

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра безопасности жизнедеятельности

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ИНТЕРНЕТ–
ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ**

АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

Студента 6 курса 61 группы
специальности 050104 «Безопасность жизнедеятельности»
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Скопцова Вячеслава Александровича

Научный руководитель
преподаватель кафедры
безопасности жизнедеятельности

дата, подпись

Катина О.Е.

Заведующий кафедрой
доцент, кандидат медицинских наук

дата, подпись

Тимушкина Н.В.

Балашов 2016

ВВЕДЕНИЕ

Компьютеризация современного общества приобретает все более глобальные масштабы. По данным проекта «Интернет в России / Россия в Интернете», проводимого фондом «Общественное мнение», по количеству пользователей Интернета Россия обгоняет Австралию, Испанию, Италию, Францию, Великобританию и Бразилию, и занимает третье место в мире. В период с 2004 по 2012 годы число интернет-пользователей в России выросло с 8% (8,7 млн. человек) до 36% (42 млн. человек), а уровень суточной аудитории – с 2,1 млн. до 23,9 млн. человек. Таким образом, каждый третий житель России является пользователем Интернета, а каждый седьмой – посещает Интернет ежедневно.

Широкое внедрение информационных технологий в жизнь современного человека имеет как позитивные, так и негативные последствия. Отрицательными последствиями длительного использования информационных технологий являются сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир и развитие зависимости. Неуклонно возрастающая компьютеризация российского общества актуализирует вопрос неправильного применения Интернета.

По итогам опросов фонда «Общественное мнение» доминирующей группой пользователей Интернетом в России является молодежь в возрасте от 15 до 25 лет, которая в основном представляет собой школьную аудиторию. Молодое поколение воспринимает Интернет как основное средство образования и личного общения. Открытие интернет-возможностей поглотили большую часть российской молодежи. С одной стороны, увеличение количества пользователей интернетом школьного возраста, разработка новых скоростных программ общения и виртуального взаимодействия, а с другой – отсутствие комплексных мер, включающих психологическую профилактику, все это привело к увеличению интернет-зависимости. Стремительное повышение количества интернет-зависимых пользователей в нашей стране связано с тем,

что у четверти из них зависимость от Интернета развивается уже после полугода его использования.

Обширное распространение интернет-зависимости в современном мире свидетельствует о необходимости выявления зависимых людей, изучения психологических характеристик их личности и разработки результативных профилактических мероприятий.

Таким образом, актуальность темы указывает на следующие противоречия между:

- существенным преобладанием среди пользователей Интернета лиц юношеского возраста и отсутствием исследований по выявлению среди них интернет-зависимых учащихся, определению степени их зависимости психологических характеристик личности;

- возрастающим количеством интернет-зависимых пользователей юношеского возраста и отсутствием мер профилактики данного вида зависимости;

- необходимостью проведения профилактических мер по предупреждению прогрессирования интернет-зависимости у учащихся и отсутствием разработанных и апробированных программ профилактики данного вида зависимости.

Актуальность темы и степень её научного освещения определили цель данного дипломного исследования. Таким образом, **цель работы** заключается в попытке разработать программу занятий по профилактике интернет-зависимости среди учащихся средних классов.

В соответствии с указанной целью в работе поставлены следующие **задачи**:

- 1) показать влияние интернета на психические свойства личности;
- 2) исследовать особенности интернет-зависимости среди учащихся в школе;
- 3) составить рекомендации для учащихся и их родителей по профилактике интернет-зависимости.

Таким образом, **объектом** исследования выступает компьютерная безопасность среди учащихся. **Предметом** исследования является организация занятий по профилактике интернет-зависимости среди учащихся средних классов.

Тема и задачи исследования обусловили выбор **методов** исследования: теоретические (анализ, сравнение, обобщение), эмпирические (анкетирование, опытно-педагогическая работа), математико-статистическая обработка полученных данных.

Структурно дипломная работа состоит из введения, двух глав «Теоретические основы профилактики интернет-зависимости среди учащихся» и «Экспериментальная работа по профилактике интернет-зависимости среди учащихся средних классов», заключения, списка использованной литературы и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретические основы профилактики интернет-зависимости среди учащихся» рассматривается детский досуг и его роль в развитии детей, влияние интернет-зависимости на развитие личности учащихся, основные подходы к профилактике интернет-зависимости у школьников.

Одно из направлений деятельности педагога заключается в организации досуговой деятельности учащихся. Досуг ребенка обеспечивает дополнительное образование, развитие, самовоспитание. Он в существенной степени влияет на формирование характера ребенка, в частности таких качеств как инициативность, уверенность в себе, сдержанность, мужественность, выносливость, настойчивость, искренность, честность и др.

Специфическими особенностями досуговой деятельности являются:

– действительный ее мотив – потребность личности в самом процессе этой деятельности;

– цели и содержание досуговой деятельности избираются человеком в зависимости от его нравственного развития и культурного уровня;

– досуговая деятельность может носить социально – полезный характер, социально нейтральный характер, быть замкнутой в системе узкогрупповых ценностей и обретать характер социально отрицательный, асоциальный.

