

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Южно-Уральский государственный  
гуманитарно-педагогический университет»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

Работа педагога с семьёй по профилактике Интернет-зависимости у детей  
младшего школьного возраста

**Выпускная квалификационная работа**

по направлению 44.03.01-Педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата - Начальное образование.

Проверка на объем заимствований:

62,77 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

«2» июня 2019 г.

Зав. кафедрой ПП и ПМ

д. п. н., профессор Волчегорская Е.Ю.

Выполнила:

Баранова Вероника Васильевна

Студентка группы: ОФ-408/070-4-1

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ПП и ПМ

Жукова Марина Владимировна

Челябинск, 2019

## Оглавление

Введение.....	3
Глава I Теоретические аспекты работы педагога по профилактике Интернет-зависимости у младших школьников .....	7
1.1 Зависимость от виртуальной реальности (Интернет - зависимость) как вид аддиктивного поведения.....	7
1.2 Направления деятельности педагога по профилактике интернет – зависимости .....	22
Выводы по I главе .....	26
Глава II Экспериментальная работа по предупреждению интернет - зависимости младших школьников .....	28
2.1 Ход экспериментальной работы.....	28
2.2 Анализ результатов экспериментальной работы .....	30
Выводы по II главе.....	37
Заключение.....	38
Список литературы.....	40
Приложения.....	44

## **Введение**

В настоящее время интернет стал неотъемлемой частью жизни любого современного человека.

В России 1 сентября 2012 года вступил в силу федеральный закон 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

Как показывает статистика, число пользователей, регулярно использующих «всемирную паутину», составляет около 1,5 млрд. человек, это примерно около четверти населения Земли, и около 5-7% из которых делают это ежедневно. С каждым днем количество пользователей увеличивается. Вся наша культура становится более зависимой от этой технологии, что влечёт за собой возникновение большого спектра проблем.

В связи с быстрыми темпами развития компьютерной техники и современных средств коммуникации, использование информационных технологий (далее – ИТ) становится необходимым практически в любой сфере деятельности человека, не исключением будет процесс обучения младших школьников. Широкое использование Интернет-ресурсов в начальной школе позволяет выработать умение самостоятельно собирать информацию, анализировать, обобщать и передавать ее другим людям, а также осваивать новые технологии. Но, как говорится, у любой медали есть обратная сторона: у детей младшего школьного возраста из-за возрастных особенностей еще нестабильна психика, она максимально подвержена привыканию и если ребёнок будет проявлять чрезмерный интерес к интернету в целом, а в том числе к сетевым играм и социальным сетям, может сформироваться аддиктивное поведение.

Для того, чтобы избежать формирования интернет-зависимости у младших школьников учителю необходимо проводить работу по профилактике данного вида аддиктивного поведения.

Психологическая зависимость от использования социальных сетей и сетевых игр проявляется не только у подрастающего поколения, но также и у

их родителей. А ребёнок в младшем школьном возрасте ещё очень подражателен, способен на бессознательное заимствование действий у своих родителей. По причине этого становится актуальна проблема недостаточного внимания педагога к работе с семьёй по профилактике формирования Интернет-зависимости. Под Интернет-зависимостью принято понимать психическое расстройство, сопутствующее огромным числом поведенческих проблем и по большому счету заключающееся в неспособности человека своевременно выйти из интернета, а также его нахождение в постоянном маниакальном желании снова туда зайти.

Отдельные аспекты рассматриваемой проблемы в той или иной мере изучались социологами, психологами, педагогами и психиатрами. Среди зарубежных и отечественных исследований, посвященных феномену Интернет-зависимости, особое место занимают работы А.Е.Войскунского, А.Голдберга, М.Гриффитс, Д.Гринфилда, Дж.Грохола, Р.Дэвиса, А.Ю.Егорова, А.Е.Жичкиной, Дж.Морэйхэн-Мартина, К.Суррат, П. Шумахера, Ч.Чу и ряда других авторов. Они предложили определения интернет-зависимости, критерии и оценочные инструменты. Результаты проведенных исследований послужили для многих специалистов практиков основой для разработки системы профилактических мер. Их работы во многом определяют современное состояние и перспективы изучения проблемы.

Таким образом возникает **противоречие**: между учащающимися случаями формирования Интернет-аддикции у детей младшего школьного возраста и недостаточным методическим обеспечением работы с семьей в данном направлении.

**Проблема исследования:** каково содержание работы педагога с семьёй по предупреждению формирования интернет-зависимости у младших школьников?

Всё выше сказанное обусловило выбор темы: **«Работа педагога с семьёй по профилактике Интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста»**

**Цель исследования:** изучить теоретические аспекты работы педагога с семьёй по профилактике Интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста для составления программы работы учителя начальных классов по предупреждению Интернет-аддикции школьников.

**Объект исследования:** интернет-зависимость как вид аддиктивного поведения.

**Предмет исследования:** работа педагога семьёй по профилактике интернет-зависимости у младших школьников.

**Задачи исследования:**

1. Рассмотреть зависимость от виртуальной реальности (интернет-зависимость) как вид аддиктивного поведения.
2. Изучить направления деятельности педагога по профилактике интернет-зависимости.
3. Экспериментальным путем проверить взаимосвязь Интернет-зависимости детей и родителей.
4. Разработать программу работы педагога с семьёй по предупреждению формирования интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста.

**База исследования:** МБОУ «СОШ №47» г. Троицка Челябинской области. В исследовании принимали участие учащиеся 4 «а» класса и их родители.

**Этапы исследования:**

1. Поисково-подготовительный этап. На данном этапе проводился теоретический анализ психолого-педагогический, методической и специальной литературы по проблеме; уточнялись цели, объект, предмет, задачи и методы исследования;
2. Экспериментальный этап. Проводилось тестирование детей младшего школьного возраста и их родителей на выявление влияния интернет-зависимости родителей на формирование зависимости их детей. Подбирались рекомендации родителям по предупреждению

формирования интернет-зависимости младших школьников на основе которых была разработана программа работы педагога по предупреждению формирования интернет-зависимости у младших школьников.

3. Обобщающий этап. Формулировались окончательные выводы, оформлялась квалификационная работа.

**Практическая значимость работы** состоит в составлении программы работы педагога с семьёй по предупреждению интернет-зависимости у младших школьников, которая может быть использованы в образовательном учреждении.

**Структура работы:** квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения. Список литературы представлен 38 источниками. В тексте работы 2 таблицы и 3 рисунка.

# **Глава I Теоретические аспекты работы педагога по профилактике Интернет-зависимости у младших школьников**

## **1.1 Зависимость от виртуальной реальности (Интернет - зависимость) как вид аддиктивного поведения**

Большую значимость в исследовательской и терапевтической практике психологов с полным основанием занимают вопросы психологии зависимости. Концепция о зависимостях, или аддиктология образовалась на стыке психологии и медицины, немалую роль в формировании также сыграли педагогика и социология. Одновременно с поиском и совершенствованием средств для искоренения традиционных видов зависимостей, таких, как наркомания, токсикомания, алкоголизм или табакокурение, прослеживается появление более широкого спектра представлений о зависимости. В связи с многообразием способов «ухода» из реальной жизни немалую популярность в психологии набирает проблематика изменённых состояний сознания [1].

