?» ответили отрицательно.

2.2 Разработка и апробация программы работы учителя начальных классов с родителями четвероклассников по профилактике интернет-зависимых детей с компьютерной зависимостью

Школа и семья - два общественных института, которые закладывают будущее нашего общества, поэтому им необходимо налаживать взаимопонимание, учиться слышать и понимать друг друга. Когда между школой и семьёй складывается недопонимание, ребёнок в этой ситуации страдает в наибольшей степени. Родителей чаще всего беспокоят вопросы учебы и режимные моменты, а не профилактическая деятельность. По этой причине возникают трудности в общении с родителями.

Чтобы изменить эту ситуацию, родители должны быть заинтересованы в совместной работе и в полной мере участвовать в процессе предотвращения интернет-зависимости.

Цель программы: создать единую образовательную среду в школе и семье, сформировать эффективную систему взаимодействия родителей (законных представителей) и учителей для создания благоприятной среды для возвращения ребенка из виртуального мира в команду, повышение педагогической культуры родителей (законных представителей), создание максимально комфортных условий для личностного роста и развития учащихся.

Основные задачи:

1. Вовлечение родителей во все сферы деятельности школы на основе нормативных документов.

2. Организация родительского всеобуча на паритетных началах: педагоги - родители, родители - родители.

3. Формирование здорового образа жизни в семьях, как механизма отрыва детей от компьютера.

4. Создание условий для профилактики компьютерной зависимости у детей.

5. Совершенствование форм взаимодействия школа – семья.

6. Педагогическое сопровождение семьи (изучение, консультирование, оказание помощи в вопросах воспитания, просвещения и др.).

Нормативно-правовая основа Программы:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Конституция РФ.
3. Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
4. Федеральный закон № 124-ФЗ от 24 июля 1998 г. «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 02.12.2013 г.).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821 – 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
6. Нормативно-правовая база школы.
7. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «Средняя школа № 35».

Субъекты – школьники 4-х классов и их родители (законные представители).

Как уже было отмечено выше, компьютеры играют в жизни современного человека далеко не последнюю роль. Человек проводит время у компьютера на работе, дома, после учебы и даже в машине, на отдыхе. Компьютер – часть жизни и взрослого, и ребенка. В связи с этим, возникло понятие «компьютерная зависимость». То есть такой человек, проводя все свое время у компьютера, уходит от реальной жизни, от общения с близкими и друзьями. Наиболее неблагоприятно такая «зависимость» сказывается на

психологическом состоянии детей, у которых социальный опыт еще не сформирован, уходит от реальности, проводя все свое время «в обществе компьютера».

Ожидаемые результаты:

1. Снижение компьютерной зависимости у подростков.
2. Формировании мотивации к реальному общению со сверстниками.
3. Формирование мотивации к дополнительному образованию, творчеству.
4. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.
5. Удовлетворение разнообразных дополнительных запросов детей во внеурочное время.

Алгоритм реализации программы:

Первый этап – установочный – диагностика, планирование.

Второй этап – диагностический – изучение потребностей младших школьников.

Третий этап – организация и проведение мероприятий – контроль осуществления запланированных мероприятий.

Четвертый этап – анализ и подведение итогов работы.

Ступень реализации программы профилактики компьютерной зависимости:

Программа находится на стадии разработки и апробации. Так, в начале нами был разработан рабочий план для реализации данной программы. Затем, мы проводили диагностическую работу, путем проведения тестирования и анкетирования. Так мы выявили предпочтения младших школьников и их родителей относительно компьютера. (Приложение Б) На основе всего выявленного мы провели информационно-просветительскую работу как с родителями, так и с детьми одновременно. Сейчас ведется комплексная коррекционная работа с учащимися данной категории: беседы, диспут, деловая игра, спортивные игры с участием учащихся и их родителей, а также тренинги. Проект только реализуется, поэтому много всего нерешенного, но

мы стараемся воплотить в жизнь поставленные перед нами задачи, набираемся опыта в ходе ежедневной кропотливой работы. Мы ведем активную работу по пропаганде здорового образа жизни.

Стратегия и механизм достижения поставленных целей:

Для реализации программы в жизнь мы выбрали следующие направления:

Работа с младшими школьниками;

Работа с семьей (родителями);

Организация досуга.

Работа с родителями:

Воспитание ребенка начинается в семье. При недостатке внимания со стороны родителей, ребенок начинает искать себе занятия самостоятельно, а в наше время, время компьютеризации, дети, попадают в зависимость от компьютера, это в основном социальные сети, компьютерные игры, которые очень затягивают и не дают ребенку полноценно развиваться как личность.

Цель: создание условий для более тесного общения детей с родителями.

Задачи:

1. Привлечение родителей для совместной организации досуговой деятельности.
2. Выявление особенностей взаимоотношения между родителями и детьми.
3. Создание положительной мотивации у родителей в содействии образовательному учреждению, своему ребенку.
4. Всестороннее психолого-педагогическое просвещение родителей, которое должно способствовать созданию комфортных условий в семье для развития личности ребенка.

Работа с родителями предусмотрена в следующих формах:

- Просветительская работа (беседы, лекции для родителей).
- Коррекционная работа.

- Психопрофилактическая работа.
- Принцип реализации работы с семьей:
- Анкетирование младших школьников и родителей.
- Опрос родителей и детей.

Основные направления для работы с семьей: возрождение семейных традиций, совместного проведения досуга.

Темы просветительских работ с семьей (с родителями):

- Психологические особенности младшего школьного возраста.
- Способы конструктивного взаимодействия с ребенком.
- Как предупредить компьютерную зависимость у ребенка.
- Что надо знать родителям о вреде компьютерной зависимости.

Работа с педагогами:

Цели и задачи:

1. Расширить знания о проблеме компьютерной зависимости у младших школьников.
2. Направить на дополнительную работу с учениками в области способов организации проведения досуга.

Темы лекций при работе с педагогами:

- Проблема компьютерной зависимости.
- Особенности младшего школьного возраста.
- Проблема дефицита общения у учеников, имеющих компьютерную зависимость.
- Круглый стол (обсуждение результатов профилактических мероприятий).

Работа с младшими школьниками:

Цель: формирование способности правильно организовывать свой досуг.

Задачи:

1. Профилактика компьютерной зависимости.
2. Пропаганда здорового образа жизни, творчества.

В работе с младшими школьниками необходимо применить различные методы. Наиболее приемлемыми являются:

1.Убеждение - процесс логического обоснования какого-либо суждения или умозаключения.

2.Психологическое заражение - воспитание психических состояний, обладающих, как правило, яркой эмоциональной окрашенностью.

3.Поощрение - похвала, благодарность.

4.Упражнение - опосредованное влияние на воспитанников, их самовоспитание в созданных педагогом воспитательных ситуациях риска, помощи слабым и др.

5.Коррекция - оказание психолого-педагогической помощи в переосмыслении воспитательного процесса как фактора развития личности.

6.Ситуация морального успеха - поддержка воспитанника, закрепление положительного в его развитии.

