



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ 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 ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Работа педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной
зависимости у младших школьников**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое сопровождение семьи»**

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

71,07 % авторского текста
Работа рекомендована к защите

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-308/207-2-1
Адищева Анастасия Олеговна

«23» января 2023 г.

Зав.кафедрой ППиПМ

Волчегорская Евгения Юрьевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент

Жукова Марина Владимировна

Челябинск
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
ГЛАВА 1. Изучение теоретических аспектов проблемы взаимодействия педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости младших школьников	10
1.1 Особенности компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте.....	10
1.2 Роль семьи в формировании компьютерной зависимости младших школьников	21
1.3 Направления деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников	33
Выводы по 1 главе.....	40
ГЛАВА 2. Методика организации экспериментальной работы	42
2.1 Организация и ход исследования	42
2.2 Программа деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников	44
Выводы по 2 главе.....	48
ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение.....	51
3.1 Анализ и интерпретация результатов констатирующего этапа эксперимента	51
3.2 Анализ и интерпретация результатов контрольного этапа эксперимента	63
Выводы по 3 главе.....	70
Заключение	74
Список использованных источников	80
Приложение 1	85
Приложение 2	87
Приложение 3	90
Приложение 4	95

Приложение 5	97
Приложение 6	104
Приложение 7	106
Приложение 8	110
Приложение 9	112

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы на воспитание младших школьников оказывает большое влияние развитие компьютерных технологий, мощный поток информации, а также распространение компьютерных игр. Заметно меняется структура досуга детей, так как компьютер сочетает в себе много функций. Он является мощным инструментом обработки и хранения информации. С помощью компьютера можно получить доступ к различным видам информации. Данные особенности компьютера способствуют формированию зависимости.

В настоящее время вопрос о зависимости от компьютера младших школьников возраста считается одним из самых современных. Факт того, что проблема распространения компьютерной зависимости является наиболее актуальной в современном мире, что отражен в трудах подавляющего большинства ученых. Компьютер становится доступным для ребенка уже с раннего возраста. В современном процессе обучения требуется использование компьютера при выполнении домашнего задания, приходится искать нужный материал в интернете, а также часть заданий представляется в электронном виде. Возникает вопрос в том, насколько младший школьник, который включен в данный учебный процесс, в будущем сможет социализироваться.

Проблему компьютерной зависимости изучали такие авторы, как В. Абраменкова, В. А. Бурова, А. Е. Войскунский, А. Ю. Егоров, С. В. Лободина, А. Н. Ивлева, К. Янг и др. Данная проблема продолжает изучаться и сейчас. В связи с тем, что она появилась не так давно, ещё не все её аспекты раскрыты в исследованиях.

В настоящее время большой интерес исследователей при изучении всевозможных аспектов компьютерной зависимости сосредоточен на поисках факторов, влияющих на формирование игровой компьютерной зависимости (исследования Ю. В. Фомичева, А. Г. Шмелева).

Формирование личности происходит именно в младшем школьном возрасте. Одним из главных факторов, которые воздействуют на формирование личности ребенка, является семья. Разрушительный характер аддиктивного поведения выражается в том, что в данном процессе устанавливаются эмоциональные отношения, связи с неодушевленными предметами или явлениями, а не с другими людьми. Свое значение теряют эмоциональные связи с людьми, они становятся поверхностными, в результате чего, ребенок стремится уйти от реальности.

Значимость исследования *на социальном уровне* обусловлена необходимостью воспитания поколения, мотивированного на здоровый образ жизни и отказ от вредных привычек, что является условием сохранения и укрепления его здоровья. В соответствии с ФГОС НОО осуществляется: укрепление физического и духовного здоровья обучающихся. Статья 41 ФЗ от 29.12.2012 № 276-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» предусматривает охрану здоровья участников, пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.

В психолого-педагогических исследованиях проблема компьютерной аддикции в основном рассматривается у детей подросткового и юношеского возраста, взаимодействие же педагога с родителями младших школьников изучено недостаточно, что обуславливает актуальность рассматриваемой проблемы *на научном уровне*.

На практическом уровне значимость исследовательской работы обусловлена недостаточным методическим обеспечением процесса взаимодействия педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости в начальной школе.

Таким образом, актуальным становится изучение взаимодействия педагога и семьи в профилактике компьютерной зависимости младших школьников.

Теоретическую основу исследования составили:

– концептуальные положения отечественной и зарубежной психологии о понимании содержания причин, механизмов формирования, критериев и стадий зависимого поведения (Я. И. Гишинский, А. В. Гоголева, А. Ю. Егоров, Ц. П. Короленко, В. Д. Менделевич, Н. Н. Мехтиханова, Г. В. Старшенбаум, В. В. Шабалина);

– труды ученых, в которых раскрывается понятие компьютерной зависимости (М. Шоттон, Ш. Текл, К. Янг, Т. Больбот, Коул, А. В. Беляева, С. Л. Новоселова);

– основные исследования психологических характеристик младших школьников, способствующих развитию у них зависимого поведения (Г. С. Абрамова, О. Н. Безрукова, К. Р. Брагина, Б. С. Волков, Н. А. Горбач, Е. Д. Дедков, Р. П. Ефимкина, С. И. Левикова, М. Лемешева, И. Г. Малкина-Пых, Л. Г. Нефедовская, С. Пиявский, О. Понукалина, О. А. Толченев, О. В. Хухлаева);

– труды по организации профилактики зависимого поведения в современном обществе (А. В. Гоголева, Н. А. Залыгина, А. В. Котляров, Л. Г. Леонова, К. С. Лисецкий).

Исходя из вышесказанного, возникает *противоречие* между необходимостью профилактики компьютерной зависимости у младших школьников как условия сохранения и укрепления здоровья детей с одной стороны и недостаточным вниманием педагога-психолога к проблеме взаимодействия с семьей в процессе профилактики компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста с другой.

Противоречие обусловило *проблему исследования*: каково содержание программы взаимодействия педагога-психолога и семьи в профилактике компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста?

Актуальность и недостаточная теоретическая обоснованность проблемы обусловили выбор *темы исследования*: «Работа педагога-

психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников».

Цель данного исследования: теоретическое обоснование и проверка результативности программы деятельности педагога-психолога с семьей для предупреждения компьютерной зависимости в начальной школе.

Объект исследования: профилактика компьютерной зависимости младших школьников.

Предмет исследования: взаимодействие педагога-психолога с семьей как способ профилактики компьютерной зависимости младших школьников.

Гипотеза исследования: уровень предрасположенности к зависимости от компьютера у младших школьников понизится, если разработать и внедрить в учебно-воспитательный процесс начальной школы программу деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников, основанную на системном, аксиологическом и личностно-ориентированном подходах.

В соответствии с целью, гипотезой и предметом данного исследования можно сформулировать следующие *задачи*:

1. Рассмотреть компьютерную зависимость как один из видов аддиктивного поведения.
2. Охарактеризовать роль семьи в формировании компьютерной зависимости младших школьников.
3. Выявить направления работы педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников.
4. Экспериментальным путем проверить результативность программы работы педагога-психолога с семьей, направленной на профилактику компьютерной зависимости у младших школьников.

По проблеме профилактики компьютерной зависимости у младших школьников *методологическую основу* нашего исследования составили:

– системный подход (Л. Берталанти, А. А. Богданов, П. Друкер, Г. Саймон, А. Чандлер), позволивший раскрыть целостность феномена компьютерной зависимости и рассмотреть данную зависимость как психосоциальное явление современного общества;

– аксиологический подход (А. П. Нечаев, И. А. Сикорский, В. А. Сластенин, К. Д. Ушинский), направленный на формирование мировоззренческих представлений об общечеловеческих и личностных ценностях, здоровом образе жизни;

– личностно-ориентированный подход (В. В. Давыдов, В. Е. Зинченко, Я. Л. Коломинский, А. В. Петровский), позволивший определить возможность разработки основных направлений профилактической работы с учетом личностных характеристик младших школьников.

База исследования: исследование проводилось на базе МОУ СОШ Челябинской обл. В эксперименте приняли участие 55 младший школьник в возрасте 9-10 лет и 55 родителей обучающихся.

Практическая значимость работы: разработанная нами программа деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников может быть использована в работе педагогов-психологов, учителей начальных классов, социальных работников в образовательных организациях.

Этапы исследования:

На первом этапе исследования (октябрь-февраль 2020-2021 гг.) осуществлялся выбор темы, рассматривалась степень изученности проблемы в психолого-педагогической, философской литературе, анализировались основные понятия, формулировались основные методологические положения исследования, осуществлялся выбор методики проведения экспериментальной работы, подбирались методический инструментарий, разрабатывалось содержание формирующего этапа экспериментальной работы.

На втором этапе (сентябрь-октябрь 2021 г.) реализовывался констатирующий этап экспериментальной работы, разрабатывалось содержание формирующего этапа эксперимента.

На третьем этапе (сентябрь-май 2021-2022 гг.) в рамках формирующего эксперимента внедрялась программа деятельности педагога-психолога, направленная на профилактику компьютерной зависимости младших школьников, проводился контрольный этап экспериментальной работы.

На четвертом этапе (июнь-декабрь 2022 г.) обобщались и систематизировались полученные в ходе нашего исследования данные, формулировались выводы, оформлялись результаты исследования в виде диссертационной работы.

Методы исследования:

- 1) теоретические методы: анализ психологической, социологической, методической литературы, обобщение, систематизация, сравнение;
- 2) эмпирические методы: эксперимент, тестирование;
- 3) методы обработки и интерпретации результатов.

Апробация исследования осуществлялась путем:

– публикации результатов исследования:

1. Адищева А. О. Преемственность во взаимодействии педагога с семьей по профилактике компьютерной зависимости / А. О. Адищева // Актуальные проблемы дошкольного образования : Сборник статей XVIII Международной научно-практической конференции. – Челябинск : ЗАО «Библиотека А. Миллера». – 2020. – С. 12–15.

2. Адищева А. О. Направления деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников / А. О. Адищева // Цифровизация образования: поиск и выбор инновационных решений : Сборник статей международной научно-

практической конференции. – Челябинск : ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2022 г. – С. 8–11.

3. Адищева А. О. Формы работы педагога-психолога с родителями по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

/ Студенческий : научный журнал. – № 39 (209). Часть 5. – Новосибирск : Изд-во ООО «СибАК», 2022. – С. 5-7. – Электрон. версия. печ. публ. URL: [https://sibac.info/archive/journal/student/39\(209_5\).pdf](https://sibac.info/archive/journal/student/39(209_5).pdf).

4. Адищева А. О. Деятельность педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников / Студенческий : научный журнал. – № 1 (213). Часть 4. – Новосибирск : Изд-во ООО «СибАК», 2023. – С. 5-7. – Электрон. версия. печ. публ. URL: [https://sibac.info/archive/journal/student/1\(213_4\).pdf](https://sibac.info/archive/journal/student/1(213_4).pdf).

– участия в конференциях:

1. XVIII Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы дошкольного образования», апрель, 2020 г., г. Челябинск.

2. Международная научно-практическая конференция «Цифровизация образования: поиск и выбор инновационных решений», март, 2022г., г. Челябинск.

– путем выступления на заседании методического объединения учителей начальных классов.

Структура диссертации: наше исследование состоит из введения, трех глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложений. В тексте работы 21 таблица, 12 рисунков, 9 приложений. Список литературы представлен 51 источником.

ГЛАВА 1. ИЗУЧЕНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ АСПЕКТОВ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С СЕМЬЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Особенности компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте

Психологический аспект аддиктивного поведения состоит в том, что индивид стремится уйти от реальности, которая не способна его удовлетворить. Все находящееся вокруг оказывает большое влияние на внутреннее психологическое состояние аддикта, а также содействует появлению у него желания освободиться от дискомфорта. Вместе с поддержкой той или иной деятельности, либо употребления различных химических элементов индивид стремится отделить себя от внешних воздействий.

Компьютерная зависимость рассматривается М. С. Ивановым, как пристрастие к занятию, которое связано с использованием компьютера, а также приводящее к резкому сокращению прочих видов деятельности, ограничению общения окружающими людьми [33].

Компьютерная аддикция является разновидностью зависимого поведения и характеризуется стремлением уйти от жизненных реалий в виртуальный мир с помощью трансформации собственного эмоционального состояния. Патологическое пристрастие к времяпрепровождению за компьютером приводит к ограничению интересов и других видов деятельности, сужает круг социальных контактов.

Основателями психологического изучения зависимости от Интернета принято считать американских исследователей: К. Янга и И. Голберга [14]. В трудах данных исследователей представлены классификации типов компьютерной зависимости:

1. Зависимость от игры – заключается в навязчивом увлечении компьютерными играми по сети или стационарно.

В свою очередь, зависимость от компьютерных игр делится по типам игры. Так, это:

– ролевые игры, где ребенок видит игру со стороны героя (не менее опасными являются игры, в которых ребенок смотрит на героя из вне);

– стратегические игры являются менее опасными, но могут поглотить ребенка в свой интересный мир;

– неролевые игры (различные головоломки, флеш-игры, аркады);

– азартные игры, зачастую вытягивающие немало денег с игроков.

Следует отметить, что ребенок, увлеченный игрой способен на преступление в виде воровства, так как очень часто игра, либо интернет требуют определенной платы. Данное преступление является наказуемым. Игры, требующие материальных вложений, в виртуальном мире представляют особую опасность.

2. Зависимость от Интернета – при данном виде зависимости процесс поиска информации в Интернете доставляет ребенку удовлетворение, знакомится в Интернете с новыми людьми. Такие знакомства не приводят к развитию социальных контактов, так как люди ищут себе собеседников, но при этом контакт с ними не доставляет пользы для развития себя как личности.

Предпочтение онлайн-социальных взаимодействий проистекает из убеждения, что онлайн-отношения более безопасны, комфортны и менее опасны, чем общение лицом к лицу. Однако, когда использование Интернета облегчает такие проблемы, как депрессия, оно может вызвать привыкание [37].

Компьютерная зависимость бывает разной. Зависимость от социальных сетей может формироваться у детей при недостатке общения в

реальной жизни. Так как у каждого ребенка появляется возможность создать себе новый образ, обрести новых друзей, которые, как, казалось бы, ему на первый взгляд, всегда могут оказать помощь и поддержку. Чаще всего такие друзья являются мнимыми, они не готовы прийти в трудную минуту на помощь, что со временем приведет к разочарованию. В таком случае следует говорить об интернет-зависимости ребенка.

Влияние использования Интернета и компьютера исследуется все шире, и социологи начинают решать большее количество сопутствующих вопросов.

Умелое использование возможностей научного и технического прогресса не менее важно. Компьютер и доступ в Интернет не должны быть основной формой проведения свободного времени и не должны заменять непосредственные межличностные отношения.

Рассмотрим следующую классификацию Интернет-зависимых, предлагаемую Н. О. Завалишиной [16]:

1. «Интернет-контакты» – это индивиды, для которых виртуальное общение во время посещения социальных сетей, форумов и чатов является главной целью.
2. «Интернет-игроки» – используют Интернет и компьютер для игр;
3. «Интернет-гедонисты» – используют Интернет в качестве развлечения (скачивание музыки, фильмов и пр.).
4. «Интернет-исследователи» – используют Интернет и компьютер непосредственно в учебных целях.
5. Смешанный тип – пребывание в сети, не зависимо от вида занятий (игры, общение, поиск информации, скачивание фильмов и т.д.).

Интернет-зависимые проводят большую часть своей жизни перед компьютером, проводя время за электронной почтой, чатами, дискуссионными форумами и онлайн-играми. В некотором смысле можно

сказать, что интернет-зависимые переносят свою социальную жизнь в интернет-среду.

Можно выделить три большие группы факторов, содействующих развитию аддиктивного поведения:

1) биологические. Данная группа включает в себя влечение к повторению алкогольного и наркотического опыта, наследственная предрасположенность, физическая зависимость, неосознанность пагубного влияния на организм и психику.

2) психологические. В этой группе можно выделить ряд подгрупп:

– личностные черты характера – закомплексованность, отсутствие самоконтроля или конструктивной критики, низкий уровень интеллекта, потеря смысла жизни, отсутствие интересов и мотивации и др.;

– сложные психологические состояния – стресс, пережитое горе, психологическая травма;

– обстоятельства, вызывающие зависимость – например, родители, страдающие от зависимости, отсутствие общения с матерью в детстве, проблемы в подростковом возрасте и неспособность справиться с ними.

3) социальные. Эти факторы включают влияние семьи и школы, социальное давление, неблагоприятное микро- и макросоциальное окружение, взаимодействие с «плохой компанией», отсутствие заботы государства об алкоголизме, доступность психоактивных веществ, привычки питания в семье и ближайшем окружении, воспитание в семье (гипер- и гипоопека).

Обычно у детей младшего школьного возраста зависимость от компьютера берет свое начало с повышенного внимания к незатейливым играм, что называется кибераддикцией. В ней ребенок может соотнести себя с персонажами, способными возвести города и одержать победу над врагами. При данном виде зависимого поведения, серьезной проблемой

является то, что ребенку становится нелегко отказаться от компьютера, он не видит своей жизни без него. При взрослении начинает выражаться «сетеголизм» – сетевая зависимость [50].

В младшем школьном возрасте повышен риск возникновения эмоциональных кризисов, нередко сопровождающихся изменениями настроения, периодами тревожно-депрессивного поведения, с которыми некоторые подростки пытаются бороться посредством ухода в себя, избегания любых обширных социальных контактов, агрессивных реакций, аддиктивного поведения. Школьники в этот период исключительно уязвимы и восприимчивы, и их может привлечь компьютер как форму разрядки. Со временем это может привести к зависимости [15].

Признаком компьютерной является сосредоточение всех интересов индивида вокруг компьютера, независимо не количества времени, проведенного за компьютером, а также отказ от прочих видов деятельности.

Существует два типа симптомов компьютерной зависимости: физические и психические. Далее подробно представим каждую из групп.

В результате длительного проведения времени за компьютером формируются *физические* признаки зависимости от компьютера. Данные признаки проявляются со стороны:

- нарушения глаз (ухудшается зрение, появляется синдром «сухого глаза» и дисплейный синдром),
- опорно-двигательного аппарата (нарушается осанка, появляется искривление позвоночника, карпальный синдром, который выражается болью в запястье и возникает при неудобной работе с мышью и клавиатурой, а также частым явлением становится боль в области поясницы),
- системы пищеварения (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит, хронические запоры, геморрой) [3].

Все группы факторов имеют тесную связь между собой. А также у одного ребенка может присутствовать несколько факторов, вызывающих какой-либо вид зависимости.

Перечислим важные *психические* признаки, наличие которых может помочь родителям выявить наличие компьютерной зависимости у ребенка:

- потеря контроля над временем, которое ребенок поводит за компьютером,
- безразличие к семейным контактам, успехам в учебе, спортивным достижениям, школьным и внешкольным мероприятиям,
- утрата интереса к социальной жизни, увлечение ребенка сосредоточено исключительно на компьютере,
- отказ от выполнения домашних обязанностей,
- пренебрежение внешним видом,
- прием пищи за компьютером,
- реальное общение уходит на второй план, виртуальное становится приоритетным (у ребенка мало или совсем нет друзей, больше времени проводит дома),
- изменение привычного поведения (ребенок становится более раздражительным, равнодушным к окружающим людям),
- неоправданно быстрая смена настроения, появление усталости,
- легкая раздражительности и нервозность после истечения заранее оговоренного времени игры,
- отрицание компьютерной зависимости, оправдание собственного поведения и пристрастия,
- приступы страха, ночные кошмары, навязчивые состояния,
- шантаж, конфликт или угроза в ответ на запрет проведения времени за компьютером [11].

Результатом дефицита сна и отдыха может служить общее истощение организма – постоянная усталость. При этом возбужденность и

эйфория, которые были вызваны играми или пребыванием в Интернете, могут завуалировать усталость и привести к еще большему утомлению организма.

Помимо негативных последствий для физического и психического здоровья ребенка, выделяются непсихологические угрозы, которые возникают при использовании ребенком Интернета:

- сообщение конфиденциальной информации;
- доступ к ненужному содержимому;
- контакты с неизвестными людьми в чатах, и, как следствие, возможность организации личных встреч;
- угроза заражения компьютера вредоносными программными обеспечениями;
- неконтролируемые приобретения в интернет-магазинах.

Л.Н. Юрьева выделяет ключевые факторы, воздействующие на формирование компьютерной аддикции:

- недостаточный интерес со стороны родителей;
- отсутствие уверенности в самом себе и своих силах;
- трудности в общении с окружающими людьми и неумение находить с ними контакт;
- закомплексованность, застенчивость;
- желание не отставать от сверстников, преуспеть за их увлечениями;
- склонность к стремительному «впитыванию» всего нового и интересного;
- отсутствие каких-либо увлечений или хобби, а также любых других интересов, не связанных с компьютером [50].

Патологическое использование компьютера связано, по мнению различных авторов, с застенчивостью, низкой самооценкой, низкой межличностной компетентностью, одиночеством, отсутствием социальной поддержки и сосуществованием психических расстройств [16].

