

# СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

**А.А. Москалёва,**

*бакалавр педагогики и психологии*

*Казахского национального университета им. аль-Фараби*

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ ПОДРОСТКОВ

В условиях глобализации мира и открытости общества, активном развитии средств коммуникации актуализируется проблема влияния Интернета на воспитание и социализацию личности. Роль интернета, а, следовательно, и его использования, возрастают с повышением возможностей, которые он несёт человечеству. В результате чего люди начинают впадать в определённую меру зависимости, которая, начиная превышать допустимые нормы, приводит к негативным последствиям.

Наибольшему риску попадания в зависимость от Интернета подвержены учащиеся с несформировавшейся или неустойчивой психикой и не сложившимся ещё мировоззрением, мироощущением, миропониманием, то есть дети и подростки.

Вопросами информационного общества и социальной роли интернет занимались зарубежные учёные: О. Тоффлер, Д. Белл, Н.С. Синецкий, А.В. Мудрик, В.А. Плешаков, Т.В. Филиппова, И.М. Балонов, Д.В. Иванов; интернет-среда и виртуальная коммуникация рассматривалась в работах: Дж. Сулера, Е.С. Мышенковой, Е.Белинской, А.Жичкиной, Ю.Д. Бабаевой, А.Е. Войскунского, О.В.Смысловой, И.С. Шевченко, Г.В. Солдатовой, О.С. Гостимской, Е.Ю.

Кропалевой; интернет-зависимость: К.Янг, М.Гриффитс, Дж. Грохол, Д.Гринфилд, К.Сурратт, М.Орзак, И.Голдберг, Д.А.Корн, Д. Хоффман, Т. Новак, А.Гоголева, А.Войскунский, Е.Белинская, В. Головановская, М.В. Мирошников, А.Ю. Егоров, Н.Кузнецова, Е.Петрова, А.Ф.Шайдулина, Н.М.Бугаева; исследование гендерных различий при работе с интернетом: К.Янг, О.Н. Арестова, А.Е. Войскунский, Л.В. Архипова, Н.Н. Алексеенко

Проблемами формирования информационной культуры учащихся занимались казахстанские учёные: Д.М. Джусубалиева, Г.К. Нургалиева, С.Н. Лактионова, Л.В. Нефёдова; применением технических средств обучения – М.А. Кудайкулов; интернет-социализацией личности – А.К. Мынбаева; вопросами взаимообусловленности компьютерной грамотности и профессиональной компетентности современного учителя – А.А. Джолдасбеков.

*Целью* нашего исследования было выявление психолого-педагогических условий профилактики интернет-аддикции у подростков с учетом гендерных особенностей и разработка методики профилактики.

Термин «зависимость» определяется как «патологическое пристрастие субъекта по отношению к чему-либо» [1].

Основную типологию зависимостей можно представить в следующем виде

(рисунок 1).