При работе с этими методами предусматриваются следующие формы работы с детьми младшего школьного возраста:

- Групповая работа;
- Тренинг поведения;
- Личностный тренинг;
- Дискуссии;
- Мозговые штурмы;
- Беседы, встречи;
- Лекции;
- Ролевые игры;
- Просмотр и обсуждение фильмов;
- Индивидуальные консультации;
- Тесты;
- Конкурсы;

- Праздники.

Принципы:

- управление с самого начала должно предусматривать участие всех членов коллектива: детей, родителей (законных представителей) и классного руководителя;
- воспитание личности, прежде всего - развитие ее деятельности в содружестве со взрослыми, общение и деятельность детей, их семей и учителей;
- внимание к особенностям каждого ребенка и каждого родителя (законного представителя) при организации совместной деятельности.

Организация проведения досуга младших школьников:

Цель: помощь в адаптации младших школьников к современным условиям посредством проведения культурно-массовых мероприятий, предполагается стимулирование отказаться от чрезмерного времяпровождения у компьютера.

Задачи:

1. Развивать позитивное отношение к себе, к окружающему миру, к сверстникам, развивать стремление познать мир.

2. Развить интерес к учебе, искусству, культуре, спорту.

Организация досуга должна проходить в следующих направлениях:

- Изучение интересов и потребностей младших школьников, имеющих компьютерную зависимость;
- Расширение видов творческой деятельности для удовлетворения интересов и потребностей;
- Методическое сопровождение проводимых мероприятий;
- Организация социально-значимой деятельности;
- Разработка и проведение нравственно-правовых мероприятий.

Оценка результатов проводится комиссионно в течение года два раза членами Совета профилактики компьютерной зависимости.

В конце мая комиссия подводит итоги реализации программы и принимает новый план работы.

Эффективность деятельности выносится на основе собранных отзывов, после проведения каждого мероприятия, а также результатами анкет до и после проведенных мероприятий.

Критерии оценки:

Снижение количества младших школьников, имеющих компьютерную зависимость.

Рост заинтересованности младших школьников к спорту, культуре.

Таблица 1 – План работы по профилактике компьютерной зависимости у четвероклассников

План работы по профилактике компьютерной зависимости у четвероклассников

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки выполнения	Ответственные
1	Диагностические мероприятия: анкетирование, тестирование, опрос.	сентябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
2	Психологическое исследование. Диагностика выявления наличия признаков компьютерной и игровой зависимости. Методики Леонгарда, Кулакова, Такера. Организация работы родительского клуба. Тематическое выступление на родительском собрании «Ребёнок и компьютер. Опасная грань». (Приложение В) Тематическое выступление на педагогическом совете школы (методическом объединении школы) «Причины возникновения аддиктивного поведения у	сентябрь – октябрь	Классный руководитель, заместитель директора по ВР, педагог-психолог

	детей младшего школьного возраста». (Приложение В) Психологические тренинги для учащихся «Живое общение». «Давайте общаться». (Приложение В) Тематический классный час для учащихся «Компьютер: за и против». Организация индивидуального консультирования педагогом-психологом детей, попавших в «группу риска» по результатам обследования.		
3.	Практический семинар для педагогов и родителей «Компьютер и здоровый образ жизни». Работа родительского клуба. Беседы на темы «Влияние компьютера на здоровье ребёнка», «Значение игры в жизни ребёнка». (Приложение В)	ноябрь - декабрь	заместитель директора по ВР, педагог-психолог
4.	Игры: Игра «Я и мой мир» Игра-дискуссия «Время выбирает нас» Правовая игра «Мой взгляд» Ролевая игра «Хочу спросить» Интерактивная игра «Я - дома, я - в школе, я - среди друзей»	в течение учебного года	Классный руководитель
5.	Тематическое выступление на педагогическом совете по теме: «Компьютерная зависимость. Психологический аспект». Работа родительского клуба. Беседа на тему «Появление и развитие одиночества у	в течение учебного года	Классный руководитель, педагог-

	детей» Тематический тренинг для учащихся: «Давайте наблюдать, давайте говорить», «Позитивная виртуальность»		психолог
6.	Дискуссии: «Ответственность и безответственность. Что прячется за этими словами?» «Прекрасное и безобразное в нашей жизни»	январь - февраль	педагог-психолог
7.	День здоровья	сентябрь	
8.	Повторная диагностика и анализ мониторинга полученных данных (Такер, Никитин, Кулаков) Конкурс плакатов, рисунков, слоганов учащихся «Жизнь в реале». Доклад на педагогическом совете школы (или методическом совете ОУ) о результатах программы по первичной профилактике компьютерной и игровой зависимости среди учащихся начальной школы. Работа родительского клуба. Психологический тренинг для детей и родителей «Связующая нить»	март - апрель	Классный руководитель, заместитель директора по ВР, педагог-психолог
9.	Конкурсы: «Моя семья» «Загляните в семейный альбом»	май	Классный руководитель
10.	Творческие семейные выставки в честь Международного женского дня	март	Классный руководитель

Опробованная в системе профилактической работы программа по первичной профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости среди учащихся (количество участников составило 49 человек) показала, что процент детей, имеющих признаки зависимого поведения, снизился с 40 до 19%.

Положительный эффект был достигнут в результате использования учебно-воспитательных приёмов, направленных на сохранение психологической безопасности образовательной среды и творческого подхода в решении данной проблемы.

На основании проведенного опроса перед апробацией программы мы выявили следующие предпочтительные виды деятельности среди мальчиков 9-10 лет: игра на компьютере - 30%, просмотр TV - 17%, прогулки с друзьями - 15%, прослушивание музыки - 13% (Приложение Б).

Для девочек - 9-10 лет предпочтительными видами деятельности являются: игра на компьютере - 16% , просмотр TV - 24%, прогулки с друзьями - 18%, прослушивание музыки - 14% (Приложение Б).

Нами были выявлена степень интернет-зависимости и компьютерной зависимости в контрольных и экспериментальных группах мальчиков и девочек - с помощью теста Такера (Приложение В).

Таким образом, нами были выявлены следующие уровни компьютерной зависимости: низкий, средний и высокий уровень (Таблица 2)

Таблица 2 - Степень компьютерной зависимости в экспериментальных и контрольных группах девочек и мальчиков до эксперимента

Степень компьютерной зависимости в экспериментальных и контрольных группах девочек и мальчиков до эксперимента

Степень интерне-зависимости и компьютерной зависимости Возраст детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Экспериментальная	20%	65%	15%

группа, девочки			
Контрольная группа, девочки	21%	64%	15%
Экспериментальная группа, мальчики	16%	66%	18%
Контрольная группа, мальчики	17%	66%	19%

После апробирования программы нами была проведена повторная диагностика и выявлены следующие изменения.

