

Основной формой донесения информации о воспитании детей 80 % педагогов считают родительское собрание, 20 % – личные беседы. В рамках воспитательно-образовательной работы основной формой взаимодействия с родителями 70 % педагогов считают родительское собрание, 20 % – привлечение родителей к участию в праздниках, мероприятиях, выставках, наконец, по 10 % соответственно, – более современную форму собрания – круглый стол, а также оформление информационных стендов.

Среди затруднений, возникающих в процессе работы с родителями, 50 % педагогов отметили коммуникативные трудности, еще 50 % – поиск индивидуального подхода к каждому родителю.

Что касается помощи, которую педагоги хотели бы получить в организации общения с родителями, то 80 % опрошенных предпочли бы иметь конкретные конспекты и сценарии мероприятий с родителями, 20 % – помощь в изучении образовательных потребностей родителей.

Заключение. Таким образом, мы можем сделать вывод, что опрошенные педагоги имеют некоторые трудности в коммуникации с родителями воспитанников, в частности, по вопросам художественно-эстетического развития детей. При этом педагоги постоянно занимаются самообразованием в области взаимодействия с родителями, ищут новые формы взаимодействия. Родители детей, посещающих детский сад, недостаточно вникают в проблемы учреждения дошкольного образования и недостаточно принимают участия в жизни детского сада и своего ребенка в нем. При этом они заинтересованы в улучшении качества воспитательно-образовательного процесса. Полученные результаты дают возможность говорить о необходимости проведения целенаправленной работы по оптимизации взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и семьи.

УДК 316.624-053.6:004.77

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

И. В. Шабашёва

Витебск, ВГУ имени П. М. Машерова
(e-mail: inna30-05@mail.ru),

А. И. Шабашёва

Витебск, ВГУ имени П. М. Машерова
(e-mail: denchik.nastasya@mail.ru)

Аннотация. Статья посвящена такой актуальной проблеме, как влияние Интернета на жизнь человека, выражающееся в т.ч. в росте интернет-зависимости, набирающей обороты в связи с растущим доступом детей и подростков ко всемирной «паутине». Особое внимание уделено профилактике интернет-зависимости подростков средствами социально-культурной деятельности.

Ключевые слова: зависимость, интернет-зависимость, компьютерная зависимость, профилактика интернет-зависимости.

PREVENTION OF INTERNET ADDICTION AMONG ADOLESCENTS

I. V. Shabasheva, A. I. Shabasheva

Vitebsk, VSU named after P. M. Masherov

Abstract. The article is devoted to such an urgent problem as the influence of the Internet on human life, expressed, among other things, in the growth of Internet addiction, which is gaining momentum due to the growing access of children and adolescents to the world Wide Web. Special attention is paid to the prevention of Internet addiction of adolescents by means of socio-cultural activities.

Key words: addiction, Internet addiction, computer addiction, prevention of Internet addiction.

За последнее десятилетие Интернет стал неотъемлемой частью жизни для большинства населения. Сегодня любой современный человек хоть раз в день, для общения, работы или просто поиска нужной информации посещает сети всемирной паутины. Безусловно, Интернет имеет огромное значение в современном мире и приносит большую пользу человечеству: как неиссякаемый источник информации, доступный способ приобретения навыков и знаний, как незаменимый помощник в работе и бизнесе, как средство проведения и планирования досуга, как место для знакомств и способ поддержания связи. Интернет облегчает выбор и покупку необходимых товаров и услуг, а также позволяет сэкономить на их приобретении.

На сегодняшний день, согласно различным независимым исследованиям, проведенным в Беларуси за последние несколько лет, в среднем около 30% владельцев компьютеров в возрасте от 15 до 30 лет страдают зависимостью от Интернета. Они более 5 часов в сутки проводят в социальных сетях или за компьютерными играми [1, с.22].

Проблема патологического использования сети Интернет довольно молодая. Особенно актуальной она стала в настоящее время. На сегодняшний день по количеству пользователей Интернета Беларусь занимает 13 место в мире. Каждый третий житель Беларуси является пользователем Интернета, а каждый седьмой – посещает Интернет ежедневно. Число пользователей «Всемирной паутины» с каждым днём увеличивается.

Подростки по ряду причин составляют основную массу посетителей сети, и именно среди этой группы населения больше всего велик риск интернет-зависимости. Постоянная потребность в информации, высокая познавательная мотивация, высокая социальная активность формируют из подростков основную массу пользователей Интернета. Частое обращение к услугам сети, лёгкость в пользовании её возможностями, простота и необременительность общения через Интернет, полнота и доступность хранящейся в нём ин-

формации, большой каталог развлечений и возможностей становятся основными причинами Интернет-зависимости подростков [2, с. 64].