Родителям следует обратить внимание и прибегнуть к необходимым мерам, если у их ребенка наблюдаются следующие изменения в поведении:

- принимает пищу, не отходя от компьютера;
- проводит ночное время за компьютером;
- прогуливает школу ради игры за компьютером;
- садиться за компьютер, как только приходит домой;
- забывает о приемах пищи, личной гигиене;
- становится раздражительным, если не находится за компьютером, не знает, как провести свое свободное время;
- использует различные виды манипуляций, если ему ограничивают время пользования компьютером.

Механизм становления зависимости от компьютера основан на непонятных для ребенка требованиях организма и психофизиологического влечения поглощения ролью своего компьютерного персонажа и желания уйти от действительности. Эти механизмы функционируют независимо от характера осознания и мотивации ребенка к деятельности. Мотивация ребенка к игре начинается, когда он впервые осознает, что такое игра. Появление первых признаков игровой зависимости зависит от индивидуальных особенностей ребенка и его игровой мотивации.

Бегство от реальности основано на желании освободиться от повседневных дел и проблем, что является первым механизмом. В процессе данного механизма ребенок не просто отстраняется от повседневных дел и нежелания общения, он создает новый, интересный виртуальный мир при использовании игры.

Психологические аспекты механизма формирования игровой зависимости берут начало с естественного стремления ребенка уйти от различных проблем и неприятностей, связанных с его каждодневными потребностями. Психика ребенка неустойчива к внешним раздражителям,

неприятности воспринимаются как безвыходные ситуации. Компьютерная игра помогает создать более простой и легко повторяемый мир.

Изначально, может казаться, что игра может повлиять на снятие стресса и эмоциональную разгрузку. Детям нравится идеальный мир, они быстро привыкают к нему, но поскольку он не решает их реальных проблем, они обращаются к виртуальной реальности и начинают злоупотреблять ею. В этом случае возникает риск полного ухода от реального мира. Повышается риск стать сильно зависимым от компьютера. Чем больше времени ребенок проводит перед компьютером, тем сильнее он вызывает привыкание, и впоследствии он уже не может без него обходиться.

Принятие роли – это следующий механизм. Особенностью этого механизма является присущее ему желание играть. Ребенком движет желание взять на себя роль компьютерного персонажа, чтобы удовлетворить потребность, которая не может быть удовлетворена в реальности. Ролевая игра является частью когнитивной деятельности человека и присутствует в его жизни с детства. Это дает детям возможность осознанно бросить вызов себе в роли взрослых (мама, папа, бабушка, дедушка) и способствует реализации их бессознательного желания познавать окружающий мир. Взрослея, интеллектуальные игры сменяются ролевыми играми. Желание брать на себя чужие роли сохраняется, но редко реализуется. Это желание может быть удовлетворено компьютерными играми, которые заимствуют силу виртуального мира.

Ролевая игра является эффективным способом познавательной деятельности. В ходе ролевой игры непостигаемая человеком познавательная потребность вызывает чувство удовлетворения, в результате ребенок испытывает удовлетворение, восторг и наслаждение. В свою очередь, сам процесс компьютерной зависимости полностью основан на острой потребности и желании ролевых игр. В ролевой игре ребенок

сам становится главным героем компьютера. Они понимают, что потребности, которые невозможно удовлетворить в реальной жизни, можно удовлетворить в виртуальном мире. Ребенок видит героя компьютерной игры сильным, умным, предприимчивым, смелым, уважаемым за его мнение и способным победить множество врагов одновременно. Затем ребенок вживается в роль своего любимого героя и чувствует свою силу, мощь и удовлетворение. Чем больше ребенок играет, тем богаче и красочнее становится его виртуальная жизнь. Игры компенсируют жизненные проблемы, и ребенок начинает удовлетворять свои потребности в игровом мире. Такая компенсация может привести к серьезным проблемам в развитии личности ребенка, нарушая самопознание, развитие самооценки и высшее психическое функционирование.

Процесс развития компьютерной зависимости происходит постепенно. Рассмотрим имеющиеся стадии развития зависимости от компьютера, каждая из которых обладает своими особенностями [29]:

1. Стадия легкой увлеченности. Данная стадия характеризуется тем, что, проиграв первый раз в компьютерной игре, ребенок начинает «чувствовать вкус игры», появляется азарт, появляется большой интерес к графике компьютерной игры, звуку, а также самому факту имитации реалистичной жизни или каких-либо фантастических сюжетов. Компьютерные игры доставляют ребенку удовольствие и множество положительных эмоций. Потребность в компьютерной игре становится не систематической, а скорее ситуационной, что является специфической особенностью данного этапа. Игра на данной стадии не является значимой ценностью в жизни младшего школьника, постоянная и устойчивая потребность в ней еще не сформирована.

2. Стадия увлеченности. На данной стадии в иерархии потребностей появляется новая потребность – играть в компьютерные игры, что является главным фактом, который свидетельствует о переходе

ребенка на данную стадию формирования компьютерной зависимости. Потребность в игре становится систематической, имеет большое значение. При отсутствии постоянного доступа к компьютеру ребенок может прибегнуть к достаточно активным действиям, чтобы устранить мешающие факторы, так как у него не будет возможности в удовлетворении своих потребностей.

3. Стадия зависимости. На стадии данного вида одной из главных потребностей человека становится потребность в игре. Компьютерная зависимость может быть в двух формах: социализированной и индивидуализированной.

Поддержание социальных контактов в социализированной форме игровой зависимости является отличительной чертой. У детей на данной стадии в приоритете совместная игра, они играют друг с другом при использовании компьютерной сети. Игровая мотивация чаще всего зависит от соревновательного характера. Влияние на психику ребенка при данной стадии зависимости имеет менее пагубный характер, чем в индивидуализированной форме. В социальное окружение входят те же фанаты и не дают ребенку возможности погрузиться в виртуальный мир, уходя от реальности. У детей меньшая вероятность развития психических или физических заболеваний.

При индивидуальной форме зависимости нарушается не только мировоззрение ребенка, а также процесс взаимодействия с окружающим миром. Она является крайней формой зависимости. Нарушение основной функции психики заключается в отражении виртуальной реальности, а не в воздействии объективного мира. Дети, которые перешли на данную стадию зависимости, могут играть в одиночку длительное время. У таких детей на потребность в игре и базовые физиологические потребности находятся на одном уровне. При длительном нахождении в данной стадии ребенок не в состоянии перейти на другую, потребуется помощь специалистов.

4. Стадия привязанности. Данный этап является самым длительным. Она может проходить на протяжении всей жизни человека, в зависимости от того, с какой скоростью будет угасать привязанность. Ребенок на данной стадии зависимости уже могут «дистанцироваться» от компьютера, но не могут освободиться от психологической зависимости от компьютерных игр [29].

1.2 Роль семьи в формировании компьютерной зависимости младших школьников

Семья является источником и посредником социального и исторического опыта ребенка, особенно опыта эмоциональных и деловых отношений между людьми. Учитывая это, можно рассматривать семью как важнейший институт развития и социализации детей, каковым она была и будет оставаться. [35].

Воспитательные принципы родителей, определяющие общий стиль воспитания являются одним из важных факторов, которые формируют гармонически развитую личность ребенка.

Интенсивное психическое, физическое и социальное развитие происходит в таком периоде, как детство. При отсутствии возможности осуществить социальную роль ребенок вынужден искать другие пути, которые помогут ему реализовать свою потребность в развитии. Это способствует принятию ребенком решения уйти из семьи или из школы, где у него нет возможности реализовать свои внутренние ресурсы или удовлетворить потребности развития.

Взаимоотношения «школа-семья-ребенок» играют большую роль в воспитании младшего школьника. В современном обществе родители все чаще считают, что когда ребенок приходит в школу и проводит именно в ней основную часть времени, то роль семьи в его воспитании уходит на второй план. Но в это время родители глубоко ошибаются, так как с

началом обучения в школе их влияние наоборот возрастает. Ранимые, чувствительные дети, болезненно реагирующие на насмешки одноклассников, замечания со стороны учителя, а также собственные неудачи требуют особого внимания.

В трудах многих авторов, в их числе Ю. Е. Алёшина, Л. И. Божович, О. М. Здравомыслова, М. И. Лисина, Л. М. Шипицина, отмечается, что одним из главных институтов социализации личности является семья, а в формировании личности особую роль играют внутрисемейные отношения. Семью следует рассматривать не только, как отдельную ячейку общества, но и как среду, способствующую развитию личности ребёнка. Но также стоит отметить, что при противоречивом воспитании, проблемах детско-родительских отношений можно наблюдать процесс нарушения поведения, адаптации, который в дальнейшем и может послужить появлению зависимого поведения.

Важную роль на развитие ребенка оказывает влияние родителей. Дети, которые растут в любви и понимании, имеют меньше проблем со здоровьем, трудностей в обучении, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение отношений между родителями и детьми способствует формированию комплексов и различных психологических проблем [26].

В младшем школьном возрасте чаще всего возникают конфликты из-за учебы, аккуратности и внешнего вида, выполнения дел по дому, общения с друзьями и сверстниками, большого количества проведенного за компьютером или в телефоне времени, несоблюдения режима дня, финансовых вопросов финансового характера и планирования свободного времени.

Когда родители устанавливают четкие правила использования компьютера, у детей снижается вероятность проявления симптомов зависимости. Напротив, родительский психологический контроль имеет тенденцию наносить ущерб детской самооценке и усугублять проблемы

развития и дезадаптацию, поскольку психологический контроль вредит эмоциональному функционированию младших школьников и самооощению [12].

Тесное семейное общение может помочь снизить риск формирования компьютерной зависимости у младших школьников. Кроме того, на детей больше влияет поведение родителей, чем родительские правила. Если родители ограничивают использование подростком Интернета, но сами чрезмерно его используют, подростки, как правило, перенимают ту же поведенческую модель чрезмерного использования

На формирование личности ребенка существенное влияние оказывает преобладающий в семье стиль жизненной организации.

Рассмотрим наиболее частые типы дисгармоничного воспитания и нарушения детско-родительских отношений [18].

Гипопротекция заключается в недостатке заботы, внимания, контроля и опеки. При данном типе воспитания родители не интересуются своими детьми и не пытаются удовлетворить их потребности. Это может стать предпосылкой для развития серьезных нарушений личности ребенка.

Выделяют следующие виды гипопротекции:

1. *Чистая гипопротекция* характеризуется тем, что потребности ребенка не удовлетворяются, и родители не хотят их контролировать. Она может даже граничить с неспособностью удовлетворения жизненных потребностей ребенка (пища, одежда, место жительства).

2. *Скрытая гипопротекция* отражает низкий уровень защиты и формальной заботы. Витальные потребности ребенка удовлетворяются при отсутствии эмоциональной связи. Требования к ребенку со стороны родителей предоставляются, но последующий контроль отсутствует. Часто родители при данном стиле воспитания неосознанно игнорируют ребенка.

3. *Перфекционизм* – это такой тип воспитания, в котором у родителей неправильное восприятие ребенка и эмоциональное отвержение его. К примеру, родители могут наказать ребенка, который не выполнил

какое-либо поручение или обязательства, и считают, что он не заслуживает любви и заботы.

4. *Потворствующая гипопротекция* характеризуется попытками со стороны родителей в удовлетворении всех желаний и потребностей ребенка. Родители не хотят воспитывать независимость своих детей, они хотят отстраниться, чтобы не тратить свое время. Они холодно относятся к своим детям, отстраняются от него, не проявляют физического контакта.

5. *Компенсаторная гипопротекция* – это такой тип воспитания, основанный на низкой защите (при отсутствии искреннего интереса присутствует элемент эмоционального отвержения). Она характеризуется неудовлетворением желаний и потребностей ребенка, а осуществлением компенсации путем усиления опеки. Родители беспокоятся за благополучие своих детей и волнуются о том, что с ними может случиться. Все внимание приковано к ребенку.

Гиперпротекция характеризуется чрезмерной родительской заботой и чрезмерным покровительством. Этот тип воспитания основан на любви к ребенку или на амбивалентном отношении к нему. Страх потерять ребенка, и тревога по поводу возможного несчастья являются причинами чрезмерно опекающего поведения. Такому родительскому поведению может способствовать преобладание эмоционального контакта с ребенком. В результате чрезмерно опекающее воспитание может привести к тому, что родители сами нуждаются в эмоциональных отношениях и выражают страх остаться в одиночестве.

Рассмотри виды гиперпротекции:

1. *Потворствующая гиперпротекция* характеризуется полным эмоциональным принятием ребенка, симбиотической связью с ним. «Культ ребенка» – Родители постоянно поощряют ребенка, хоть и не было никаких действительных достижений. Такое поведение зачастую осуществляется в ущерб остальным членам семьи.

2. *Доминирующая гиперпротекция* может основываться, как на эмоциональном принятии ребенка, так и на его отвержении. Родительский диктат и контроль принимает форму суждения, которое является напористым, директивным и беспрекословным. Родители стремятся установить неограниченную власть над своими детьми и добиться того, чтобы дети полностью и беспрекословно подчинялись только своим родителям. Родители не доверяют своим детям, постоянно контролируют их действия, считают, что дети не способны действовать самостоятельно. В результате ребенок вырастает несамостоятельным и безответственным.

3. *Компенсаторная гиперопека* характеризуется стремлением родителей оградить своих детей от социальных влияний воспитательного характера. Родители пытаются компенсировать недостаток любви и заботы избытком предметов и подарков.

4. *Нематеринская гиперопека* может основываться на потворствующем характере, а также может принимать и доминирующий характер (например, со стороны бабушки, дедушки и т.д.).

5. *Смешанная гиперопека* переходит от гипер- к гипопротекции и становится скрытой формой. При таком типе воспитания у детей нет четких ожиданий, их жестоко наказывают в одних случаях, терпят в других или не проявляют никаких признаков.

Противоречивое воспитание включает в себя использование разными членами семьи различных моделей поведения в зависимости от стадии развития ребенка. Это может быть связано с неуверенностью родителей в процессе воспитания, низкой психолого-педагогической компетентностью, кризисами в семье. Большое количество взрослых стараются принять участие в процессе воспитания, но при этом не всегда могут или имеют желание анализировать, а также согласовывать принципы своего воспитания и подходы к ребенку.

Воспитание по типу повышенной моральной ответственности осуществляется за счет предъявления чрезмерного количества требований,

которые не соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям ребенка.

Гиперсоциализирующее воспитание характеризуется тем, что родители уделяют большое внимание социальному статусу своих детей, их успехам и достижениям в различных областях, а также отношению к ним окружающих. Родители слишком принципиальные и не учитывают личные психологические и физические особенности ребенка, что повышает его уровень тревожности и приводит к появлению заблуждений и неуверенности в себе, что еще больше влияет на его личностные качества.

Жестокое обращение с детьми заключается в использовании различных форм наказания и отсутствии поощрения. Это может быть физическое наказание или эмоциональное отвержение ребенка. Родители могут рассматривать ребенка «козлом отпущения», «позором семьи».

Воспитание в культуре болезни заключается в отношении родителей к ребенку как к больному, беспомощному. Дети с таким воспитанием считают себя особенными и испытывают трудности в спонтанном поведении. Они характеризуются пассивностью, слабостью и становятся эгоистичными по отношению к другим. Считают, что им все дозволено. Родители пытаются навязать ребенку мнение, что он является «больным членом семьи».

Воспитание вне семьи характеризуется непосредственным воспитанием в детских домах, домах ребенка, приютах, интернатах, у дальних родственников, что неблагоприятно влияет на психическое развитие детей. В результате такого воспитания у ребенка могут сформироваться расстройства эмоциональной сферы. Появляются страхи, повышается уровень тревожности, ребенок может впасть в депрессию и столкнуться с трудностями эмпатии. Также данный тип воспитания может способствовать нарушениям умственного и личностного развития, в результате чего ребенок становится агрессивным, жестоким и склонным к формированию аддиктивного поведения.

Далее рассмотрим типы родительского отношения [18]:

1. *Замещающий тип отношения между матерью и сыном.* При данном типе сын играет роль супруга. Происходит передача ответственности и заботы сыну, мать ждет от него поддержки. В диаде отец-дочь отец относится к дочери как к хозяйке дома и не искажает тип семейного воспитания.

2. *Симбиотическая связь матери с ребёнком,* характеризуется чрезмерной защитой и низкой эмоциональной дифференциацией. Самая важная характеристика – это единство родителя и ребенка в сознании матери.

3. *Отсутствие родительской любви.* При данном типе воспитания инструментом для манипулирования ребенком является любовь родителя, как награда, которая еще не заработана.

4. *Воспитание через осознание вины* может представлять угрозу для развития личности ребенка, поскольку способствует формированию низкой самооценки, ненависти к себе и мышления самонаказания.

Любые недостатки в воспитании ребенка могут стать причиной развратного поведения. Подобно тому, как история воспитания ребенка и нарушенные отношения в семье могут оказать негативное влияние на само восприятие ребенка, типичными примерами являются отношения в обществе, например, отношения с противоположным полом и с друзьями.

Распространенность интернет-зависимости ниже в семьях с выдающейся организацией и контролем, вероятно, потому, что у каждого в этих семьях есть относительно четкие семейные обязанности, структура семьи относительно строгая, дети имеют четкие семейные нормы в доме, и существуют определенные ограничения на их поведение в повседневной жизни, и стиль воспитания в этих семьях близок авторитарному стилю воспитания [27], поэтому распространенность зависимости от компьютера ниже. Чем заметнее семейный конфликт, тем выше вероятность возникновения компьютерной зависимости. Эта ситуация может быть

связана с тем, что такие семьи относительно бедны на экспрессивность, а дети сталкиваются с большим давлением и страданиями со стороны своих семей.

Дисфункциональные типы домашнего воспитания, особенно там, где есть склонность к аддиктивному поведению, способствуют формированию негативных черт характера у детей.

Следовательно, рассмотренные нами типы дисгармоничного воспитания и нарушения детско-родительских отношений вредят развитию личности ребенка.

Одним из немаловажных факторов риска формирования аддиктивного поведения может стать дисфункциональная семья. Данный вид семьи порождает неадаптивное, деструктивное поведение одного или нескольких ее членов, в нем существуют условия, которые препятствуют личностному росту ребенка.

По классификации Г. Г. Шиханцова выделяются представленные ниже типы дисфункциональных семей [48]:

1. *Псевдоблагополучная семья* характеризуется деспотическим характером ее членов, наличием жестоких взаимоотношений. Один из родителей пытается доминировать над другим, подчинять себе остальных членов семьи. Родители могут использовать физическое наказание и воспринимать его, как основное средство воспитания. У ребенка происходит формирование заниженной самооценки, агрессии, которую он может реализовывать как в компьютерных играх, так и реальной жизни, утрата способности сочувствовать и сопереживать другим людям.

Данные отношения влияют на все сферы жизнедеятельности ребенка: успеваемость в школе понижается, на смену родительского авторитета приходит компания на улице, так как в ней он обретает признание.

2. *Неполная семья*. Данный тип семьи характеризуется отсутствием одного из родителей. Большое количество таких семей испытывают

материально-бытовые трудности и сталкиваются с проблемами в воспитании детей. Детям в таких семьях зачастую свойственно испытывать одиночество, особенно мальчикам, которые остались без отца, или девочкам, которые остались без матери. Эмоциональный дискомфорт ребенка является одним из отрицательных факторов неполной семьи. Также стоит отметить, что сильное влияние на ребенка оказывает развод родителей. Порой, в семье, пережившей развод, у детей формируется негативное и даже агрессивное отношение к отцу или матери, бросившим свою семью. Ребенок может начать чувствовать себя отрешенным и стремиться больше проводить времени на улице, либо дома за компьютером.

3. *Проблемная семья.* Такому типу семей характерно постоянное соперничество между взрослыми за положение главы, между ними нет никакого сотрудничества и уважения. В таких семьях постоянно возникают конфликтные ситуации, которые создают напряженную атмосферу в семье и не дают гармонично развиваться личности ребенка. У детей, как правило нарушается или совсем отсутствует эмоциональная связь с родителями, они чувствуют себя ненужными, стремятся как можно меньше проводить время дома или предпочитают общение в виртуальной среде.

4. *Аморальная семья.* Это семьи, в которых наблюдается пьянство, наркомания, алкоголизм, совершение правонарушений, систематические конфликты, доходящие до рукоприкладства, а также развратное поведение родителей. Дети данных семей имеют шанс стать созависимыми со своими родителями. В семьях такого типа отсутствуют оптимальные условия для физического, эмоционального и интеллектуального развития. У таких детей чаще всего обнаруживаются разного рода заболевания, травмы в результате побоев, присутствие подавленного состояния, вследствие чего формируется неуважение к родителям, озлобленность к окружению. Дети

постоянно убегают из дома из-за рукоприкладства со стороны родителей, скитаются по улицам, гаражам, подъездам.

5. *Криминогенная семья.* Семьям данного типа характерно преступное поведение взрослых членов семьи. У детей происходит формирование деформированной структуры потребностей. В таких семьях дети с раннего возраста могут начать совершать правонарушения, плавно перерастающие в преступления перед законом, так как перед ними образец антиобщественное поведение родителей. Искажается процесс освоения социальных ролей, а также норм и принципов поведения. Между родителями и детьми отсутствуют эмоциональные связи.

