

УДК 159:371.018

**Основные направления психолого-педагогической работы с семьей
по профилактике аддиктивного поведения младших школьников
(на примере компьютерной зависимости)**

Шишкина Ксения Игоревна, кандидат педагогических наук, доцент

Жукова Марина Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент

Волчегорская Евгения Юрьевна, доктор педагогических наук, профессор

Фролова Елена Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент

**Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет,
Челябинск**

Аннотация

Цель исследования – изучение наличия компьютерной зависимости у младших школьников с целью выявления направлений психолого-педагогической работы с семьей по профилактике аддиктивного поведения.

Методы и организация исследования. Использованы метод обобщения и анализа психолого-педагогической литературы по проблеме, а также диагностика наличия аддиктивного поведения при помощи методики О. Л. Кутуевой. В исследовании принимали участие учащиеся СОШ № 116 г. Челябинска в возрасте 9-10 лет.

Результаты исследования и выводы. По результатам диагностики в группе риска по возникновению аддикции находится достаточно большое количество детей младшего школьного возраста. В связи с этим предложен ряд мер психолого-педагогической профилактики с включением в данный процесс семьи.

Ключевые слова: аддиктивное поведение, компьютерная зависимость, психолого-педагогическая работа, семья, младшие школьники.

**Main directions of psychological and pedagogical work with families
on the prevention of addictive behavior in younger schoolchildren
(based on the example of computer addiction)**

Shishkina Ksenia Igorevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Zhukova Marina Vladimirovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Volchegorskaya Evgeniya Yuryevna, doctor of pedagogical sciences, professor

Frolova Elena Vladimirovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk

Abstract

The purpose of the study is to study the presence of computer addiction among younger schoolchildren in order to identify directions for psychological and pedagogical work with families to prevent addictive behavior.

Research methods and organization. The method of generalization and analysis of psychological and pedagogical literature on the issue was used, as well as the diagnosis of the presence of addictive behavior using the methodology of O. L. Kutuyeva. The study involved students of Secondary School No. 116 in Chelyabinsk aged 9-10 years.

Research results and conclusions. According to the results of the diagnosis, a significant number of younger school-age children are at risk of developing addiction. In this regard, a number of psychological and pedagogical preventive measures have been proposed, involving the family in this process.

Keywords: addictive behavior, computer addiction, psychological and pedagogical work, family, younger schoolchildren.

ВВЕДЕНИЕ. В современном мире компьютер занимает ключевое место в жизни обучающихся. Без него практически невозможен процесс обучения. Он помогает облегчить работу, разнообразить досуг, а также является, наряду с учителями, источником знаний.

Реалиями сегодняшнего дня становятся широкое использование интерактивных технологий в образовательном процессе, увлеченность детей компьютерными играми и возможность достаточно легкого получения информации в сети Интернет.

Этот факт заставляет задуматься, является ли это проблемой или, наоборот, позволяет лучше адаптироваться к современной жизни.

С одной стороны, используя широкие возможности интернет-пространства, дети пытаются компенсировать дефицит реального общения, самоутвердиться и повысить уровень самооценки за счет анонимности виртуальных контактов и возможности достичь успеха в компьютерной игре. С другой стороны, это приводит к тому, что дети постепенно теряют чувство реальности и начинают транслировать сюжеты и игровые действия на реальную жизнь.

Несомненным является тот факт, что компьютер для детей предоставляет очень широкие возможности для обучения и развития. Возможность в любое время суток и в любой локации получать информационную поддержку, новые знания является очень ценным ресурсом. У ребенка формируется умение информационного поиска, совершенствуются его перцептивные способности и психомоторика. Кроме того, компьютерные технологии позволяют моделировать объекты и процессы, недоступные для человеческого восприятия в реальной жизни. Положительное влияние применения электронных учебных пособий на результаты учебной деятельности подтверждено экспериментально.

Среди негативных последствий компьютерной аддикции ученые выделяют: снижение внимания, работоспособности, раздражительность, нарушение сна и т. д. Похожий симптомокомплекс наблюдается и при других патологических нехимических формах зависимости [1].

Следует отметить, что процесс формирования компьютерной зависимости детерминирован не только потребностью ухода человека от реальности и проблем, которые ему не удастся решить иными способами, но и его индивидуальными характеристиками и сформировавшимися паттернами поведения.

Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева выделяют характерные особенности интернет-аддикции, отличающие ее от других видов аддиктивной реализации: многоуровневость, усиливающая иллюзорность оценки происходящих событий, высокая степень интеграции психических функций, безболезненный отказ от прежнего «Я», который не сопровождается угрызениями совести или борьбой мотивов, потеря способности персонифицировать реальных людей, отрыв от психической и физической реальности. Все эти проявления обуславливают возникновение значительных трудностей коррекции аддиктивного процесса, что подчеркивает высокую значимость проблемы первичной профилактики формирования зависимости от виртуальной реальности компьютера [2].

Процесс профилактики зависимого поведения целесообразно осуществлять в комплексе на общегосударственном, правовом, экономическом, медико-санитарном, педагогическом и социально-психологическом уровнях через систему специальных мероприятий.

Таким образом, большое значение имеет организация профилактической работы школы с включением в данный процесс семьи, которая, являясь одним из первых и важнейших институтов социализации, способна не только обеспечить материальное благополучие ребенка, но, что более важно, создать ему психологически

комфортные и безопасные условия жизни, осуществлять психологическую поддержку, демонстрировать понимание и принятие, заинтересованность его внутренним миром, а также готовность к оказанию помощи в трудных ситуациях.

Кроме того, семья представляет собой образец формирования отношения к действительности, все паттерны поведения закладываются именно в семье.

Семья как базовый фактор социализации ребенка рассмотрена в трудах Ю.П. Азарова, Т.М. Афанасьевой, О.В. Баженова, В.Н. Гурова, И.В. Гребенникова, Т.А. Куликовой, А.В. Мудрика, В.А. Петровского и других.

Воспитательный потенциал семьи изучался рядом отечественных и зарубежных ученых: Л.П. Алексеевой, Дж. Бруннера, Р. Болдуина, А. Бэлла, Н. Крюгера, Т.В. Лодкиной, Т.С. Мамвенса, А.В. Марковой, Л.А. Метляковой, М.М. Прокопьевой, В.В. Селиной, А.С. Спиваковской, Н.М. Чистякова, П. Шиллера и других.

Однако современная семья, с одной стороны, оказывается недостаточно компетентной в вопросах воспитания детей. Родители часто не владеют знаниями об особенностях и закономерностях развития личности ребенка, поскольку практически отсутствует система подготовки молодых людей к родительству, в отличие от существующей системы подготовки приемных родителей и опекунов. С другой стороны, далеко не все родители способны к полноценному выполнению воспитательной функции в силу различных причин: загруженность на работе, обусловленная необходимостью обеспечения финансовой безопасности, нуклеаризация семьи, увеличение количества неполных семей, неблагоприятные события, переживаемые семьей, деструктивные отношения в супружеской, детско-родительской и сиблинговой подсистемах и т.д. Это значительно снижает интенсивность детско-родительских контактов и их позитивную направленность. Кроме того, родители часто демонстрируют нежелательные образцы поведения, связанные с использованием компьютерных технологий. Следовательно, процесс превенции зависимости ребенка от виртуальной реальности может быть эффективным только при условии просвещения родителей и включения их в профилактические мероприятия. Таким образом, актуальным становится: 1) выявление направлений и составляющих работы в процессе психолого-педагогической профилактики компьютерной зависимости во взаимодействии с семьей; 2) диагностика уровня сформированности зависимости от виртуальной реальности у младших школьников.

МЕТОДИКА и ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для выявления уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников нами была использована методика О. Л. Кутуевой. В исследовании приняли участие 71 обучающийся параллели 4-х классов в возрасте 9-10 лет МБОУ СОШ №116 г. Челябинска.

Полученные результаты представлены на рисунке 1.

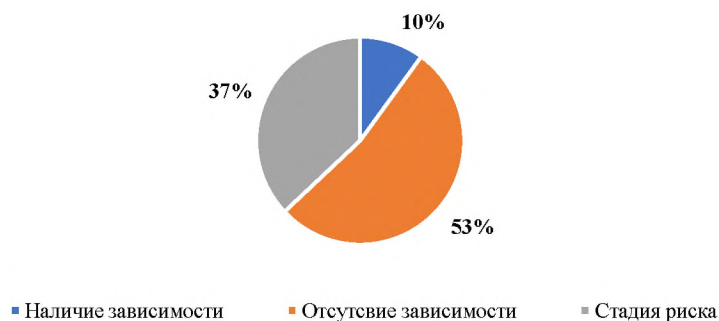


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням компьютерной зависимости

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Данные исследования свидетельствуют о том, что у 38 опрошенных обучающихся, что составляет 53 %, диагностировано отсутствие компьютерной зависимости. Как правило, эти респонденты используют компьютер как рабочий инструмент и не испытывают необходимости в его частом и длительном использовании в ущерб другим видам деятельности.