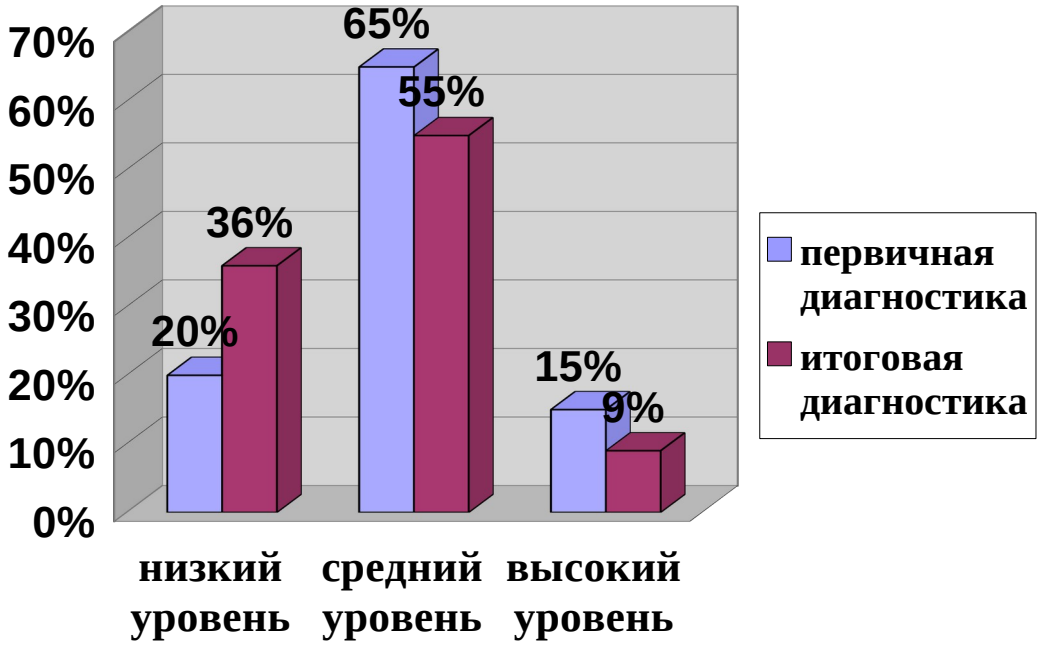

Рисунок 1 - Уровень компьютерной зависимости в экспериментальной группе девочек до и после проведения эксперимента

По результатам исследования (Рисунок 1) мы можем констатировать снижение высокого и среднего уровней компьютерной зависимости у девочек экспериментальной группы с 15 до 9% и с 65 до 55% соответственно.

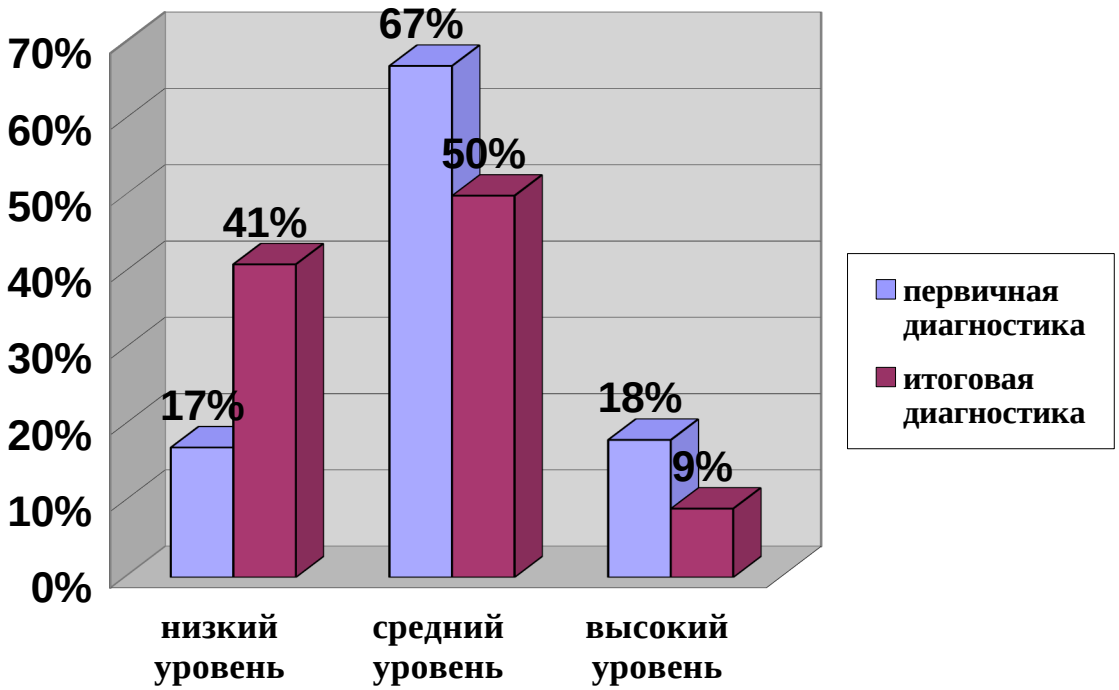

Рисунок 2 - Уровень компьютерной зависимости в экспериментальной группе мальчиков до и после проведения эксперимента

По результатам исследования (рисунок 2) мы можем констатировать снижение высокого и среднего уровней компьютерной зависимости у девочек экспериментальной группы с 18 до 9% и с 67 до 50% соответственно.

Таблица 3 - Степень компьютерной зависимости в экспериментальных и контрольных группах девочек и мальчиков после эксперимента

Степень компьютерной зависимости в экспериментальных и контрольных группах девочек и мальчиков после эксперимента

Степень интернет-зависимости и компьютерной зависимости Возраст детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Экспериментальная группа, девочки	36%	55%	9%
Контрольная группа, девочки	20%	65%	15%
Экспериментальная группа, мальчики	41%	50%	9%
Контрольная	17%	67%	18%

группа, мальчики			

Школьные и семейные взаимодействия представляют собой интересную современную модель работы для привлечения родителей к активному участию в учебном и профилактическом процессе и помогают укрепить отношения между школьной организацией и семьями. Создание в школе команды единомышленников - родителей и учителей, ориентированных на личный рост ребенка, а также поддержание его интереса к реальной, а не виртуальной жизни - позволяет успешно решать проблемы детей и готовиться к будущим достижениям ученики с оптимизмом.

2.3 Рекомендации учителям начальных классов по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости у младших школьников

Проблема организации детского досуга особенно остро стоит в настоящее время, поскольку современный ребенок взрослеет, развивается в напряженной социальной обстановке. Свободное, внеучебное время учащихся, подчас даже вне их желания, заполняется отрицательными моментами, такими как, например, игра на домашнем компьютере, а также сложностями в отношениях с родителями или неблагополучием семьи, средств массовой информации, отсутствием материального достатка в семье. Следовательно, ребенок организует свое свободное время в связи со своими интересами, потребностями и возможностями.

Также можно сделать вывод о том, что современные информационные технологии в целом, и компьютерные технологии в частности существенно трансформировали структуру досуга современных детей. В целом представленные в анкете данные показывают, что перестраиваются и сфера досуга, и информационная среда, изменяются и характеристики учебного процесса. И в этой связи сегодня очевидна необходимость расширения самой проблематики исследований, которые должны затрагивать в первую очередь собственно содержательные аспекты пользования компьютером. Мы доказали, что программа по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости детей, эффективна, потому что в мероприятиях, проведенные в экспериментальном классе, были использованы различные формы и методы, что и способствовала эффективному спаду компьютерной зависимости. И полученные результаты позволяют утверждать, чтобы способствовать спаду компьютерной зависимости у детей и подростков необходимо организовать внеклассную воспитательную деятельность. Для того чтобы правильно организовать мероприятие по профилактике компьютерной зависимости необходимо соблюдать такие социально - педагогические условия:

- Воспитание должно реализовываться через творчество, игру, забаву.