Условия функционирования семьи, приводящие к нарушениям типа семейного воспитания и невротизации ребенка, выделенные А. И. Захаровым [18]:

- искажение отношений между супругами при невротически-мотивированных типах взаимного дополнения;
- инверсия супружеских и родительских ролей (бабушка может играть роль матери, или мать-роль отца);
- воспитание чувственно обособленных диад и аутсайдеров, «изгоев» в семье;
- повышенная тревожность и эмоциональное напряжение в семье;
- снижение или полное отрицание потребности ребенка в принятии, сочувствии и родительском общении;
- избегание конфликтов и уход от проблем.

А. И. Захаров также выделяет характеристики стилей воспитания родителей как факторы риска нарушений эмоционально-личностного развития детей (таблица 1).

Таблица 1. Особенности воспитательного стиля родителей как фактор риска нарушений эмоционально-личностного развития ребенка (по А. И. Захарову)

Воспитательная черта	Поведение родителя	Формируемые личностные качества
1	2	3
Непонимание родителем личностного своеобразия ребёнка	Родители связывают поведение детей со строгими стандартами, но не учитывают их реальные способности и возможности	Ребенок становится интровертами, грубым и страдает частыми перепадами настроения
Неприятие	Может проявляться в двух формах: родители не принимают ребенка сами (нежеланные дети) и не принимают индивидуальность ребенка вообще (родители пытаются изменить ребенка)	Страх неудачи, боязнь провала, чувство вины, снижение жизненного тонуса ит.д.
Негибкость родителей	Родители в различных ситуациях реагируют по шаблону, стереотипными требованиями, не учитывая специфику конкретной ситуации, формируя тем самым несвоевременную и неадекватную реакцию. Для таких родителей свойственна фиксация внимания на проблемах, при решении которых предвзято относятся к суждениям и стремятся навязать свое мнение	Ребенок занимает оборонительную позицию, замыкается в себе и проявляет агрессию в отношении взрослых, не уверен в себе
Неравномерность	Родители на разных этапах жизни ребенка проявляют к нему неодинаковый интерес. Например, когда у ребенка возникает проблема, родители уделяют ему повышенное внимание, а когда ситуация стабилизируется, ограничивают свое внимание	У ребенка развивается небезопасная привязанность, искаженное самопонимание, повышенная личностная тревожность, неуверенность в себе и низкий уровень самопринятия
Несогласованность действий родителей	Разлад между семьями воспитывающих взрослых проявляется в виде различных систем требований, санкций, оценок и конфликтов между родителями и другими воспитателями в семье.	Дети становятся растерянными, своевольными, имеют низкую самооценку и не воспринимают слова родителей всерьез
Аффективность	Родители становятся чрезмерно эмоциональными и создают напряженную обстановку в доме. Много негативных эмоций, нарушаются межличностные отношения	Для ребенка характерно чувство безнадежности и отчаяния

Продолжение таблицы 1

Тревожность	Семьи нестабильны, царит атмосфера незащищенности, дети чрезмерно опекаются, а их свобода ограничивается необоснованными запретами. Родителям не хватает жизнерадостности.	Ребенок мало активен, не уверен в себе
Доминантность	Родители в различных ситуациях стремятся во всем главенствовать над ребенком, подавлять его личность, а также родитель хочет быть для ребенка единственным авторитетом	Снижается уровень самостоятельности и инициативности, появляется неуверенность в себе, формируется заниженная самооценка
Недоверие к возможностям ребенка	Родители недооценивают способности своих детей, отказывают им в свободе, считают их несамостоятельными и не доверяют им.	Дети тревожны, застенчивы, иногда замкнуты, избегают внимания, с трудом заводят друзей и адаптируются к новому.
Нечуткость (недостаточная отзывчивость)	Часто родители не могут своевременно и адекватно реагировать на потребности и чувства своих детей, что приводит к взаимной неудовлетворенности	Ребенок с низкой уверенностью в себе и низкой самооценкой
Противоречивость	Родители предъявляют противоречивые требования, запреты и методы контроля, что часто сопровождается тревогой по поводу воспитания детей.	У ребенка формируется заниженная самооценка, уровень тревожности возрастает, он становится мнительным, неуверенным в себе; нарушается представление ребенка о себе, а также происходит формирование внутреннего конфликта

Младший школьный возраст является начальным этапом, на котором дети претерпевают значительные изменения в биологическом, психологическом и социальном плане. Родители должны играть защитную роль в поведении младших школьников, проводить соответствующее время за компьютером и улучшать навыки общения между родителями и детьми, чтобы обеспечить здоровую семейную жизнь.

Таким образом, семья является одним из самых главных факторов социализации детей. Тип внутрисемейного отношения играет важную роль

в формировании зависимости от компьютера у младших школьников. От семейных условий зависят практически все социальные и психологические аспекты поведения. Родители, а также другие члены семьи могут способствовать развитию индивидуальных качеств, демонстрируя модели поведения и с другой стороны, поощряя или критикуя поведение своих детей, в дальнейшем могут оказаться детерминантами формирования аддиктивного поведения.

Главными потребностями младшего школьника являются: потребность в общении, взаимопонимании и сопереживании. Общаясь с взрослыми ребенку в данном возрасте необходимо одобрение с их стороны, понимание, а также умение выслушать и поддержать. Большое значение в данном возрасте имеет потребность в игре, во впечатлениях. Ребенок все чаще стремится заменить игровой деятельностью недостаточное удовлетворение своих потребностей. Как правило, данная игровая деятельность связана с играми на компьютерах, планшетах, телефонах.

Именно в младшем школьном возрасте педагоги, родители должны уделять особое внимание на компьютерную и игровую деятельность ребенка. С младшими школьниками, а также с их родителями необходимо проводить различные мероприятия, которые направлены на профилактику компьютерной зависимости.

1.3 Направления деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников

Профилактика зависимости от компьютера приобретает особое значение в детском возрасте. Людям с низким уровнем отрешенности от реальности нужно быть очень осторожными, так как они могут быть вовлечены в компьютерную зависимость. Профилактика включает в себя целый комплекс различного рода мероприятий, направленных на

выявление того или иного определенного явления, либо на устранение определенных существующих факторов риска.

Если компьютерная и интернет-зависимость уже представляют реальную опасность, стоит задуматься о профилактических мероприятиях по лечению данного явления.

Принципы профилактической работы, осуществляемые на практике: системность; объективность; взаимоуважение; действие принципа обратной связи; наличие информационной достаточности; дисциплина; поощрение инициативы.

Разработка профилактических вмешательств должна быть нацелена в первую очередь на детей и подростков, подверженных риску компьютерной зависимости, а также на родителей, педагогов, сверстников и других лиц, которые являются частью, формирующей среды детей и подростков, подверженных риску формирования компьютерной зависимости.

Основные направления работы педагога-психолога с родителями по профилактике компьютерной зависимости:

- работа с обучающимися,
- работа с родителями учащихся,
- взаимодействие со специалистами, занимающимися данными вопросами.

В зависимости от стадии сформированности зависимости выделяют первичную, вторичную и третичную профилактику [50].

Первичная профилактика направлена на улучшение психической и межличностной зависимости школьников, а также на то, чтобы они знали о признаках компьютерной зависимости и ее возможных последствиях.

В начале формирования компьютерной зависимости выделяют следующие методы первичной профилактики, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Технологии первичной профилактики компьютерной зависимости

Технологии	Характеристика
<i>1</i>	<i>2</i>
Информационные	– публикации; – телефон доверия; – психологическая служба; – социальная поддержка;
Образовательные	– программы просвещения; – обучающие программы для родителей; – программы обучения педагогов, психологов, социальных работников; – программы обучения работников компьютерных клубов; – обучающие программы для обучающихся школ, лицеев, колледжей;
Занятости	– клубная работа; – дополнительное обучение;
Коррекции семейных отношений	– формирование взаимоотношений, которые способствуют полноценному воспитанию ребенка; – общие интересы всех членов семьи, эмоциональная поддержка, психологическая защита;
Религиозные	– культура религиозных чувств, осознание высшей духовной и моральной силы.

На первичной стадии профилактики зависимого поведения также обращают внимание на информационную осведомленность населения. С молодым поколением проводят ознакомительные беседы, которые направлены на распространение информации о наличии психологической и социальной проблемы, о ее признаках и возможных последствиях, приводящим к компьютерной зависимости. Следующим шагом является информирование школьников о методах профилактики, которые способствуют предупреждению зависимости от компьютера. Ребенку важно показать необходимость живого общения между людьми.

Вторичная профилактика включает работу, направленную на познание личности детей, зависимых от компьютера, предупреждение развития компьютерной аддикции, а также возобновление личностного и социального статуса ребенка. Данный вид профилактической работы направлен на детей, у которых уже началось формирование зависимости.

Третичная профилактика включает в себя комплекс психологических, педагогических, а также медицинских мероприятий, главной задачей которых является устранение или компенсация ограниченной жизненности, нарушенных функций с целью возможно более полного процесса восстановления социального и профессионального статуса индивида, предупреждения рецидивов и возникновения хронического заболевания.

Психолого-педагогическая деятельность по профилактике аддиктивного поведения у детей младшего школьного возраста включает диагностические, коррекционно-развивающие, консультативные и образовательные мероприятия [36].

Диагностическое направление заключается в изучении индивидуальных особенностей личности ребенка. Необходимо выявить причины возникновения проблем с обучением, развитием и других проблем. Данная работа направлена на диагностику поведения младшего школьника и его особенностей личности, имеющие воздействие на формирование аддиктивного поведения. К таким особенностям относят низкий уровень восприятия социальной поддержки, неспособность ребенка к эмпатии, повышенная тревожность, низкий уровень стрессоустойчивости и коммуникабельности, повышенный эгоцентризм, стремление к одобрению окружающих, депрессивные и агрессивные состояния и др. Эта область также включает исследования в области мотивации, эмоций, воли, и динамики их развития, диагностику влияния эмоциональных состояний на процесс обучения, удовлетворенность различными аспектами образовательного процесса, мониторинг проблем личности и поведения детей младшего школьного возраста.

Для измерения этих показателей следует использовать методы диагностики (количественные и качественные). Это также можно сделать, изучив информацию о семье ребенка, его положении, способностях и интересах, характере семейных отношений.

Коррекционно-развивающее направление основывается на коррекции отношений между членами коллектива, реализации психолого-педагогических программ по работе с детьми группы риска, формировании социальных и поведенческих навыков. Это происходит в форме проведения занятий со школьниками, консультирования детей и родителей по вопросам профилактики зависимости, индивидуальных и групповых консультаций и других форм работы.

Консультативное направление работы педагога-психолога включает в себя консультирование учащихся, родителей, учителей и руководителей. Детское консультирование занимается вопросами, связанными с особенностями обучения, развития и взаимоотношений детей со взрослыми и сверстниками. Она также предполагает консультирование руководителей учебных заведений и учителей по вопросам развития, обучения, воспитания и образования детей. При осуществлении консультирования родителей, а также всех членов семьи, стоит обращать внимание на вопросы межличностных взаимодействий, мер профилактики зависимости от игры и компьютера. Разрабатывая меры профилактики следует учитывать психологические и социальные возможности семьи.

Также просветительское направление реализуется педагогом-психологом и в качестве профилактики компьютерной аддикции. Отличительной особенностью данного направления является не только распространение психологических знаний в области профилактики компьютерной зависимости, но и формирование психологической культуры всех участников образовательного процесса. Область реализуется в виде тематических педагогических советов, родительских собраний, классных часов для школьников на тему компьютерной зависимости, плакатов, семинаров, мастер-классов и других форм работы.

Профилактика компьютерной зависимости должна быть направлена на улучшение семейной среды, в которой дети взрослеют, уменьшая возможные детские травмы и улучшая знания подростков концепции

семьи, тем самым снижая распространенность негативных эмоций у подростков.

Чтобы защитить обучающихся начальной школы от компьютерной и интернет-зависимости, родители и учителя должны учить учащихся разумно пользоваться Интернетом, надлежащим образом контролировать их действия в Интернете и ограничивать время, проводимое за компьютером. Кроме того, необходимы более систематические исследования в этих областях, чтобы помочь родителям, учителям и лицам, определяющим политику, максимизировать положительное влияние и свести к минимуму отрицательное влияние компьютера на жизнь обучающихся начальной школы.

Далее рассмотрим направления профилактической деятельности педагога [15]:

1. Организация социальной среды. Это направление характеризуется воздействием на социальную среду с целью избежать нежелательного поведения индивидов. Одним из таких примеров является социальная реклама, в том числе пропаганда здорового образа жизни. Полезная и необходимая информация, которую получают дети, может помочь снизить риск возникновения аддиктивного поведения.

2. Информирование. Первый шаг-информирование родителей. Это может принимать форму тематических дискуссий, круглых столов, консультаций, родительских собраний, буклетов и т.д. К работе могут быть привлечены школьные администраторы, учителя, педагоги-психологи, программисты и медицинский персонал.

Проведение психологических тренингов – одна из самых интересных задач. Обучение может быть организовано учителями, педагогами-психологами и совместно с родителями и детьми. Плюс этой формы обучения в том, что она открывает более широкое поле для совместных увлечений и проведения досуга, все участники эмоционально вовлечены и имеют хороший психологический и эмоциональный фон.

Педагоги-психологи также могут непосредственно консультировать детей младшего школьного возраста по вопросам рационального использования компьютеров и компьютерных игр.

3. Активное обучение социальным навыкам может проходить в форме групповых тренингов. Некоторые из них будут рассмотрены ниже.

Тренинг устойчивости – «устойчивость к социальным влияниям» может стать одной из первых программ обучения профилактике в этой области. Его особенности включают изменение отношения к привычному поведению, развитие навыков распознавания последствий рекламы, а также развитие способности сказать «нет» давлению сверстников и взрослых.

Следующий тренинг – тренинг асертивности и аффективных ценностей. В основе этого лежит идея о том, что существует прямая связь между аддиктивным поведением и расстройствами в эмоциональной сфере. Обучение основано на том, чтобы помочь младшим школьникам научиться распознавать эмоции, выражать их должным образом исправляться со стрессовыми ситуациями, чтобы предотвратить зависимое от компьютера поведение. Кроме того, групповая психологическая работа формирует навыки принятия решений, повышает самооценку, развивает позитивные ценности активизирует процесс самоопределения.

Тренинг обучения жизненным навыкам призван помочь людям справиться с компьютерной зависимостью. Это может включать навыки общения, поддержания дружеских отношений, конструктивного разрешения конфликтов, ответственности, асертивности. Важны навыки общения, конструктивного решения конфликтов, умения отстаивать свою позицию и интересы.

4. Организация здорового образа жизни включает в себя не только конкретные мероприятия, но и такие аспекты, как здоровый образ жизни, принятие ответственности за свое здоровье и умение достигать состояния оптимизма.

5. Организация мероприятий, альтернативных аддиктивному поведению, обращение к идее альтернативных последствий аддикции, которые реализуются, когда проблема уже существует.

6. Активизация личностных ресурсов направлена на поддержание активности, здоровья и жизнестойкости человека.

7. Минимизация негативных последствий аддиктивного поведения. Предотвратить рецидив или его негативные последствия, если аддиктивное поведение уже прогрессирует.

Поэтому в настоящее время важно использовать различные подходы в области школьной профилактики зависимого поведения. При реализации разнообразных подходов необходимо проводить политику расширения штата школьных психологов, а также привлечения педагогов-психологов к качественно новому уровню, который поможет им эффективно работать над школьной профилактикой среди младших школьников.

Таким образом, применяя на практике вышеперечисленные направления, педагоги-психологи могут организовать профилактику компьютерной зависимости у младших школьников эффективным и качественным процессом.

Выводы по 1 главе

В ходе изучения психолого-педагогической литературы мы пришли к следующим выводам:

1. Под компьютерной зависимостью понимается пристрастие к занятию, которое связано с использованием компьютера, приводит к резкому уменьшению всех остальных видов деятельности, а также ограничению общения с другими людьми.

Развитие зависимости от компьютера происходит постепенно. Формирование компьютерной зависимости проходит через несколько стадий, отличающихся своими особенностями: стадия легкой

увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости, стадия привязанности.

2. Семья является одним из самых главных факторов социализации детей, так как семья является основополагающей ячейкой, осуществляющей процесс социализации ребенка. Тип внутрисемейного отношения играет важную роль в формировании зависимости от компьютера у детей младшего школьного возраста. От семейных условий зависят практически все социальные и психологические аспекты поведения. Воспитательные принципы родителей, определяющие общий стиль воспитания, являются важным фактором, формирующим гармонически развитую личность ребенка.

3. Младший школьный возраст – наиболее благоприятный период для профилактики компьютерной зависимости. Профилактическая деятельность должна осуществляться только в том случае, когда зависимость еще не сформировалась.

Выделяются основные направления работы педагога-психолога с родителями по профилактике компьютерной зависимости:

- работа с обучающимися,
- работа с родителями учащихся,
- взаимодействие со специалистами, занимающимися данными вопросами.

Профилактика компьютерной зависимости у детей младшего возраста должна быть направлена на поддержание доверительных и благоприятных отношений между родителями и детьми, улучшение отношений со сверстниками, повышение интереса к другим видам досуга и развитие черт характера. Для осуществления профилактической деятельности необходимо привлекать всех участников образовательного процесса. Такой вид работы может реализовываться при использовании разных форм педагогической работы с родителями, что увеличивает эффективность воспитательного процесса.

ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ

2.1 Организация и ход исследования

На данный момент в Россия переживает период, когда общественные изменения отражаются не только в социальных, экономических и политических тенденциях, но и в ценностях и менталитете молодого поколения. Это привело к тому, что сами родители и учителя не всегда обладают знаниями и навыками, необходимыми для поддержания хорошего здоровья и здорового образа жизни, и поэтому не могут предоставить эффективные образовательные инструменты для своих детей. В зависимости от того, какие установки в индивиде будут заложены с самого раннего детства, в большей степени будет зависеть его культура, образ жизни и мировоззрение. Ситуация, которая сложилась в обществе, требует принятия своевременных и неотложных мер. Именно поэтому, более актуальными и востребованными для успешного развития задач воспитания становится взаимодействие и сотрудничество всех участников образовательного процесса.

Необходима совместная работа учителей, педагога-психолога и родителей по выявлению и профилактике зависимого поведения детей младшего школьного возраста. На наш взгляд данная задача является очень важной как для общеобразовательных учреждений, так и непосредственно для самой семьи.

Цель работы экспериментальным путем проверить результативность программы работы педагога-психолога с родителями и детьми, направленной на профилактику компьютерной зависимости.

Были сформулированы следующие *задачи*:

1. Подобрать методы диагностики по выявлению уровня аддиктивного поведения детей младшего школьного возраста и их родителей на примере компьютерной зависимости;

2. Сформировать выборку;

3. Провести констатирующий этап экспериментальной работы, проверить наличие различий ЭГ и КГ групп в уровнях сформированности компьютерной зависимости у младших школьников.

4. На основе полученных результатов разработать программу деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников;

5. Провести контрольный этап экспериментальной работы и подтвердить с помощью методов математической статистики результативность внедренной программы деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников.

В исследовании приняли участие обучающиеся 3«А», 3«Б» классов в возрасте 9-10 лет МОУ СОШ Челябинской области в общем количестве 55 человек и их родители.

Способ формирования данной выборки: формальная группа. Данная выборка была поделена нами на 2 группы: экспериментальную, в которую вошли обучающиеся класса 3 «А» в количестве 27 человек (16 мальчиков, 11 девочек) и их родители, и контрольную группу, в которую вошли обучающиеся 3 «Б» класса в количестве 28 человек (12 мальчиков, 16 девочек) и так же их родители.

В экспериментальную группу внедрялась программа работы педагога-психолога с родителями и детьми по профилактике зависимости от компьютера у младших школьников. В контрольную группу внедрялись элементы программы (диагностика детей и их родителей, классный час «Компьютер: за и против», оформление выставки плакатов «Мы за здоровый образ жизни», родительское собрание «Профилактика компьютерной зависимости в семье»).

Обучающимся начальной школы свойственно увлечение компьютером, интернетом и различными компьютерными играми. Поэтому часто возникают случаи компьютерной аддикции.

Для выявления уровня аддикции в нашем исследовании мы решили использовать тест для младших школьников на определение компьютерной зависимости, составленный О.Л. Кутуевой (приложение 1).

Родителям младших школьников также был предложен тест на выявление компьютерной зависимости у их детей, составленный педагогом-психологом Марущак Я.В. (приложение 2).

Для того, чтобы провести корреляционный анализ мы присвоили следующие коэффициенты двум данным методикам:

Сформированная зависимость – 3 балла;

Риск формирования зависимости – 2 балла;

Отсутствие зависимости – 1 балл.

В качестве статистических методов были использованы метод χ^2 (ХИ- квадрат Пирсона) и t-критерия Стьюдента.

2.2 Программа деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

Программа взаимодействия педагога-психолога с родителями, направленная на профилактику компьютерной зависимости, разработана для совместной работы педагога-психолога, родителей и их детей.