Таким образом, профилактика Интернет-зависимости подростков возможна через создание психолого-педагогических условий для разделения правовой ответственности подростков и информирование их о последствиях Интернет-зависимости для личного здоровья и здоровья людей в социальном окружении, а также посредством проведения профилактических мероприятий по укреплению нравственно-психического здоровья, снижению уровня тревожности, повышению самооценки, организованности досуговой деятельности.

Материал и методы. Исследование было проведено на базе ГУО «Средняя школа № 46 г. Витебска имени И. Х. Баграмяна». Для выявления Интернет-зависимых был взят тест К. Янг, который содержит в себе 20 вопросов, на которые предлагается ответить при помощи следующей шкалы с баллами: 1 – «Никогда или крайне редко»; 2 – «Иногда»; 3 – «Регулярно»; 4 – «Часто»; 5 – «Всегда». Результаты получаются при помощи суммирования баллов у отмеченных ответов. Чем больше суммарный балл, тем выше уровень зависимости и проблем, которые возникают из-за использования Интернета. В исследовании приняли участие 116 респондентов женского и мужского пола, в возрасте от 15 до 17 лет.

Результаты и их обсуждение. Интернет-зависимость – это навязчивое желание подключиться к Интернету, и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета. По данным различных исследований, Интернет-зависимыми сегодня являются около 10% пользователей во всём мире. В частности, некоторые учащиеся настолько увлекаются виртуальным пространством, что начинают предпочитать Интернет реальности, проводя за компьютером до 18 часов в день.

Часто причиной возникновения Интернет-зависимости у подростков становятся неуверенность в себе и отсутствие возможности самовыражения. Если ребенок страдает Интернет зависимостью, нужно постараться понять его и в какой-то мере разделить его интерес к Интернету. Основной мерой предотвращения возникновения зависимости любого типа у детей является правильное воспитание ребенка. При этом важно не ограничивать детей в их действиях (например, запрещать те или иные игры), а объяснять, почему то или иное занятие или увлечение для него не желательно. Рекомендуется ограничивать доступ детей к играм и фильмам, основанным на насилии, которых достаточно в Интернете. Категорический запрет того или иного вида информации безо всяких объяснений только увеличит интерес ребенка к этой информации, а существование запрета сделает невозможным обсуждение проблемы между родителями и ребенком [3, с. 56].

В рамках исследовательской работы нами было проведено исследование с целью выявления Интернет-зависимых. По результатам опроса можно сделать следующие выводы:

– 43% респондентов – обычные пользователи интернета, не страдающие Интернет-зависимостью;

– 62% респондентов являются Интернет-зависимыми, но некоторые из них еще вправе себя контролировать, а некоторые уже нет. Из них:

– 52% респондентов набрали 40-59 баллов и являются средними пользователями сети. Они, временами могут находиться там чуть дольше нужного, но определённо владеют ситуацией;

– 5% респондентов, набравшие более 60 баллов, страдают сильной Интернет-зависимостью. Она вызывает значительные проблемы в их жизни. Им стоит оценить влияние Интернета на их жизнь и немедленно обсудить со специалистом по психическому здоровью проблемы, вызванные их деятельностью как пользователя «Всемирной паутины».

На вопрос «Как часто Вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем задумывались?» – 39% испытуемых ответили «Регулярно», 32% – «Иногда», 16% – «Никогда или крайне редко», 10% – «Часто», 3% – «Всегда». Из результатов мы видим, что большая часть подростков регулярно посещает сеть Интернет без надобности.

34% респондентов «Иногда» забрасывают свои домашние обязанности для того, чтобы провести больше времени в сети, 15% делают это «Часто», 21% респондентов предпочитают заниматься свои домашними делами, без нужды проводить время в сети, 21% и 9% – предпочитают домашним делам сеть Интернет.

Что касается новых знакомств в сети Интернет, то здесь 45% испытуемых «Регулярно» заводят новые отношения в сети Интернет, 18% делают это «Иногда», 23% – «Часто», 8% ответили – «Всегда», 6% «Никогда» не знакомятся в сети Интернет. Можно сделать вывод о том, что большое количество времени подростки проводят на чатах, форумах, сайтах знакомств, где заводят новые знакомства.

Интересуясь, как часто подростки проверяют свою электронную почту, мнения респондентов распределились таким образом: 35% – «Часто», 24% – «Всегда», 18% – «Регулярно», 20% – «Иногда», 3% – «Никогда или крайне редко».