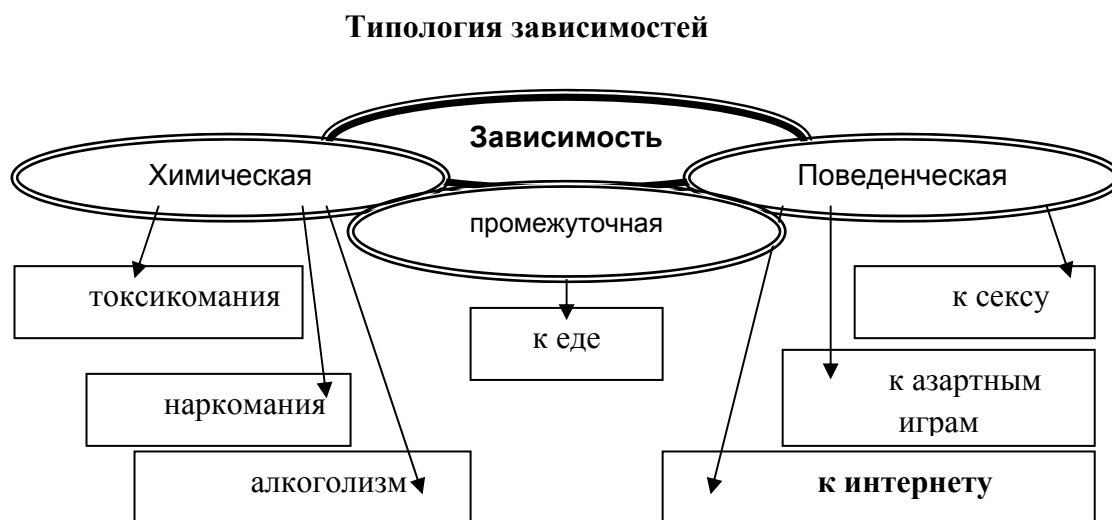


Рисунок 1 – Типология зависимостей

**Интернет-аддикция** – феномен психологической зависимости от сети Интернет, проявляющийся в своеобразном уходе от реальности, при котором процесс навигации по сети затягивает субъекта настолько, что он оказывается не в состоянии

полноценно функционировать в реальном мире [2, 3].

Рядом авторов рассматриваются **физические и психологические симптомы интернет-аддикции** [4] (таблица 1).

Таблица 1 – Физические и психологические симптомы интернет-аддикции

Физические симптомы интернет-аддикции	Психологические симптомы интернет-аддикции
синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц); сухость в глазах; головные боли по типу мигрени; боли в спине; нерегулярное питание, пропуск приемов пищи; пренебрежение личной гигиеной; расстройства сна, изменение режима сна.	изменения когнитивной сферы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• навязчивые мысли об Интернет-реальности;</li> <li>• фантазии и мечты, с ней связанные;</li> </ul>
	изменения потребностно-мотивационной сферы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• снижение способности к самоконтролю, в частности — невозможность самоконтроля за временем пребывания в Сети;</li> <li>• сужение круга интересов;</li> <li>• потребность проводить всё больше времени on-line;</li> </ul>

Продолжение таблицы 1

Физические симптомы	Психологические симптомы
	<p>изменения аффективной сферы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• эйфория при начале Интернет-коммуникации, беспокойство или раздражительность при выходе;</li> <li>• повышенная возбудимость вплоть до агрессивности при невозможности Интернет-пользования;</li> <li>• чувство вины;</li> </ul>
	<p>изменения поведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ложь близким о времени нахождения в Сети;</li> <li>• снижение работоспособности и/или успеваемости;</li> <li>• социально-опасное и эксцентричное поведение в кругу ближайшего социального окружения.</li> </ul>

К. Янг выделила стадии зависимости от Интернета:

1. на 1-ой стадии происходит знакомство и заинтересованность Интернетом и новыми возможностями;

2. на 2-ой стадии Интернет начинает замещать значимые сферы жизни;

3. на 3-ей стадии можно говорить собственно об аддикции [5].

При рассмотрении вопроса особенностей возникновения и развития интернет-аддикции

подростков, видится значимым учёт влияния гендерных особенностей личности на эти процессы.

Гендерная проблематика является значимой частью большинства сфер знания и все больше продолжает расширять свое влияние.

Существует ряд **гендерных различий в использовании интернетом**, основные из которых можно рассмотреть по 6 категориям (таблица 2).

Таблица 2 – Гендерные различия в использовании интернетом [6-9].

Фактор различия	Проявления фактора различия	
	Мужчины	Женщины
<i>Профессия</i>	Больше электронщиков и бизнесменов	Больше преподавателей и научных сотрудников
<i>Возраст</i>	Младше	Старше
<i>Численность</i>	Многочисленнее	Малочисленнее
<i>Направленность интересующей информации</i>	Наука, вычислительная техника, информатика, коммерция	Образование, искусство, литература, культура
<i>Коммуникативная функция</i>	Ищут доминацию в отношениях и сексуальные фантазии	Предпочитают общение ради близкой дружбы, романтического партнерства и отдают предпочтение коммуникации, в которой можно скрыть внешность
<i>Преобладающая форма интернет-зависимости</i>	От он-лайн игр, киберпорнографии	От общения в чатах, осуществления покупок в Интернете

При ознакомлении с вопросами профилактики интернет-аддикции, была выделена точка зрения А.Ф. Шайдулиной,

которая предлагает **общий план работы с подростками, нуждающимся в помощи по преодолению интернет-аддикции**. Терапия,

которая проводилась ею с такими пациентами, состояла из трех фаз:

1) индивидуальное обучение контролю над импульсом к запуску цикла «человек-компьютер»;

2) коррекция семейных отношений;

3) создание и реализация реабилитационной программы, направленной на нормализацию учебного процесса и восстановление социальных связей со сверстниками [10].

