

**Бакулина Дарья Андреевна**

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный  
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **ИНТЕРАКТИВНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ**

***Аннотация:** в настоящее время существует большое количество проблем, с которыми сталкиваются молодые люди. Одна из таких проблем – интернет-зависимость. В статье рассматриваются основные потребности, которые толкают подростков к использованию Интернета, выделяются наиболее яркие признаки интернет-зависимости и предлагается использовать в образовательных учреждениях интерактивные методы обучения. Это обосновывается тем, что такие технологии позволяют удовлетворить те потребности подростков, из-за которых они «уходят» в Интернет.*

***Ключевые слова:** интернет-зависимость, образовательные технологии, интерактивные технологии.*

Актуальность темы заключается в том, что в современном обществе возрастает роль компьютеризации и интернетизации. Всемирная сеть привлекает в себя людей с различными интересами. Наиболее подвержены этому молодёжь и подростки, поэтому среди них рост интернет-зависимости с каждым годом становится быстрее. Нельзя не сказать о влиянии пандемии и дистанционного образования на увеличении темпов развития и распространения интернет-зависимости. К сожалению, этой зависимости подверглось еще больше людей.

Что толкает подростков к постоянному использованию Интернета? Это определенные, характерные для данного возрастного периода потребности, которые они реализовывают в Интернете:

– самоутверждение среди сверстников;

- групповое сплочение;
- самореализация в общении;
- самопознание, саморазвитие и самосовершенствование;
- развитие независимости и самостоятельности и т. д.

Опрос, проведенный с 1 по 17 июня 2021 года порталом Superjob, показал, что примерно 42% россиян считают, что у них есть интернет-зависимость. В этом опросе принимали 1600 человек из 200 населенных пунктов. При этом 11% опрошенных однозначно уверены, что находятся в состоянии интернет-зависимости, еще 31% скорее уверены в этом [1].

При обращении к психологическому словарю мы встречаем следующее определение интернет-зависимости – это болезненное пристрастие к Интернету, вызванное невротической потребностью избегать негативные чувства по отношению к вызывающим их психотравмирующим ситуациям (может быть, к их значительно искажённому представительству в сознании человека).

Проведенные исследования различных психологов помогли выделить наиболее общие признаки интернет-зависимого поведения:

1. Быстрое формирование зависимости. Для того, чтоб сформировался более традиционный вид зависимости, может уйти несколько лет. При этом зависимость от Интернета наступает значительно быстрее: 25% аддиктов приобрели зависимость в течение полугода после начала работы в Интернете, 58% – в течение второго полугодия, а 17% – вскоре по прошествии года [4].

2. Во время использования Интернета аддикт испытывает эмоции (эмоциональный подъем, переживания, чувство контроля над ситуацией и др.), которые влияют на его сознание и после отключения от сети.

3. Из-за долгого нахождения в сети человек может перестать испытывать свои физические ощущение, такие как голод, жажда, усталость и др.

4. Человек не контролирует время пребывания в Интернете, например, из-за увлечения каким-либо занятием.

5. Зависимый человек испытывает непреодолимую тягу к использованию Интернета и снятия с помощью него своих негативных состояний (дискомфорта, негативных эмоций и др.).

Большинство из перечисленных выше признаков оказывают негативное влияние на состояние человека (как психическое, так и физическое). Не менее важными являются социальные последствия интернет-аддикции – потеря социальных контактов, отсутствие или утрата места работы, отдаление от семьи и близких для аддикта людей, замкнутость, повышение уровня тревожности и др. Важным в данной ситуации становится информирование и профилактика как самих пользователей Интернета, так и окружающих людей. К сожалению, интернет-зависимость несет в себе реальную угрозу здоровью молодого поколения.

Что же можно с этим сделать? Один из главных социальных институтов в жизни ребенка – это школа. В течении учебно-педагогического процесса применяются различные образовательные технологии.

Образовательная технология – это совокупность методов и средств, используемых в последовательном формировании познавательного процесса и структуры взаимодействия учащихся и педагога [3].