Процессы компьютеризации в нашей стране повлекли за собой развитие различных форм взаимодействия с компьютером, в частности, увлечение пользователей компьютерными играми. Значительное число людей, которые могут характеризоваться той или иной степенью зависимости от компьютерных игр составляют школьники.

Компьютерная зависимость - форма ухода от реальности. Зависимость от компьютера осознают окружающие ребенка друзья, родственники, знакомые, но отнюдь не он сам. Основными критериями, определяющими начало компьютерной зависимости, можно считать следующие:

– беспричинное возбуждение или вялость, частые и резкие перепады настроения от безучастно-подавленного до эйфорически-приподнятого, болезненная и неадекватная реакция на критику, замечания, советы, нарастающая оппозиционность к родителям, старым друзьям, значительное эмоциональное отчуждение;

– ухудшение памяти, внимания;

– снижение успеваемости, систематические прогулы занятий;

– ограничение общения с ранее значимыми людьми: родственниками, друзьями, любимым человеком, значительное изменение круга общения, подозрительные контакты, телефонные звонки, встречи;

– уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;

– пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей, денежные долги ребенка;

– появляющиеся изворотливость, лживость;

- неопрятность, неряшливость, не характерные ранее;
- приступы депрессии, страха, тревоги.

На сегодняшний день приоритетным направлением в решении проблем зависимого поведения является профилактика. Оптимальным местом осуществления профилактической работы считаются образовательные учреждения.

Анализ основных подходов к профилактике зависимого поведения позволил в качестве основных направлений психологической профилактики интернет-зависимости выделить: информирование о механизмах воздействия сети Интернет на личность, о причинах, механизмах развития, клинических проявлениях, методах диагностики и последствиях интернет-зависимости; выработку стратегий высокофункционального поведения; развитие устойчивости к отрицательным социальным влияниям, формирование внутриличностных мотивов и системы ценностей, соответствующих здоровому образу жизни; развитие личностных ресурсов интернет-зависимых учащихся с целью инициации их личностного роста; развитие навыков достижения личностных целей в реальной жизни и расширение круга альтернативной зависимому поведению деятельности учащихся.

Во второй главе «Экспериментальная работа по профилактике интернет-зависимости среди учащихся средних классов» проведен анализ результатов исследования интернет-зависимости среди учащихся в школе, разработана программа занятий по профилактике интернет-зависимости среди учащихся средних классов.

С целью анализа и характеристики состояния уровня интернет-зависимости был проведен констатирующий эксперимент. В средней общеобразовательной школе №2 города Аркадака нами было проведено анкетирование «Место современных информационных технологий в жизни детей и подростков». В опросе принимали участие учащиеся 7-х и 8-х классов экспериментальной и контрольной групп, всего 75 человек, из них 31 мальчик и 44 девочки.

Так, результаты исследования показали, что мальчики чаще указывают на общение с компьютерами, чем девочки. Таким образом, мы видим, компьютеризация досуга в основном отразилась на субкультуре мальчиков. Поэтому при обсуждении вопроса о месте компьютера в жизни современных детей необходимо иметь в виду те принципиальные различия, которые существуют между мальчиками и девочками.

Из всех полученных данных можно сделать вывод о том, что цели приобретения компьютера мальчики и девочки одной и той же возрастной категории выбирают одни и те же. Из опрашиваемых – 54% детей все-таки представляют себе свою жизнь без компьютера; 27% не представляют своей жизни без него. Более 40% учащихся проводят свободное время за просмотром телевизора более 2 часов в день. Нами установлено, что 85% родителей не ограничивают время игры за компьютером и 74% родителей разрешают смотреть своим детям жестокие фильмы и играть в те игры, которые предпочитает сам ребенок.

Таким образом, современные информационные технологии в целом, и компьютерные технологии в частности, существенно трансформировали структуру досуга современных учащихся. В целом представленные данные показывают явное влияние эволюционных процессов на трансформацию детской субкультуры. Перестраиваются и сфера досуга, и информационная среда, изменяются и характеристики учебного процесса.

В связи с актуальностью данной проблемы мы предлагаем программу занятий по профилактике интернет-зависимости среди учащихся в общеобразовательной школе. Целью данной программы является профилактика интернет-зависимости среди учащихся средних классов; повышение их интереса к различным сферам современного досуга. Основными задачами программы можно назвать:

- 1) подготовку сознания детей к противодействию негативным воздействиям компьютерных игр;

2) оказание поддержки в осознании школьниками их образовательных потребностей, способов их удовлетворения с помощью компьютера (развлечение, снятие стресса, познание и др.);

3) информирование детей о воспитательных возможностях школы и внешкольных учреждений.

Предлагаемая программа состоит из двух направлений работы: работа с учащимися 7-8 классов и работа с их родителями. Первое направление предусматривает проведение бесед, дискуссий, демонстрацию фильма, участие в акции. Второе направление также предусматривает проведение бесед с родителями, проведение круглого стола, дискуссий.