В 80-х годах XX века впервые в научной литературе появился термин «аддиктивное поведение» (W. Muller, 1984; M. Landry 1987), под которым понималось злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака до того, как от них сформируется зависимость [3].

В современном научном мире этот термин видоизменился и аддиктивное поведение стали рассматривать как одну из форм девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности, что направлено на развитие и поддержание интенсивных эмоций. Всё чаще термин «аддикция» рассматривается зарубежными исследователями как синоним слова зависимость, а «аддиктивное поведение» как зависимое поведение. Отечественные же исследователи смотрят на аддиктивное поведение с

другой точки зрения, трактуют как не полностью сформировавшуюся болезнь. Так, например, В. Худяков при изучении аддиктивного поведения выделил 4 основных критерия [9]:

1. Социальный критерий (частое групповое употребление психоактивных веществ как средство решения всех возникающих проблем)
2. Психологический критерий (отсутствие мотивации для прекращения употребления психоактивных веществ)
3. Физиологический критерий (привыкание организма к психоактивным веществам без каких-либо видов отторжения, к примеру отсутствие рвотного рефлекса при их употреблении)
4. Клинический критерий (амнестические расстройства в состоянии алкогольного и токсиконарколологического опьянения, усиление интенсивности аффективного компонента в структуре влечений)

Аддиктивное поведение как одна из форм девиантного поведения личности имеет несколько видов проявлений:

- зависимость от химических веществ (табакокурение, токсикомания, наркотическая зависимость, алкогольная зависимость);
- расстройство пищевого поведения (переедание, голодание, отказ от еды);
- зависимость от компьютеризации (интернет-зависимость, компьютерная зависимость, азартные игры, т.е. гэмблинг);
- религиозно-деструктивное поведение (религиозный фанатизм, вовлеченность в секту).
- созависимость

Таким образом, аддикции охватывают химическую, эмоциональную зависимость, а также созависимость.

Химическая зависимость, по определению Всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ), – это психическое, а иногда соматическое состояние, являющееся следствием повторного употребления естественного или синтетического психоактивного вещества. Психоактивное



вещество (далее — ПАВ) – вещество, которое оказывает наркотическое воздействие на организм человека. К ПАВ относятся наркотические и некоторые официально не причисленные к ним вещества: алкоголь, никотин, кофеин, группа средств фармацевтической и бытовой химии. Наркотик (от греч. *narkoticos* – одурманивающий) – вещество, которое официально признано опасным для социума из-за его особенности, которая проявляется в том, что при однократном употреблении оно способствует появлению комфортно-психического состояния, а при постоянном – психологической или физической зависимости. Зависимость от ПАВ, официально не причисленных к наркотическим веществам, называется токсикоманией. Применяется также и другой, ненаучный термин «привыкание», который подразумевает психологическую зависимость больного от препарата, принимаемого с целью облегчить нестерпимы болевые проявления заболеваний [2].

Эмоциональная зависимость проявляется в азартном поведении, при котором, желание к деятельности овладевает человеком полностью. Способствуют этому, к примеру, эйфоризирующие вещества, которые выделяются во время «творческого запоя» у трудоголика, а у созависимых так называемые токсические эмоции: тревога за зависимого, жалость к нему, периодическое появление стыда, вины, обиды, ненависти. При полном удовлетворении этих патологических эмоциональных потребностей у аддикта возникает непередаваемое чувство удовольствия и облегчения. И так, азартное поведение делится на импульсивное–без борьбы мотивов, и компульсивное, где эта борьба присутствует. Импульсивное поведение характерно для патологических влечений. Это может быть воровство при kleptomании, азартные игры при патологическом гэмблинге, поджог при пиромании, переедание при булимии. Компульсивное же поведение наблюдается при сверхценных увлечениях, таких как аддикции к деньгам, трудоголизме, фанатизме и т. п. [2].

Ещё одним видом аддиктивного поведения является созависимость. Термин «созависимость» появился в результате изучения природы химических зависимостей, их воздействия на человека и влияния, которое оказывает заболевание химически зависимого на окружающих. Например, алкоголик зависит от алкоголя, или наркоман зависит от наркотиков, игрок — от казино, а их близкие зависят от самого алкоголика, наркомана или игрока. На первый взгляд — это просто общая фраза, все мы в разной степени зависим друг от друга. Но созависимость отличается от других зависимостей и имеет свои особенности и черты, носящие болезненный характер. Болезненный, так как мы зависим от больного человека и как бы заражаемся от него его болезнью [4]. Именно поэтому О. де Бальзак писал:

«Ничто нас так не связывает, как человеческие пороки» [7].

Причин для проявления аддиктивного поведения немислимое количество, но одной из главных будет кардинальное изменение неудовлетворяющего психического состояния личности, которое представляется для неё как «серое», «скучное», «монотонное» и «апатичное». Человеку с таким мировоззрением не удастся найти «занятие по душе», обеспечить своё применение в какой-либо сфере деятельности, которая могла бы увлечь и обрадовать или вызвать иную существенную и выраженную эмоциональную реакцию. Жизнь видится ему неинтересной, в силу ее обыденности и однообразности. У индивида с аддиктивной нацеленностью поведения значительно снижена активность в обыденной жизни, наполненной требованиями и ожиданиями. При этом активность аддиктивного поведения носит избирательный характер — в тех областях жизни, которые пусть временно, но приносят человеку удовлетворение и вытягивают его из мира эмоциональной стагнации (бесчувственности), он может проявлять исключительную активность для достижения цели.

Об ещё одной из причин аддиктивного (отклоняющегося) поведения писал Л.С. Выготский, делая акцент на том, что «подобно тому, как патология рождает физиологию, основные законы детского развития и воспитания

обнаруживаются с наибольшей отчетливостью тогда, когда они изучаются в формах, отклоняющихся от общего пути» [8].

Аддиктивное поведение является одним из наиболее распространённых отклонений в современном мире. Одну из главных ролей в его формировании реализуют социальные факторы. Очевидным является тот факт, что начало отклонения очень часто приходится на период детства, когда ребёнок только учится противостоять неблагоприятным обстоятельствам своей жизни. Ведь именно способность человека преодолевать препятствия и справляться с периодами психологического спада служит гарантией предотвращения развития отклоняющегося поведения. На первой стадии развития аддиктивного поведения возможно педагогическое вмешательство и педагогическая коррекция. Вторая стадия предполагает совместную работу педагога и психолога. Что касается последующих стадий развития, то они требуют специального вмешательства специалистов медицинского профиля и опытного психотерапевта, т.е. не могут быть оставлены на уровне психолого-педагогической деятельности[5].

Выделяются общие признаки аддиктивного поведения:

1. Зависимое поведение личности проявляется в её стабильном стремлении к изменению психофизического состояния. Это влечение переживается человеком как неодолимое, не насыщаемое. С внешней стороны это может выглядеть как потеря самоконтроля.

2. Аддиктивное поведение представляет собой непрерывный процесс формирования и развития аддикции. Мотивация поведения различна на различных стадиях сформированности зависимости. Длительность и характер протекания стадий зависят от особенностей объекта (например, от вида наркотического вещества) и индивидуальных особенностей аддикта.

3. Цикличность аддиктивного поведения. Фазы одного цикла можно описать следующим образом; наличие внутренней готовности к аддиктивному поведению – усиление желания и напряжения – ожидание и активный поиск объекта аддикции – получение объекта и достижение

специфических переживаний – расслабление; фаза ремиссии (относительного покоя). Далее цикл повторяется с индивидуальной частотой и выраженностью (для одного аддикта цикл может продолжаться месяц, для другого – один день).