Общие **психолого-педагогические условия профилактики интернет-аддикции** можно представить в виде круговой схемы (рисунок 2).



Рисунок 2 – Условия профилактики интернет-аддикции школьников

В практической части работы мы разработали и апробировали на базе школы-гимназии №4 г.Алматы программу деятельности по выявлению интернет-аддикции у подростков; провели диагностику интернет-аддикции школьников до процессов ненавязчивого воздействия на них и информирования по вопросам интернет-зависимости, а также диагностику интернет-аддикции после этапа взаимодействия со школьниками по указанной проблематике. Выявили и проанализировали отличия подростков в пользовании системой интернет по гендерному признаку.

**Программа деятельности педагога-психолога по выявлению интернет-аддикции у подростков** предлагается к проведению в 3 этапа:

Занятие 1 «Знакомство с коллективом школьников, первоначальная диагностика»;

Занятие 2 «Ненавязчивое информирование и взаимодействие»;

Занятие 3 «Заключительная диагностика, подведение итогов проведённой работы».

В ходе проведения первоначальной диагностики были получены данные, основные из которых представлены на диаграммах (рисунок 3).

Основные занятия в Интернете мальчиков/девочек

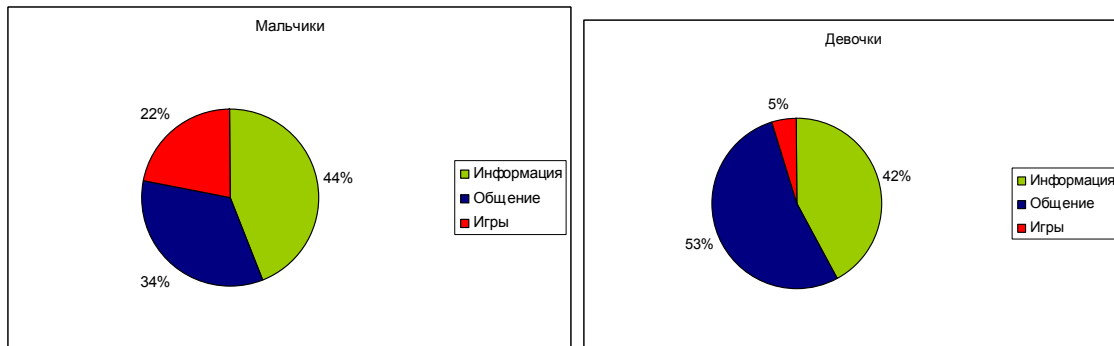


Рисунок 3 – Основные виды деятельности мальчиков/девочек в интернете

Во-первых, выделяя 3 основных группы занятий в интернете опрошенных учащихся, такие как:

- поиск различных материалов (информация),
- знакомства и общение,
- игры,

можно отметить, что у девочек общение занимает более половины процентов всех категорий занятий в интернете. А также,

очевидно, что играми занят гораздо больший процент мальчиков, чем девочек (рисунок 3).

Во-вторых, при рассмотрении времени, проводимого в сети в сутки (рисунок 4), наблюдается, что, в среднем, девочки проводят значительно больше времени в сети. Основная масса опрошенных в обеих группах проводит в день по 2-3 часа. Однако если в группе мальчиков максимальное количество проводимого времени – 6 часов, то в группе девочек – это 24 часа.

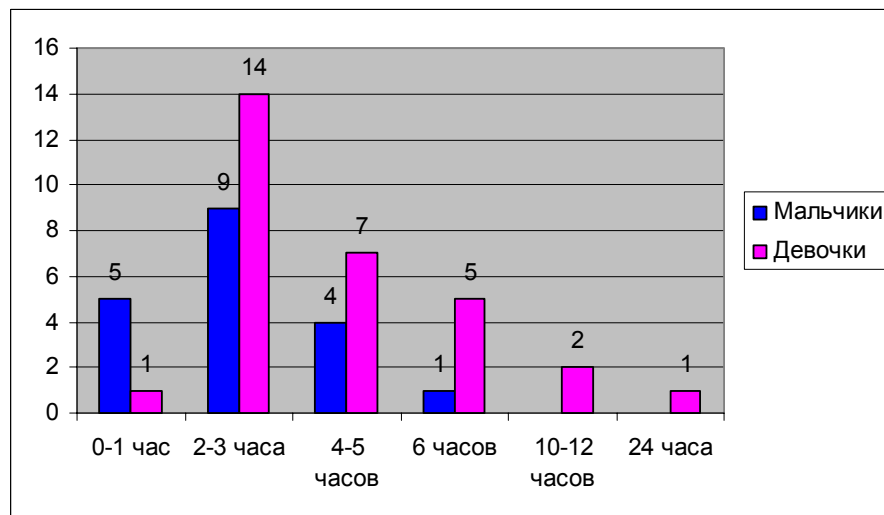


Рисунок 4 - Время, проводимое в Интернете в сутки

Учитывая, что патологическим является посещение Интернета в сутки более 5 часов, можно сделать вывод, что патологическое