Пояснительная записка

Программа взаимодействия педагога-психолога с родителями, направленная на профилактику компьютерной зависимости, разработана для совместной работы педагога-психолога, родителей и их детей.

В настоящее время, в современном обществе при решении проблемы усовершенствования образовательного процесса, значимую роль в процессе обучения детей стал занимать компьютер, который помогает раскрыть множество путей к получению различных ресурсов, и не только

образовательных. Большое количество информации, передаваемой из сети, влияет на сознание детей в непоследовательной и хаотичной структуре. Это можно объяснить тем, что огромный поток информации, который общество получает из интернета, ничем и никем не ограничен. Когда ребенок получает свободный доступ к компьютеру, его психика сразу же начинает адаптироваться и приспосабливаться к темпам распространения информации, которые несет киберпространство.

Цель программы: предупреждение компьютерной зависимости у детей старшего школьного возраста, изменение ценностного отношения к окружающей зависимости, повышение интереса к активному здоровому досугу.

Задачи программы:

1. Выявление степени сформированности компьютерной зависимости школьников с помощью нескольких методик.
2. Информирование школьников и родителей о компьютерной зависимости.
3. Привлечение внимания родителей к внеучебной деятельности детей.
4. Увлечение детей к различным видам досуговой деятельности, живому общению с окружающими людьми.

Целевой группой реализации программы являются одновременно дети младшего школьного возраста и их родители.

Ожидаемые результаты:

- снижение уровня компьютерной зависимости у младших школьников, выявленной на начальном этапе реализации программы,
- приобретение школьниками базовых знаний о здоровье,
- информированность детей и их родителей о влиянии компьютера на социально-психологическое и физическое здоровье младших школьников.

- увеличение интереса детей к различной досуговой деятельности за пределами компьютера,
- повышение интереса родителей к совместному проведению досуга с детьми.

В рамках данной программы работа будет осуществляться в 3 этапа:

- диагностический этап,
- профилактический этап,
- этап информирования.

Диагностический этап включает в себя проведение различных диагностик на выявление уровня сформированности компьютерной зависимости.

Профилактический этап основывается на проведении различных совместных тренингов родителей с детьми, тематических классных часов, упражнений, конкурсов для младших школьников и т.д.

Этап информирования включает в себя проведение тренингов, тематических родительских собраний, с целью информирования их о данной проблеме.

По окончании программы ожидается достижение поставленной цели и проводится повторное диагностирование и мониторинг.

Программа предназначена для работы с обучающимися 3 классов. Весь материал, техники и упражнения подобраны с учетом возрастных особенностей.

Сроки реализации программы: 9 месяцев.

Таблица 3 – Тематический план программы по профилактике компьютерной зависимости «Вне компьютерной зависимости»

Вид занятия	Срок проведения	Цели	Ответственный
1	2	3	4
Диагностика			
Диагностика детей и родителей	Сентябрь	Выявление уровня сформированности компьютерной зависимости младших школьников по мнению детей и их родителей	Педагог-психолог

Продолжение таблицы 3

1	2	3	4
Повторная диагностика детей и родителей	Май	Сравнение полученных результатов с результатами первичной диагностики, выявить динамику, проанализировать, повлиял ли формирующий этап на улучшение результатов	Педагог-психолог
Просвещение детей			
Классный час «Компьютер: за и против»	Октябрь	Информирование школьников о данной проблеме, выявление отношения к проблеме, степени достоверности имеющихся знаний	Педагог-психолог
Тренинг «Живое общение»	Ноябрь	Привитие навыков конструктивного общения	Педагог-психолог
Классный час «Вне зависимости»	Январь	Расширение представлений о причинах игровой компьютерной зависимости, создание условий для самоанализа причин собственной игровой зависимости у детей.	Педагог-психолог
Оформление выставки плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	Февраль	Способствовать формированию установок на здоровый образ жизни	Педагог-психолог
Классный час «Мой социум в Интернете»	Апрель	Способствовать формированию адекватного представления об Интернете, социальных сетях, их влиянии на детей.	Педагог-психолог
Просвещение родителей			
Родительское собрание «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми»	Ноябрь	Привлечение внимания родителей к роли компьютера в жизни младшего школьника	Классный руководитель, педагог-психолог
Родительское собрание «Профилактика компьютерной зависимости в семье»	Январь	Привлечение всех членов семьи к решению проблемы зависимости от компьютера у детей	Классный руководитель, педагог-психолог
Родительское собрание «Подведение итогов»	Май	Обобщение результатов и подведение итогов	Педагог-психолог

Продолжение таблицы 3

1	2	3	4
Совместные мероприятия родителей и детей			
Спортивная эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья!».	Октябрь	Способствовать приобщению семьи к здоровому образу жизни; продолжать укреплять физическое и психическое здоровье детей в содружестве с семьями	Классный руководитель, педагог-психолог, педагог-организатор
Тренинг «Мы вместе»	Декабрь	Способствовать развитию и установлению отношений сотрудничества и партнерства родителей с детьми	Классный руководитель, педагог-психолог
Квест «Наша дружная семья»	Март	Способствовать развитию навыков командной работы; развитие интереса родителей в совместном досуге с детьми	Педагог-психолог

Подробные разработки некоторых, включенных в программу мероприятий, представлены в приложениях 3-9.

Таким образом, для комплексного и эффективного решения проблемы зависимости от компьютера, а также проблемы установок на здоровый образ жизни у обучающихся, всем участникам образовательного процесса необходимо предпринимать своевременные меры по профилактике и предупреждению компьютерной зависимости обучающихся. Так как данная проблема не нова, должен снижаться и возрастной порог мер профилактики по её предупреждению, начиная уже с младшего школьного возраста.

Выводы по 2 главе

Наше исследование проходило на базе школы МОУ СОШ Челябинской области. В исследовании приняли участие младше школьники, а именно дети 3 «А» и 3 «Б» классов в возрасте 9-10 лет в общем количестве 55 человек, а также их родители.

Способ формирования данной выборки: формальная группа. Данная выборка была поделена нами на 2 группы: контрольную и экспериментальную.

В экспериментальную группу вошли учащиеся класса 3 «А» в количестве 27 человек и их родители, в контрольную группу – учащиеся 3 «Б» класса в количестве 28 человек и так же их родители.

В экспериментальную группу внедрялась программа работы педагога-психолога с родителями и детьми по профилактике зависимости от компьютера у младших школьников. В контрольную группу внедрялись элементы программы.

В качестве диагностического инструмента выбраны следующие методики:

1. Тест-опросник для младших школьников на определение компьютерной зависимости, составленный О. Л. Кутуевой;
2. Тест на выявление компьютерной зависимости у детей по мнению их родителей, составленный педагогом-психологом Марущак Я. В.

Для обработки результатов экспериментального исследования нами были использованы следующие методы математической статистики: t- критерий Стьюдента, Хи-квадрат Пирсона.

Нами была разработана программа взаимодействия педагога-психолога с родителями и детьми, направленная на профилактику компьютерной зависимости «Вне компьютерной зависимости».

Данная программа рассчитана на 1 учебный год.

В процессе проведения формирующего этапа нашей работы в экспериментальную группу внедрялась разработанная нами программа работы педагога с семьей по профилактике зависимости от компьютера. В контрольную группу были внедрены только некоторые элементы данной программы, такие как: классный час «Компьютер: за и против», родительское собрание «Профилактика компьютерной зависимости в семье», конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни».

По окончании программы ожидается достижение поставленной цели и проводится повторная диагностика и мониторинг.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей для работы с обучающимися 3 классов.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1 Анализ и интерпретация результатов констатирующего этапа эксперимента

В нашей работе мы исследуем уровень сформированности компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста по мнению самих детей и их родителей, а также определяем взаимосвязь между результатами диагностики детей и их родителей.

Первым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников с помощью методики тестирования младших школьников на определение компьютерной зависимости, составленный О. Л. Кутуевой (Приложение 1).

Нами были получены следующие результаты.

Таблица 4 – Результаты изучения уровня компьютерной зависимости у младших школьников в ЭГ

№	Имя, фамилия	Количество баллов	Уровень зависимости
1	2	3	4
1	Илья А.	14	Стадия риска
2	Кристина Б.	10	Отсутствие зависимости
3	Максим Б.	21	Наличие зависимости
4	Алина В.	8	Отсутствие зависимости
5	Андрей Д.	15	Стадия риска
6	Виктор Д.	13	Стадия риска
7	Вадим З.	14	Стадия риска
8	Ян З.	19	Наличие зависимости
9	Алена К.	9	Отсутствие зависимости
10	Андрей К.	17	Стадия риска
11	Евгений Л.	15	Стадия риска
12	Екатерина Л.	8	Отсутствие зависимости
13	Мария М.	16	Стадия риска
14	Марина М.	14	Стадия риска

Продолжение таблицы 4

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
15	Арсений Н.	10	Отсутствие зависимости
16	Евдокия Н.	9	Отсутствие зависимости
17	Ольга С.	9	Отсутствие зависимости
18	Денис С.	13	Стадия риска
19	Павел С.	13	Стадия риска
20	Сергей Т.	17	Стадия риска
21	Давид Т.	22	Наличие зависимости
22	Анастасия У.	11	Отсутствие зависимости
23	Матвей Ф.	15	Стадия риска
24	Вадим Х.	18	Стадия риска
25	Роман Х.	20	Наличие зависимости
26	Анастасия Ш.	12	Отсутствие зависимости
27	Диана Я.	10	Отсутствие зависимости

Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости представлено нами в таблице (таблица 5).

Таблица 5 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости в ЭГ

Уровни риска	Количество	
	N	%
Наличие зависимости	4	15
Стадия риска	13	48
Отсутствие зависимости	10	37

Для наглядности представим полученные данные на рисунке 1.

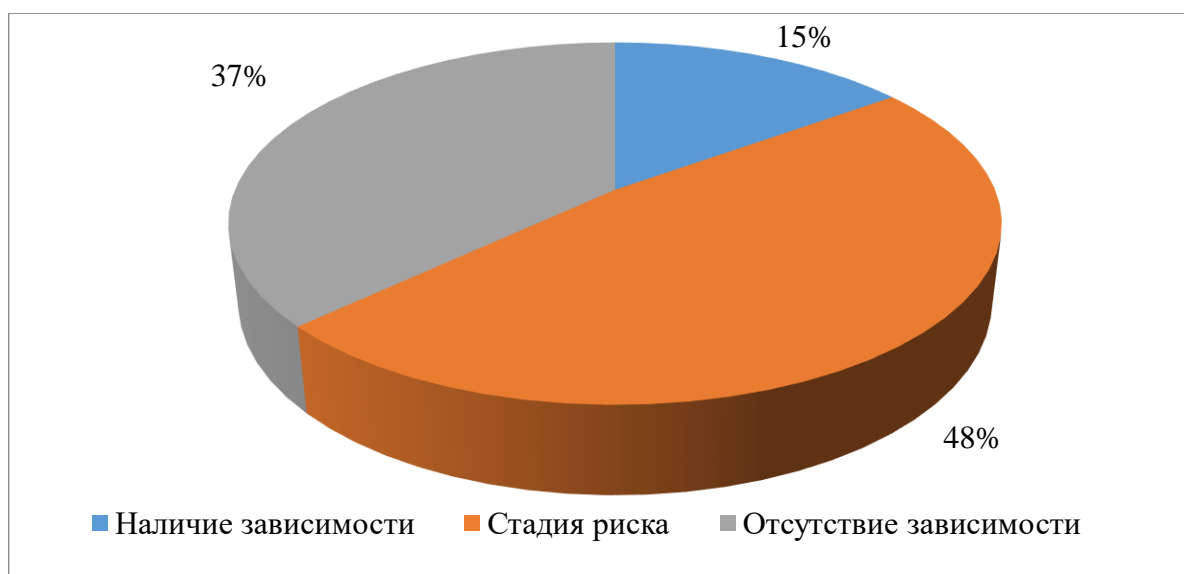


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости в ЭГ

Из таблицы 5 и рисунка 1 видно, что у 10 опрошенных нами обучающихся 3 «А» класса экспериментальной группы, что составляет 37 % от общего числа опрошенных, отсутствует компьютерная зависимость. У детей из этой группы нет ожиданий по поводу проведения времени за компьютером, они не пропускают важные мероприятия или учебу, чтобы поиграть в компьютерные игры, они включают компьютер только при необходимости, и время, проведенное за ним невелико, компьютер в их жизни не занимает особого места. У младших школьников, вошедших в данную группу нет проблем с психологическим и физическим состоянием, когда они находятся на расстоянии от компьютера, предпочитают проводить время в кругу семьи, общаться со сверстниками, друзьями. На этом уровне компьютер является рабочим инструментом, а не инструментом для отдыха, и нет предположения зависимости.

В группу риска возникновения компьютерной зависимости вошли 13 опрошенных нами обучающихся, что составляет 48 % от общего количество испытуемых. Для таких детей характерно большее времяпровождение за компьютером и проблемы в общении с родителями, если они обеспокоены этим. Следует отметить, что многие дети младшего школьного возраста часто скрывают, что они делают в Интернете.

Обучающиеся отдают предпочтение проведению большего времени за компьютером, чем за общение с семьей, отказываются от встреч с друзьями. Они предпочитают проводить время за учебой, общением в социальных сетях и различными компьютерными играми. Компьютер на данной стадии имеет большую значимость в жизни ребенка.

По результатам исследования было выявлено 4 обучающихся, что составляет 15 %, у которых выявлена компьютерная зависимость.

Что касается 3 «Б» класса, который является в нашем эксперименте контрольной группой, то здесь мы получили следующие данные (таблица б).

Таблица 6 – Результаты изучения уровня компьютерной зависимости у младших школьников в КГ

№	Имя, фамилия	Количество баллов	Уровень зависимости
1	2	3	4
1	Мария А.	9	Отсутствие зависимости
2	Константин А.	19	Наличие зависимости
3	Никита Б.	14	Стадия риска
4	Алиса В.	8	Отсутствие зависимости
5	София В.	17	Стадия риска
6	Диана Д.	16	Стадия риска
7	Денис З.	21	Наличие зависимости
8	Карина З.	11	Отсутствие зависимости
9	Екатерина К.	17	Стадия риска
10	Арсений К.	20	Наличие зависимости
11	Евгения Л.	9	Отсутствие зависимости
12	Алена Л.	14	Стадия риска
13	Надежда М.	8	Отсутствие зависимости
14	Марк Н.	21	Наличие зависимости
15	Артем Н.	13	Стадия риска
16	Есения Н.	17	Стадия риска
17	Виктория С.	10	Отсутствие зависимости
18	Данил С.	16	Стадия риска

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
19	Антон Т.	14	Стадия риска
20	Демид Т.	16	Стадия риска
21	Анастасия У.	13	Стадия риска
22	Алиса У.	11	Отсутствие зависимости
23	Матвей Ф.	23	Наличие зависимости
24	Ксения Х.	9	Отсутствие зависимости
25	Мария Ч.	15	Стадия риска
26	Дмитрий Ш.	15	Стадия риска
27	Яна Ш.	10	Отсутствие зависимости
28	Михаил Я.	18	Стадия риска

Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости представлено нами в таблице (таблица 7).

Таблица 7 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости в КГ

Уровни риска	Количество	
	N	%
Наличие зависимости	5	18
Стадия риска	14	50
Отсутствие зависимости	9	32

Для наглядности представим полученные данные на рисунке 2.

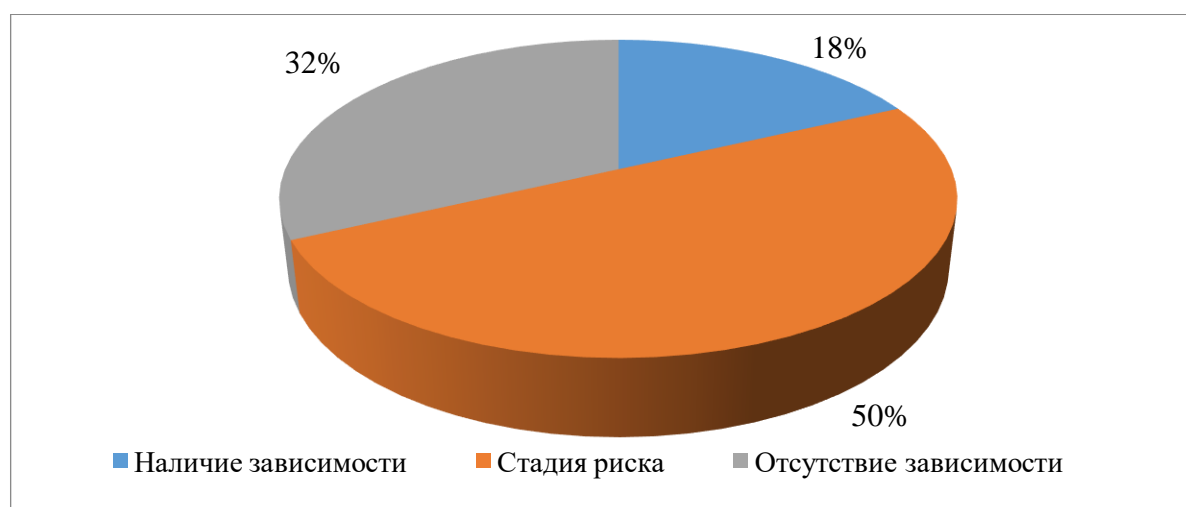


Рисунок 2 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости в КГ

Анализируя рисунок 2 видно, что у 9 опрошенных нами обучающихся 3 «Б» класса контрольной группы (32 % от общего количества опрошенных) отсутствует зависимость от компьютера, 14 учеников, что составляет 50 %, находятся на стадии риска возникновения компьютерной зависимости, у 5 опрошенных учеников, что составляет 18 % – выявлена компьютерная зависимость.

Исходя из полученных нами результатов анализа ответов испытуемых, можно сделать вывод о том, что большая часть экспериментальной группы находится либо в стадии риска компьютерной зависимости, либо стоит на стадии отсутствия зависимости. Эти результаты похожи на те, которые были получены нами в контрольной группе. Соответственно, мы можем сделать аналогичные выводы и об этой группе испытуемых.

Таким образом, основная масса обучающихся как в экспериментальной, так и в контрольной группах находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости или на стадии ее отсутствия.

Для доказательства достоверности полученных результатов в ходе эксперимента нами был применён непараметрический метод математической статистики в педагогических исследованиях, который называется критерием χ^2 (Хи-квадрат Пирсона).

Таблица 8 – Таблица критических значений распределения χ^2 уровни компьютерной зависимости у младших школьников

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Наличие зависимости	4	5	9
Стадия риска	13	14	27
Отсутствие зависимости	10	9	19
Всего	27	28	55

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия χ^2 составляет 0.183. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p < 0.05$ составляет 5.991. Уровень значимости $p=0.913$. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Исходя из этого, можно сделать вывод, что между группами нет значимых различий.

Вторым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников, по мнению их родителей с помощью методики тестирования на выявление компьютерной зависимости младших школьников для детей, составленной педагогом-психологом Я. В. Марущак.

В экспериментальной группе нами были получены следующие результаты, представленные в таблице 9.

Таблица 9 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости по мнению их родителей в ЭГ

Уровни риска	Количество	
	N	%
Наличие зависимости	2	7
Стадия риска	10	37
Отсутствие зависимости	15	56

Наглядно представим результаты на рисунке 3.

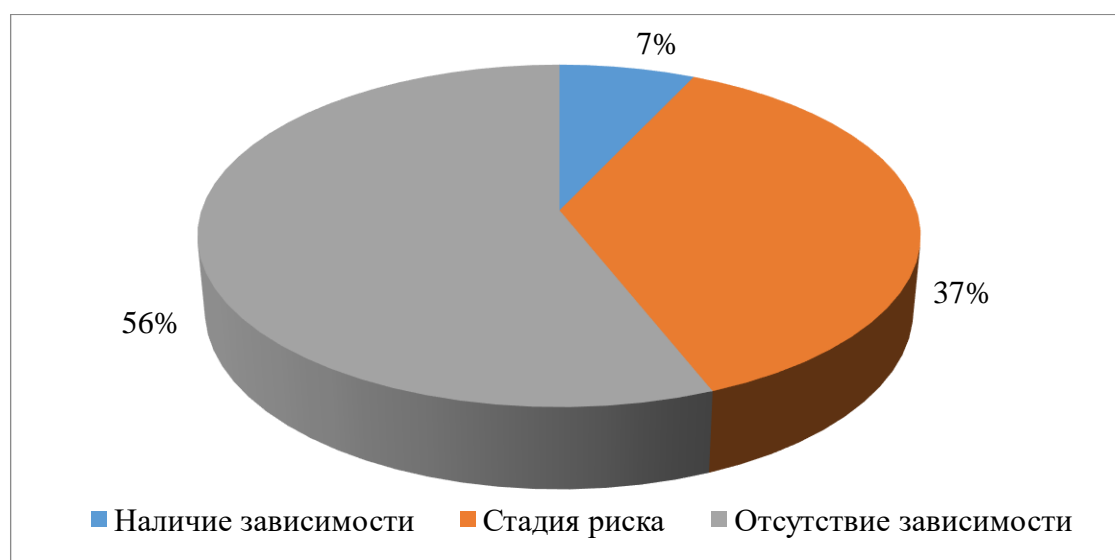


Рисунок 3 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости по мнению их родителей ЭГ

Из рисунка 3 видно, что, по мнению родителей в экспериментальной группе, у 15 детей, что составляет 56 %, отсутствует компьютерная зависимость. На стадии риска находится 10 обучающихся – 37 % от общего числа испытуемых. У 2 детей, что составило 7 %, присутствует зависимость от компьютера.

