

КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**Гейнеман А. М., Марилова Д. А.****научный руководитель канд. пед. наук доцент Туранова Л.М.*****Сибирский Федеральный Университет***

В настоящее время, в информационном обществе, возникает проблема зависимости от компьютера, не только у взрослых и подростков, но и детей. Данный факт заставляет задаться вопросом, является ли это проблемой или же, наоборот, плюсом для дальнейшего развития ребенка, чтобы он смог нормально и быстро влиться в окружающее его общество, что начинает полагаться на информационные технологии все чаще и включать их в свою повседневную жизнь. При этом необходимо помнить, что у детей, сидящих все время за компьютером с раннего возраста, в дальнейшем могут возникнуть проблемы в общении с окружающими людьми.

Таким образом, объектом данной работы зависимый ребенок, его взаимодействие с окружающими и самим собой в рамках зависимого поведения, а предметом исследования компьютерная зависимость и ее влияние на ребенка.

Актуальность данной проблемы очень весома. Так как дети – это будущее не только страны, но и ее развития, стоит помнить, что если ребенок не будет развиваться не только в области технологий, это усугубит его развитие в других сферах.

Проблема компьютерной зависимости изначально заключается в том, что ребенок уходит в виртуальный мир, создавая тем самым определенные факторы, которые могут повлиять в дальнейшем на его развитие и адаптацию в обществе.

Причины данной зависимости могут быть самыми разнообразными и все из них вызывают определенные последствия. И целью этой дипломной работы будет разобрать виды компьютерной зависимости, выявить наиболее актуальную, провести анализ и попытаться найти их причины.

Так же стоит разобрать возможные решения проблемы компьютерной зависимости, такие как: что должны делать родители и учителя, сам ребенок и как отстранить его от компьютера, чтобы не ухудшить ситуацию, а наоборот, улучшить, стараясь показать ребенку, что в мире есть и другие способы интересного времяпровождения.

Понятие «компьютерная зависимость» появилось в 1990 г. Специалисты относят подобный вид зависимости к специфической эмоциональной «наркомании», вызванной техническими средствами. Компьютерная зависимость является одной из разновидностей аддитивного поведения и характеризуется стремлением уйти от повседневности методом трансформации собственного эмоционально-психического настроения. В этот момент человеком не только отбрасываются насущные заботы на задний план, но и затормаживается работа его психики, а чаще совсем прекращается индивидуально-личностное развитие. Таким образом люди уходят от решения различных проблем в своей жизни.

Так же, можно выделить два вида компьютерной зависимости – зависимость от компьютерных игр и интернет-зависимость. Зависимость от компьютерных игр, представляет из себя способ уйти от реальности, при помощи разнообразных игр, повысить свою самооценку и гордость за счет «убитых монстров», разгадки головоломок или же сооружения городов, чужих жизней и их быта. Таким образом, человек замещает потребность в социализации в обществе на виртуальный мир.

Интернет зависимость обусловлена тем, что в виртуальном мире можно осуществить свои скрытые желания, владеть ситуацией, преодолевать трудности, ощущать себя героем (в играх, виртуальных контактах). Из этого следует, что виртуальный мир формирует ложную иллюзию наиболее привлекательного мира, чем реальный, который представляется скучным, обыденным, не интересным или же неудовлетворяющий определенные потребности в общении.

Причинами компьютерной зависимости может служить множество факторов, большая часть из которых зависит от окружающего общества. Я не буду углубляться и разбирать все причины, отмечу лишь те, что способствуют развитию зависимости именно у младших школьников.

Основные причины зависимости у младших школьников 7-10 лет:

1. Отсутствие или недостаток общения и тёплых эмоциональных отношений в семье.

В ситуациях, когда в семье ребенок чувствует себя одиноким и ненужным, не получая любви или эмоциональной поддержки, он желает уйти туда, где это сможет получить. Таким образом, ребенок попадает в виртуальную реальность, полностью погружаясь или в игры, или же в те или иные виртуальные сообщества, стараясь выделить себя, обратить на себя внимание и добиться той или иной реакции.

2. Неимение или невозможность найти своего хобби, увлечения, интересов и привязанностей, не связанных с компьютером., а так же жажда приключений.

В случае, когда ребенок вовремя не находит интересующую его сферу деятельности, например, прогулки, спорт, общение со сверстниками, чтение, рисование, пение, музыкальное образование и многое другое, ребенок не находит ничего, кроме как сесть за компьютер и найти это в нем.

3. Неумение ребенка найти контакт с окружающими, отсутствие друзей.

Это может быть вызвано застенчивостью, нежеланием общаться, наличие физического недостатка, из-за которого на контакт не хочет идти уже само окружение, так же, это может быть что-то, чем ребенок выделяется от других, как внешне, так и внутренне, определенные черты характера, препятствующий установлению дружеских привязанностей: раздражительность, жадность, обидчивость, агрессивность, злопамятство и другое.

