

## **Методы педагогической профилактики компьютерной зависимости у подростков.**

В последнее время практически невозможно встретить человека, который бы не проводил хотя бы час своего времени за компьютером или просто находился в Интернете. С раннего детства дети, имея доступ к Интернету развлекают себя компьютерными играми, смотрят мультфильмы, в школьном возрасте ко всему перечисленному добавляется подготовка к домашним заданиям: поиск дополнительной литературы, докладов, рефератов. Не разграничив правильно свободное время, подростки тратят его без пользы, проводя довольно длительное время в сети. В результате появляется одна из проблем современности-проблема компьютерной зависимости.

Изучение проблемы компьютерной зависимости вызывает достаточный интерес у отечественных ученых (В.Ю. Дроздов, Т.В. Карабин, В.А. Лоскутова, Л.М. Юрьева). В отечественной научной литературе феномен компьютерной зависимости рассматривается с позиций возрастных особенностей в социальном (Е.П.Белинская) и медико-психологическом аспектах (Т.Ю. Больбот). Анализ психолого-педагогической литературы позволил выявить противоречие между важностью формирования в подростковом возрасте умений адекватного взаимодействия с современным интернет-пространством и недостаточной разработанностью системы профилактической и психолого-педагогической помощи подросткам на начальных этапах развития компьютерной онлайн-зависимости.

Эффективным методом профилактики компьютерной зависимости является метод беседы.

Беседа является методом наилучшего познания человека. Выделяют три вида беседы: индивидуальная, групповая и коллективная. Для проведения беседы и получения желаемых результатов нужно

предварительно определиться с программой беседы. А именно, наметить цель, объект, предмет разговора, отдельные вопросы и место проведения. Успех данного метода будет зависеть от заинтересованности собеседника предметом беседы, умения вызвать его на откровенность. При формулировании проблем для беседы нужно обратить внимание, в первую очередь, на понятность и тактичность. Ученые утверждают, что неправильно ставить прямые вопросы, застав собеседника врасплох. Например: «Как вы объясните Вашу зависимость от компьютера?» Лучше: «Давайте подумаем, почему Вы стали проводить больше времени за компьютером?». [2]

Для проведения успешной беседы рекомендуется придерживаться следующих правил:

1. Важно узнать об увлечениях, Интернет-зависимых подростков, так как, исходя из практики, школьники охотно говорят о тех вещах, которые их привлекают больше всего.

2. Немаловажным является создание атмосферы доверия. Нужно постараться расположить к себе собеседника, «войти» к нему в доверие. Ребенок должен быть уверен в том, что результаты беседы не станут для него источником неприятностей. Важно организовать благоприятную обстановку для беседы, это может быть класс, домашняя среда или во дворе школы. Чаще всего это привычная и естественная среда для ребенка.

С целью формирования ответственного поведения подростка в Сети Интернет, мы использовали тренинговое занятие.

Психологический словарь дает определение тренинга – это один из ведущих методов практической психологии, опирающийся на ряд психотерапевтических и психокоррекционных методов, а также на активные методы обучения.

А. Петровская в своих работах разъясняла о том, что тренинг включает в себя широкий спектр методических форм, таких как видеотренинг, ролевое

обучение, групповой анализ оценок и самооценок, невербальные методики и т.д., а также, является средством психологического воздействия, направленного на развитие знаний, социальных установок, умений и опыта в области межличностного общения.

Ю. Н. Емельянов четко разграничивал учебный и тренинговый аспекты в работе группы. Он рассуждал о том, что тренинг должен использоваться не для обозначения методов обучения, а для обозначения методов развития способностей к обучению или овладению любым сложным видом деятельности, в частности общением».

Задачами тренинга, как одного из методов профилактики компьютерной зависимости, являются ознакомление детей с вредными последствиями компьютерных игр, донесение информации о компьютерной Интернет-зависимости, формирование положительного отношения к живому общению и побуждение детей к самовыражению и саморазвитию.

Важно сформировать у подростков ответственное отношение к информационным технологиям.

Подросток должен осознать негативное воздействие компьютера на организм человека, на психику, на взаимоотношения с родными и сверстниками, на работоспособность и учебную деятельность.

С целью формирования ответственного отношения к информационным технологиям мы использовали метод создания воспитывающих ситуаций.

Сущность метода воспитывающих ситуаций заключается во взаимодействии, в результате которого воспитатель стремится повлиять на воспитуемого.

К. Д. Ушинский отмечал метод воспитывающих ситуаций одним из видов деятельности по преобразованию человека или группы, людей, методом, способствующим самореализации и саморазвития. Это деятельность, направленная на изменение психологического состояния, мировоззрения и сознания, знания и способа деятельности, личности и цен-

ностных ориентации воспитуемого. Свою специфику данный метод обнаруживает в определении цели и позиции воспитателя по отношению к воспитаннику. Для получения успешного результата, воспитатель должен учитывать единство природной, генетической, психологической и социальной сути воспитуемого, а также его возраст и условия жизни.[1]

Как отмечал А.С. Макаренко в своих работах, создавая специальные условия, ситуации и обстоятельства, которые вынуждают воспитанников изменить собственное отношение, выразить свою позицию, методы воспитывающих ситуаций проявляют свое содержание через непосредственное влияние воспитателя на воспитанника, посредством убеждения, нравоучения, требования, приказа, угрозы, наказания, поощрения.

Здесь же особенно важно мнение референтной группы, например, школьного коллектива, лично значимого для подростка, а также мнение авторитетного для него человека, это может быть отец, учитель или просто хорошо знакомый человек.

Таким образом, правильно подобранные методы помогут предотвратить зависимость подростков от информационных технологий. Ведь, дети, мало получающие внимания, ласки и похвалы наиболее подвержены данному виду зависимого поведения.

#### Список литературы.

1. Н.В. Бордовская, А.А. Реан. Педагогика: Учебное пособие. - СПб.: 2006.
2. И. П. Подласый Курс лекций по коррекционной педагогике. -М.: Владос, 2000.