В контрольной группе нами были получены следующие результаты.

Таблица 10 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости по мнению их родителей в КГ

Уровни риска	Количество	
	N	%
Наличие зависимости	4	14
Стадия риска	14	50
Отсутствие зависимости	10	36

Наглядно представим результаты на рисунке 4.

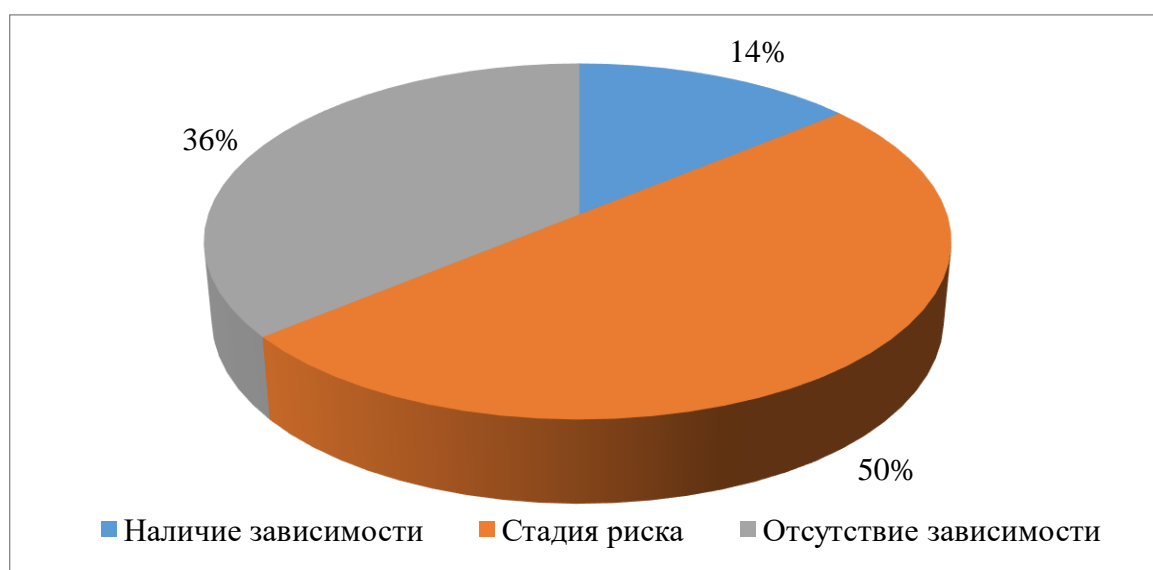


Рисунок 4 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости по мнению их родителей в КГ

Из рисунка 4 видно, что, по мнению родителей в контрольной группе, у 10 детей, что составляет 36 %, отсутствует компьютерная зависимость. На стадии риска находится 14 обучающихся – 50 % от общего числа испытуемых. У 4 детей, что составило 14 %, присутствует зависимость от компьютера.

Для доказательства достоверности полученных результатов в ходе эксперимента нами был применён непараметрический метод математической статистики в педагогических исследованиях, который называется критерием χ^2 (Хи – квадрат Пирсона).

Таблица 11 – Таблица критических значений распределения χ^2 уровня компьютерной зависимости у младших школьников по мнению родителей

Уровень компьютерной зависимости	Количество родителей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Наличие зависимости	2	4	6
Стадия риска	10	14	24
Отсутствие зависимости	15	10	25
Всего	27	28	55

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия χ^2 составляет 2.316. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p < 0.05$ составляет 5.991. Уровень значимости $p = 0.315$. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Следовательно, между группами нет значимых различий.

Далее, в таблице 12, мы представим соотношение уровня компьютерной зависимости у детей и мнения родителей об уровне зависимости детей в экспериментальной группе.

Таблица 12 – Соотношение уровня сформированности компьютерной зависимости по мнению детей и их родителей в ЭГ

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей и родителей ЭГ			
	Количество детей		Количество родителей	
	N	%	N	%
Наличие зависимости	4	15	2	7
Стадия риска	13	48	10	37
Отсутствие зависимости	10	37	15	56

Наглядно результаты представим на рисунке 5.

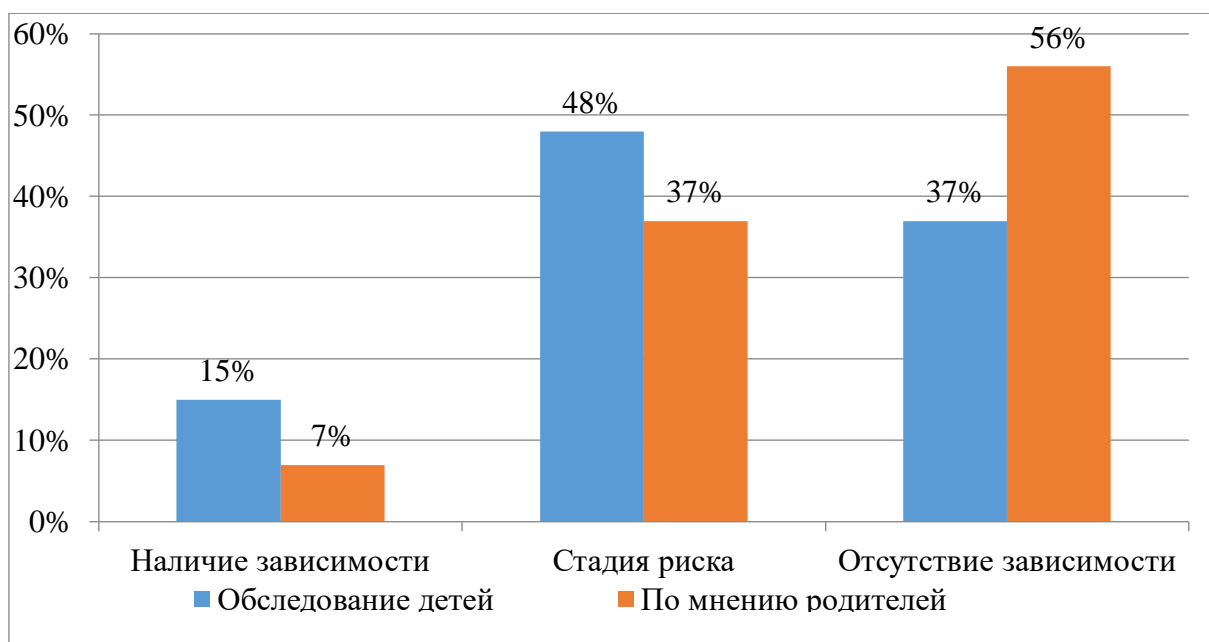


Рисунок 5 – Соотношение уровней компьютерной зависимости по мнению детей и их родителей в ЭГ

Из рисунка 5 видно, что не все родители хотят признавать наличие у их детей компьютерной зависимости. Обследование детей показывает наличие риска формирования компьютерной зависимости.

Для того, чтобы проверить различаются ли результаты ответов родителей и детей, нами был применён Т-критерий Стьюдента.

Сравним результаты исследования уровня компьютерной зависимости в экспериментальной группе по мнению детей и их родителей по t-критерию Стьюдента.

Нами были получены следующие результаты.

Таблица 13 – Автоматический расчет t-критерия Стьюдента для ЭГ

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	По мнению детей	По мнению родителей	По мнению детей	По мнению родителей	По мнению детей	По мнению родителей
1	4	2	-5	-7	25	49
2	13	10	4	1	16	1
3	10	15	1	6	1	36
Суммы:	27	27	0	0	42	86
Среднее:	9	9				

В результате автоматического расчета t-критерия Стьюдента было получено $t_{\text{эмп}} = 0$. Критическое значение $t_{\text{кр}}$ при уровне значимости $p \leq 0.05$ составляет 2.78, при уровне значимости $p \leq 0.01$ составляет 4.6. Ниже на рисунке 6 можно увидеть ось значимости t-критерия Стьюдента. Мы выявили то, что полученное эмпирическое значение $t(0)$ находится в зоне незначимости. Из этого следует, что различия в результатах ответов родителей и детей в экспериментальной группе статистически не значимы. Обследование детей показывает наличие риска формирования компьютерной зависимости.

Ось значимости:

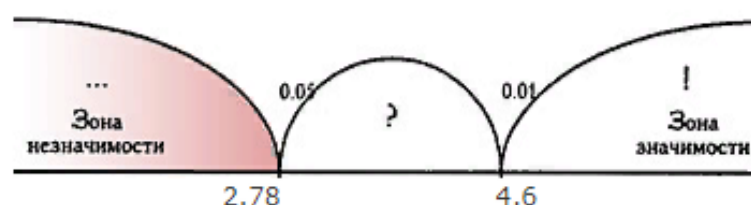


Рисунок 6 – Ось значимости t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

Далее, в таблице 14, мы представим соотношение уровня компьютерной зависимости у детей и мнения родителей об уровне зависимости детей в контрольной группе.

Таблица 14 – Соотношение уровня сформированности компьютерной зависимости по мнению детей и их родителей в КГ

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей и родителей КГ			
	Количество детей		Количество родителей	
	N	%	N	%
Наличие зависимости	5	18	4	14
Стадия риска	14	50	14	50
Отсутствие зависимости	9	32	10	36

Наглядно результаты представим на рисунке 7.

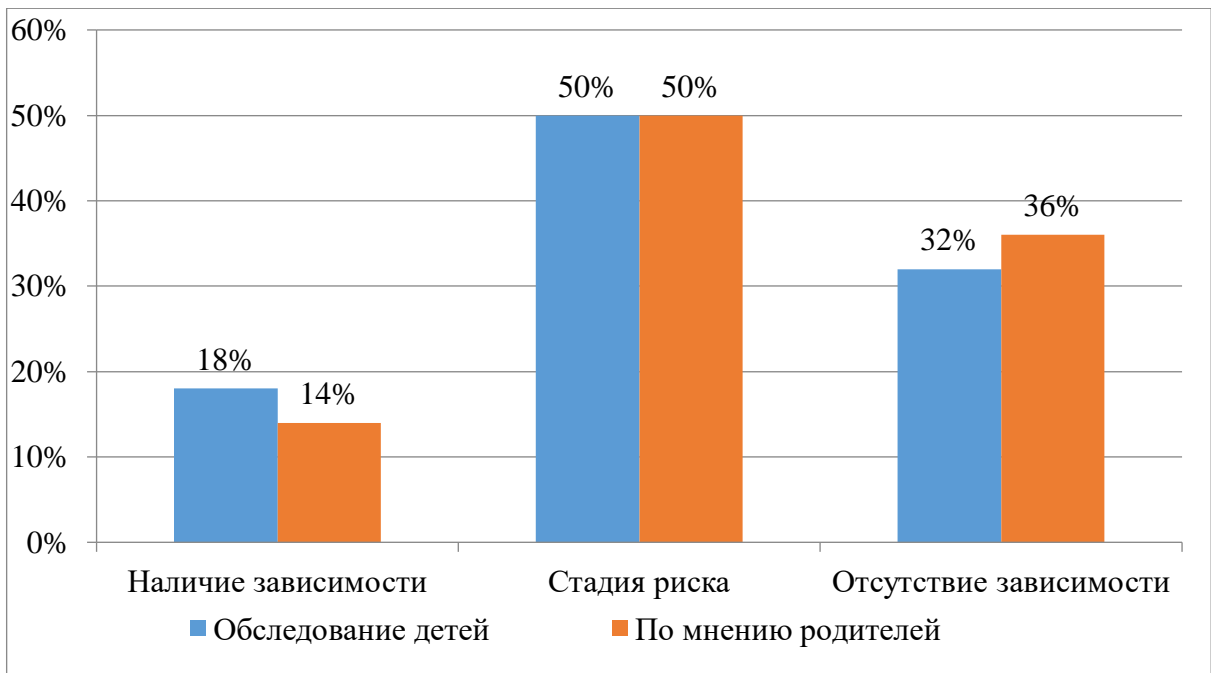


Рисунок 7 – Соотношение уровней компьютерной зависимости по мнению детей и их родителей в КГ

Аналогично рассчитаем t-критерий Стьюдента контрольной группы на констатирующем этапе данного эксперимента.

Таблица 15 – Автоматический расчет t-критерия Стьюдента для ЭГ

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	По мнению детей	По мнению родителей	По мнению детей	По мнению родителей	По мнению детей	По мнению родителей
1	5	4	-4.33	-5.33	18.7489	28.4089
2	14	14	4.67	4.67	21.8089	21.8089
3	9	10	-0.33	0.67	0.1089	0.4489
Суммы:	28	28	0.01	0.01	40.6667	50.6667
Среднее:	9.33	9.33				

По результатам автоматического расчета t-критерия Стьюдента было получено $t_{\text{эмп}} = 0$. Критическое значение $t_{\text{кр}}$ при уровне значимости $p \leq 0.05$ составляет 2.78, при уровне значимости $p \leq 0.01$ составляет 4.6. Ниже на рисунке 8 можно увидеть ось значимости t-критерия Стьюдента. Полученный нами t-критерий Стьюдента находится в зоне незначимости. Из этого следует, что различия в результатах ответов родителей и детей в контрольной группе статистически не значимы.

Ось значимости:

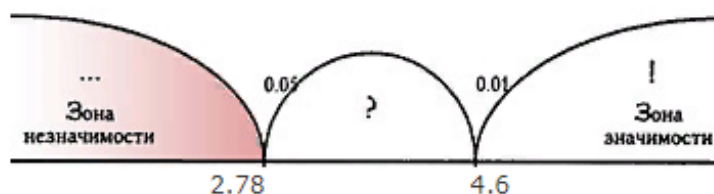


Рисунок 8 – Ось значимости t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

Исходя из полученных нами результатов, можно сделать вывод о том, что в экспериментальной и контрольной группах родители адекватно оценивают степень зависимости от компьютера у детей. Следовательно, родители заинтересованы в работе по профилактике компьютерной зависимости.

3.2 Анализ и интерпретация результатов контрольного этапа эксперимента

После апробации программы взаимодействия педагога-психолога с родителями и детьми, направленной на профилактику компьютерной зависимости у младших школьников «Вне компьютерной зависимости», было проведено повторное анкетирование младших школьников их родителей на определение уровня сформированности компьютерной зависимости.

Первым направлением исследования было анкетирование детей младшего школьного возраста на определение уровня компьютерной зависимости.

Данные, полученные на контрольном этапе, представлены в таблице 16.

Таблица 16 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	N	%	N	%
Наличие зависимости	1	4	5	14
Стадия риска	7	26	14	50
Отсутствие зависимости	19	70	10	36

Наглядно представим результаты анкетирования на рисунке 9.

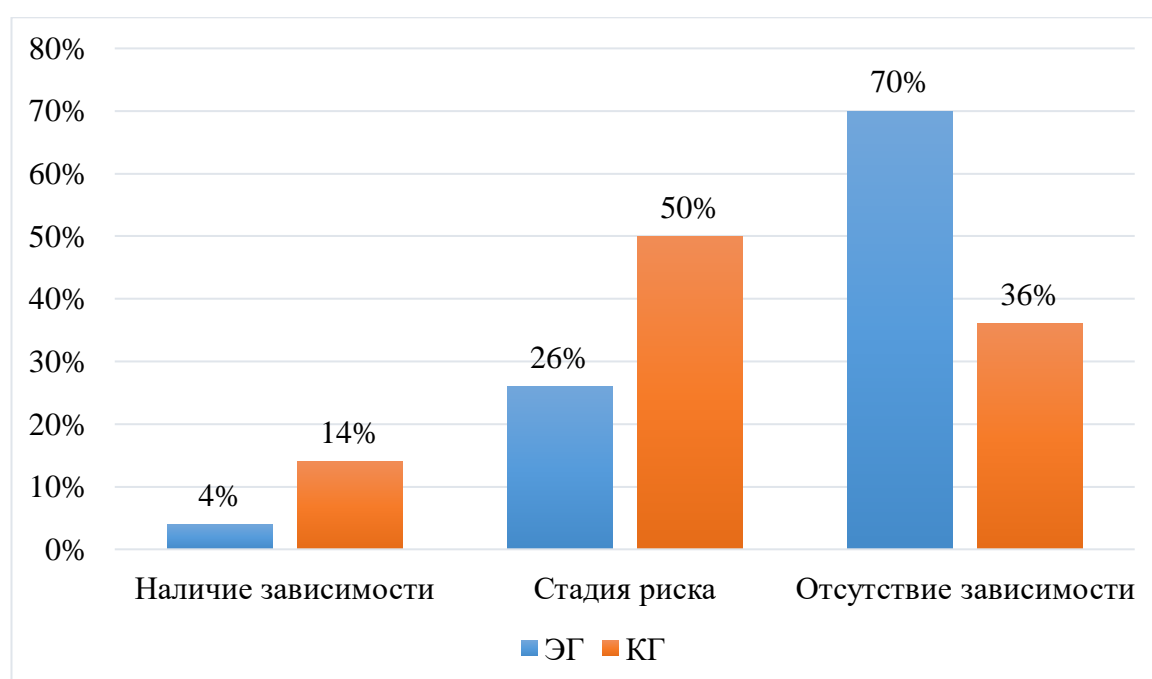


Рисунок 9 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости

Анализируя таблицу 16 и рисунок 9, можно сказать, что в экспериментальной группе у большинства учеников, что составляет 70 % опрошенных, отсутствует компьютерная зависимость. На стадии риска формирования зависимости находится 26 % учеников и у 4 % выявлено наличие компьютерной зависимости.

В контрольной группе на данном этапе эксперимента у 10 опрошенных учеников (36 %) отсутствует зависимость от компьютера. На стадии риска возникновения зависимости данного вида – 50 % учеников, и у 14 % учеников выявлена компьютерная зависимость.

Для доказательства достоверности полученных результатов контрольного этапа применим непараметрический метод математической статистики χ^2 (Хи – квадрат Пирсона).

Таблица 17 – Таблица критических значений распределения χ^2 уровня компьютерной зависимости

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Наличие зависимости	1	4	7
Стадия риска	7	14	21
Отсутствие зависимости	19	10	27
Всего	27	28	55

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия χ^2 составляет 6.911. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p < 0.05$ составляет 5.991. Уровень значимости $p = 0.032$. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами есть значимые различия.

Представим данные анкетирования младших школьников экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапе в сводной таблице 18.

Таблица 18 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости экспериментальной и контрольной групп констатирующего и контрольного этапов

Уровень компьютерной зависимости	Количество детей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Наличие зависимости	4	1	5	4
Стадия риска	13	7	14	14
Отсутствие зависимости	10	19	9	10

Наглядно представим на рисунке 10 результаты анкетирования младших школьников экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах.

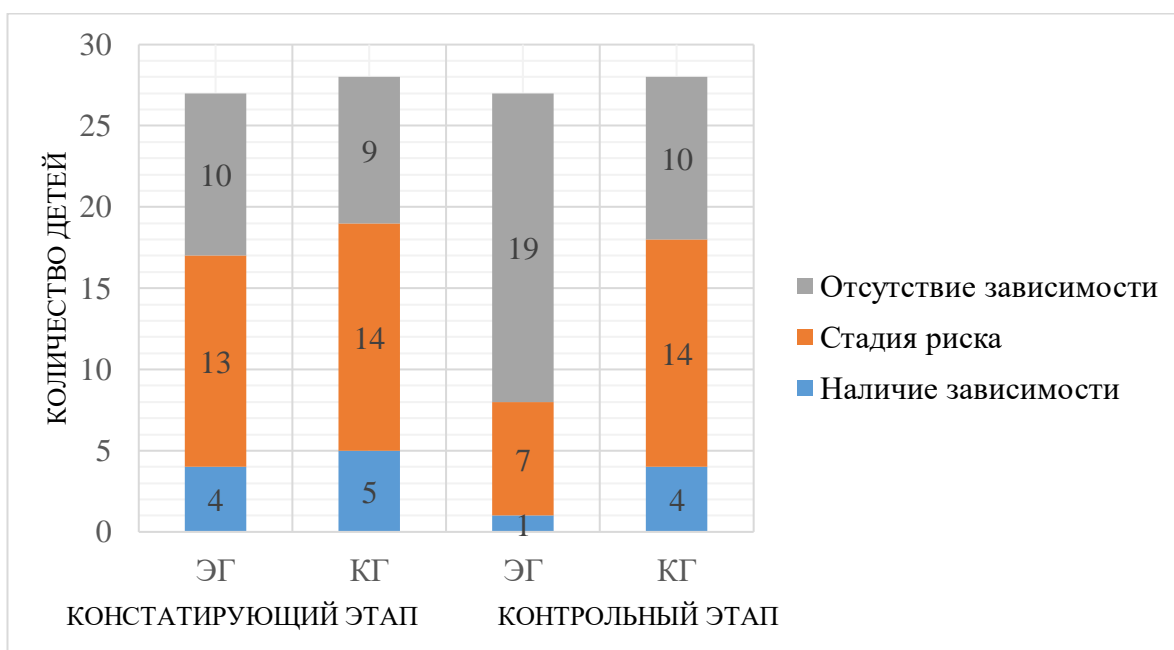


Рисунок 10 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости экспериментальной и контрольной групп констатирующего и контрольного этапов

Вторым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников, по мнению их родителей.