Образовательные технологии направлены на то, чтобы:

- стимулировать активность и мотивацию учащихся;
- учить их работать самостоятельно;
- раскрывать творческий потенциал обучающихся.

Они также способствуют реализации конкретно подростковых потребностей (групповое сплочение, самореализация в общении, самоутверждение и т. д.).

Одним из видов образовательных технологий являются интерактивные технологии. Их особенность состоит в ориентации на взаимодействие учащихся с педагогом и друг с другом в процессе приобретения знаний, умений и навыков. Значимой чертой таких технологий является и развитие личной инициативы обучающихся, стремления к усвоению изучаемого объекта и явления. Перечислим их основные виды.

Дискуссия – это обсуждение, совместное исследование определенной темы, задачи или явления всеми участниками образовательного процесса. Занятия дискуссии способствуют стимуляции познавательной активности учащихся, осмысленному усвоению ими новых знаний и умений с помощью аргументации и защиты своей точки зрения по обсуждаемой теме.

Деловая игра – это моделирование профессиональной проблемной ситуации, решение которой достигается учащимися в процессе ролевой игры с принятыми правилами, продуманным сюжетом и с сформированными командами с последующей оценкой принятого решения. Ее проведение позволяет организовать самостоятельную работу обучающихся по приобретению профессиональных знаний, умений и навыков, решение нестандартных задач и развитие групповой сплоченности.

Кейс-технологии представляет собой работу обучающихся по решению задачи в виде описания проблемной ситуации. Их реализация позволяет сформировать у учащихся умение применять комплексный подход при решении профессиональных, практических задач, стимулирует развитие различных видов мышления.

Мозговой штурм представляет собой стимулирование творческой активности обучающихся. Данная технология направлена на решение проблемы или задачи посредством поиска и развития идей, которые возникают у учащихся в процессе свободного обмена ими. Обучающиеся в установленный срок высказывают как можно больше вариантов ее решения, а в дальнейшем их анализируют, обсуждают и выбирают наиболее оптимальный вариант решения.

Тренинг представляет собой вид группового обучения, направленный на всестороннее развитие учащихся на основе отработки способов действий в ходе решения значимых задач. При этом важно соблюдать психологически комфортную среду и поддерживать активное и равное участие каждого ученика. В ходе совместной деятельности у обучающихся совершенствуются *soft skills*: умение работать в команде, проявлять гибкость, улаживать конфликты, умение убеждать и искать компромиссы и др.

Метод проектов – это образовательная технология самостоятельного решения обучающимися практически или теоретически значимой проблемы с помощью организованных и последовательных действий, направленный на достижение планируемого результата в виде преобразования имеющегося или создания нового продукта (проекта). Эта технология предполагает наличие значимой проблемы, которую важно не только решить, но и реализовать полученные результаты в том или ином продукте деятельности (макет, бизнес-план, рекомендации и др.).

Таким образом, в современном мире существует большое количество интересных интерактивных образовательных технологий. Применяя их в рамках профилактики интернет-зависимого поведения, мы можем решить следующие значимые задачи:

- увеличение мотивации учащихся на учебную деятельность;
- развитие социального и эмоционального интеллекта;
- развитие полезных социально-психологических навыков и умений;
- сплочение коллектива, создание доверительной атмосферы и т.д. [2].

Важно помнить, что образовательные технологии – одна из сторон подхода к профилактике зависимости от Интернета. Необходимо проводить комплексную, системную работу, и тогда мы сможем снизить влияние Интернета на молодое поколение.

### ***Список литературы***

1. Тадтаев Г. Больше 40% россиян признались в интернет-зависимости / Г. Тадтаев // РБК. – 2021 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rbc.ru/society/22/06/2021/60d0f21f9a794785cf8fd342>
2. Пазухина С.В. Превентивные технологии защиты детей от вредной информации: учебное пособие для вузов [Текст] / С.В. Пазухина, С.А. Филиппова. – М.: Юрайт, 2019. – С. 153–154.
3. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике [Текст]. – М.: Книжный мир, 2012. – 247 с.

4. Янг К.С. Диагноз – интернет-зависимость [Текст] / К.С. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24–29.