пользование интернетом наблюдается: у 5% опрошенных мальчиков и 40% девочек (на основе самооценки, рисунок 5).

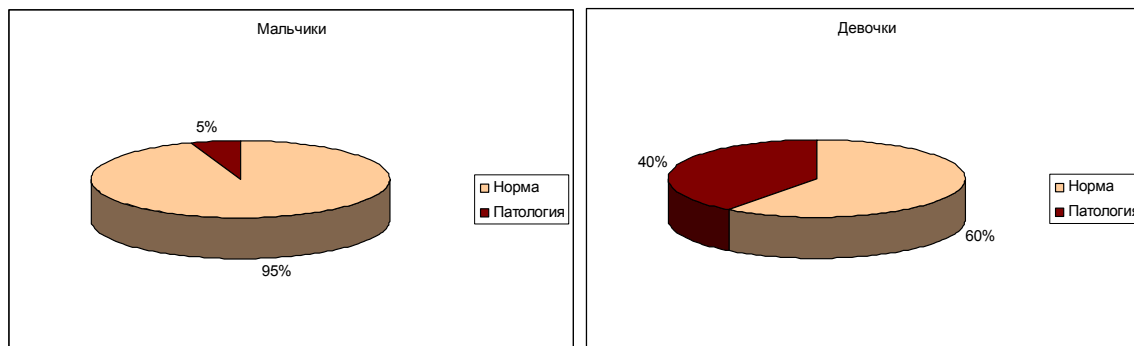


Рисунок 5 - Патологическое посещение Интернета в сутки у мальчиков/девочек

Хотелось бы остановиться подробнее на 2-ом этапе, целью которого были: взаимодействие с учениками, ненавязчивое корректирование их отношения к интернету. В этот этап входили такие задания, как:

**1. Игра «Ассоциации с интернетом»** (на выявление хода понимания интернета в данной аудитории подростков). Какие:

- *мысли,*
- *слова,*
- *ощущения*

приходят к вам, когда вы слышите слово «интернет»?

**2. Дискуссия «Плюсы и минусы интернета»** (В ходе проведения обратить внимание на плюсы и минусы, чаще называемые мальчиками и отдельно – на плюсы и минусы, чаще называемые девочками).

**3. Мозговой штурм «Придумайте, как Ваши мечты, осуществляемые благодаря Интернету, можно осуществить другими путями в реальности»** (Возможно приведение собственных вариантов для демонстрации примеров и стимулирования мышления школьников).

На основании проведённого исследования можно сделать следующие выводы:

1. Явление интернет-аддикции присуще как мужскому, так и женскому контингенту подростков в равном количестве.

2. У мужского контингента учащихся интернет-аддикция наиболее ярко выражается

в зависимости от игровых форм пребывания в сети. У женского – в коммуникативной форме пользования в сети.

3. Девочки наиболее точны и внимательны в подсчётах времени, проводимого онлайн, а также более осмысленно подходят к вопросам пользования интернетом.

4. Часть школьников не осведомлена о понятии интернет-аддикции, большая часть школьников не знакома с особенностями её возникновения, протекания и способов преодоления.

В результате проведённой работы сконструированная на основе изученных теоретических источников «Модель психолого-педагогических условий выявления интернет-аддикции школьников» была расширена дополнением некоторых особенностей приведённых в первоначальной модели этапов, а также добавлением ещё двух этапов, видимых необходимыми для полноценной работы педагога-психолога по обозначенной проблематике:

- дополнительная работа с подростками,
- проведение тренингов с родителями.

В частности, при участии в родительском собрании были даны «Практические рекомендации для родителей, которые помогут предупредить угрозы и сделать работу детей в интернете полезной» и были сформулированы рекомендации по проведению тренингов с родителями (таблица 3).