- Предусматривается непрерывность, систематичность, демократичность процесса воспитания школьников.

- Создавать такие ситуации воспитания, когда необходимо ставить учащихся перед проблемой практического решения задач компьютерной зависимости.

- Воспитание должно нести целенаправленный характер.

Полученные в результате исследования, данные позволяли нам выработать методические рекомендации родителям профилактики компьютерной зависимости детей. Часто причиной возникновения компьютерной зависимости у детей становятся неуверенность в себе и отсутствие возможности самовыражения. В таких случаях родители должны поддержать ребенка и помочь ему разобраться с возникшими проблемами. Абсолютно неправильно критиковать ребенка, проводящего слишком много времени за компьютером. Это может только углубить проблему и отдалить ребенка от родителей. Если ребенок страдает игровой зависимостью, нужно постараться понять его и в какой-то мере разделить его интерес к компьютерным играм. Это не только сблизит ребенка с родителями, но и увеличит его доверие к ним, а значит, ребенок с большей уверенностью будет следовать советам родителей и с большим доверием делиться с ними своими проблемами. Критика воспринимается ребенком, как отказ родителей понять его интересы и потому вызывает замкнутость и в некоторых случаях агрессию. Основной мерой предотвращения возникновения зависимости любого типа у детей является правильное воспитание ребенка. При этом важно не ограничивать детей в их действиях (например, запрещать те или иные игры), а объяснять, почему, то или иное занятие или увлечение для него не желательно. Рекомендуется ограничивать доступ детей к играм и фильмам, основанным на насилии. В то же время, если ребенок все же встретился с такой информацией нужно в доступной форме объяснить ему, почему такая информация для него опасна и почему он не должен стремиться узнать ее. Категорический запрет того или иного вида информации безо всяких объяснений только увеличит

интерес ребенка к этой информации, а существование запрета сделает невозможным обсуждение проблемы между родителями и ребенком.

Дети нуждаются в самовыражении. За неимением других средств выражения своих мыслей и энергии они обращаются к компьютеру и компьютерным играм, которые создают иллюзию реальности безграничных возможностей, лишенной ответственности. Такая иллюзия оказывает разрушительное действие на психику ребенка и нарушает его связь с родителями и сверстниками. Для того чтобы избежать возникновения привязанности ребенка к компьютеру нужно разнообразить круг его интересов и занятий. Говоря о профилактике компьютерной зависимости у детей, следует обратить внимание на то, что воспитание ребенка должно сводиться по большей части к тому, что компьютер - это лишь часть жизни, а не самый главный подарок за хорошее поведение. Единственным на настоящий момент проверенным способом не дать ребёнку оказаться в зависимости от компьютера - это привлечь его в процессы, не связанные с компьютерной деятельностью, чтобы электронные игры и процессы не стали заменой реальности. Показать растущему человеку, что существует масса интересных развлечений помимо компьютера, которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние.

Часто бывает так, что за кажущейся компьютерной зависимостью могут скрываться совсем другие проблемы. Это неуспешность ребенка в реальной жизни, неумение общаться, так называемая социальная неадаптированность. Такой ребенок комфортно чувствует себя именно в виртуальной реальности. И тогда в первую очередь нужно обращать внимание именно на психологические проблемы ребенка.

Проблема компьютерной зависимости новая и пока недостаточно изученная. Родители обычно не обращают внимания на поглощенность ребенка компьютером, если в его поведении не возникают других ярко

выраженных отклонений, таких как воровство денег, прогулы школы, бродяжничество. Но нельзя недооценивать даже потенциальную опасность!

Из всего сказанного следует вывод о том, сложный и длительный процесс профилактики компьютерной зависимости основывается на сочетание различных методов и средствах воспитания. Процесс заключает в себя поэтапность работы учителя, родителей с детьми. Для того, чтобы правильно организовать деятельность школьника за компьютером необходимо свою работу строить поэтапно, и продумать какой конечный результат своей работы вы хотели бы достичь. В организации профилактики компьютерной зависимости необходимо сочетать различные формы и методы воспитательных мероприятий. Вся организация компьютерной зависимости требует тщательный отбор материала.

Методические рекомендации необходимо учитывать при профилактике компьютерной зависимости, для того чтобы не только правильно организовать процесс воспитание, но, и чтобы оно было эффективно направлено на детей и способствовало формированию личности.

Прежде чем использовать те или иные инновации в учебном процессе, учителю всегда важно четко себе представлять, какие новые возможности можно использовать и как они повлияют на эффективность обучения [10, 189].

В ходе учебы школьники должны не только узнать основные понятия об интернет-зависимости, но и изучить методы противодействия ей.

В ходе работы проводится мысль о необходимости обучения работе в Интернет, изучения его полезных возможностей и негативного влияния на физическое и психическое здоровье школьников.

Предполагается, что, объединённые общей актуальной проблемой, участники смогут интересно и ярко наметить пути её решения в ходе мероприятия, ещё больше сблизятся, что будет способствовать дальнейшему пониманию и решению данной проблемы.

В начале работы над проектом учитель должен поставить следующие цели:

1) *Образовательные:*

а) актуализировать проблему «Интернет-зависимости» для школьников и оптимизировать пути ее решения;

б) способствовать развитию стойкого позитивного интереса к предмету.

2) *Развивающие:*

а) практически освоить навыки работы с полезными сайтами Интернет-ресурсах, показать образовательную ценность Интернета;

б) развивать навыки работы с текстами любого типа и с большими объёмами информации;

в) развивать творческие и аналитические способности учащихся.

3) *Воспитательные:*

а) воспитывать чувство коллективизма, ответственности, взаимопомощи, взаимоподдержки и взаимоуважения в условиях работы в командах;

б) оптимизировать отношения, внести яркую эмоциональную струю.

Основные задачи, реализуемые при выполнении проекта:

1) Познакомить детей с современной информацией о роли Интернета в жизни школьника.

2) Показать возможности использования Интернета для учебной деятельности в домашних условиях.

3) Обратить внимание школьников на возможные негативные воздействия Интернета на здоровье.

При организации работы над проектом учитель должен использовать следующие методы: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, метод творческого самовыражения, метод дискуссий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Поднимаемая нами проблема актуальна по нескольким позициям. Во-первых, вероятнее всего, именно в младшем школьном возрасте начинают складываться признаки интернет-аддикции. По этой причине чрезвычайно важно проводить своевременную превентивную работу, поскольку предупредить интернет-зависимость и компьютерную зависимость гораздо более целесообразно и профессионально оправданно, чем впоследствии проводить глубокую коррекционную работу по исправлению стойких эмоциональных и поведенческих нарушений, вызванных ею. Во-вторых, в настоящее время недостаточно разработаны целостные комплексные социально-психологические и педагогические программы, направленные на предупреждение интернет зависимости и компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте и позволяющие наметить пути психопрофилактической работы. И наконец, в-третьих, своевременная профилактика интернет-зависимости и компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста способствует предупреждению негативных эффектов стихийной социализации детей и подростков и в качестве отдалённого результата снижает угрозу для общественного и личного благополучия, вызванную такой сложной социальной болезнью общества, как интернет-аддикция.