На стадии риска формирования компьютерной зависимости находятся 26 испытуемых, что составляет 37 % от общего количества опрошенных. Для них характерно снижение интенсивности и времени общения с родителями, сужение интересов, расширение спектра видов деятельности, связанных с использованием компьютера (выполнение учебных заданий, общение в социальных сетях, компьютерные игры).

У 7 обучающихся, что составляет 10 %, диагностировано наличие компьютерной зависимости. Они проводят достаточно большое количество времени за компьютером, используя его чаще всего не в учебных целях. У них возникают затруднения с контролем времени, проводимого за компьютером, появляется раздражение в случае невозможности его использования, сужается круг общения и интересов.

Таким образом, мы видим, что процент риска компьютерной зависимости у обучающихся начальных классов достаточно высок. Наличие данного факта требует принятия соответствующих мер.

Необходимо понимать, что учитель или психолог не всегда может вовремя провести диагностику выявления риска аддиктивного поведения, поэтому важно обратить внимание на первые признаки формирования компьютерной зависимости, такие как увеличение времени, проводимого за компьютером с внеучебными целями, неспособность контролировать время компьютерного сеанса, резкое сокращение других видов деятельности, снижение желания общаться со сверстниками и членами семьи, лживость, агрессивность, нарастание соматических симптомов (головные боли, сухость в глазах, снижение зрения). Как правило, внимательные и заботливые родители первыми замечают такие изменения в поведении ребенка и могут продемонстрировать ему возможность достижения психологического комфорта иными, социально приемлемыми способами [3].

Исследователи проблемы повышения эффективности профилактической работы отмечают, что она должна носить систематический, комплексный и объемный характер. Большое значение в данном процессе приобретает просветительская работа педагогов и психологов [4, 5].

К основным функциям взаимодействия родителей и школы исследователи относят следующие: стимулирующая самостоятельный опыт личности младшего школьника; воспитательно-развивающая; досугово-творческая; культурно-просветительская; информационная; формирующая; контролирующая; трудовая; охранно-оздоровительная; охранно-защитная; бытовая.

С. А. Котова выделяет следующие направления в работе с семьей:

- повышение уровня компетентности родителей по проблеме факторов формирования, признаков и последствий компьютерной зависимости;
- организация консультаций по вопросам, связанным с нарушением взаимоотношений в системе «родители–дети»;
- повышение уровня педагогической культуры семьи;
- коррекционная работа, направленная на гармонизацию детско-родительских отношений [6].

Для реализации процесса психолого-педагогического сопровождения целесообразно, по мнению исследователей, включать следующие этапы:

1. Подготовка социального паспорта класса, в котором представлены результаты анализа условий проживания ребенка в семье.
2. Выявление и последующее изучение особенностей детско-родительских отношений в семьях, где у детей выявлены проблемы, связанные с трудностями социализации, адаптации к школьным условиям, учебные трудности, несформированность мотивации, проявления страха или агрессивного поведения.
3. Выявление семей, в которых имеются дети с высоким риском формирования аддиктивного поведения.
4. Планирование работы с проблемными семьями в течение года.

В рамках данных этапов выделяют следующие направления работы педагога: анализ условий проживания детей в семье; выявление детей с аддиктивными поведенческими расстройствами; проведение профилактических бесед, ролевых игр, тренингов, классных часов, родительских собраний, индивидуальных консультаций и т.д. [7].

Основным базовым направлением работы учителя и педагога-психолога является психодиагностическое направление, целью которого является сбор данных о ребенке, его характерологических особенностях и наличии проблем. Исследователи выделяют следующие параметры данного направления: соответствие диагностического материала целям и задачам сопровождения; минимальная энергозатратность; доступность интерпретации результатов; прогностичность используемого инструментария; возможность реализации в рамках психодиагностического направления развития субъекта [8].