4. Зависимое поведение не обязательно приводит к заболеванию или смерти (как, например, в случаях алкоголизма и наркомании), но закономерно вызывает личностные изменения и социальную дезадаптацию. Первостепенное значение имеет формирование аддиктивной установки.

Аддиктивная установка – совокупность когнитивных, эмоциональных и поведенческих особенностей, вызывающих аддиктивное отношение к жизни. Она выражается в появлении сверхценностного эмоционального отношения к объекту аддикции. Всё больше и больше начинают преобладать мысли и разговоры об объекте аддикции. Появляются оправдания стереотипами («все курят и я буду», «без алкоголя нельзя снять стресс», «кто пьёт, того болезни не берут» и т.д.). При этом человек начинает воображать, фантазировать, о собственном психическом могуществе, он уверен, что может остановиться в любой момент, без появления какой-либо зависимости, утверждает, что всё происходит только по желанию. Вследствие этого снижается критичность к негативным последствиям аддиктивного поведения и аддиктивному окружению («всё нормально», «я смогу себя контролировать», «наркоманы –тоже люди и они зачастую хорошие товарищи и интересные собеседники » и т.д.). Параллельно развивается недоверие ко всем «другим», в том числе специалистам, пытающимся оказать аддикту помощь («они не могут меня понять, потому что сами не знают, что это такое»).

Аддиктивная установка неизбежно приводит к тому, что объект зависимости становится целью существования, а обращение к нему – образом жизни. Жизненное пространство сужается до ситуации получения объекта. Все остальное перестаёт быть значимым. Желание стать с объектом «одним целым» настолько доминирует, что человек всеми путями и

способами стремится преодолеть любые преграды на пути к нему, проявляя необыкновенную изобретательность и упорство. Не удивительно, что ложь зачастую становится неизменным спутником аддиктивного поведения. Критичность к себе и своему поведению очень сильно снижается, усиливается защитно-агрессивное поведение, нарастают признаки социальной дезадаптации.

Таким образом, понятие аддиктивное поведение охватывает разного рода виды поведения, например, такие как зависимость от наркотических веществ и алкоголя, табакокурение, пристрастие к азартным играм и переедание, зависимость от сетевых игр и интернета в целом и т.д. Данные виды поведения подпитывает чрезмерная сила подсознания и это способствует появлению у них таких качеств, как неодолимость влечения, требовательность, ненасытность и импульсивная безусловность выполнения. Аддиктивное (зависимое) поведение имеет огромное количество различных патологий разной степени тяжести от небольшого пристрастия, до тяжелой психологической и биологической зависимости.

Специалистами в данной области, наркологами, социальными работниками, педагогами и психологами в первую очередь разрабатываются программы профилактики, которые ориентированы на всестороннее развитие личности, привитие интереса к какому-либо занятию, доставляющему эмоциональное удовольствие, не подверженному зависимостям, а так же, данные программы нацелены на формирование ценности свободы – самостоятельной, ответственной и инициативной.

Интернет-зависимость является одной из форм проявления аддиктивного поведения.

Впервые термин «Интернет-зависимость» был выведен в 1995 году доктором Айвеном Голдбергом, под которым он понимал такое психическое состояние, для которого характерно постоянное навязчивое желание пользоваться Интернетом и невозможность избавиться от этого желания. Наряду с ним Эрик Кандел ввёл в 1998 году более узкое понятие «Интернет-

зависимость», которое включает в себя любой вид деятельности в сети. В современном мире «Интернет-зависимость (Интернет-аддикция, виртуальная аддикция, сетевая аддикция)» трактуется как навязчивое или компульсивное желание войти в Интернет, находясь off-line, и невозможность выйти из Интернета, находясь on-line.

Часто Интернет-зависимость понимается гораздо шире, к ней относят:

- «информационную перегрузку», т.е. компульсивную навигацию по WWW, поиск в удаленных базах данных;
- патологическую привязанность к азартным играм, on-line аукционам или электронным покупкам в Интернете;
- зависимость от «кибер-отношений» (общения в чатах, групповых играх и телеконференциях)

Как и любая патология, интернет-зависимость имеет свои проявления.

Основными из них, которые определяют данное нарушение поведения, можно считать следующие:

- постоянное желание проверить свой e-mail;
- ожидание следующего выхода в сеть;
- приём пищи перед монитором;
- вход в интернет не по необходимости;
- потеря ощущения времени on-line;
- более частая коммуникация с людьми on-line, чем при личной встрече;
- чувство нервозности, находясь off-line, перед выходом в Сеть;
- игнорирование семейных и рабочих обязанностей, общественной жизни, научной деятельности или состояния своего здоровья в связи с углубленностью в интернет;
- невозможность сократить время пребывания в интернете;
- непреодолимая тяга поиска информации в сети;

- вход в интернет с целью уйти от проблем или заглушить чувства беспомощности, вины, тревоги или подавленности;
- появление усталости, раздражительности, снижение настроения при прекращении пребывания в сети и непреодолимое желание вернуться за компьютер;
- «тайное» вхождение в интернет в момент отсутствия супруга или других членов семьи, сопровождающееся чувством облегчения или вины;
- отрицание наличия зависимости.

Интернет сам по себе не является хорошим или плохим – это просто часть окружающего нас мира, во многом полезная и нужная. Являясь неисчерпаемым источником информации, интернет привлекает как детей, так и взрослых возможностью узнать и увидеть всё что угодно. Иногда поиск новой информации становится буквально навязчивой идеей. Любопытный ребёнок в свою очередь стремится получить как можно больше: общения, игр, мультфильмов, развлечений – и потому много времени проводит в виртуальном пространстве, зачастую в ущерб реальной жизни. Социализацию и общение со сверстниками заменяет фактически одностороннее on-line-общение. Активным играм на свежем воздухе всё больше младшие школьники предпочитают сетевые игры, далеко не всегда безобидные.

Несмотря на то, что стремления, возникающие при Интернет-зависимости, изначально несут положительные аспекты, данный тип зависимости, как и любая другая аддикция, ведет к деградации личности, разложению социального статуса, потере собственного «Я», ухудшению психологического состояния, возбуждению внутренних раздражителей, возникновению агрессии, замкнутости.

Парадоксальным является тот факт, что родственники или друзья аддикта, осознающие его подобный психологический недуг, легко сами становятся зависимыми от всемирной паутины. Будучи самостоятельными субъектами ситуации, они уже не могут оказать какую-либо

психологическую помощь или поддержку первичному аддикту, а наоборот, лишь содействуют усугублению процесса, поскольку сами полностью теряют контроль над ситуацией, становясь полноценными адептами[3].

Каждый из членов семьи вне зависимости от своего возраста может найти в интернете то, что будет соответствовать его интересам.

Интернет пространство не имеет границ, благодаря этому появляется возможность общения между людьми разных расовых, этнических или экономических групп, которых невозможно встретить ни при каких других обстоятельствах. Помимо этого общение в сети в разы проще живого контакта. Так социолог Паскаль Вейль, проанализировав типы общения в эпоху модернизации, выделил особый вид «легкая социальность» [11]. Его особенность заключается в том, что такая форма отношений ни к чему не обязывает и обходится без каких-либо последствий. Нет ничего проще, чем к примеру, выразить сочувствие тому, с кем никогда не увидишься, реальные победы и поражения которого – лишь пустой звук. Интерактивное общение чрезвычайно заманчиво для людей отчужденных и неуверенных в себе, которые при этом хотят общения, но не находят его в окружающем их обществе и тогда на помощь приходит интернет. Всеобщая сеть не порождает одиночество, а лишь его обнаруживает.