Только общими усилиями общеобразовательных учреждений и родителей можно обезопасить младших школьников от различных угроз и рисков, которые исходят от Интернета. Самый важный совет для родителей – быть в курсе деятельности детей. Говорите с детьми об Интернете: спрашивайте, что они сегодня делали, с кем познакомились, что интересного узнали. Попросите детей сообщать Вам или близким людям о любых тревогах и угрозах, связанных с Интернетом, и не ругайте детей за неприятные случаи, иначе они все будут скрывать. А учителя, в свою очередь, должны постараться

вооружить младших школьников нужными знаниями для успешного и безопасного поведения в сети Интернет.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Агдавлетова А.М. Меры профилактики киберэкстремизма среди молодежи // Информационные системы и технологии в образовании, науке и бизнесе (ИСиТ-2014). Материалы Всероссийской молодежной научно-практической школы. – Кемерово, – 2014. – С. 13-14.

2. Белоусова И.Д. Введение информационных технологий в процесс обучения студентов вуза: монография. – Магнитогорск, 2009. – 141 с.

3. Белоусова И.Д. Диагностика внедрения информационных технологий в процесс обучения студентов вуза // Сборник научных трудов Sworld. – 2008. – Т. 18. № 1. – С. 25-28.

4. Белоусова И.Д. Дидактические условия внедрения информационных технологий в процесс обучения студентов вуза: дис. ... канд. пед. наук. – Магнитогорск: Магнитогорский гос. ун-т, 2006. – 186 с.

5. Белоусова И.Д. Развитие творческих способностей учащихся посредством элективного курса «Легоконструирование» учебно-методическое пособие / М.Ю. Гузаева, И.Д. Белоусова, Т.Е. Климова. – Магнитогорск: Магнитогорский гос. ун-т, – 2008. – 83 с.

6. Ефимова И.Ю. Методика обучения родителей контролю за безопасным поведением подростков в сети интернет // Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи: сборник статей под редакцией Г.Н. Чусавитиной, Л.З. Давлеткириевой, Е.В. Черновой. – Магнитогорск, – 2013. – С. 28-46.

7. Ефимова И.Ю. Методика формирования компетенций родителей в области обеспечения информационной безопасности подростков в сети интернет / Ефимова И.Ю., Веремеенко О.О. // Новые информационные технологии в образовании: материалы VII международной научно-практической конференции. Российский государственный профессионально-педагогический университет. – Екатеринбург, – 2014. – С. 515-519.

8. Зеркина Е.В., Чусавитина Г.Н. Подготовка будущих учителей к превенции девиантного поведения школьников в сфере информационно-коммуникативных технологий. - Магнитогорск: Магнитогорский гос. ун-т, - 2008. - 184 с.

9. Макашова В.Н. Модернизация ИТ-инфраструктуры образовательных учреждений в целях обеспечения информационной безопасности / Макашова В.Н., Чусавитина Г.Н. // Современные информационные технологии и ИТ-образование. - 2014. - № 10. - С. 632-638.

10. Ошурков В.А. Механизмы защиты обучающихся от киберэкстремизма в условиях развития облачных образовательных сервисов / В.А. Ошурков, В.Н. Макашова, Л.С. Цуприк // Фундаментальные исследования. - 2014. - №12. - С. 189-192.

11. Макашова В.Н. Механизмы противодействия киберэкстремизму и кибертерроризму в системе образования // Фундаментальные исследования. - 2013. - № 10 (Часть 9). [Электронный ресурс]. URL: (дата обращения: 16.09.2018).

12. Мовчан И.Н. Инновационные подходы в преподавании информатики в вузе // Современные научные исследования и инновации. - 2014. - № 5-2 (37). С. 45.

13. Мовчан И.Н. Некоторые аспекты информационной подготовки студентов вуза // Сборник научных трудов Sworld, 2008. - Т. 18. № 1. - С. 34-36.

14. Мовчан И.Н. Педагогический контроль информационной деятельности студента вуза в процессе профессиональной подготовки: дис. … канд. пед. наук. - Магнитогорск: Магнитогорский гос. ун-т, - 2009, - 205 с.

15. Мовчан И.Н. Проблемы подготовки специалистов в области информационной безопасности // Открытое образование. - 2013. - № 5. - С. 78-80.

16. Мовчан И.Н. Учебный проект «Этические аспекты поведения в сети интернет» как одна из форм противодействия киберэкстремизму в

молодежной среде // Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи: сборник статей / под ред. Г.Н. Чусавитиной, Е.В. Черновой. - Магнитогорск: Изд-во МаГУ, Магнитогорский Дом печати, - 2014. - Т. 1. - С. 128-133.

17. Мовчан И.Н., Чернова Е.В., Чусавитина Г.Н. Учебный проект как одна из форм противодействия киберэкстремизму среди школьников // Фундаментальные исследования. - 2015. - № 9. - С. 318-323.

18. Нургалина Р.Г. Функциональная модель измерения уровня рефлексии // Вестник магистратуры. - 2012. - № 9-10. - С. 54-56.

19. Нургалина Р.Г. Рефлексия как механизм повышения познавательной деятельности студентов технического университета / Р.Г. Нургалина, Е.А. Ильина // Научные труды SWorld. - 2011. - Т. 15. № 4. С. 65-69.

20. Чернова Е.В. Компетенции педагогических кадров в области превенции идеологии киберэкстремизма среди молодежи // Фундаментальные исследования. М.: Академия Естествознания, - 2013. - № 10. - С. 275-279.

21. Чусавитина Г.Н., Чусавитин М.О. Анализ проблемы готовности педагогических кадров к профилактике и противодействию идеологии киберэкстремизма среди молодежи // Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи (сборник статей) / под ред. Г.Н. Чусавитиной, Л.З. Давлеткиреевой, Е.В. Черновой. - Магнитогорск, - 2013. - Ч. 1. - С. 153-161.

22. Овчинникова И.Г. Профилактика киберэкстремизма в системе образования: базовые решения на основе компетентностного подхода / Овчинникова И.Г., Курзаева Л.В., Чусавитина Г.Н. // Фундаментальные исследования. - 2013. - № 5. - С. 131-135.

23. Чусавитина Г.Н. Подготовка студентов педагогических специальностей университета к профилактике и противодействию идеологии киберэкстремизма среди молодежи / Чусавитина Г.Н., Чусавитин М.О. //II Всероссийская научно-практическая конференция «Информационные

технологии в образовании XXI века». Сборник научных трудов. - 2012. - С. 322-326.

24. Чусавитина Г.Н., Чернова Е.В., Макашова В.Н., Зеркина Н.Н., Кузнецова И.М. Этические вопросы применения информационных технологий как компонента предметного содержания подготовки студентов университета // Фундаментальные исследования. - 2015. - № 10. - С. 318-323.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

АННОТАЦИЯ

Выпускная квалификационная работа посвящена проблеме выявления и апробации программы просвещения родителей по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости младших школьников.

В результате исследования было выявлено, что своевременная профилактика интернет-зависимости и компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста способствует предупреждению негативных эффектов социализации детей, снижает угрозу для общественного и личного благополучия. И только общими усилиями общеобразовательных учреждений и родителей можно обезопасить младших школьников от различных угроз и рисков, которые исходят от Интернета.