4. Общая неудачливость ребенка.

Данная причина включает в себя первую и выше описанную. При невозможности завести друзей, когда с родителями нет взаимно доверительных отношений, при этом в учебе ребенок себя никак не проявляет, и такое положение вещей его не прельщает, он может впасть в зависимость от игр, где будет главным героем, способным выстроить свою жизнь так, как захочет. В сети Интернет такой ребенок может создать для себя более привлекательный «образ», что будет противоположен реальному и будет удовлетворять его.

5. некоторые психологи так же выделяют причиной «наличие тяжелой инвалидности, серьезного заболевания».

Объясняется это тем, что ребенок, обучаясь на дому, имея узкий круг общения, что не обладает возможностью или же не хочет выходить из дома, или же выходит лишь в крайних случаях (например, на небольшую прогулку в сопровождении) не может найти для себя ничего интересного, как компьютер (при условии, что другие способы провести время его так же не интересуют). Таким образом, по средствам компьютера получает желаемое общение, информацию, развлечения или знания, при этом не контактируя физически и невербально с людьми, общаясь с ними лишь виртуально.

Признаками данной зависимости можно назвать, такое поведение, при котором проявляются:

- хорошее самочувствие, эйфория;
- невозможность оторваться от киберобщения;
- увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
- пренебрежение в общении с близкими людьми (друзьями, родителями);
- повышенная раздраженность вне компьютера;
- проблемы с работой и учебой;
- к физическим симптомам относят: сухость в глазах, мигрени, расстройства сна, недоедание и пренебрежение личной гигиеной.

Главным последствием компьютерной зависимости, несомненно, будет уход ребенка от реальности в новую, придуманную, что в дальнейшем приведет к проблеме с общением и построением социальных отношений. Это относится к социальной проблеме. Так же, влияние компьютера может сказаться на обучении ребенка.

С точки зрения психологической проблемы, то ребенок может больше не различать реальность от виртуальности. Таким образом, ребенок может «спутать» действия приемлемые в обществе, заменив их теми, к которым он привык в виртуальной реальности. Например, в случае конфликта, ребенок может вместо слов, ответить ударом руки или же находящимися рядом предметами. Все это может повлиять на формирование психики ребенка, что в этом возрасте еще

не окрепла, а компьютер и его влияние могут оказаться пагубными. В некоторых случаях, ребенок еще не умеет контролировать виртуальную реальность, и она начинает контролировать его.

С физиологической точки зрения, последствия компьютерной зависимости, прежде всего, влияют на здоровье. Из-за компьютера страдают глаза, из-за чего в дальнейшем может развиваться близорукость уже в такой юном возрасте. Так же, это может привести к нарушениям сна, пренебрежением приема пищи или гигиены, могут развиваться мигрени и ранняя стадия сколиоза.

Но при наличии отрицательных сторон компьютерной зависимости, есть и положительные.

1. Возможность расслабиться.

При смене деятельности, с интеллектуальной или физической, ребенку необходима разрядка и отдых, чем могут служить компьютерные игры.

2. Освоение различных форм общения.

Так как младшие школьники весьма эмоциональны, то после прохождения какой-либо игры, они могут прийти в школу и обсудить ее со сверстниками, делясь впечатлениями.

3. Оказание психотерапевтического воздействия.

В ситуациях, когда дети не могут добиться тех или иных успехов в реальной жизни, они могут найти их в виртуальной реальности чаще всего при помощи игр. Таким образом, чувство неполноценности заменяется новыми, приобретаемыми навыками: рисование, пение, возможно, написание стихов.

4. Возможность моделировать различные реальные или предлагаемые жизненные ситуации.

5. Помощь ребенку в самореализации.

Многие игры предлагают разнообразный и широкий выбор: логические, на быстроту реакции, обучающие, с изучением и запоминанием местности, раскраски и др..

6. Коррекционный эффект при работе с детьми с инвалидностью.

В случае с такими детьми компьютер используют для коррекции: речи, зрения, в работе с детьми с ограниченным умственным развитием. Таким образом, при помощи компьютера и Интернета им предоставляется широкий доступ к большой части информации, который они могут использовать, отсеивать и выбирать подходящий для себя.

7. Компьютерные технологии создают предпосылки для развития образовательного процесса.

В ходе компьютерных игр дети приобщаются к исследовательской работе, вследствие чего, неосознанно, у них развиваются умения: получать, анализировать и интерпретировать информацию; создавать гипотезы и делать выводы; корректировать свои дальнейшие действия.

Таким образом, в любом случае, стоит выявлять как отрицательные стороны компьютеризации и внедрения информационных технологий, так и положительные. И в случае с младшими школьниками, необходимо свести отрицательные к минимуму, стараясь выявлять положительные, предоставляя определенные компьютерные программы, что позволят это сделать.