Нами были получены следующие результаты (таблица 19)

Таблица 19 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости по мнению их родителей

Уровень компьютерной зависимости	Количество родителей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	N	%	N	%
Наличие зависимости	0	0	3	11
Стадия риска	8	30	14	50
Отсутствие зависимости	19	70	11	39

Для наглядности представим полученные данные на рисунке 11.

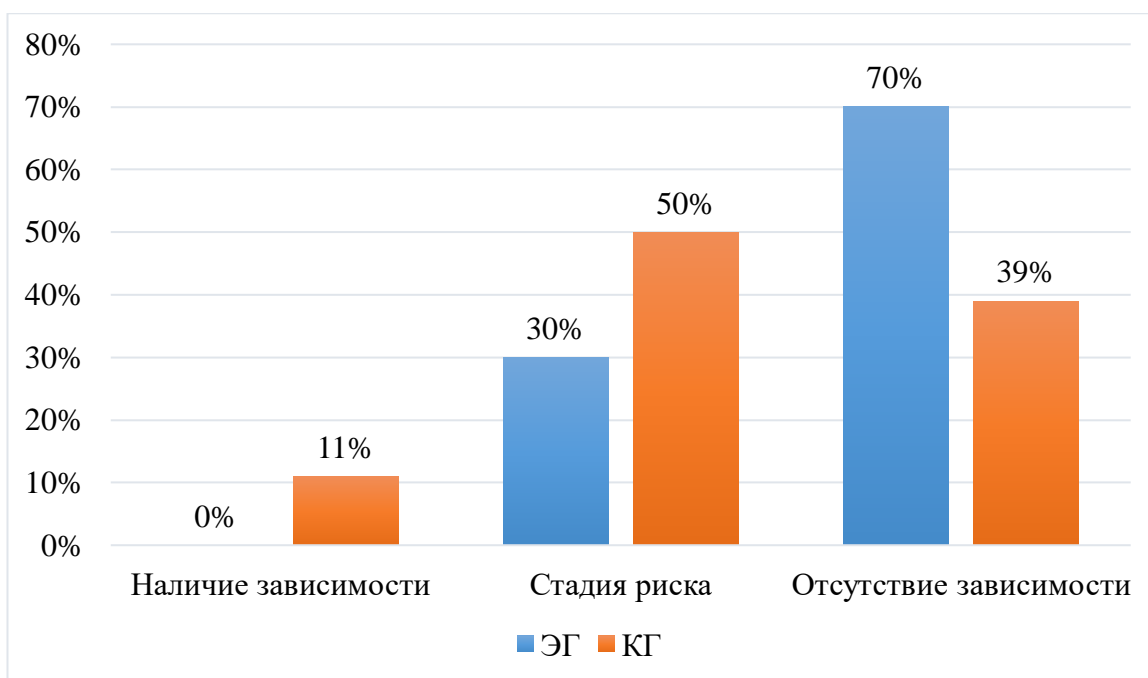


Рисунок 11 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости по мнению их родителей

Анализируя таблицу 19 и рисунок 11, можно сделать вывод о том, что по мнению родителей у 19 обучающихся экспериментальной группы (70 %) компьютерная зависимость отсутствует, 8 обучающихся, что составляет 30 % от общего числа опрошенных, на стадии риска формирования компьютерной зависимости, детей с наличием компьютерной зависимостью не выявлено.

В контрольной группе по полученным данным, можно судить о том, что по мнению родителей у 11 обучающихся (39 %) компьютерная зависимость отсутствует, 14 обучающихся (50 %) находятся на стадии риска возникновения зависимости от компьютера, у 3 обучающегося (11 %) выявлена компьютерная зависимость.

Для доказательства достоверности полученных результатов контрольного этапа применим непараметрический метод математической статистики χ^2 (Хи – квадрат Пирсона).

Таблица 20 – Таблица критических значений распределения χ^2 уровня компьютерной зависимости

Уровень компьютерной зависимости	Количество родителей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Наличие зависимости	0	3	4
Стадия риска	8	14	23
Отсутствие зависимости	19	11	28
Всего	27	28	55

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия χ^2 составляет 6.754. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p=0.05$ составляет 5.991. Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости $p < 0.05$. Уровень значимости $p= 0.035$. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, можно сделать вывод о том, что между группами выявлены значимые различия.

Данные о выявлении уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников, по мнению их родителей экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапе представим в сводной таблице 21.

Таблица 21 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости по мнению родителей экспериментальной и контрольной групп констатирующего и контрольного этапов

Уровень компьютерной зависимости	Количество родителей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Наличие зависимости	2	0	4	3
Стадия риска	10	8	14	14
Отсутствие зависимости	15	19	10	11

Наглядно представим на рисунке 12 результаты анкетирования родителей младших школьников экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах.

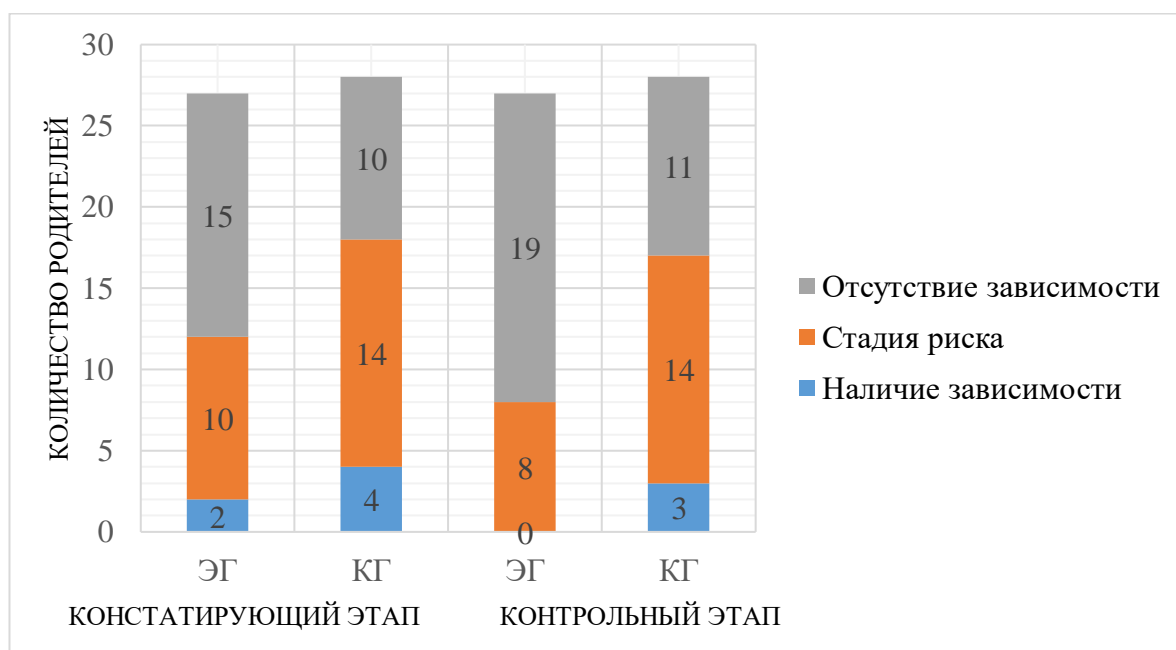


Рисунок 12 – Распределение испытуемых по уровню сформированности компьютерной зависимости по мнению их родителей экспериментальной и контрольной групп констатирующего и контрольного этапов

Подводя итог нашего исследования, можно сделать вывод о том, что после анкетирования детей на контрольном этапе четко выявлены различия между показателями уровня компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста в экспериментальной группе. В экспериментальной группе, где внедрялась полностью программа деятельности педагога-психолога, были отмечены изменения в положительную сторону. Детей на уровне наличия компьютерной зависимости не стало и выросло число детей с отсутствием компьютерной зависимости. В контрольной группе, где разработанная нами программа внедрялась частично, положительных изменений не выявлено. Следовательно, мы можем сделать вывод о том, что разработанная нами программа является средством профилактики компьютерной зависимости у младших школьников в том случае, если будет внедряться в полном объеме.

Исходя из результатов анкетирования родителей, можно сделать вывод о том, что на контрольном этапе выявились различия между показателями уровня компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста по мнению их родителей в экспериментальной группе. В контрольной группе, где мы внедряли только часть программы профилактики, явных изменений выявлено не было. Следовательно, мы можем сделать вывод о том, что родители контрольной группы имеют недостаточную осведомленность о проблемах детей, у которых формируется зависимость от компьютера. Вследствие чего, для снижения количества зависимых от компьютера детей в контрольной группе, необходимо продолжать дальнейшую профилактическую работу именно с родителями.

Выводы по 3 главе

На констатирующем этапе первым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников. В экспериментальной группе на данном этапе исследования мы выявили, что 4 детей, что составляет 15 % от общего количества опрошенных, обнаружена компьютерная зависимость, 13 младших школьников (48 %) находятся на стадии риска формирования зависимости, а у 10 обучающихся (37 %) отсутствует зависимость данного вида. В контрольной группе, где программа работы педагога-психолога внедрялась частично, результаты были следующими: у 5 младших школьников, что составляет 18 % от общего числа опрошенных, выявлена зависимость от компьютера, 14 человек (50 %) находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости, у 9 человек (32 %) отсутствует зависимость.

Нами было выявлено, что в экспериментальной и контрольной группах разница между количеством обучающихся с наличием компьютерной зависимости незначительна. Большинство детей младшего

школьного возраста в экспериментальной и контрольной группах находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости.

Для того, чтобы проверить объективность полученных данных, нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона. В результате метод математической статистики показал статистически не значимую связь между экспериментальной и контрольной группой. Следовательно, значимых различий между данными группами нет.

Вторым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников, по мнению их родителей.

По мнению родителей в экспериментальной группе, у 15 детей, что составляет 56 %, отсутствует компьютерная зависимость. На стадии риска находится 10 обучающихся – 37 % от общего числа испытуемых. У 2 детей, что составило 7 %, присутствует зависимость от компьютера. В контрольной группе на данном этапе мы выявили, по мнению родителей у 10 детей, что составляет 36 %, отсутствует компьютерная зависимость. На стадии риска находится 14 обучающихся – 50 % от общего числа испытуемых. У 4 детей, что составило 14 %, присутствует зависимость от компьютера.

Аналогично, для проверки объективности полученных результатов в ходе эксперимента нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона, с помощью которой было установлено, что между экспериментальной и контрольной группами связь статистически не значима. Следовательно, из этого мы сделали вывод о том, что между группами нет принципиальных различий.

Для проверки на наличие различий между результатами ответов родителей и детей, нами был применен Т-критерий Стьюдента, который показал, что различия в результатах ответов родителей и детей в экспериментальной группе статистически не значимы. А это значит, что в экспериментальной и контрольной группах родители адекватно оценивают

степень зависимости от компьютера у детей. Следовательно, родители заинтересованы в работе по профилактике компьютерной зависимости у их детей.

Полученные нами результаты обуславливают необходимость внедрения программы взаимодействия педагога-психолога с семьей, направленной на профилактику компьютерной зависимости у младших школьников.

Формирующий эксперимент заключался в апробации разработанной нами программы взаимодействия педагога-психолога с обучающимися и их родителями, направленной на профилактику зависимости от компьютера. Диагностика уровней риска по итогам внедрения программы осуществлялось с помощью тех же методик.

После апробации программы на контрольном этапе в экспериментальной группе число детей с наличием зависимости от компьютера уменьшилось в два раза, значительно уменьшилось и количество детей, находившихся на стадии риска формирования зависимости данного вида, а также увеличилось количество детей с отсутствием компьютерной зависимости. В контрольной группе значительных изменений выявлено не было.

Для проверки объективности нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона. В результате вычислений было установлено, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами выявлены существенные различия между показателями степени выраженности компьютерной.

Вновь было проведено диагностирование родителей младших школьников на определение компьютерной зависимости у их детей. В экспериментальной группе увеличилось количество родителей, которые считают, что у детей нет компьютерной зависимости, а также, что дети не находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости. В контрольной группе, где внедрялась только часть разработанной нами

программы, положительных изменений не выявлено. Следовательно, мы можем сделать вывод о том, что разработанная нами программа является средством профилактики компьютерной зависимости у младших школьников в том случае, если будет внедряться полностью.

Результаты диагностики родителей для объективности были проверены по методике Хи- квадрат Пирсона. В результате вычислений было установлено, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами имеются существенные различия между показателями степени выраженности компьютерной зависимости.

Исходя из результатов исследования, мы можем сделать вывод о том, что родители детей контрольной группы недостаточно осведомлены о проблемах детей, у которых формируется компьютерная зависимость. Следовательно, чтобы снизить количество зависимых от компьютера детей в контрольной группе, необходимо продолжать дальнейшую профилактическую работу именно с родителями.

В результате внедрения программы взаимодействия педагога-психолога с родителями, направленной на профилактику компьютерной зависимости, в экспериментальной группе было достигнуто снижение уровня зависимости от компьютера. Между экспериментальной и контрольной группой после формирующего эксперимента были выявленные существенные различия. Из вышесказанного можно сделать вывод, что гипотеза о том, что профилактика компьютерной зависимости будет результативной, если разработать и внедрить в учебно-воспитательный процесс начальной школы программу деятельности педагога-психолога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников, основанную на системном, аксиологическом и личностно-ориентированном подходах, то уровень предрасположенности младших школьников к зависимости от компьютера понизится, подтвердилась.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В рамках проведения исследовательской работы нами была определена цель – теоретически обосновать и проверить результативность программы деятельности педагога-психолога с семьей для предупреждения компьютерной зависимости в начальной школе. Достижение цели осуществлялось посредством поэтапного решения поставленных перед нами задач.

Первой поставленной перед нами задачей заключалась в необходимости рассмотрения компьютерной зависимости как одного из видов аддикции. Для решения данной задачи было необходимо изучить психологическую и педагогическую литературу. В результате нами было выявлено, что под компьютерной зависимостью понимается пристрастие к занятию, связанное с использованием компьютера, которое в последствии приводит к резкому уменьшению других видов деятельности, ограничению общения с другими людьми. Развитию аддиктивного поведения содействует ряд таких факторов, как, биологические, психологические и социальные.

Существует два типа симптомов зависимости от компьютера: психические и физические. Развитие зависимости от компьютера осуществляется постепенно. Выделяют следующие стадии развития компьютерной зависимости, которые имеют свои особенности: стадия легкой увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости, стадия привязанности.

Вторая задача заключалась в необходимости охарактеризовать роль семьи в формировании зависимости от компьютера у младших школьников. Так как семья является основополагающей ячейкой и является одним из самых главных факторов социализации детей – ее роль очень велика. Типу внутрисемейных отношений отводится важная роль в формировании компьютерной зависимости у младших школьников. От

семейных условий зависят практически все социальные и психологические аспекты поведения. Одними из важных факторов, которые формируют гармонически развитую личность ребенка, являются воспитательные принципы родителей, определяющие общий стиль воспитания.

Третьей поставленной перед нами задачей необходимо было выявить направления деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста. Данный возраст является наиболее благоприятным периодом для профилактики компьютерной зависимости. Профилактическая деятельность должна осуществляться только в том случае, когда зависимость еще не сформировалась. В зависимости от стадии сформированности зависимости от компьютера выделяют первичную, вторичную и третичную профилактику.

Выделяют три основных направления работы педагога-психолога с родителями по профилактике компьютерной зависимости:

- работа с обучающимися,
- работа с родителями обучающихся,
- взаимодействие со специалистами, занимающимися данными вопросами.

Для осуществления профилактической деятельности и достижения оптимального результата при работе с семьей должна осуществляться работа по всем данным направлениям, а также должны привлекаться все участники образовательного процесса. Данный вид работы может осуществляться при использовании разнообразных форм работы педагога-психолога с родителями, что способствует увеличению эффективности воспитательного процесса.

Следующая и последняя наша задача заключалась в том, чтобы экспериментальным путем проверить результативность программы работы педагога-психолога с семьей, направленной на профилактику компьютерной зависимости у младших школьников.

Наше исследование проходило на базе МОУ СОШ Челябинской области. В исследовании приняли участие обучающиеся 3«А», 3«Б» классов в возрасте 9-10 лет школы в общем количестве 55 человек и их родители: экспериментальная группа – обучающиеся класса 3 «А» в количестве 27 человек (16 мальчиков, 11 девочек) и их родители; контрольная группа – обучающиеся 3 «Б» класса в количестве 28 человек (12 мальчиков, 16 девочек) и так же их родители.

На констатирующем этапе исследования первым направлением стало выявление уровня аддикции с помощью теста-опросника для младших школьников на определение компьютерной зависимости, составленного О.Л. Кутуевой. По результатам диагностики нами было выявлено, что в экспериментальной и контрольной группах разница между количеством обучающихся с наличием компьютерной зависимостью незначительна. Большинство младших школьников в экспериментальной и контрольной группах находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости. Для проверки объективности нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона. В результате метод математической статистики показал, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Следовательно, значимых различий между данными группами нет.

Вторым направлением исследования было выявление уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников, по мнению их родителей с помощью теста, составленным педагогом-психологом Марущак Я. В. Анализируя результаты данной диагностики, нами было выявлено, что, по мнению родителей в экспериментальной группе обучающихся с наличием зависимости и детей на стадии риска формирования зависимости данного вида оказалось меньше чем в контрольной группе. У большинства обучающихся обеих групп компьютерная зависимость отсутствует. Аналогично, для проверки объективности полученных результатов в ходе эксперимента нами была

применена методика Хи-квадрат Пирсона, с помощью которой было установлено, что между экспериментальной и контрольной группами связь статистически не значима. Следовательно, из этого мы сделали вывод о том, что между группами нет принципиальных различий.

Для того чтобы проверить различаются ли результаты ответов родителей и детей, нами был применён Т-критерий Стьюдента, который показал, что различия в результатах ответов родителей и детей в экспериментальной группе статистически не значимы. А это значит, что в экспериментальной и контрольной группах родители адекватно оценивают степень компьютерной зависимости у детей. Следовательно, родители заинтересованы в работе по профилактике компьютерной зависимости у их детей.

Формирующий эксперимент заключался в апробации разработанной нами программы взаимодействия педагога-психолога с обучающимися и их родителями, направленной на профилактику зависимости от компьютера. Диагностика уровней риска по итогам внедрения программы осуществлялось с помощью тех же методик.

После апробации программы на контрольном этапе в экспериментальной группе число детей с наличием компьютерной зависимости уменьшилось в два раза, значительно уменьшилось и количество детей, находившихся на стадии риска формирования зависимости данного вида, а также увеличилось количество детей с отсутствием зависимости от компьютера. В контрольной группе значительных изменений выявлено не было. Результаты диагностики детей для объективности были проверены по методике Хи-квадрат Пирсона. В результате вычислений было установлено, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами выявлены существенные различия между показателями степени выраженности компьютерной зависимости.

На следующем этапе исследования было проведено диагностирование родителей младших школьников на определение компьютерной зависимости у их детей. В экспериментальной группе увеличилось количество родителей, которые считают, что у детей нет компьютерной зависимости, а также, что дети не находятся на стадии риска формирования компьютерной зависимости. В контрольной группе, где внедрялась только часть разработанной нами программы, положительных изменений не выявлено. Следовательно, мы можем сделать вывод о том, что разработанная нами программа является средством профилактики компьютерной зависимости у младших школьников в том случае, если будет внедряться в полном объеме. Для проверки объективности была использована методика Хи- квадрат Пирсона. Которая показала, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами имеются существенные различия между показателями степени выраженности компьютерной зависимости.

Исходя из результатов нашего исследования, мы можем сделать вывод о том, что родители детей контрольной группы имеют недостаточную осведомленность о проблемах детей, у которых формируется компьютерная зависимость. Следовательно, для снижения количества зависимых от компьютера детей в контрольной группе, необходимо продолжать дальнейшую профилактическую работу именно с родителями.