В работе представлены рекомендации для учителей начальных классов по профилактике интернет-зависимости и компьютерной зависимости младших школьников; показаны пути взаимодействия школы и семьи в совместной работе в процессе предотвращения интернет-зависимости.

ANNOTATION

Final qualification work is devoted to the problem of identifying and testing a program of parent education for the prevention of Internet addiction and computer addiction to the younger students.

The study revealed that prevention of Internet addiction and computer addiction in children of primary school age helps prevent the negative effects of

socialization of children, reduces a threat to public and personal welfare. And only joint efforts of educational institutions and parents to protect younger students from various threats and risks that originate from the Internet.

The paper presents recommendations for primary school teachers on the prevention of Internet addiction and computer addiction of Junior high school students the ways of cooperation between schools and families to work together in preventing Internet addiction.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Таблица 2 – Наиболее популярные виды деятельности среди мальчиков 9-10 лет

Вид деятельности Возраст детей	9-10 лет Экспер. группа	9-10 лет Контр. группа
гуляю с друзьями	15%	15%
читаю	6%	8%
играю в компьютерные игры	30%	18%
слушаю музыку	13%	15%
отдыхаю	7%	10%
посещаю кружки, секции	4%	5%
посещаю театр, к / т	4%	0%
посещаю музеи	0%	0%
смотрю TV, DVD	17%	21%

Таблица 2 – Наиболее популярные виды деятельности среди девочек 9-10 лет

Вид деятельности Возраст детей	9-10 лет Экспер. группа	9-10 лет Контр. группа
гуляю с друзьями	18%	15%
читаю	5%	8%
играю в компьютерные игры	16%	18%
слушаю музыку	14%	15%
отдыхаю	9%	10%
посещаю кружки	6%	5%
посещаю театр, к / т	1%	0%
посещаю музеи	0%	0%
смотрю TV, DVD	24%	21%

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Тест Такера

Цель: определение степени компьютерной зависимости

Материал: бланки, канцелярские принадлежности.

Правила проведения: ознакомить детей с правилами проведения опроса, раздать бланки и канцелярские принадлежности, проследить за правильностью заполнения бланков.

Вопросы:

Играл ли ты за последний год в компьютерные игры так, что не замечал времени?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

За последний год, играя в компьютерные игры, нужно было тебе больше времени для того, чтобы достичь нужной степени азарта (возбуждения)?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Когда ты играл накануне, возвращался ли на следующий день к той же игре, чтобы пройти незавершённые уровни?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Брал ли ты деньги в долг, чтобы иметь возможность играть?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Было ли у тебя когда-нибудь чувство, что у тебя могут быть проблемы с зависимостью от компьютерных игр?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Можно ли так сказать, что компьютерные игры являлись иногда причиной твоих проблем со здоровьем (включая стресс и беспричинное беспокойство)?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Критиковали тебя когда-нибудь за твоё пристрастие к компьютерным играм, даже если ты считал эти замечания несправедливыми?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Было ли когда-нибудь твоё пристрастие к компьютерным играм причиной твоих проблем?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

Возникало ли у тебя когда-нибудь чувство вины за то, как ты играешь, или за то, что происходит во время игры?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

ПОДСЧЁТ БАЛЛОВ

«НИКОГДА» - 0

«ИНОГДА» - 1

«ЧАЩЕ ВСЕГО» - 2

«ПОЧТИ ВСЕГДА» - 3.

Баллы за ответы на все 9 вопросов суммируются.

0 баллов – нет никаких негативных последствий от компьютерной игры.

3 – 7 баллов – человек играет в компьютерные игры на уровне, который может привести к негативным последствиям.

8 – 21 балл – человек играет на уровне, ведущим к негативным последствиям; возможно, контроль над пристрастием к компьютерным играм уже потерян – чем выше результат, интенсивнее игра, тем серьёзнее могут быть проблемы; высока вероятность патологического гемблинга (формирования зависимости).

Тематическое выступление на родительском собрании

«Ребёнок и компьютер. Опасная грань»

Многие конфликтные ситуации школьного возраста связаны с идентификацией себя с определёнными типами людей, боязнь отвержения, выбор своего сценария поведения - ребенку часто удаётся решить при помощи компьютерной игры или Интернет-активности. Опыт наблюдения и лечения подростков данной категории показал, что онлайн-коммуникация имеет деперсонифицирующий эффект, т.е. даёт возможность ребёнку присутствовать при общении других людей, и при этом оставаться незамеченным. Такая коммуникация в режиме реального времени позволяет менять имена и роли, создавать разные виртуальные образы, желаемые образы. У ребёнка возникает потребность в такого рода самореализации, что очень часто приводит к зависимости. В результате ребенок с зависимостью от ПК-игр и онлайн общением с друзьями по сети становится проблемным ребёнком для семьи. Бесцельное времяпровождение вызывает озабоченность у родителей. Сам же ребенок, как правило, убеждён, что никакой зависимости у него нет. Веские аргументы об увеличении времени на игру, о смене настроения вне игры вплоть до скуки и пустоты, постоянное желание бросить всё и вновь начать играть, почти полная утрата интересов к семейной и школьной жизни, снижение учебной успеваемости - всё это не имеет для него определяющего значения.

Спектр социально-психологических отклонений в значимых для ребёнка сферах жизнедеятельности и основные расстройства возрастного психического развития.

Семья:

1. отклонения в семейных взаимоотношениях;
2. материнская депрессия;
3. излишняя тревожность родителей;
4. неопределённость родительских требований;

5. постоянные внутрисемейные конфликты с вовлечением в них ребёнка;
6. противопоставление родительских и семейных ценностей ценностям ребёнка.

Школа:

1. неуспеваемость и конфликты с учителями;
2. частая смена школ в связи с конфликтными ситуациями;
3. неприятие одноклассников;
4. экстернатное обучение.

Межличностные отношения:

1. отвержение сверстниками;
2. привлекательность и давление субкультуры ПК-игр и онлайн-общения;
3. вовлечённость в виртуальное сообщество с принятием его ценностей, языка, отличительных знаков.

У таких подростков имеются отдельные характерные признаки психических расстройств:

1. появление задержанного развития;
2. личностный инфантилизм;
3. расстройства привязанности;
4. синдром дефицита внимания и гиперактивности;
5. аддиктивное поведение;
6. расстройства научения, определяющие своеобразие интеллектуального развития (дислексические проблемы при хороших компьтерных навыках).

Признаки зависимости с характерными особенностями психического состояния:

1. поглащенность общения с друзьями по сети;
2. сверхценное отношение к ПК-играм;

3. изменение эмоциональности подростка. Возникновение восхищения, радости, досады в игровом пространстве и утрата чувств удовольствия, любознательности вне игровой ситуации;

4. снижение познавательной активности и мотивации в ситуациях, не связанных с компьютерными играми;

5. избирательные расстройства научения (проблемы дислексии, пространственной ориентировки);

6. инфантилизм, как личностная незрелость;

7. расстройства сна, боли и напряжение в мышцах.