Кроме всевозможных чатов, сайтов знакомств и социальных сетей привлекают большую аудиторию пользователей интернета – сетевые игры. Во время таких игр игрок полностью погружается в виртуальный мир своего героя и как-будто становится частью вымышленной реальности. Данные способ проведения досуга позволяет уйти от повседневности, проблем на работе или в школе, игрок теряет чувство реальности и может долгое время прибывать в игре, забыв о намеченных делах и обязанностях. Наибольшую опасность среди ролевых (сетевых) игр представляют «стрелялки», которые характеризуются элементарным сюжетом, основанном на насилии. Такие игры могут отрицательно сказаться на психике игрока и стать причиной чрезмерной агрессивности.



Сетевая игра затягивает серьезных семейных, взрослых людей, чаще мужчин. В глубине души каждый мужчина остаётся ребёнком, такова их психология, поэтому они с искренним восторгом и глазами полными азарта отдаются игре. Запустив игру, можно стать отважным покорителем космоса, капитаном вольных пиратов, бесстрашным героем племени эльфов, управлять танком или даже стать руководителем целого полка солдат. Родственники и друзья начинают терять игромана, всячески поучать и укорять, но некоторые из них могут разделять данное увлечение.

Интернет-зависимость одного из родителей может стать предпосылкой развития зависимого поведения у детей младшего школьного возраста. Родители с самого рождения являются для своего ребёнка эталоном для подражания, моделью поведения, поэтому неудивительно, если младший школьник будет проявлять интерес к их занятиям и хобби, одними из которых является общение в социальных сетях, разнообразных чатах, а также сетевые игры. Незрелость детской психики не позволяет эффективно сопротивляться погружению в виртуальный мир, что в свою очередь обуславливает развитие зависимости.

Состояние интернет-зависимости дезадаптирует родителей и их детей, выталкивает из социума, лишает интересов в реальной жизни. В такой семье формируется влечение, с которым уже сложно справиться самостоятельно. Их поведение отличается неадекватностью реакции на различные жизненные ситуации, так как реальный мир не поддается управлению с помощью нажатия на клавиши. Последствиями становятся быстрая утомляемость, проявление агрессии, раздражимость, нарушение сна, пропадает желание живого общения с окружающими. Интернет-зависимость способствует замедлению общего развития младшего школьника [14].

Формы аддикции могут сменять одна другую. Это опасно не только для самого аддикта, но и для тех, кто его окружает. Аддитивная реализация заменяет дружбу, любовь, другие виды активности.

Межличностные отношения слишком непредсказуемы для аддикта, они требуют больших усилий, немалых эмоциональных затрат, напряжения мыслительной деятельности и отдачи. Неодушевленными предметами легко манипулировать, поэтому растет уверенность в способности контролировать ситуацию. Манипулятивный стиль переносится в сферу межличностных контактов. Во взаимодействии аддиктивной личности с миром происходит специфическая переориентация: «одушевляются» предметные отношения с аддитивными агентами и «опредмечиваются» межличностные отношения.

Не смотря на такое количество последствий интернет-аддикции и всё большее распространение такого рода зависимости, окружающие не до конца осознают вредное воздействие длительного времяпровождения в сети.

Тем не менее, необходимо хорошо понимать, что интернет-зависимость это настоящая аддикция, которая имеет характерные этапы ее формирования [15].

– На первом этапе пользователь знакомится с глобальной сетью, её возможностями и выбирает для себя более подходящий вариант виртуальной активности, который становится катализатором в изменении психического состояния;

– На втором этапе происходит отдаление от реальности, устанавливается определённый зависимый ритм, который выражается в определённой последовательности обращений к выбранным интернет-ресурсам. Пользователь всё больше времени проводит в сети;

– Формируется зависимость как составляющая часть личности. Взрослый или ребёнок прекращает использовать интернет для образовательных целей или работы, а начинает погружаться в виртуальную реальность с головой. Возникает борьба между обыденным и зависимым стилем жизни. Постепенно зависимый стиль вытесняет повседневность, и становится неотъемлемой частью личности. В этот период необходим повышенный контроль над пристрастием;

– На завершающем этапе ярко выражены симптомы и признаки Интернет-зависимости. Зависимость доминирует над личностью, полностью определяет стиль жизни, отношения в социуме.

Формирование аддикции происходит не сразу, а постепенно, благодаря этому можно выделить несколько стадий.

1. Стадия легкой увлеченности. После того, когда взрослый или ребёнок младшего школьного возраста впервые завёл свой аккаунт в социальных сетях или поиграл в сетевую игру, появляется интерес к данным видам времяпровождения. Пользователь исследует возможности и функции социальных сетей, заводит первых друзей в глобальной «паутине». В сетевой игре ознакомляется с сюжетом, соотносит себя с действующим героем. Начинается сравнение между реальным и виртуальным миром и предпочтение отдаётся второму. Интернет-реальность позволяет осуществить мечты: завести большое количество друзей, с которыми всегда интересно, узнать что-то новое и тд. Один мечтал поучаствовать в гонках, купить себе иностранную гоночную машину и в игре у него появляется такая возможность. Другой хотел завести щенка, ухаживать за ним и учить командам и это тоже осуществимо в сетевой игре, а также в ней появляется возможность сравнивать достигаемые результаты с друзьями, что содействует проявлению ещё большего интереса. Личность получает удовольствие от использования Интернет-ресурсов. Многими исследователями подтверждено, что человек готов постоянно повторять действия, с помощью которых он получает положительные эмоции. Таким образом, стремление проводить свободное время в сети начинает приобретать целенаправленный характер, но пользователь этого не осознает.

Однако на данной стадии использование интернета носит ситуационный характер, а не систематический. Устойчивая потребность в сети ещё не сформирована, она не является значимой ценностью для человека.

2. Стадия увлечённости. При переходе на данную стадию у человека появляется новая потребность – потребность общения в социальных сетях, играть в сетевые игры, совершать on-line-покупки и тд. Возникает мотивация, которая опосредована потребностями ухода от проблем в реальности к исполненным мечтам в виртуальном мире. Именно на этой стадии выход в сеть становится систематичным. Если человек не может удовлетворить данную потребность по каким-либо причинам, он прибегает ко всевозможным активным действиям, чтобы получить желаемое.

3. Стадия зависимости. Происходят кардинальные изменения в ценностно-смысловой сфере личности. Выявляются изменения самосознания и самооценки. Виртуальный мир вытесняет реальный.