В результате внедрения программы взаимодействия педагога-психолога с семьей, направленной на профилактику компьютерной зависимости у младших школьников, в экспериментальной группе было достигнуто снижение уровня зависимости от компьютера. Между экспериментальной и контрольной группой после формирующего эксперимента были выявленные существенные различия.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены. Гипотеза о том, что уровень выраженности компьютерной зависимости младших школьников снизится, если разработать и внедрить программу взаимодействия педагога с семьей, направленную на профилактику компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста, составленную на основе системного, аксиологического, личностно-ориентированного подходов, подтвердилась.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учебное пособие для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – 4-е изд., стер. – Москва : Изд-во Академия, 1999. – 672 с.
2. Аменд А. Ф. Проблемы воспитания, обучения и развития подрастающего поколения : избран. ст.: в 2 т. / А. Ф. Аменд ; Челяб. гос. пед. ун-т. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та. Т.2. – 2010. – 414 с.
3. Бабаева Ю. Д. Психологические последствия информатизации / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский // Психол. журн. – 1998. – Т. 19, № 1. – С. 89–101.
4. Балыгин М. М. Образ жизни семьи, здоровья детей раннего возраста // Здоровоохранение Р.Ф. – 2008. – №3. – С. 10–13.
5. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте : Псих. исследование / Л. И. Божович. – Москва : Изд-во Просвещение, 2008. – 464 с.
6. Буторина Е. Н. Дети родителей, страдающих алкоголизмом / Е. Н. Буторина, А. Т. Зырянова. – Москва : Изд-во Педагогика, 2005. – 266 с.
7. Волжанина, Т. А. Родительские собрания в начальной школе / Т. А. Волжанина, В. Д. Воробьева, Т. К. Лужбина и др. – Волгоград : Изд-во Учитель, 2005. – 96 с.
8. Волкова Е. Н. Оценка распространённости игровой компьютерной зависимости у младших подростков / Е. Н. Волкова // Вестник Мининского университета. – 2014. – №3. – С. 4–10.
9. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А. В. Гоголева. – 2-е изд., стер. – Москва : Московский психолого-социальный институт; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2003. – 240 с.
10. Дмитриева Н. В. Психология аддиктивного поведения / Н. В. Дмитриева. – Москва : Изд-во Просвещение, 2008. – 65 с.

11. Дроздикова-Зарипова А. Р. Педагогическая коррекция компьютерной зависимости у подростков группы риска: теория, практика / А. Р. Дроздикова-Зарипова, Р. А. Валеева, А. Р. Шакурова. – Казань : Изд-во Отечество. – 2012. – 280 с.
12. Егоров А. Ю. Нейропсихология девиантного поведения / А. Ю. Егоров. – Санкт-Петербург : Изд-во Речь, 2006. – 223 с.
13. Егоров, А.Ю. Клиника и психология девиантного поведения / А.Ю. Егоров, С. А. Игумнов. – Санкт-Петербург : РЕЧЬ, 2010. – 396 с.
14. Елкина А. Е. Особенности компьютерной зависимости у младших школьников / А. Е. Елкина // Молодой ученый. – 2017. – №20. – С. 394–396.
15. Жукова М. В. Направления работы педагога по профилактике зависимости от компьютерных игр у младших школьников / М. В. Жукова, К. И. Шишкина, Н. В. Иванова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – №6 (172). – С. 327–328.
16. Завалишина Н. О. Интернет-аддикция – одна из актуальных проблем современности / Н. О. Завалишина, Н. А. Загуменных, Е. С. Постоева // Научный журнал КубГАУ. – 2015. – №105(01) – С. 226–235.
17. Залыгина Н. А. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / Н. А. Залыгина, Я. Л. Обухов, В. А. Поликарпов. – Москва : Изд-во ПроPILEI, 2004. – 196 с.
18. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Изд-во Союз, 1997. – 222 с.
19. Змановская Е. В. Девиантное поведение личности и группы: учеб. пособие : стандарт третьего поколения / Е. В. Змановская, В. Ю. Рыбников. – Санкт-Петербург : Изд-во Питер, 2012. – 351 с.
20. Кащенко В. П. Педагогическая коррекция: исправление недостатков характера у детей и подростков / В. П. Кащенко. – 3-е изд., доп. – Москва : Изд-во Академия, 199. – 301 с.

21. Кикоин Е. И. Младший школьник: возможности изучения и развития / Е. И. Кикоин. – Москва : Изд-во Просвещение, 2009. – 89 с.
22. Короленко Ц. П. Психосоциальная аддиктология / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – Новосибирск : Изд-во Олсиб, 2001. – 251 с.
23. Короленко Ц. П. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Изд-во Наука, 1990. – 224 с.
24. Королева М. В. Влияние компьютерных игр на физическое и психическое здоровье детей / М. В. Королева // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5 – С. 440–441.
25. Краснова С. В. Как справиться с компьютерной зависимостью / С. В. Краснова. – Москва : Изд-во Эксмо, 2012. – 89 с.
26. Крыжановская Л. М. Психология семьи: проблемы психолого-педагогической реабилитации / Л. М. Крыжановская. – Москва : Изд-во МПСИ, 2005. – 156 с.
27. Кулагина И. Ю. Младшие школьники: особенности развития / И. Ю. Кулагина. – Москва : Изд-во Эксмо, 2009. – 176 с.
28. Леонтьев А. Н. Психологические основы развития ребёнка и обучения / А. Н. Леонтьев. – Москва : Изд-во Смысл, 2009. – 345 с.
29. Ломтева Т. А. Большие игры маленьких детей / Т. А. Ломтева. – Москва : Изд-во Дрофа – плюс. – 2005. – 156 с.
30. Лоскутова В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств : автореф. дис. канд. мед. наук : 13.04.2004 / В. А. Лоскутова. – Новосибирск, 2008. – 32 с.
31. Медведева И. Я. Ребенок и компьютер / И. Я. Медведева. – Москва : Изд-во Христианская жизнь, 2007. – 320 с.
32. Морозова О. В. Аддиктивное поведение / О. В. Морозова. – Омск : Изд-во Профиздат, 2007. – 144 с.

33. Мураткина Ю. Н. Взаимосвязь компьютерной зависимости и совладающего поведения подростков : Автореф. дис. на соиск. учён. степ. канд. психол. Наук / Ю. Н. Мураткина. – Сургут – 2010. – С. 25.
34. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / С. В. Мухина. – Москва : Изд-во Академия, 2007. – 452 с.
35. Обухова Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебное пособие / Л. Ф. Обухова. – Москва : Изд-во Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
36. Организация психолого-педагогического сопровождения в образовательном учреждении с целью предупреждения компьютерной зависимости школьников : методическое пособие / Серия: «Здоровье в школе» / – Вып. 2. – Санкт-Петербург : Изд-во ГБС(К)ОУ школа-интернат № 9, 2014. – 58 с.
37. Петров С. В. Социальные опасности и защита от них : учеб. пособие для вузов / С. В. Петров, Л. А. Гиренко, И. П. Слинькова. – Новосибирск; Москва : Изд-во АРТА, 2011. – 270 с.
38. Петрова Е. И. Дети и компьютер / Е.И. Петрова // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. – 2012. – № 1 (134). – С. 133–141
39. Попов О. А. Новая классификация компьютерных игр / О. А. Попов. – URL: <http://psystat.at.ua/publ/4-1-0-30> (дата обращения: 14.05.22).
40. Технологии профилактики аддиктивного (зависимого) поведения : учеб.-метод. комплекс для вузов / Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ, 2007. – 189 с.
41. Ткачева В. В. Гармонизация детско-родительских отношений: мама, папа, я – дружная семья / В. В. Ткачёва. – Москва : Изд-во Гоном и Д., 2006. – 160 с.

42. Трафимчик Ж. И. Зависимость от компьютерных игр: причины формирования, особенности и последствия влияния на личность / Ж. И. Трафимчик // Вестник Белорусского государственного университета. Серия 3. – 2010. – № 2. – С. 42–45.
43. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования – URL: <http://минобрнауки.рф/documents/922> (дата обращения: 24.03.22).
44. Федоров А. Ф. Проблемы игровой компьютерной интернет-зависимости у подростков / А. Ф. Федоров, И. А. Власова // Молодой ученый. – 2013. – № 5 (52). – С. 785–787.
45. Харитонова Л.А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе / Л. А. Харитонова. – Ростов-на-Дону : Изд-во Феникс, 2011. – 188 с.
46. Черников А. В. Структура семьи / А. В. Черников // Семейная психология и семейная терапия. – 2007. – №1. – С. 13.
47. Шавыркина Е. В. Особенности проявления игровой зависимости в школьном возрасте / Е. В. Шавыркина // Гуманитарные науки и образование. – 2010. – №1. – С. 71–73.
48. Шиханцов Г. Г. Юридическая психология : учебник для вузов / Г. Г. Шиханцов. – Москва : Изд-во Зеркало М, 2006. – 352 с.
49. Шишкина К. И. Особенности аддиктивного поведения у детей младшего школьного возраста / К. И. Шишкина, И. А. Акульшина // Молодой ученый. – 2016. – № 19 (123). – С. 404–407.
50. Юрьева Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепрпетровск : Изд-во Пороги. – 2006. – 196 с.
51. Яврый Г. Г. Интернет и человек. / Г. Г. Яврый. – Ставрополь : Изд-во «Графа», 2009. – 165 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Тест для младших школьников на определение компьютерной зависимости, составленный О. Л. Кутуевой

Ф.И.О. обучающегося, класс _____

1. Часто ты проводишь время за компьютером?
 - А) ежедневно;
 - Б) один раз в два дня;
 - В) только когда нечего делать.
2. Какое количество времени за один подход ты посвящаешь компьютеру?
 - А) более 2-3 часов;
 - Б) 1-2 часа (увлекаюсь игрой);
 - В) не более часа.
3. В каком случае ты решаешь выключить компьютер?
 - А) пока не выключат родители – сам не выключаю, или выключаю, когда он перегревается, или когда не начинаю засыпать, или когда начинает болеть спина, или сливаются цвета;
 - Б) бывает по-разному, иногда могу выключить компьютер сам;
 - В) выключаю сам по собственной воле.
4. Когда у тебя появляется свободное время, на что его потратишь?
 - А) конечно, на компьютер;
 - Б) зависит от настроения и желания, возможно, на компьютер;
 - В) вряд ли буду сидеть за компьютером.
5. Пропускал ли ты какие-то важные мероприятия или учебу ради игры в компьютерные игры?
 - А) да, было такое;
 - Б) пару раз, возможно, и случилось, но мероприятие не было таким уж важным;
 - В) нет, никогда такого не было.

6. Насколько часто ты думаешь о том, чем занимаешься сидя за компьютером, например, об играх:

- А) почти все время думаю об этом;
- Б) могу пару раз вспомнить в течение дня;
- В) почти совсем не вспоминаю, может быть, очень редко.

7. Чем для тебя является компьютер? Какую роль в твоей жизни он играет?

- А) компьютер – для меня все;
- Б) большую роль, но и других интересных вещей в жизни много, которые тоже для меня много значат;
- В) компьютер не занимает какое-то особое место в моей жизни.

8. Когда ты приходишь домой, то первым делом:

- А) иду к компьютеру и включаю его;
- Б) каждый раз бывает по-разному, иногда сажусь за компьютер;
- В) точно не сажусь за компьютер.

Описание методики

Тест содержит 8 вопросов относительно количества проведённого времени за компьютером, ассоциативного характера восприятия получаемого удовольствия, волевых свойств, значения роли компьютера в жизни ребенка. При этом возможным ответам под буквами «А», «Б» или «В» присваивают баллы 3, 2, 1, соответственно. При оценке результатов оценивают стадию сформированной компьютерной зависимости, при которой необходимо срочно принимать меры, если сумма составляет 19-24 баллов; стадию риска, при которой компьютерная зависимость пока отсутствует, но стоит обратить внимание на время, которое ребенок проводит за компьютером, другим увлечениям, общению с друзьями, проведению большего времени на свежем воздухе, если сумма составляет 13-18 баллов; отсутствие риска развития компьютерной аддикции, если 8-12 баллов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Опросный лист теста на детскую зависимость от компьютера и Интернета (родителям)

Ф.И.О. обучающегося, класс _____

Уважаемые родители, для установления наличия зависимости от компьютера и Интернета у ваших детей предлагаем, Вам, ответить на серию вопросов:

Ответьте на предложенные вопросы в бланке ответов, поставьте галочку в нужном столбце

Таблица 2.1 – Опросный лист теста на детскую зависимость от компьютера и Интернета (родителям)

№	Вопрос	Очень редко	Иногда	Часто	Очень часто	Всегда
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1	Как часто ребенок нарушает временные рамки, установленные родителями для пользования компьютером (интернетом)?					
2	Как часто ребенок не выполняет свои обязанности по дому, чтобы провести больше времени в Сети (в интернете)?					
3	Как часто ребенок предпочитает проводить время за компьютером (в сети), вместо того чтобы провести его в кругу семьи?					
4	Как часто ребенок формирует новые отношения с друзьями по Сети?					
5	Как часто родители жалуются на количество времени, проводимые ребенком за компьютером (в интернете)?					
6	Как часто учеба ребенка страдает из-за количества времени, проведенного им за компьютером?					
7	Как часто ребенок проверяет электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?					
8	Как часто ребенок предпочитает общение в Сети общению с окружающими?					

Продолжение таблицы 2.1

1	2	3	4	5	6	7
9	Как часто ребенок не отвечает на вопрос о том, что он делает в Интернете?					
10	Как часто родители заставляли своего ребенка заходящим за компьютером (в интернете) против их воли?					
11	Как часто ребенок проводит время в своей комнате, играя за компьютером?					
12	Как часто ребенок получает странные звонки от его новых Сетевых «друзей»?					
13	Как часто ребенок огрызается, кричит или действует раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания за компьютером (в интернете)?					
14	Как часто ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда в доме не было компьютера (интернета)?					
15	Как часто ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении к компьютеру, когда он находится вдали от него?					
16	Как часто ребенок ругается и гневается, когда родители сердятся по поводу времени, проведенного им за компьютером (в интернете)?					
17	Как часто ребенок предпочитает своим прежним любимым занятиям, хобби, интересам других нахождение за компьютером (в интернете)?					
18	Как часто ребенок злится и становится агрессивным, когда на него накладывают ограничение на время, проведенное за компьютером (в интернете)?					
19	Как часто ребенок предпочитает вместо прогулок с друзьями проводить время за компьютером?					
20	Как часто ребенок чувствует подавленность, упадок настроения, нервничает, когда находится вдали от компьютера (интернета), а по возвращении за компьютер (в интернет) все это исчезает?					

Описание методики

В тесте содержится 20 вопросов относительно проявлений эмоционального состояния ребёнка за компьютером или в Интернете, а также за его пределами, количества времени, проведённого за компьютером, волевых свойств, ощущений, которые ребенок получает во время нахождения за компьютером, влияния увлечения компьютером на социальные и бытовые обязанности, хобби, влияния компьютера на психологическое и физическое состояние, появление агрессии, раздраженности, отношений со сверстниками и друзьями. При этом возможным ответам «очень редко», «иногда», «часто», «очень часто» и «всегда» присваивают баллы 1, 2, 3, 4 и 5, соответственно. При оценке результатов оценивают стадию сформированной компьютерной аддикции, если сумма баллов составляет 80 и больше; стадию риска, при которой зависимость от компьютера пока еще отсутствует, но стоит уделить внимание времени, которое ребенок проводит за компьютером, другим увлечениям, общению с друзьями, проведению большего времени на свежем воздухе, если сумма составляет 20-79 баллов; отсутствие риска развития компьютерной зависимости, если сумма баллов составляет 19 и меньше.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Конспект родительского собрания 1. Компьютер: плюсы и минусы использования детьми

Цель: привлечь внимание родителей к роли компьютера в жизни школьника.

Задачи:

- проанализировать влияние компьютера на младшего школьника,
- выявить плюсы и минусы в работе с компьютером,
- выработать рекомендации для родителей в виде буклета.

Форма проведения собрания: круглый стол.

Участники собрания: учитель, родители.

Оборудование: компьютер, проектор, презентация по теме, буклет для родителей «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми».

Подготовительная работа:

1. Буклет для родителей «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми».

Оформление класса:

На доске слова В. Шлимовича: «При правильном подходе к занятиям на компьютере можно извлечь максимум пользы для развития ребенка».

Ход собрания

Вступительное слово

Уважаемые родители! Я рада приветствовать вас. Тема нашего собрания «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми».

Предлагаю провести данное собрание в форме заседания круглого стола и поделиться на две команды.

В современное время с трудом можно встретить ребенка, которого бы не интересовал компьютер и также трудно найти родителей, которых бы не волновало чрезмерное пристрастие ребенка к компьютеру.

Основная часть

Предлагаю ответить группам на следующие вопросы:

- 1 группа – «Какое место занимает компьютер в семье?»,
- 2 группа – «Какое место занимает компьютер в школе?».

Ответы групп.

Информационные технологии стремительно развиваются и оказывают многогранное влияние на культурный уровень человека. Поэтому компьютер имеет достаточно большое значение в жизни современного человека.

Компьютерные технологии позволяют формировать стиль мышления, адекватный требованиям со стороны современного информационного общества. Компьютер является неким орудием для познания и творчества ребенка (комментарий к ответам 1 группы).

Информационные средства в процессе обучения являются необходимыми для развития познавательной деятельности и в подготовке обучающихся к продолжению образования (комментарий к ответам 2 группы).

Без сомнения, компьютерные технологии используются в различных целях и направлениях, поэтому умение с ним общаться стало необходимым условием того, что бы ребенок в дальнейшем получил профессию. В то же время, длительное нахождение за монитором не только пагубно влияет на здоровье ребенка, но и сокращает время для общения с друзьями, занятий спортом, прогулок на свежем воздухе. Поэтому профилактика компьютерной зависимости необходима, и особа значима в детском возрасте.

Что же должен делать грамотный и заботливый родитель: запрещать или разрешать проводить время за компьютером?

Обсуждение проблемы «Плюсы и минусы компьютера в жизни ребенка», обмен мнениями.

Давайте попробуем проанализировать «плюсы» и «минусы» увлечения компьютером, учитывая индивидуальные особенности ребенка в той или иной ситуации, в которой он растет.

Предлагаю группам ответить на следующие вопросы и заполнить таблицу.

1 группа отвечает на вопрос, «Каковы положительные стороны компьютера в жизни ребенка?». Заполняет таблицу «Плюсы от общения с компьютером».

2 группа отвечает на вопрос, «Каковы отрицательные стороны компьютера в жизни ребенка?». Заполняет таблицу «Минусы от общения с компьютером».

Заслушивание ответов 1 группы. Сравнение ответов родителей с мнением учителя.

Отметим основные «плюсы» в общении с компьютером:

1. Компьютер может быть источником полезной информации.
2. В современном мире компьютер стал помощником в учебе, работе и отдыхе, а также в общении между людьми.

3. Для успешного прохождения игр необходимо уметь читать. Поэтому, для тех детей, которые не умеют читать, это может быть хорошей мотивацией. Игры развивают память, внимание, логическое мышление, творческие способности.

4. Существует большое количество обучающих и развивающих программ, с помощью которых можно овладеть знаниями в различных направлениях. Такие программы помогают в изучении иностранных языков, в обучении рисованию.

5. Компьютерные игры развивают координацию, ориентацию в пространстве, учат детей самостоятельно принимать решения.

Заслушивание ответов 2 группы. Сравнение ответов родителей с мнением учителя.

Компьютер оказывает большое влияние на физическое и психическое развитие ребенка.

Выделим основные «минусы» в общении с компьютером:

1. В результате длительной работы за компьютером возникает переутомление. Поэтому необходимо соблюдать санитарные нормы.

2. Компьютер способствует ухудшению зрения и гиподинамии, а также искривлению позвоночника при длительной работе за ним.

3. Одно из вредных влияний на ребенка – электромагнитное облучение организма, которое может привести к серьезным последствиям. Длительное нахождение за компьютером больше всего влияет на детскую психику [24].

4. Особую опасность для детей представляют компьютерные игры, где могут происходить убийства или какие-либо другие аморальные действия, так как ребенок может перенести такие действия в реальный мир. Дети часто принимают за образец поведение компьютерных героев. Такие игры способствуют проявлению детской агрессии и жестокости. Не менее опасными являются интернет-игры, многие, из которых являются платными. Некоторые функции таких игр требуют оплаты, что может толкнуть ребенка на кражу, а это уже преступление, в следствие это может привести к моральному распаду личности [39].

5. При компьютерной зависимости дети перестают уделять внимание учебе, семье и друзьям. Тем самым происходит негативное влияние на сферу общения детей, в результате которого возникают проблемы в формировании социальных контактов в реальном мире [39].

6. Большой процент информации несёт в себе неэтическое или аморальное содержание.

Таким образом, компьютер может оказывать как положительное влияние на ребенка, так и отрицательное. Но полностью исключить компьютер из жизни ребенка невозможно, так как компьютерные технологии стали частью современного мира.

Заключительная часть

Уважаемые родители, теперь, когда мы рассмотрели «плюсы» и «минусы» работы с компьютером, наверное, будет проще выбрать ту самую «золотую середину» для вашего ребенка в общении с компьютером. Необходимо учитывать индивидуальные склонности и потребности ребенка, и, таким образом, сделать из компьютера друга, который будет помогать ему в решении различного рода задач развития.