Основные признаки Интернет-зависимости:

1. чрезмерное, ничем не мотивированное злоупотребление временем работы в сети, не связанное с профессиональной, научной или иной созидательной деятельностью;

2. использование Интернета как преобладающего средства общения;

3. создание и эксплуатация виртуальных образов, крайне далёких от реальных характеристик;

4. влечение к Интернет-играм и создание вредоносных программ (без какой-либо цели);

5. субъективно воспринимаемая невозможность обходиться без работы в сети.

Все эти признаки ПК-зависимости могут сочетаться с серьёзными патологическими расстройствами личности, которые определяют устойчивость аддикции. При условии обнаружения родителями ребёнка подобных симптомов, необходимо обратиться к специалисту.

Тематическая беседа для педагогов

Причины возникновения аддиктивного поведения у несовершеннолетних

За последние десять лет средства мультимедиа превратились в существенный фактор индивидуального развития и трансформации личности. Среди многих проблем, стоящих перед российским образованием, одно из важных мест занимает проблема возникновения аддиктивного поведения у несовершеннолетних в образовательной среде.

Аддиктивное поведение (от англ. Addiction - пагубная привычка, порочная склонность) - одна из форм отклоняющегося, девиантного поведения с формированием стремления к уходу от реальности. Такой уход осуществляется путём искусственного изменения своего психического состояния при помощи различных средств: химических (алкоголь, табакокурение, наркотики) и нехимических (компьютерная, интернет, теле и телефонная, игровая) зависимостей. Аддиктивное поведение является переходной стадией и характеризуется изменениями в поведении ребёнка, который «кричит» о необходимости оказать ему экстренную помощь. Нередко нарушения в поведении ребёнка становятся такими глубокими, что начинают носить криминальный характер.

Решая важную задачу по предупреждению возникновения аддикции у несовершеннолетних психологи, педагоги, социальные педагоги образовательного учреждения тем самым создают условия для сохранения психологической безопасности образовательной среды.

Ребёнок может быть зависим от различных форм поведения и это находит подтверждение в нашей повседневной жизни. Как правило, классные руководители и педагоги конкретного образовательного учреждения знают тех детей, которые слишком много времени проводят в Интернете, или чрезмерно увлекаются тренировками, или всё свободное время и не только его тратят на компьютерные игры, или буквально не отходят от телевизора. По

мнению медицинских работников, а в частности врачей-наркологов и психиатров, нехимические аддикции встречаются довольно часто и по своим последствиям они так же опасны, как и химические зависимости.

Одной из причин формирования нехимических аддикций у несовершеннолетних являются нарушения во внутрисемейных отношениях. Поэтому при подборе средств и методов по предупреждению возникновения аддиктивного поведения необходимо учитывать все факторы, а к процессу профилактических мероприятий активно привлекать родителей ребёнка.

Риск формирования аддиктивного поведения у несовершеннолетних происходит при соотношении характерологических особенностей, личностных свойств и социальных факторов. Педагогам-психологам образовательных учреждений необходимо иметь соответствующий инструментарий для определения наличия аддикции у несовершеннолетних. В этот инструментарий в обязательном порядке должна входить диагностика по определению характерологических особенностей личности, опросники и тесты по определению степени нехимической аддикции у ребёнка.

Имеется ряд причин, по которым ребёнок приходит к аддиктивному поведению:

1) Любопытство.
2) Следование правилам взаимоотношений в группе сверстников (быть как все).
3) Лёгкая форма общения (уход от реального общения к виртуальному). Снижение чувства ответственности.
4) Уход от неприятных эмоций
5) Сопротивление требованиям окружающих (назло учителю, родителям и т.д.).

В результате ребёнок откладывает решение важных для себя проблем на потом, достигая комфортного состояния здесь и сейчас путём аддиктивной реализации. Другими словами, меняется личность подростка.

Наличие одной аддикции, как правило, ведёт к возникновению другой, либо к психическим отклонениям. Например, Интернет-аддикция у несовершеннолетнего не считается официальным диагнозом, а часто является симптомом других серьёзных проблем в жизни ребёнка (трудности в общении, депрессии и т.д.).

Психолог Эрик Штайн считает, что одна из задач растущей личности - научиться отличать фантазию от реальности, совершаемого в воображении от совершаемого на самом деле.

Зависимая аддиктивная личность имеет общие характеные черты в реальной жизни:

1) Отсутствие самоконтроля и самостоятельности;
2) Признаки навязчивости;
3) Неумение сказать «нет»;
4) Боязнь быть отвергнутым;
5) Болезненное восприятие критики;
6) Физическое истощение (головные боли, бессонница, расстройства желудочно-кишечного тракта, снижение уровня зрения, боли в спине и суставах);
7) Психическое истощение (дефицит внимания, снижение функции памяти, тревожные и депрессивные расстройства);
8) Материальное и духовное обнищание.

Для создания психологической безопасности в образовательной среде такого рода аддикции несут косвенные потери:

1) Снижение уровня общей успеваемости;
2) Распространение субкультуры аддиктивного поведения в среде несовершеннолетних;
3) Искажение социальных и позитивных ценностей среди учащихся;
4) ухудшение обстановки в образовательной и микросоциальной среде.

В настоящее время системность и эффективность мер по предупреждению психосоциальных расстройств, к которым относится аддиктивное поведение несовершеннолетних, связанное с компьютерной, игровой, Интернет, зависимостью, поможет педагогам, психологам, социальным педагогам, специалистам сферы психического здоровья адекватно оценить возможности первичной профилактики.

Особенности мер по предупреждению возникновения аддиктивного поведения:

1. Меры первичной профилактики, используемые в социокультурном контексте (культура использования масс-медиа и высоких технологий);
2. Исследование многочисленных причин психо-социальных расстройств, отличающихся по происхождению, последствиям, механизмам действия и временным параметрам.
3. Профилактическая деятельность должна отражать понимание того, что решающим фактором является поведение ребёнка.

Для эффективного предупреждения формирования аддиктивного поведения среди несовершеннолетних, изменения необходимы не только в поведении и установках отдельных детей, но и в социальных системах, каковыми являются образовательные учреждения.

Использование системы первичной профилактики аддиктивного поведения среди несовершеннолетних, как одна из задач создания психологической безопасности образовательной среды сводится к воспитанию разносторонней гармоничной личности. Чем богаче духовный мир подростка, тем меньше вероятность развития любой зависимости.

Материал к тематическому классному часу

«Компьютер «за» и «против»

Для чтения и обсуждения с детьми:

В плену у компьютера

- Володенька, погуляй во дворе. Денек-то какой славный, солнечный, - предложила мама. - Завтра пойдем на рыбалку, я же тебе давно обещал, - раздался голос папы.

Володя сидел у компьютера и молчал, отвечать было некогда. Армия инопланетян вторглась на Землю. Летающие тарелки кружили в воздухе. Володе выдали новое мощное оружие!

- Что ты, внук, прилип к компьютеру? На улицу третий день не выходишь. Выключай свой ящик, пойдем на рынок. Поможешь мне, - послышался голос бабушки.

- Ба, отстань, - попросил мальчик. - У меня земля погибает. Инопланетяне ворвались в город.

- Я сейчас выключу электричество и всех твоих врагов сразу уберу, - рассердилась бабушка.