Можно выделить две формы, в которых проявляется зависимость: социализированную и индивидуализированную. При социализированной форме интернет-зависимости взрослый или ребёнок младшего школьного возраста поддерживает общение с окружающим социумом, даже если среди них прослеживаются в основном такие же интернет – пользователи, как и он сам. Такие пользователи любят играть в сети совместно, обсуждать процесс и обновления [16]. В этом случае игра в сети в основном носит соревновательный характер. Эта форма зависимости оказывает менее пагубное влияние на личность, чем следующая. Разница заключается в том, что интернет-пользователь не уходит из окружающего социума, остаётся полноправным членом окружающего мира. При индивидуализируемой форме искажаются не только миропонимание и мировоззрение, но и взаимодействие с обществом. Здесь происходит нарушение психики, вместо реальности происходит отражение нереальности, виртуального мира. Такие пользователи большую часть времени проводят в сети, без свидетелей, их потребность не изменяется и не исчезает с удовлетворением базовых физиологических потребностей. Если в течение какого-то времени их тяга не замещается, то они впадают в состояние, близкое к своего рода ломке, испытывают отрицательные эмоции, становятся раздражительными и

агрессивными, впадают в прострацию. Такие явления с клинической точки зрения называются психопатологией, или стилем существования, вызывающим данную патологию.

**4. Стадия привязанности.** Завершающая стадия интернет-зависимости. Она характеризуется перенасыщением постоянного времяпровождения в социальных сетях, угасанием интереса к сетевым играм, смещением психологической составляющей личности в сторону выздоровления. Здесь интернет-пользователь держит своеобразную дистанцию с сетью, однако полностью оторваться от уже сформировавшейся и укоренившейся потребности в виртуальной реальности он не в силах. Данная стадия протекает достаточно долго, иногда даже на протяжении всей жизни, всё зависит от скорости угасания зависимости. Так, в силу своих индивидуальных особенностей ребёнок младшего школьного возраста может остановиться на одной из предыдущих стадий и привязанность исчезнет быстрее. Но, если этого не происходит, и ребёнок или его родители проходят все стадии формирования интернет-зависимости, завершающая будет носить затяжной характер. Важным в этом процессе будет считаться уровень снижения неконтролируемой тяги от общего ее показателя, и, чем он больше, тем меньше по времени будет угасать зависимость. Следует обратить внимание на то, что могут появляться обновления или новые сетевые игры, которые поспособствуют новому всплеску активности в виртуальном мире. Но затем, как все новшества будут постигнуты, пользователь возвращается на исходный уровень.

## 1.2 Направления деятельности педагога по профилактике интернет – зависимости

Проблема наличия интернет-аддикции у младших школьников практически не изучена. Поэтому родители чаще всего не замечают чрезмерную поглощённость глобальной мировой паутиной их детей, если в поведении ребёнка уже не прогрессируют ярко выраженные симптомы данного отклонения, такие как резкое снижение посещаемости школы, потеря интереса к живому общению, отсутствие поиска новых увлечений и однотипное проведение досуга только за компьютером. Из этого следует, что родители недооценивают частое посещение интернета их детьми как потенциальную опасность.

Работа по профилактике интернет-зависимости в первую очередь возлагается на плечи учителя начальных классов. Процесс профилактики интернет-аддикции основывается на сочетании различных методов и средствах воспитания. Процесс включает в себе поэтапность работы педагога с семьёй, с младшими школьниками и родителей с детьми. В организации по предупреждению развития интернет-зависимости необходимо сочетание различных форм и методов воспитательных мероприятий.

Младшие школьники нуждаются в самовыражении. А самым простым средством, где можно проявить себя, показать свои эмоции, не неся ответственности, является интернет. Иллюзия реальности в глобальной сети пагубно влияет на психику ребёнка, что в свою очередь разрушает связь с родителями и сверстниками. Для того, чтобы избежать чрезмерной привязанности ребёнка к компьютеру нужно разнообразить круг его интересов и занятий.

Первое направление деятельности педагога по профилактике интернет-зависимости: *это привлечение младшего школьника к развлечениям и увлечениям, не связанным с деятельностью в интернете.* Необходимо указать на то, что существует масса других интересных занятий,

которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело, и нормализуют психологическое состояние в целом. Задача учителя начальных классов организовать свободное время ребёнка таким образом, чтобы оградить его от негативного воздействия информационных технологий.

Главная мера по предупреждению возникновения любой зависимости у младшего школьника является правильное воспитание. При этом важно не ограничивать действия ребёнка (например, запрещать те, или иные игры), а объяснять, почему то или иное действие лучше не совершать и сообщать о губительных последствиях.

Ещё одним направлением работы педагога по предупреждению зависимости от интернета у младших школьников является *диагностическая работа*. Данный вид работы включает в себя диагностику семьи с использованием, анкет, тестов и методик на выявлении интернет-зависимости у родителей. Так как младшие школьники чаще всего подражают своим родителям и не задумываясь перенимают их увлечения, копируют действия, то они также в свою очередь могут стать заложниками интернет-аддикции. Помимо диагностики родителей, также проводится диагностика детей для того, чтобы на ранних стадиях предупредить зависимость.

Третьим направлением является *повышение психолого-педагогической культуры родителей*, которая позволяет выяснить: уровень знаний родителей о пристрастиях ребёнка, стили родительского воспитания; особенности детско-родительских отношений.

Методы проведения данной работы следующие: родительские собрания, наблюдение за общением родителей с детьми, анкетирование родителей, проективные методики.

**Родительское собрание** – это основная форма совместной работы учителей и родителей, на которой обсуждаются и принимаются решения по наиболее важным вопросам жизнедеятельности классного сообщества и

воспитания учащихся в школе и дома. Главным его предназначением является его согласование, координация и интеграция усилий школы и семьи в создании условий для развития духовно богатой, нравственно чистой и физически здоровой личности ребенка [37].

Родительские собрания могут иметь следующие названия: «Безопасность ребёнка в сети Интернет, профилактика интернет-зависимости»; «Дети в интернете, мы за них в ответе» и др. Но все они будут преследовать одну цель: проинформировать родителей о последствиях чрезмерного пребывания в сети их ребёнка.

Анализ наблюдения за общением родителей с детьми упростит составление дальнейшей работы педагога с семьёй, так как одна из причин появления зависимости ребёнка от виртуальной реальности являются проблемы во взаимоотношениях с родителями.

Наблюдение за общением родителей с детьми проводится в то время, когда родители приводят ребёнка в школу или забирают его домой. Здесь отмечаются: тон общения с ребёнком (ласковый, безразличный, угрожающий); формы требований: желательные (просьба, совет, предположение) категоричные (приказ, распоряжение, указание); характер оценок: мягкие (похвала, одобрение, позитивное предвосхищение, согласие, пренебрежение, недоумение) и жёсткие (отрицательная оценка, упрёк, угроза). Общий характер разговора родителей (интерес к жизни в школе, результатам деятельности, внимание или невнимание к взаимоотношениям ребёнка со сверстниками и педагогом, интерес к наглядным материалам, продуктам деятельности ребёнка и тд.)

Перечисленные выше характеристики ярко отражают отношение родителей к ребёнку, но так как взаимоотношения – это двусторонний процесс, то необходимо рассмотреть и реакцию ребёнка при общении со своими родителями: эмоциональный отклик на родителей; поведенческие реакции (активное общение, телесные контакты, ласковость, подчинение, неповиновение, капризность, упрямство, игнорирование, словесная и



невербальная агрессия); тон речи ( живой, эмоциональный, бодрый, плаксивый, монотонный, резкий, крикливый); желание или нежелание делиться с родителями впечатлениями прошедшего дня.

Изучив литературу, мы пришли к выводу о том, что существует три основных направления в деятельности педагога по профилактике интернет-зависимости младших школьников.

