

**Байбериева Диана Маирбековна**

студентка

Научный руководитель

**Таран Ольга Алексеевна**

канд. пед. наук, доцент

ГБОУ ВО «Ставропольский государственный  
педагогический институт»

г. Ставрополь, Ставропольский край

## **СИСТЕМА РАБОТЫ ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* статья посвящена проблеме компьютерной зависимости и деятельности педагога в этом случае. Рассматриваются современные педагогические подходы по профилактике компьютерной зависимости у детей подросткового возраста. Решение данной проблемы возможно лишь при правильной организации педагогом дополнительного образования своей деятельности.

*Ключевые слова:* компьютерная зависимость, компьютер, подростковый возраст, организация досуга.

На сегодняшний день проблема компьютерной зависимости стоит особенно остро. Мы ежедневно используем информационно-коммуникативные технологии для учебы, работы и общения, что значительно упрощает нашу повседневную жизнь. Но, к сожалению, это приносит пользу лишь в случае умения правильно использовать эти технологии. Большинство лиц, не обладающих достаточным уровнем компьютерной культуры и грамотности, являются подростки. Именно они больше подвержены влиянию сети Интернет и чрезмерному вовлечению в виртуальную реальность, что влечет за собой появление компьютерной зависимости.

Рассматривая данное явление, мы можем говорить о том, что компьютерная зависимость – это форма поведенческой зависимости, которую можно описать

как чрезмерное и неконтролируемое использование компьютера, которое сохраняется, несмотря на серьезные негативные последствия для личных, социальных или профессиональных функций [4].

Данный термин был введен не так давно. В 1996 году психиатр из Нью-Йорка Айвен Голдберг заинтересовался почему многие окружающие его люди так часто начали испытывать непреодолимую тягу к использованию сети Интернет и ввел этот термин для ее описания. После долгого изучения этого явления он пришел к выводу, что данная зависимость оказывает «пагубное, а иногда и разрушительное воздействие на психику человека, его бытовую, учебную, рабочую, семейную, социальную, финансовую сферы деятельности».

Проблема компьютерной зависимости напрямую связана с работой нашего мозга. Как отмечает психолог, наш мозг запрограммирован на то, чтобы любить что-то новое и стимулирующее интерес, и компьютер активно фиксирует это, заставляя нас все глубже вовлекаться в процессы, которые связаны с современными технологиями [1].

Данный феномен достаточно нов. Его в первые рассмотрели в 1994 году. Доктор К. Янг обратила внимание на повышенный интерес людей к сети интернет и информационным технологиям. Чтобы лучше разобраться в проблеме и ее масштабах она разработала и разместила на веб-сайт, составленный ей опросник, где и получила почти 500 ответов от пользователей, 400 из которых она, согласно выбранному критерию, признала, интернет-зависимыми людьми.

Еще одним исследователем данной проблемы был Марк Гриффитс. Он разделил интернет-зависимых на две группы: зависимых первого и второго порядков. Зависимые первого порядка чувствовали себя в исключительно приподнятом настроении во время использования компьютера или прохождения онлайн игры. Зависимые 2-го порядка использовали компьютер для бегства от жизненной неудовлетворенности, и их привязанность к машине – симптом более глубоких проблем. Оба этих критерия идеально подходят для современных реалий и прекрасно могут описать зависимых от компьютера подростков. И правда, подросткам, свойственно обе модели поведения из-за их возрастных психических

изменений. Это происходит потому, что дети в подростковом возрасте, находясь на этапе личностного становления и еще не обладают системой моральных ценностей, которая устоялась. Это приводит их к тому, что они больше подвержены процессам дезадаптации. Социальная дезадаптация приводит к отсутствию возможности реализоваться, как личность, из-за чего подросток склонен закрыться и уйти в виртуальную реальность, где начнет осуществлять свое общение исключительно в формате онлайн или же повышать уровень в игре, при этом совсем не контролируя события, которые происходят в его реальной жизни.

Говоря о профилактике компьютерной зависимости у детей подросткового возраста, следует понимать, что основная мысль, которую мы должны донести до несовершеннолетних, это то, что компьютер – это лишь часть жизни, а не самый главный ее атрибут [3].

Основным способом не дать подростку оказаться в зависимости от компьютера – это показать ему всестороннее разнообразие окружающего мира, чтобы виртуальный мир не стал ему заменой реальности.

Больше всего появлению компьютерной зависимости подвержены подростки, у которых отсутствуют интересы и постоянное общение. Способствовать появлению хобби и социальных контактов может получение ребенком дополнительного образования, где он сможет найти себе занятие по душе и общение, связанное на общих интересах. Но появится ли у подростка тяга к новым знаниям и опыту, насколько быстро он адаптируется к группе ровесников – зависит только от системы работы педагога дополнительного образования. Поэтому педагогу важно определять цели и задачи, правильно осуществлять их.

Основной целью педагога дополнительного образования по профилактике компьютерной зависимости у детей подросткового возраста является организация досуга подростка таким образом, чтобы заинтересовать его в новой деятельности, помочь адаптироваться и завести новые знакомства среди ровесников, оградить от негативного воздействия информационных технологий, в том числе и компьютера [2].