«Что делать? Если бабушка выключит электричество, я не успею закончить игру. Помоги, ты же самый умный», - умолял Володя компьютер. Мальчику показалось, что компьютер понимает его. Картина улицы приблизилась. Из-за угла показался инопланетянин. Он рогами вышиб из рук мальчика оружие, и выпустила в него ядовитую струю. Володя словно провалился сквозь стену.

Дальнейшие события Володя помнил с трудом. Он бегал, стрелял, кого-то спасал. Очнулся мальчик возле старинной крепости. Володя страшно устал и лег на траву возле каменной стены.

«Странно, здесь нет запахов», - подумал Володя. Мальчик вспомнил, как сладко пахнут цветы.

- Нельзя лежать. В правилах игры этого нет, - раздался металлический голос компьютера.

- Но я хочу полежать на травке, - возразил Володя. - Хотя на твоей траве лежать неинтересно. Она искусственная. Нет жуков, муравьев, разных цветочков. Даже разглядывать нечего.

- Разглядывать траву не нужно, - возразил металлический голос. - Создай свою армию, дерись…

- Я больше не хочу драться. Если бы ты знал, как хорошо на речке летом, в воде плескаться.

- Не понимаю, - перебил мальчика компьютер, - от воды все портится.

- Здорово смотреть на костер. Пламя играет, сверкает, - вспомнил мальчик.

- Не понимаю, где пламя? – заволновался металлический голос.

- Я просто мечтаю, – объяснил Володя. – Мечтаю поехать на рыбалку.

- Ты должен драться…, – голос компьютера задрожал и попросил:

- Расскажи мне про рыбалку.

- Я уже сто лет не был на рыбалке. Все с тобой играл.

- Этого не может быть. Тебя не было сто лет назад, а мне всего два года, – возразил компьютер, но мальчик только рукой махнул в ответ.

Голос замолчал. Перед глазами Володи начали появляться картинки, одна интереснее другой: гробницы с сокровищами, подводные царства,

космические станции. Мальчик закрыл глаза и стал вспоминать запах маминых духов.

Вдруг все закружилось, и Володя увидел над собой испуганные лица мамы, папы и незнакомой женщины в белом халате.

- Спасибо, доктор, что привели его в чувство, – встревожено сказала мама.

- Не волнуйтесь, обморок прошел, – ответила доктор. – Пусть посидит дома.

Володя испуганно подскочил:

- Нет, я не хочу сидеть дома, папа обещал, что мы завтра на рыбалку поедем.

- Но ты слишком слабый, – попыталась возразить доктор.

- Слово мужчины нарушать нельзя, – подмигнул папа сыну.

Компьютерная зависимость: вопросы для беседы

1. Почему мальчик не мог оторваться от компьютера?
2. Почему мальчику стало скучно жить в компьютерном мире?
3. Расскажи о том, что человек не может сделать без компьютера.
4. Расскажи о том, что компьютер не может дать человеку.
5. Легко ли тебе прервать интересную игру на компьютере, если надо делать другие дела?
6. Что надо делать, чтобы, играя не уйти «во внутрь компьютера» и не забыть о реальной жизни?

Психологический тренинг для учащихся

«Живое общение»

Цель: привитие навыков конструктивного общения в классе, группе, развитие мотивации на совместную конструктивную деятельность.

Основные Методы: элементы драма и арт-терапии, методы групповой дискуссии, ролевая и деловая игра.

Разминка: время 5 минут. Игра «ТОК». Дети, сидя в кругу, обмениваются рукопожатием с рядом сидящим учащимся (по часовой стрелке).

Информационная составляющая для учащихся по теме о преимуществах «живого» общения.

Предварительная подготовка: доска делится на две части.

Материалы: доска, мел, наклейки для победителей (по желанию ведущего).

Время: около 10 минут.

Инструкция: Ребята, сейчас мы проведём небольшую игру, которая позволит нам понять наши сходства и различия. Для этого нам нужно поделиться на 2 команды. От каждой команды выбирается по одному добровольцу. Сейчас двум командам предстоит в течение одной минуты находить сходство и различия в добровольцах. Одна команда находит только сходства, другая – только различия. За каждый правильный ответ ведущий ставит на доске плюс. Затем мы увидим, чего же в двух людях больше: сходства или различий. Так как это соревнование, то нужно быть очень внимательным, если вы хотите выиграть.

Итак, всем понятны правила игры?

Комментарий для ведущего: при желании игру можно повторить с другими участниками.

Обсуждение: Что понравилось? Что не понравилось? Что запомнилось? Какие выводы мы можем сделать?

Выводы. Все люди разные. Но у них ест много похожего.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ:

Упражнение «Скажи мне что-нибудь хорошее» По кругу - приятная фраза или назвать соседа ласково по имени.

Значение игры в жизни ребёнка

Игры нужны детям как воздух, и школьникам тоже. В игре формируется не только активный, жизнеутверждающий, эмоциональный настрой, но и умения принимать решения в непредсказуемых, каждый раз меняющихся ситуациях, где взаимодействуют несколько человек. У ребёнка развивается способность соблюдать и принимать различные «роли», что обеспечивает гибкость в общении, лучше понимать собеседника, его чувства и переживания, развивается умение следовать общепринятым нормам и правилам. В итоге, поведение становится более уверенным, непосредственным и гибким, что позволяет ребёнку избегать ненужных конфликтов и напряжений. Игра с детьми весьма эффективна с 5 до 10 лет.

Иначе дело складывается, если родители не только не играют с детьми, но и вообще не допускают в отношении с ними открытости, откровенности, непосредственности - только запреты, строгости и наказания по любому поводу. Ребёнок привыкает делать всё изподтишка, а то и озлобляется, становиться недружелюбным и агрессивным, восполняет в играх со сверстниками то, что запрещают дома. И «вредность» ребёнка не уменьшается, а увеличивается, перерастая в подростковом возрасте в открытую враждебность к окружающим.

Есть у современных детей ещё один вид проведения досуга - компьютерные игры и Интернет-чаты. Ребёнок с удовольствием окунается в виртуальный мир, который гораздо ярче и красочнее реального. Родители нередко разделяют и поощряют новое увлечение своих детей, не замечая, как их дети всё больше и больше становятся зависимыми от виртуальной реальности, отдавая предпочтение экранным героям, а не настоящему, живому общению с друзьями. Дети начинают вести себя как настоящие наркоманы. Оставаясь один на один с компьютерным героем, ребёнок останавливается на стадии манипуляции с объектами. В дальнейшем принцип манипулятивного общения он использует и в ситуациях реального общения с окружающими.

Психологи единодушно считают, что не нужно лишать ребёнка компьютерных игр вообще. Запреты не решат проблемы. Необходимо разумное сочетание: грамотный подбор компьютерных игр, соответствующих возрасту ребёнка и обязательное присутствие в его жизни настоящих, реальных, интересных, подвижных игр со сверстниками. Подвижных игр должно быть больше.

Главное не в том, строги родители или снисходительны, а в том, насколько они доброжелательны и терпимы, способны ли вступать с детьми в открытый диалог, принимать критику в свой адрес и делать соответствующие выводы. Это и есть обратная психологическая связь, без которой развитие детей будет обеднено, а то и разрушено. Не только родители воспитывают детей, но и дети воспитывают родителей, их умение сопереживание и сочувствие.