Задавая вопрос «Как часто Вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, пустой и безинтересной?» 30% и 31% респондентов ответили, что боятся потери сети Интернет, 16% – задумываются о жизнь без Интернета, 8% и 15% – не боятся жизни без сети Интернет. Можно сделать вывод о том, что подавляющее количество испытуемых проводят в сети Интернет значительное количество времени, тем самым развлекая себя.

28% испытуемых ответили, что «Регулярно» знакомые жалуются по поводу количества времени, проведённое ими в сети Интернет, 33% – «Иногда» слышат замечания, 14% – «Часто», 13% – «Иногда или крайне редко», 12% – «Всегда».

Так, например, мы выяснили, что у 41% респондентов из-за частого использования Интернета «Регулярно» страдает эффективность или про-

дуктивность выполняемой работы, 21% – «Иногда», у 18% респондентов «Всегда» страдает эффективность или продуктивность, 11% ответили «Часто», у 9% «Никогда или крайне редко» страдает эффективность или продуктивность из-за частого использования сети Интернет.

Мы установили, что 36% респондентов «Часто» испытывают предвкушение следующего выхода в сеть Интернет, 27% ответили «Регулярно», 18% и 14% соответственно «Иногда» или «Никогда», 5% испытуемых «Всегда» испытывают предвкушения выхода в сеть Интернет.

Спрашивая у респондентов, как часто Вы выбираете провести больше времени в сети вместо того, чтобы встретиться с друзьями, 44% – «Иногда», 19% – «Никогда или крайне редко», 16% – «Регулярно», 14% – «Часто», 7% – «Всегда». Такие данные могут свидетельствовать о том, что общение через сеть Интернет становится приоритетнее чем «живое» общение.

Таким образом, тест на Интернет-зависимость Кимберли Янг показал, что привыкание к интернету среди подростков начинает развиваться, т.к. большинство опрошенных (62%) страдают Интернет-зависимостью. Но поскольку основную массу из них составляют слабовисимые (52%) и не зависимые (43%), то можно сделать вывод, что ситуация находится под контролем. Подростки в сети Интернет большую часть времени посещают сайты знакомств, чаты, форум, онлайн игры. Для многих респондентов сеть Интернет – это досуг, способ развлечения, уход из реальности.

Заключение. Исходя из результатов анкетного опроса, нами была разработана и апробирована программа по профилактике Интернет-зависимости среди подростков. Задачи – просвещение родителей и учащихся о причинах и последствиях Интернет-зависимости; обучение учащихся правилам безопасного поведения в Интернет-пространстве, устранение риска вовлечения подростков в противоправную деятельность; обучение подростков приемам самовыражения; организация досуговой деятельности. Целевая аудитория: учащиеся 5-11 классов.

Результаты реализации программы: проведены 2 занятия с элементами тренинга для учащихся 9-11 классов (25 человек); в рамках мониторинга, диагностика на Интернет-зависимость (116 респондентов), просмотр видеофильма «Виртуальная агрессия»; проведены игровые занятия «Виртуальный мир» для учащихся 5-8 классов (35 человек); разработаны методические рекомендации для подростков, родителей, педагогов по предупреждению Интернет-зависимости в подростковой среде; разработан буклет на тему «Игровая зависимость».

Все сказанное заставляет задуматься, ведь от того чем занимается подросток в свободное время, как организывает свой досуг, зависит дальнейшее формирование его личностных качеств, потребностей, ценностных ориентаций, мировоззренческих установок, а в целом предопределяет его положение в обществе. Проблема Интернет-зависимости среди подростков является актуальной в настоящее время. Подростки во взаимодействии с Интернетом находятся в большой опасности, так как представ-

ляют собой наиболее незащищенную аудиторию, поскольку в меньшей степени, чем взрослые, в состоянии фильтровать тот вал информации, который обрушивается на них из Интернета. Воспитание компьютерной культуры, самовоспитание пользователей – вот противоядие Интернет-зависимости.

Список использованных источников:

1. Шаблина, В. В., Чума 21 века – Интернет-зависимость / В. А. Шаблина // Журнал практического психолога. – 2010. – № 6. – С. 22–27.
2. Шабашева, А. И. Профилактика Интернет-зависимости в студенческой среде посредством социально-педагогической работы / А. И. Шабашева, И. В. Шабашева // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер : сб. науч. статей. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – С. 63–67. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33028.pdf>. (дата обращения: 16.09.2022).
3. Куртышева, М. А. Как сохранить психологическое здоровье детей / М. А. Куртышева. – М. : СПб, 2005. – 56 с.