Также, говоря о целях, которые преследует педагог дополнительного образования во время осуществления своей работы нельзя не затронуть психологический аспект. Здесь во время своей работы педагог должен помнить, что большинство зависимостей исходят из-за неудовлетворенности собой и своей жизнью. Важно обратить внимание на самооценку подростка, которая в силу возраста нестабильна. Дополнительное образование создает идеальное подспорье для раскрытия личности, ее талантов и творческих способностей, дает огромные возможности для самовыражения. Задачей педагога дополнительного образования является дать подростку воспользоваться этими возможностями, объяснить, что любые эмоции всегда можно выразить в своем творчестве, а сам он является носителем огромного внутреннего мира, который еще более красочный и безграничный, чем виртуальный. Данные условия помогут подростку принять себя, оценить свои способности по достоинству, избежать стресса от недовольства собой. В этом случае учащийся будет уделять больше времени своему хобби, а не тратить его на компьютерные игры или бессмысленное пребывание в сети Интернет.

Стоит отметить, что нахождение подростка в учреждениях дополнительного образования способствуют появлению у него общения на основе общих интересов. Задачей педагога здесь является обратить внимание на взаимодействие учащихся друг с другом. При необходимости проводить работу, направленную на сплочение коллектива, совместную творческую деятельность и создание условий, в которых подростки совместно решали бы проблемные ситуации и активно помогали друг другу. Все эти меры помогут подростку обрести важные социальные навыки, которые послужат для него стимулом реализовывать себя через общение в реальности, а не в сети.

Еще одной из важных целей системы работы педагога дополнительного образования по профилактике компьютерной зависимости у детей подросткового возраста является умение заинтересовать их в преподаваемой им деятельности. Нестандартный подход, создание условий для активности подростков, умение быть с ними «на одной волне» – все это сможет вызвать отклик даже у подростка

с уже имеющейся компьютерной зависимостью, что приведет его к возможности вернуть утраченный интерес к реальной жизни.

В целом задачи, которые стоят перед педагогом дополнительного образования по профилактике зависимости от компьютера можно охарактеризовать, как:

- выявление творческих способностей и предрасположенностей к какой-либо деятельности личности подростка;
- выявление сильных сторон личности;
- поднятие самооценки подростка;
- организация сплочения коллектива;
- поддержание интереса подростка в получении нового опыта;
- поддержание психического и физического самочувствия подростка;
- создание у подростка мотивации к саморазвитию вне виртуального мира;
- обнаружение основных причин появления зависимости у подростков;
- отбор средств и способов устранения компьютерной зависимости у детей подросткового возраста;
- улучшение условий жизни, воспитания, обучения;
- организация педагогического процесса, который способствовал бы развитию личности;
- своевременное выявление детей, подверженных зависимости;
- оздоровление внутреннего мира подростка, преодоление его психологических кризисов.

Тем самым, мы можем говорить о том, что в системе работы педагога дополнительного образования по профилактике компьютерной зависимости основными задачами является создание мер, направленных на коллективную работу, что впоследствии приведет к развитию коммуникативных навыков и стратегии выхода подростка из конфликтных ситуаций, а также мер по снижению количества времени, которое он может потратить на компьютерные игры или социальные сети.

Компьютерная зависимость – одна из ключевых и распространенных проблем современности, которой, в силу возрастных кризисов, особенно подвержены подростки. Важно быть внимательным к ребенку в подростковом возрасте, чтобы заметить возможное появление тех или иных симптомов данной зависимости, нежели потом заниматься исправлением критической ситуации.

Одна из самых основных задач по сбережению психического и физического здоровья подростка ложится на педагога дополнительного образования, так как, творческая деятельность и нахождение в коллективе сверстников благоприятно сказывается на нем, его самооценке и возможностях самовыражения, то у несовершеннолетнего не появляется необходимость сбежать в виртуальный мир.

Главные цели дополнительного образования – это не только дать фундаментальные знания, но и предупредить формирование зависимого поведения подростка от компьютера.

### *Список литературы*

1. Асмолов А.Г. Дополнительное образование как зона ближайшего развития образования в России: от традиционной педагогики к логике развития / А.Г. Асмолов // Внешкольник. – 1997. – №9. – С. 7. EDN THSQKC
2. Азарова Р.И. Досуг современной молодежи / Р.И. Азарова // Внешкольник. – 2003.
3. Васильева Е.В. Компьютерная зависимость подростка как социально-педагогическая проблема / Е.В. Васильева // Гаудеамус. – 2016. – №2. – С. 32–39. EDN WFBIF
4. Гатальский В.Д. Система педагогической пропедевтики девиантного поведения учащейся молодежи: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Владимир Дмитриевич Гатальский. – СПб., 2011. – 21 с. EDN QHKZZL
5. Гундарева И.П. О последствиях восприятия телевизионной информации младшими школьниками / И.П. Гундарева // Воспитание школьников. – 2005. – №9.

6. Егоров А.Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А.Ю. Егоров, Н. Кузнецова, Е. Петрова // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2005. Т. 5. №2. – С. 20–27. – EDN RVKORZ