## **Выводы по I главе**

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам прийти к следующим выводам:

1. Аддиктивное поведение – это одна из форм девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности, что направлено на развитие и поддержание интенсивных эмоций.

2. Понятие аддиктивное поведение охватывает разного рода виды поведения, например, такие как зависимость от наркотических веществ и алкоголя, табакокурение, пристрастие к азартным играм и переедание, зависимость от сетевых игр и интернета в целом и т.д. Данные виды поведения подпитывает чрезмерная сила подсознания и это способствует появлению у них таких качеств, как неодолимость влечения, требовательность, ненасытность и импульсивная безусловность выполнения. Аддиктивное (зависимое) поведение имеет огромное количество различных патологий разной степени тяжести от небольшого пристрастия, до тяжелой психологической и биологической зависимости.

3. Интернет-зависимость является одной из форм проявления аддиктивного поведения. «Интернет-зависимость (Интернет-аддикция, виртуальная аддикция, сетевая аддикция)» трактуется как навязчивое или компульсивное желание войти в Интернет, находясь off-line, и невозможность выйти из Интернета, находясь on-line.

4. Несмотря на то, что стремления, возникающие при Интернет-зависимости, изначально несут положительные аспекты, данный тип зависимости, как и любая другая аддикция, ведет к деградации личности, разложению социального статуса, потере собственного «Я», ухудшению психологического состояния, возбуждению внутренних раздражителей, возникновению агрессии, замкнутости.

5. Направления деятельности педагога по профилактике интернет-зависимости младших школьников:

- привлечение младшего школьника к развлечениям и увлечениям, не связанным с деятельностью в интернете;
- диагностическая работа;
- повышение психолого-педагогической культуры родителей.

В соответствии с данными направлениями педагогами и психологами разрабатываются программы профилактики, которые ориентированы на всестороннее развитие личности, привитие интереса к какому-либо занятию, доставляющему эмоциональное удовольствие, не подверженному зависимости, а также, данные программы нацелены на формирование ценности свободы – самостоятельной, ответственной и инициативной.

## Глава II Экспериментальная работа по предупреждению интернет - зависимости младших школьников

### 2.1 Ход экспериментальной работы

Экспериментальная работа была проведена в 4 «а» классе МБОУ «СОШ №47» г. Троицка, Челябинской области. В классе обучаются 34 человека, а в исследовании приняло участие 29 детей и их родители.

*Цель экспериментальной работы:* изучение уровня интернет-зависимости младших школьников и их родителей.

Для достижения поставленной нами цели мы использовали 3 методики: «Незаконченные предложения», «Шкала Интернет-зависимости» и анкету по выявлению интернет-аддикции.

*Первым* направлением исследования было выявление уровня интернет-зависимости родителей по методике Жичкиной А.Е. и Щепиловой Е.А. «Незаконченные предложения» (Приложение 1).

*Цель:* выявить уровень интернет-зависимости родителей.

Родителям нами были предложены 33 незаконченных предложения о восприятии, положительных и отрицательных свойствах интернета, а также о людях, информации и самом пользователе в сети. Родителям было необходимо записывать первую пришедшую в голову мысль, длина и строение которой не имело значение. Если закончить сразу предложение не удавалось, номер нужно обвести кружком и заняться им позже.

Проанализировав результаты получаем выводы по уровням интернет-зависимости:

1) низкий уровень – родители используют интернет только по необходимости или не используют вовсе;

2) Средний уровень – родители являются пользователями социальных сетей, используют интернет для работы, но проводят в сети не больше 3-х часов в сутки;

3) Высокий уровень – родители имеют характерные признаки зависимости.

*Вторым* направлением исследования было выявление уровня интернет-зависимости младших школьников. Для того чтобы проанализировать как обучающиеся начальных классов оценивают свой уровень интернет-зависимости мы использовали методику Жичкиной А.Е. шкала Интернет-зависимости (Приложение 2), которую так же прошли и родители.

Цель методики: определить уровень интернет-зависимости младших школьников.

Для этого учащимся были предложены 7 вопросов с двумя вариантами ответов. Школьники были предупреждены о том, что это не контрольная и волноваться не нужно.

После проведения данной методики с младшими школьниками, мы предоставили её так же родителям, чтобы определить взаимосвязь между полученными результатами.

В итоге мы проанализировали полученные баллы родителей и их детей для того, чтобы определить влияет ли интернет-зависимость родителей на формирование зависимости у их детей.

Для получения более точного значения о наличии интернет-аддикции у младших школьников нами была предложена пройти родителям не сложную анкету о наличии интернет-зависимости у их детей (Приложение 3).

## 2.2 Анализ результатов экспериментальной работы

*Первым* направлением исследования было изучение уровня Интернет-зависимости родителей.

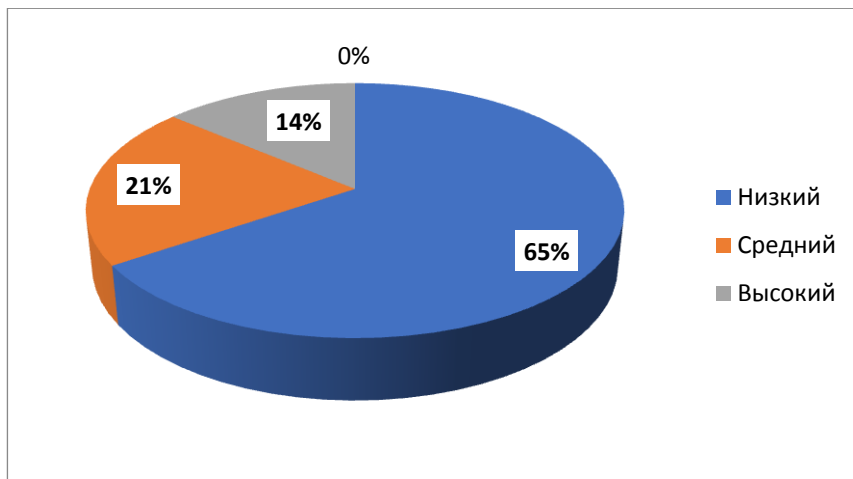
Результаты показали, что все родители считают Интернет главным источником информации; отрицательными свойствами являются реклама, всплывающие окна и непроверенные сайты скачивание файлов с которых может стать угрозой для компьютера, так же 7 из родителей указали, что Интернет может быть бесполезным или даже вредным, если в нём проводить слишком много времени; 15 родителей поделились тем, что Интернет помогает им общаться с близкими людьми живущими в других городах и странах; каждый из родителей указал, что Интернет в трёх словах – это «общение», данное слово шло практически у всех наряду со словом «информация»; 3 из участников считают интернет бесполезным; 9 родителей считают, что без Интернета их жизнь не изменилась бы вовсе. Результаты данной методики позволяют сделать вывод: все участники используют Интернет для поиска информации и общения с близкими, лишь некоторые заводят новые знакомства и теряют счёт времени, но всё же это происходит изредка, а это значит, что уровень Интернет-зависимости родителей данного класса достаточно низкий. Этот же уровень интернет-зависимости был выявлен при прохождении родителями шкалы Интернет-зависимости А.Е. Жичкиной.

Таблица 1

*Распределение родителей испытуемых по уровням сформированности интернет-аддикции*

Уровень	Количество человек	%
Низкий	19	65
Средний	6	21
Высокий	4	14

Результаты представлены на рисунке (рис.1).