Исходя из вышесказанного, я предлагаю, в решение родительского собрания вынести следующее:

1. Родителям принять во внимание информацию, полученную сегодня на собрании.
2. Старайтесь устранить неблагоприятные факторы, влияющие на формирование компьютерной зависимости.
3. Следите за временем, которое ребенок проводит за компьютером.
4. Со стороны учителя проводить профилактические беседы и тематические классные часы, посвященные данной проблеме.

Есть ли у кого-то дополнения? Кто согласен? Кто не согласен?

На память о нашей встрече вручаю вам буклет «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми», где вы можете увидеть полезную информацию в виде памяток и советов по работе с компьютером для ваших детей (Приложение 4)

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Буклет для родителей «Компьютер: плюсы и минусы использования детьми»

«При правильном подходе к занятиям на компьютере можно извлечь максимум пользы для развития ребенка».

В. Шлимович

Компьютер может оказывать как положительное влияние на ребенка, так и отрицательное. Но полностью исключить компьютер из жизни ребенка невозможно, так как компьютерные технологии стали частью современного мира.



Рекомендуемая литература:

1. Захаров, А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка [Текст] / А.И. Захаров. – СПб.: Союз, 1997. – 222 с.
2. Королева, М.В. Влияние компьютерных игр на физическое и психическое здоровье детей [Текст] / МВ Королева // Международный студенческий научный вестник – 2015. – № 5 – С. 440-441
3. Ткачева, В.В. Гармонизация детско-родительских отношений: мама, папа, я – дружная семья [Текст] / В.В. Ткачёва. – М.: Гоном и Д., 2006. – 160 с.

Компьютер: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДЕТЬМИ



Плюсы:

- ♦ доступность полезной информации,
- ♦ есть развивающие и обучающие игры,
- ♦ можно хранить много информации,
- ♦ существуют программы улучшающие зрению,
- ♦ главный помощник в учебе, работе и отдыхе,
- ♦ помогает в общении между людьми.

Возможности компьютера:

- ♦ оформление открыток, приглашений и т.п.,
- ♦ разработка и дизайн печатной продукции,
- ♦ с оставление и оформление фотоальбомов,
- ♦ создание видеоотчетов, видеофильмов,
- ♦ создание презентаций и т.д.

Минусы:

- ♦ ухудшает зрение,
- ♦ человек ведёт малоподвижный образ жизни,
- ♦ желание общаться больше с виртуальными или незнакомыми людьми, чем с живущими рядом,
- ♦ есть игры пропагандирующие насилие,
- ♦ существуют вирусы, портящие компьютеры,
- ♦ большой процент информации несёт в себе неэтическое или аморальное содержание,
- ♦ отрицательно воздействует на нервную систему человека.

Правила использования компьютера:

- ♦ знакомить ребенка с данными устройствами стоит не ранее двух лет,

- ♦ в раннем возрасте работа должна протекать под контролем родителей,
- ♦ в 2-3 года можно проводить за гаджетом или компьютером не более 15-20 минут в день; в 4-5 лет – не более 20-25 минут; в 6-8 лет – не более часа; в 9-16 лет – не более 2-3 часов,
- ♦ расстояние от глаз до дисплея устройства должно составлять 50-70 см,
- ♦ яркость дисплея должна быть низкой,
- ♦ локти ребенка не должны висеть – необходима опора,
- ♦ под компьютерным столом рекомендуется установить подставку для ног, чтобы предотвратить негативное воздействие на них длительного сидения
- ♦ спина школьника должна быть прямой.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Конспект родительского собрания 2. Профилактика компьютерной зависимости в семье

Цель: привлечение всех членов семьи к решению проблемы компьютерной зависимости младших школьников.

Задачи:

- познакомить родителей с проблемой компьютерной зависимости,
- рассмотреть семейные факторы, способствующие возникновению и развитию у младшего школьника зависимости от компьютера,
- познакомить родителей с рекомендациями по профилактике компьютерной зависимости.

Форма проведения собрания: беседа.

Участники собрания: учитель, родители.

Оборудование: компьютер, проектор, презентация по теме, буклет для родителей «Профилактика компьютерной зависимости в семье».

Подготовительная работа:

1. Памятка для родителей «Профилактика компьютерной зависимости в семье».

Ход собрания

Вступительное слово

Я рада приветствовать всех участников собрания. На повестке дня тема «Профилактика компьютерной зависимости в семье».

Предлагаю провести данное собрание в форме беседы.

Компьютер в наше время занимает особое место в жизни современного человека, и уже давно стал ее частью. С одной стороны, компьютер упрощает жизнь современному человеку, в том числе и

ребенку. С другой стороны, появилась новая проблема, такая как компьютерная зависимость.

Давайте разберемся, как семейное воспитание влияет на формирование компьютерной зависимости у детей. А также познакомимся с рекомендациями, чтобы снизить риск возникновения и развития детской компьютерной зависимости.

Основная часть

Влияние родителей на развитие ребенка очень велико. Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, трудностей с обучением в школе, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов [26].

Какие конфликты возникают у Вас с детьми?

Основными конфликтами детско-родительского взаимодействия в младшем школьном возрасте является учёба, аккуратность и внешний вид, выполнение домашних дел, общение с друзьями, времяпровождение за компьютером или телефоном, режим дня, финансовые вопросы и планирование свободного времени.

Стиль жизненной организации, преобладающий в семье, оказывает существенное влияние на формирование личности ребёнка.

Как Вы думаете, какие типы дисгармоничного воспитания существуют?

А. И. Захаров выделяет наиболее частые *типы дисгармоничного воспитания и нарушения детско-родительских отношений* [18]:

1. *Гипопротекция* – включает в себя недостаток заботы, внимания, контроля и опеки, заинтересованности ребёнком и удовлетворения его потребностей. Может способствовать развитию серьёзных нарушений в развитии личности ребёнка.

Виды гипопротекции:

– Чистая гипопротекция – неудовлетворение потребностей ребёнка и отсутствие контроля. Может граничить даже с неудовлетворением жизненно необходимых потребностей, например, еда, одежда, место жительства.

– Скрытая – низкий уровень протекции и формальная забота. Удовлетворение витальных потребностей, при отсутствии эмоциональной связи. Требования предоставляются, но контроль не осуществляется. Часто за данным типом воспитания скрывается неосознанное игнорирование ребёнка.

– Перфекционизм – в основе лежит неправильное восприятие ребёнка и эмоциональное его отвержение. Например, ребенок не заслуживает любви и заботы, так как не исполняет каких-либо обязательств, и поэтому должен быть наказан.

– Потворствующая гипопротекция – родители пытаются удовлетворить все желания ребёнка, лишь бы не воспитывать его самостоятельным, отвязаться от него и не тратить личное время.

– Компенсаторная гипопротекция – в основе лежит гипоопека (нет истинной заинтересованности, есть составляющие эмоционального отвержения). В отличие от потворствующей гипоопеки компенсация осуществляется за счет повышенной опеки, а не за счёт выполнения желаний ребенка. Ребёнок постоянно находится в центре внимания, у родителей появляется высокий уровень тревоги за здоровье ребёнка, а также страх, что с ним может что-то случиться.

2. *Гиперпротекция* – включает в себя чрезмерную родительскую заботу, завышенный уровень протекции. Основой такого типа воспитания может быть любовь к ребёнку, или амбивалентное отношение к нему. Частой причиной гиперопеки является фобия утраты, боязнь потерять ребёнка, тревога за возможное несчастье. Такое родительское поведение может быть обусловлено преобладанием эмоционального контакта с

ребёнком. Тогда излишняя забота о нём выражает потребность в эмоциональных отношениях самого родителя и страх одиночества.

Виды гиперпротекции:

– Потворствующая – абсолютное эмоциональное принятие, симбиотическая связь с ребёнком. «Культ ребёнка» – постоянные поощрения, не связанные с действительными достижениями ребёнка, они теряют своё развивающее продуктивное значение. Такой культ часто осуществляется в ущерб остальным членам семьи.

– Доминирующая – в основе может быть, как эмоциональное принятие ребёнка, так и его отвержение. Родительский диктат и доминантность выражаются в форме категоричности, директивности и безапелляционности суждений, в стремлении установить неограниченную власть над ребёнком, добиться его полного и беспрекословного послушания. Одной из причин такого воспитания может быть недоверие к ребёнку, постоянный контроль, уверенность в том, что он не сможет с чем-либо справиться самостоятельно.

– Компенсаторная – родитель оберегает ребёнка от воздействий воспитательного характера со стороны социума, стремится компенсировать недостаток любви и заботы чрезмерным количеством подарков и материальных ценностей.

– Нематеринская – характеризуется потворствующим характером, но иногда может принимать и доминирующий характер (может быть со стороны бабушки, дедушки и т.д.).

– Смешанная гиперопека – переход от гипер- к гипоопеке, которая принимает скрытые формы.

3. *Противоречивое воспитание* – обусловлено применением различных образцов воспитания от разных членов семьи на разных этапах взросления ребёнка. Причинами данного типа воспитания могут стать неуверенность родителя в процессе воспитания, низкий уровень его психолого-педагогической компетентности, семейный кризис. Довольно

часто противоречивое воспитание может быть обусловлено вовлечением в процесс воспитания большого количества взрослых, не имеющих желания и не умеющих рефлексировать и согласовывать свои воспитательные принципы, подходы.

4. *Воспитание по типу повышенной моральной ответственности* – характеризуется чрезмерным количеством требований, предъявляемых ребенку. Требования не соответствуют его возрасту и индивидуальным особенностям.

5. *Гиперсоциализирующее воспитание* – при данном типе воспитания родители ориентированы на социальный статус ребенка, на его успехи и достижения, отношение к нему в группе. Чрезмерная принципиальность без учета личных психофизических особенностей ребенка. В общении с ребенком родитель замечает у него тревожность, мнительность и неуверенность в себе, что отражается на особенностях личности ребенка.

6. *Жестокое отношение к ребенку* – характеризуется применением широкого спектра наказаний при отсутствии поощрений. Это может быть, как физическое наказание, так и эмоциональное отвержение ребенка. Ребенку в семье предписывается роль «козла отпущения», «позора семьи».

7. *Воспитание в культе болезни* – характеризуется отношением к ребенку как к больному, беспомощному. Такой тип воспитания приводит ребенка к осознанию им своей исключительности, к трудностям волевого поведения, развивает пассивность, слабость, вседозволенность, эгоизм и демонстративность. Ребенку навязывают, что он «больной член семьи».

8. *Воспитание вне семьи* – воспитание в детских домах, домах ребенка, интернатах, у дальних родственников неблагоприятно влияет на психическое развитие детей. Итогом такого воспитания могут стать расстройства эмоциональной сферы (тревожность, депрессия, трудности эмпатии, страхи), нарушения личностного и умственного развития,

высокий уровень агрессии, жёсткость и формирование аддиктивного поведения.

Какие семейные факторы влияют на развитие компьютерной зависимости? Давайте выделим такие факторы.

Семейные факторы, влияющие на возникновение и развитие компьютерной зависимости:

- неблагоприятная обстановка в семье (частые конфликты, грубость и хамство, эмоциональная подавленность, отсутствие совместного досуга);
- низкий нравственный уровень семьи (сквернословие, табакокурение, пьянство, ложь, насилие и др.);
- отсутствие доверительных отношений в семье;
- чрезмерный контроль родителей над детьми;
- раннее приучение ребенка к компьютеру, мобильному телефону и телевизору;
- незаинтересованность родителей в количестве проведенного ребенком времени за компьютером, тематикой посещаемых им сайтов;
- неумение заинтересовать ребенка реальным миром.

Что необходимо делать со стороны родителей, чтобы избежать формирования какой-либо зависимости, в том числе компьютерной?

Ответы родителей.

В подготовленных для Вас памятках сформулированы рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников.

Заключительная часть

Таким образом, семья является одним из самых важных факторов социализации детей. Родители, а также другие члены семьи, могут осуществлять роль модели поведения, а с другой стороны, поощрять или критиковать детей за их поведение, что приводит к формированию личностных качеств, которые в последствие могут послужить детерминантами формирования компьютерной зависимости.

Исходя из вышесказанного, я предлагаю, в решение родительского собрания вынести следующее:

1. Родителям принять во внимание информацию, полученную сегодня на собрании.
2. Старайтесь строить доверительные отношения в семье.
3. Уделяйте внимание семейным факторам, которые могут влиять на формирование компьютерной зависимости у ребенка.
4. Со стороны учителя проводить профилактические беседы и тематические классные часы, посвященные данной проблеме.

Есть ли у кого-то дополнения? Кто согласен? Кто не согласен?

На память о нашей встрече вручаю памятку «Рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников» (Приложение 6).

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Памятка для родителей

Рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников:

1. Оговаривайте время игры ребенка на компьютере и точно сохраняйте эти рамки. Начиная с 5 до 7 лет ребенку можно начинать знакомиться с компьютером, но желательно не более 2 ч в день и не подряд, а по 15 – 20 мин. с перерывами.

2. Нужно больше времени общаться с ребенком, ежедневно рассказывайте, как прошел ваш день, спросите, что было интересного в его жизни.

3. Посещайте различные мероприятия, чтобы ребенок научился общению с различными людьми.

4. Категорически запрещается играть в компьютерные игры перед сном.

5. Необходимо привить ребенку интерес к активным играм и физическим упражнениям.

6. Необходимо следить, чтобы игра на компьютере не подменяла реальное общение со сверстниками и друзьями.

7. Говорите с ребенком об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несет в себе энергию разрушения, уничтожения, деградации личности.

8. Осуществляйте «цензуру» компьютерных игр и программ. Научите ребенка использовать компьютер и интернет в помощь учебе.

9. Приобщайте ребенка к домашним обязанностям.

10. Контролируйте круг общения ребенка, приглашайте его друзей в дом.

11. Будьте в курсе того, где ребенок проводит свободное время.

12. Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребенка. Культивируйте семейное чтение.

13. Научите способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых состояний.

14. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к традиционным играм.

15. Не разрешайте выходить в интернет бесконтрольно.

16. Не забывайте, что родители – образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка.

Нормы работы ребенка за компьютером

Таблица 6.1 – Нормы работы ребенка за компьютером

Возраст	Максимальное время непрерывной работы	Максимальное время работы в день	Максимальная кратность в неделю
7 лет	15 мин.	30 мин.	1-2 раза
8 лет	25 мин.	40 мин.	2-3 раза
9 лет	25 мин.	50 мин.	2-3 раза
10 лет	30 мин.	60 мин.	2-3 раза
11 лет	35 мин.	70 мин.	3-4 раза
12 лет	35 мин.	70 мин.	3-4 раза
13 лет	40 мин.	80 мин.	3-5 раз
14 лет	45 мин.	90 мин.	4-5 раз
15 лет	45 мин.	100 мин.	4-6 раз
16 лет	45 мин.	120 мин.	5-6 раз

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Тренинг взаимодействия родителей с детьми «Мы вместе»

Цель: способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества родителя с ребенком.

Задачи:

- создание условий в ходе тренинга для взаимодействия и сотрудничества родителей и детей в игровых ситуациях,
- способствовать пониманию психологических особенностей ребенка,
- помочь родителям понять причины негативных поведенческих проявлений у своего ребенка (грубость, агрессивность, нетерпимость к критике и др.),
- гармонизация внутрисемейных отношений.

Участники тренинга: учитель, родители, дети.

Подготовительная работа:

1. Памятка для родителей «Секреты любви и взаимопонимания».

Оборудование: стулья по количеству участников в группе, листы белой бумаги, цветные карандаши, фломастеры, подборка спокойной музыки для фонового прослушивания, клубок ниток.

Ход тренинга

Вступительное слово

Добрый день! Я рада приветствовать всей участников игрового тренинга взаимодействия родителей с детьми под названием «Мы вместе».

Основная часть

Для начала давайте познакомимся друг с другом, для этого вам необходимо сесть в круг.

Упражнение 1. «Знакомство»

Учитель: сейчас у каждого из вас будет возможность рассказать о

себе, о работе или же, о любимых занятиях. Вам дается одна минута, чтобы подумать о том, что хотите нам рассказать о себе.

У меня в руках клубок ниток. Первый человек пальцами крепко зажимает в руке свободный конец нити, представляется, рассказывает о себе и кидает клубок следующему участнику. Клубок передается дальше, пока каждый не окажется частью единой постепенно разрастающейся «паутины».

Затем происходит обсуждение сплоченности, что ей способствует.

Как вы считаете, почему мы образовали такую «паутину»?

После обсуждения, необходимо распутать «паутину». Для этого в обратном порядке возвращаем клубок предыдущему, называя его по имени.

Упражнение 2. Идеальный родитель»

Дети, объединившись в группы по 4-5 человек, составляют список характеристик идеального родителя.

Родители, объединившись в группы по 4-5 человек, составляют список характеристик идеального ребенка.

Далее каждая группа по очереди зачитывает список.

Участникам предлагается обсудить, являются ли они такими идеальными, и что хотелось бы им изменить в себе, чтобы быть «идеальными родителями», «идеальными детьми».

Вывод: Идеальных людей в мире нет, у каждого есть какие-то недостатки, но от этого дети не перестают любить родителей, и наоборот, родители своих детей.

Упражнение 3. «Ладонка»

Участники сидят в кругу, играет фоновая музыка. Все присутствующие закрывают глаза и кладут свои руки на колени вверх ладонями. Один человек подходит к любому из участников, кладет свои ладони на его ладони и занимает его место, а тот продолжает упражнение,

и т.д. На упражнение выделяется 5-7 минут, выполнение происходит молча.

Тем, к кому подошли во время упражнения, предлагается поделиться впечатлениями и ощущениями («Как поменялось ваше состояние?»), а тех к кому не подошли рассказать о том, что они чувствовали.

Чему учит нас данное упражнение?

Вывод: Для каждого из нас очень важно почувствовать прикосновение, внимание со стороны близкого человека. Когда прикасаются ладони одного человека с ладонями другого, происходит контакт двух людей.

Упражнение 4. Семейный герб

С давних времен люди создают семейные гербы из разных символов, отражающих главную ценность семьи. Участникам упражнения в парах (родитель с ребенком) предлагается нарисовать свой семейный герб. Ограничений в рисунке нет. Затем каждая пара представляет свой герб, рассказывает о том, что он символизирует. Необходимо спросить участников о чувствах во время презентации своего герба. Каждая пара может забрать домой свой семейный герб.

Обсуждение:

- Что нового узнали о себе и о других?
- Какие чувства испытывали во время выполнения упражнения?
- Чем бы хотели поделиться с другими?

Примечание: рисование должно проходить совместно. В изображение герба необходимо отразить главное и общее, то, что ценят в жизни и родители и дети, чем дорожат.

Упражнение 5. «Поощрения и наказания»

Родителям, также, как и детям, в группах по 4-5 человека предлагается составить перечень самых важных поощрений и самых страшных наказаний.

Каждая из групп озвучивает свой перечень поощрений и наказаний. Затем участники обмениваются мыслями и чувствами относительно данной проблемы.

Заключительная часть

Обсуждение:

1. Что нового для себя сегодня узнали?
2. Какое упражнение показалось самым интересным?
3. Что самое главное принесла Вам наша встреча, на Ваш взгляд?

Домашнее задание

1. Вместе с ребенком нарисуйте рисунок «Моя семья».
2. Обратите внимание, насколько Вы принимаете своего ребенка.

В течение недели после собрания, не повышайте голос на ребенка ни при каких обстоятельствах. Стремитесь добиться выполнения ваших просьб, распоряжений другими способами, но только без крика.

Дарите детям свою любовь, заботу и тепло, а моим подарком для вас станет буклет и просмотр видеоролика «Притча о любви».

На память о нашей встрече вручаю памятку «Секреты любви и взаимопонимания» (см. приложение 8).

Приложение 8

Памятка для родителей

Секреты любви и взаимопонимания:

- ласково и только по имени называйте ребенка,
- создайте дома живой уголок и добивайтесь, чтобы ребенок заботился об его обитателях,
- учите с ребенком стихи о доброте,
- не обсуждайте поступки при посторонних, чтобы не вызвать этим негативных чувств у ребенка,
- не унижайте ребенка,
- после замечания прикоснитесь к ребенку и дайте понять, что вы ему сочувствуете,
- радуйтесь проявлению внимания и чуткости ребенка,
- используйте пословицы о доброте,
- читайте стихи, сказки, рассказы на данную тему,
- создавайте ситуации, зовущие к добру и состраданию,
- оказывайте внимание заболевшим детям, посещайте их,
- заботиться о младших (делать подарки, игрушки, помогать одеваться и т. д.),
- составляйте с ребенком сказки о доброте,
- бывайте за городом,
- обсуждайте с ребенком ситуации положительного характера.

Правила эффективного общения

Правило 1. Слушая ребенка дайте ему понять и прочувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам, рассказывает. Для этого выслушайте ребенка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал.

Вы убьете сразу трех зайцев:

- ребенок убедится, что вы его слышите,

- ребенок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства,
- ребенок убедится, что вы его поняли правильно.

Правило 2. Слушая ребенка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса.

Правило 3. Поддерживайте и подбадривайте ребенка без слов. Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку.

Правило 4. Следите за тем, каким, тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы.

Правило 5. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...» и т.п.

ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Диск CD-RW с материалами для педагога