Таблица 3 – Проведение тренингов с родителями

*Проведение тренингов с родителями*

<p>Акцентирование внимания на обязательности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• внимательного отношения к подросткам,</li> <li>• их жизнедеятельности,</li> <li>• количеству часов, проводимых за компьютером,</li> <li>• видах деятельности в интернете,</li> <li>• оказания моральной поддержки подросткам,</li> <li>• постоянном общении и взаимодействии с ними.</li> </ul> <p>А также помощь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в решении проблемных ситуаций между родителями и их детьми,</li> <li>• нахождении общего языка между ними.</li> </ul>	<p>Инструктаж и информирование по вопросам</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• компьютерной грамотности;</li> <li>• интернет-зависимости,</li> <li>• статистики и результатам новейших исследований по данной тематике,</li> <li>• опасностях и вреде Интернета для подростков,</li> <li>• путей их избегания,</li> <li>• умения эффективно планировать время пребывания в онлайн.</li> </ul>
---	--

Таким образом, были сформулированы рекомендации психолого-педагогических условий профилактики и преодоления интернет-аддикции школьников, которые могут быть использованы в практике как средних учебных заведений, так и в колледжах, высших учебных заведениях.

По нашему мнению, для решения проблемы интернет-аддикции в гендерном аспекте необходимо проведение более масштабного исследования как интернет-аддикции, так и гендерных особенностей личностей, которым она присуща с привлечением психологов, педагогов, врачей и других специалистов.

Хотелось бы отметить, что внимательное отношение, подробное информирование и оказание своевременной помощи в преодолении возникающих трудностей, относительно вопросов интернет-аддикции с учётом гендерных особенностей личности необходимо продолжать осуществлять как педагогами школы, так и родителями постоянно, поскольку лишь систематичная, коллективная и непрерывная работа по данной мало освещаемой в учебных заведениях теме способна дать высокий эффект.

В связи с этим необходима разработка эффективной комплексной методики, позволяющей точно рассчитать все необходимые показатели и важные особенности, позволяющие быстро и надёжно получать научно обоснованные и практически значимые результаты.

Только при объединении усилий по борьбе с аддикцией при учёте в её ходе гендерного аспекта можно достичь существенных положительных результатов. В этом заключается сложность решения проблемы.

#### Литература

1. Бухановский А.О. и др. Болезнь зависимого поведения// Метод.рекомендации. – Ростов н/Д, 2001
2. Интернет-аддикция. Определение. <http://slovari.yandex.ru/>
3. Интернет-аддикция. Определение. <http://www.glossary.ru/>
4. Интернет-зависимость: аддиктивные формы поведения. Елена Белинская. Народное образование. №7, 2009.
5. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете /Под ред. А.Е. Войскунского. – М., "Можайск-Терра", 2000.
6. Статья «Гендерный аспект коммуникации в интернет-среде», ПРОЕКТ "ПСИХОЛОГИЯ ИНТЕРНЕТА", Минск 2002, <http://psynet.carfax.ru>
7. Арестова О.Н., Войскунский А.Е. Исследование половых различий при работе с интернетом на примере российских пользователей. (<http://www.relarn.ru>)
8. О.Н. Арестова, А.Е. Войскунский. (1997). Мотивация пользователей Интернета. <http://www.relarn.ru:8082/human/motivation.txt>.
9. Kimberly S. Young. (1996). Internet Addiction: the Emergence of a New Clinical

Disorder. CyberPsychology and Behavior, Vol. 1 No. 3., 237-244.

10. А.Ф.Шайдулина. Интернет-зависимость - новая форма аддиктивного поведения у подростков. Из материалов конгресса по детской психиатрии (Москва, 25-28 сентября 2001); www.psychiatry.ru

*Мақалада тәуелділік түрлері, интернет-тәуелділік және оның аздалық және психологиялық ерекшеліктері қарастырылған. Оқушылардың интернет-тәуелділігінің алдын алу жағдайлары ұсынылған. Мектеп*

*оқушыларына жүргізілген сауалнама нәтижелері мен интернет-тәуелділіктің алдын алуына бағытталған тренингтер көрсетілген.*

*The article deals with the typology of relationships, Internet addiction, physical and psychological characteristics of Internet addiction. Conditions proposed prevent Internet addiction students. Results of survey of schoolchildren and training designed to prevent Internet addiction.*