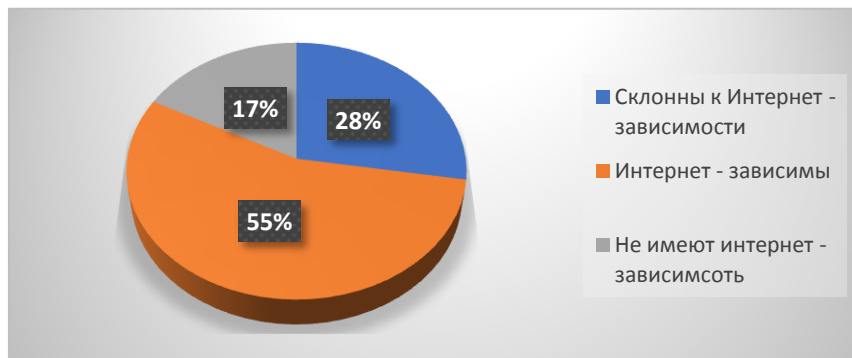


*Рисунок 1. Распределение родителей испытуемых по уровням Интернет-зависимости*

Вторым направлением исследования являлось изучение уровня Интернет-зависимости детей.

Результаты показывают, что только 5 детей не имеют интернет-зависимость, 8 ребят склонны к интернет-аддикции, а оставшиеся 16 зависимы от глобальной Сети. Уровень Интернет-зависимости младших школьников высокий.

Результаты представлены на рисунке (рис.2).

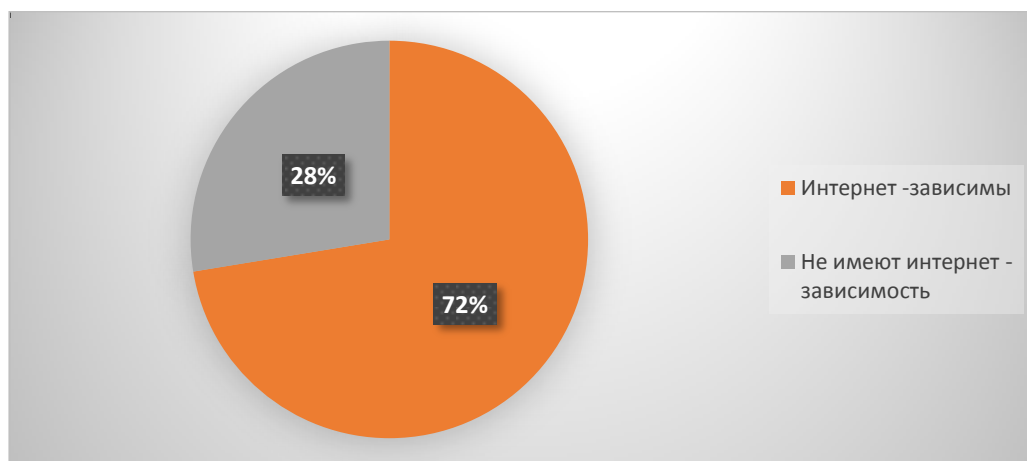


*Рисунок 2. Распределение испытуемых по уровням Интернет-зависимости*

Третьим направлением стало изучение мнения родителей об уровне Интернет-аддикции ребёнка для получения более точного значения о наличии интернет-аддикции у младших школьников.

Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что 21 родитель считает своего ребёнка зависимым от Интернета и только 8 не считают, что их ребёнок имеет характерные признаки данного вида зависимости.

Результаты представлены на рисунке (рис.3).



*Рисунок 3. Распределение мнения родителей по уровням Интернет-зависимости младших школьников*

Следующим этапом нашего исследования стало выявление взаимосвязи между мнением родителей об уровне интернет-зависимости детей и интернет-зависимостью их детей. Для этого мы сравнивали полученные результаты одного из родителей и его ребёнка при прохождении шкалы интернет-зависимости А.Е. Жичкиной. Данные представлены в таблице (табл. 1).

Таблица 2

№	Имя	Результат одного из родителей	Результат младшего школьника	№	Имя	Результат одного из родителей	Результат младшего школьника
1	Алия А.	3	4	16	Алёна М.	0	2
2	Аня А.	3	3	17	Настя М.	0	0
3	Данил Б.	0	0	18	Алёна П.	3	3
4	Женя Б.	0	4	19	Денис П.	0	0
5	Костя В.	3	5	20	Ваня П.	0	3
6	Лёша Г.	0	3	21	Максим П.	0	2



7	Наташа Г.	0	2	22	Антон Р.	0	2
8	Юля Д.	0	0	23	Семён Р.	1	0
9	Оля З.	0	3	24	Катя С.	3	3
10	Алёна З.	0	3	25	Серёжа Ф.	0	2
11	Надя К.	0	3	26	Саша Ш.	0	2
12	Алёна К.	0	4	27	Данил Ш.	2	3
13	Вика К.	2	5	28	Настя Ю.	3	3
14	Вика Л.	0	5	29	Настя Я.	0	2
15	Антон Л.	0	2				

Далее мы использовали метод математической статистики (Т-критерий Стьюдента).

Результат:  $t_{Эмп} = 4.8$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (4.8) находится в зоне значимости.

По полученным данным можно сделать вывод о том, что родители недооценивают степень зависимости своих детей от интернет-технологий их детей.

## **2.3 Программа работы педагога с семьёй по предупреждению формирования интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста**

### **Пояснительная записка**

Так как интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни для всех возрастных категорий, а длительное времяпрепровождение в глобальной сети порождает интернет-аддикцию; особенно в младшем школьном возрасте ребёнок ещё больше подвержен риску стать заложником виртуального мира из-за ряда возрастных причин. Следовательно, именно на этом этапе взросления педагогу начальной школы необходимо проводить работу по профилактике интернет-зависимости для побуждения школьников к живому общению, активному досугу и умению управлять своим поведением.

**Цель:** способствовать предупреждению интернет-зависимости младших школьников

#### **Задачи программы:**

- 1.** Просвещение младших школьников о последствиях чрезмерного пребывания в сети интернет и альтернативном времяпрепровождении;
- 2.** Включение родителей в работу по профилактике интернет-аддикции детей младшего школьного возраста;
- 3.** Проведение совместных мероприятий, способствующих предупреждению формирования интернет-зависимости у младших школьников.