Результатами проделанной работы должны стать:

- информированность детей и их родителей в области влияния компьютерных технологий на досуговую, учебную и профессиональную деятельность человека;

- увеличение интереса детей к различным сферам досуговой деятельности;

- уменьшение процента детей, в наибольшей степени увлеченных компьютерными играми;

- осознание детьми и их родителями влияния компьютерных игр на структуру досуга, а также на социально-психологическое здоровье.

Своевременное проведение мероприятий, направленных на профилактику интернет-зависимости у учащихся позволяет уменьшить изменения психологических характеристик их личности и снизить у них уровень зависимости. Предлагаемая программа способствует формированию у учащихся осознанного отношения к использованию Интернета, уменьшению количества времени, проводимого ими в сети. Это позволяет снизить уровень их зависимости, способствует приобретению умений межличностного общения и успешного разрешения стрессовых ситуаций; формированию нацеленности на успешное достижение поставленных целей.

В таблице представлен план занятий по профилактике интернет-зависимости.

№ п/п	Тема занятия	Общее количество часов
Работа с родителями		
1	Беседа на тему «Компьютер и дети»	1
2	Беседа на тему «Компьютерная зависимость! Как с ней бороться?»	1
3	Демонстрация и обсуждение фильма «Виртуальная агрессия»	1
4	Беседа на тему «Плюсы и минусы взаимодействия личности с интернет-средой»	1
Работа с учащимися		
1	Классный час на тему «Роль компьютера в твоей жизни»	1
2	Беседа на тему «Последствия работы на компьютере»	1
3	Дискуссия на тему Интернет-зависимость: что это такое?»	2
4	Дискуссия на тему «Мои жизненные цели»	1
5	Классный час на тему «Мастерство общения»	1
6	Итоговое занятие на тему «Суд над компьютерными играми»	2

Учитывая все выше сказанное, данная программа может быть рекомендована к использованию для профилактики интернет-зависимости у учащихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Знакомство с отечественным и зарубежным опытом построения и функционирования воспитательных систем, компьютерной зависимости детей и подростков убедило нас в том, что самым надежным стержнем профилактики компьютерной зависимости учащихся являются воспитательные мероприятия, досуг ребенка. В результате проведения педагогического исследования выявлено, что с помощью организационно воспитательных мероприятий по профилактике компьютерной зависимости у детей и подростков постепенно происходил спад зависимости от компьютерных игр. Проблема организации детского и подросткового досуга

особенно остро стоит в настоящее время, поскольку современный ребенок, подросток 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, влиянием молодежной субкультуры, средств массовой информации, отсутствием материального достатка в семье. Следовательно, ребенок организует свое свободное время в связи со своими интересами, потребностями и возможностями. В ходе нашего исследования мы выяснили следующее.

Изучив структуру досуга детей и подростков в возрасте от 12 до 14 лет, мы пришли к следующим выводам. Стремительное развитие компьютерных технологий существенно перестраивают практику повседневной жизни. Сегодня ребенок живет уже в мире отличном от того, в котором выросли его родители. В нашем обществе дети и подростки в значительной мере усваивают роли и правила поведения из сюжетов компьютерных игр, телевизионных передач, фильмов и других средств массовой коммуникации. Символическое содержание, представленное в этих медиа, оказывает глубокое воздействие на процесс социализации, способствуя формированию определенных ценностей и образцов поведения. Некоторые исследователи считают, что воздействие компьютерных игр на процесс социализации почти также велико, как влияние родителей.

Виртуальная реальность – это нематериальность воздействия, условность параметров и эфемерность, – это не есть жизнь, это лишь вторичная часть жизни, это параллельный, но не основной процесс. Нет смысла игнорировать компьютерные возможности, необходимо их использовать по мере необходимости, а развлечения в виде компьютерных игр, необходимо сопрягать с реальными активными действиями в реальном мире.

Досуг является благоприятной почвой для испытания детьми и подростками фундаментальных человеческих потребностей. В процессе досуга ребенку гораздо проще формировать уважительное отношение к себе, даже личные недостатки можно преодолеть посредством досуговой активности. Досуг в существенной степени ответственен в части формирования характера ребенка, в частности таких качеств как инициативность, уверенность в себе, сдержанность, мужественность, выносливость, настойчивость, искренность, честность и др.

Также можно сделать вывод о том, что современные информационные технологии в целом, и компьютерные технологии в частности существенно трансформировали структуру досуга современных детей и подростков. В целом представленные в анкете данные показывают явное влияние техноэволюционных процессов на трансформацию подростковой субкультуры. 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 социально-педагогическая программа по профилактике компьютерной зависимости детей и подростков, 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, как:

- воспитание должно реализовываться через творчество, игру, забаву;
- предусматривается непрерывность, систематичность, демократичность процесса воспитания школьников;

- создавать такие ситуации, когда необходимо ставить учащихся перед проблемой практического решения задач компьютерной зависимости;
- воспитание должно нести целенаправленный характер.