## Содержание программы

Мероприятие	Воспитательная задача		Форма проведения
«Информационная безопасность в использовании Интернет ресурсов»	Сформировать у обучающихся активную позицию в получении знаний и умений выявлять информационную угрозу, определять степень её опасности, предвидеть последствия информационной угрозы и противостоять им		Медиаурок
«Зависимость младших школьников от глобальной сети»	Сформировать представление о понятиях «зависимость», «интернет-зависимость»; познакомить с причинами возникновения зависимости от глобальной сети; развить навыки участия в дискуссии и умения выражать своё мнение		Беседа
«Весёлый интернет»	Формировать интерес к знаниям, получению только полезной информации в интернете; формирование умений общаться и работать в команде		Игра-путешествие (обзор детских обучающих сайтов)
«Ребёнок и интернет. Опасная грань»	Дать представление о вреде и пользе интернета; рассказать о мерах профилактики Интернет-зависимости		Родительское собрание
«Жизнь в реале»	Способствовать проявлению интереса к увлечениям вне глобальной сети; развитие творческих навыков		Конкурсов рисунков
«Как правильно организовать свой день, чтобы всегда быть здоровым и не знать скуки»	Мотивировать на посещение спортивных кружков и секций		Беседа
«Панорама развивающих курсов»	Знакомство с кружками в школе		Вертушка мастер-классов

«Птицам нужна помощь»	Показывать разнообразие культурных и человеческих ценностей; направлять семейное воспитание на всестороннее развитие детей		Изготовление кормушек
«Поход в лес»	Создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов между родителями и их детьми; воспитание бережного отношения к природе; развитие наблюдательности и познавательного интереса		Экскурсия
«В поисках клада»	Способствовать организации совместного досуга детей и их родителей; развивать внимание, мышление, творчество, сообразительность детей		Квест-игра
«Печатные книги»	Формирование читательской культуры, устойчивой потребности в чтении, любви к книге; привлечь родителей к активной поддержке детского чтения, помочь им построить семейный досуг, общение, сотворчество вокруг чтения		Проект

## **Выводы по II главе**

Вторая часть исследовательской работы была направлена на выявление влияния интернет-зависимости родителей на формирование зависимости у детей младшего школьного возраста. Исследование проводилось в МБОУ «СОШ №47» г.Троицка Челябинской области в 4 «а» классе. В эксперименте приняли участие 29 учащихся и их родители.

Проведённое исследование позволило сделать следующие выводы:

1. По полученным данным из 2-х методик большинство родителей школьников данного класса имеют низкий уровень интернет-зависимости, а именно 65% и 69%;
2. Большая часть младших школьников данного класса имеют высокий уровень интернет-зависимости, а именно 55% и 72%;
3. При помощи метода математической статистики (Т-критерий Стьюдента) мы смогли убедиться в том, о том, что родители недооценивают степень зависимости своих детей от интернет-технологий их детей.

В соответствии с полученными результатами нами была составлена программа работы педагога с семьёй по предупреждению формирования Интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста.

## Заключение

В I главе мы рассмотрели сущность понятия «аддиктивное поведение», его виды и формы.

Аддиктивное поведение – это одна из форм девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности, что направлено на развитие и поддержание интенсивных эмоций.

Понятие аддиктивное поведение охватывает разного рода виды поведения, например, такие как зависимость от наркотических веществ и алкоголя, табакокурение, пристрастие к азартным играм и переедание, зависимость от сетевых игр и интернета в целом и т.д.

Изучили интернет-зависимость как вид аддиктивного поведения.

Интернет-зависимость является одной из форм проявления аддиктивного поведения. «Интернет-зависимость (Интернет-аддикция, виртуальная аддикция, сетевая аддикция)» трактуется как навязчивое или компульсивное желание войти в Интернет, находясь off-line, и невозможность выйти из Интернета, находясь on-line.

Выявили Направления деятельности педагога по профилактике интернет-зависимости младших школьников:

- привлечение младшего школьника к развлечениям и увлечениям, не связанным с деятельностью в интернете;
- диагностическая работа;
- изучение психолого-педагогической культуры родителей.

Во II главе экспериментальным путём изучили уровень Интернет-зависимости у младших школьников и их родителей и выявили взаимосвязь между интернет-зависимостью родителей и интернет-зависимостью их детей. В соответствии с полученными результатами нами была составлена

программа работы педагога с семьёй по предупреждению формирования Интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста.

Таким образом, цель нашей квалификационной работы достигнута, задачи выполнены.

Дальнейшим направлением нашего исследования может стать проверка эффективности составленной программы работы педагога с родителями по предупреждению Интернет-зависимости их детей.

## Список литературы

1. Аддиктивные формы поведения личности и их профилактика [Электронный ресурс] – URL: [http://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0a65625a2bd68a5c43b88421306c27\\_0.html](http://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0a65625a2bd68a5c43b88421306c27_0.html) (6.11.2018г.)
2. Азарова Р.И. Досуг современной молодежи//Внешкольник. – 2003. – № 10 – 128с.
3. Видеоролик «Интернет-зависимость» [Электронный ресурс] – URL: [youtube.com/watch?v=rZsFU43PupE](https://www.youtube.com/watch?v=rZsFU43PupE) (12.03.2019г.)
4. Влияние семьи на формирование аддиктивных механизмов поведения [Электронный ресурс] – URL: [http://psyjournals.ru/addictive\\_behavior/issue/45952\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/addictive_behavior/issue/45952_full.shtml) (6.11.2016г.)
5. Войскунский, А.Е. От психологии компьютеризации к психологии Интернета / А.Е. Войскунский// Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 140-153.
6. Выготский Л.С. [Электронный ресурс] – URL: <http://www.aphorisme.ru/by-authors/vigotskiy/?q=2636> (20.10.2018г.)
7. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика. – М.: Изд-во Моск. псих.-соц. ин-та, Воронеж: НПО МОДЕК, 2002. – 240стр.
8. Гурьева Л. П. Психологические последствия компьютеризации: функциональный, онтогенетический и исторический аспекты/ Вопросы психологии. – 1993. – № 3.
9. Дезадаптированная семья [Электронный ресурс] – URL: <http://psyera.ru/5361/dezadaptirovannaya-semya> (2.12.2018г.)
10. Документальный фильм: «Виртуальная агрессия» [Электронный ресурс] – URL: <http://documentaryfilm.ru/2012/01/25/dokumentalnyj-film-onlajn-virtualnaya-agressia> (12.03.2019г.)
11. Документальный фильм: «Дети матрицы» [Электронный ресурс] – URL: [youtube.com/watch?v=PcgvcZYocjl](https://www.youtube.com/watch?v=PcgvcZYocjl) (12.03.2019г.)



12. Евстигнеева, Ю.М. Психологические особенности обращения к компьютерным играм в подростковом возрасте: Дисс. канд. психологических наук Текст. – М.: РГБ, 2003. 171 с.
13. Змановская Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющего поведения) / Е.В. Змановская // Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е.В. Змановская. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008г.
14. Зуев, К.А. Компьютер и общество/ К.А. Зуев. – М.: Политиздат, 1990. - 315 с.
15. Зыкова, М.Е. Интернет-зависимость. Игромания/ М.Е. Зыкова. – М., 2008. – 54 с.
16. Иванов М. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера/ Психол. журн. 2003. – Т. 24, № 2.
17. Игромания [Электронный ресурс] – URL.:<http://proshkolu.ru/user/aleksgadaev/file/4138729/> (2.12.2018г.)
18. Информационная зависимость – телевизор, компьютер, интернет [Электронный ресурс] – URL:<http://www.tonus-med.ru/infotmacion.html> (20.10.2016г.)
19. Керделлан Кристин, Грезийон Габриэль. Дети процессора. Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых Пер. с фр. А. Луцанова. – Екатеринбург: У-Фактория, 2006. Серия «Психология детства: Современный взгляд» – 32 с.
20. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко/ Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. Бехтерева. – 1991. – №1 – с. 8 –15
21. Крылеев, Ф.П. Виртуальный мир/ Ф.П. Крылеев [Электронный ресурс] – URL.:<http://www.narcom.ru/ideas/common/15.html>. (14.12.2018г.)
22. Курганский С. М. Организация досуговой деятельности младших школьников//Завуч начальной школы. – 2004. – № 6 – 89 –113с.