Важна также работа педагога с родителями ребенка в рамках нормализации детско-родительских отношений. Родителям важно понимать, что удовлетворение

потребностей ребенка, признание его стремлений и увлечений – это залог успешной самореализации, самоуважения и осознания собственной значимости.

Общаясь с родителями, ребенок понимает истинное отношение к нему в семье, наличие у него прав и обязанностей. Отсутствие взаимопонимания с родными, чрезмерное давление родителей и неуверенность в своих силах заставляют ребенка эмоционально абстрагироваться от семьи и искать удовлетворение своих эмоциональных потребностей в чем-то другом. Зачастую это приводит к различного рода зависимостям и аддикциям, включая компьютерные.

Родителям важно понимать, что, требуя от ребенка соблюдения правил, необходимо самим придерживаться этих правил. Если родитель запрещает ребенку проводить больше положенного времени за компьютером, а сам все свободное время посвящает играм, он теряет моральное право воспитывать ребенка.

Важным аспектом является осознание родителями факта, что ребёнок должен нести ответственность за собственное поведение и решения. Однако из-за недостатка опыта он не всегда совершает правильные поступки и берет ответственность за них. Задача родителя — научить ребенка осознавать совершенные действия и уметь прогнозировать их последствия.

Кроме благополучной семейной обстановки и воспитательной среды, важной профилактической мерой является организация досуга младшего школьника со стороны семьи [9].

Свободное от учебы время учащихся, как правило, заполняется компьютером, находящимся в свободном доступе. Работа педагога в данном ключе может быть нацелена на информирование родителей о разнообразии видов досуговой деятельности ребенка, а также на проведение обучающих семинаров и тренингов. Большим потенциалом для укрепления внутрисемейных отношений и создания совместного досуга обладают так называемые семейные лагеря: туристическо-спортивные, профессионально-спортивные, православные, лагеря альтернативной педагогики. Специфика данного вида лагерей заключается в совместном пребывании детей и родителей в определенной локации, где они имеют возможность лучше узнать об интересах и увлечениях своего ребенка, одновременно участвуя в творческом процессе. Каждый лагерь работает по своей программе, имеет свой арсенал форм, методов и средств организации досуга, а также конкретно поставленные цели [10].

Таким образом, в процесс психолого-педагогической профилактики компьютерной зависимости (и любого другого аддиктивного поведения) могут быть включены следующие составляющие:

1. Диагностика, анализ, составление базы данных семей, имеющих ребенка с компьютерной зависимостью или находящихся в группе риска.
2. Работа по нормализации детско-родительских отношений.
3. Работа по информированию родителей по вопросам организации досуговой деятельности.
4. Систематичность и целенаправленность профилактической работы.

Прямое взаимодействие учителя и родителей может быть реализовано в различных формах: индивидуальной, групповой, коллективной.

Индивидуальная работа с родителями может включать беседу, консультацию, переписку в интернете, телефонный разговор.

Групповая работа осуществляется через взаимодействие с родительским комитетом или активом класса, а также может включать различные тематические консультации, создание совместных творческих групп родителей и детей.

Коллективную работу эффективнее всего реализовывать на родительских собраниях, внеклассных мероприятиях, открытых уроках и практикумах.

Проводя работу с родителями, важно донести до них, что увлеченность ребенка компьютером можно использовать в обучающих и развивающих целях, если технические средства выступают как источник информации [11].

ВЫВОДЫ. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о значительном риске формирования устойчивой зависимости от виртуальной реальности компьютера у учащихся начальной школы. Мы считаем, что эффективность профилактической работы в рамках психолого-педагогического направления может быть обеспечена путем вовлечения семьи в эту деятельность. Начиная работу с семьей, педагогу необходимо помнить, что этот процесс будет длительным и сложным, поскольку переубедить взрослого человека в его взглядах зачастую представляется трудной задачей. Однако систематически проводимая работа с родителями помогает снизить риск возникновения аддикций, о чем свидетельствуют результаты отечественных и зарубежных исследователей.

Таким образом, процесс профилактики компьютерной зависимости предполагает сочетание различных форм и методов психолого-педагогических мероприятий, которые при грамотном и систематическом применении могут значительно уменьшить риск возникновения данного вида аддикции.

В сотрудничестве с семьей необходимо сформировать у ребенка комплекс знаний и регулятивных навыков, способствующих достижению психологического комфорта социально приемлемыми способами.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Силантьева Т. Г. Компьютерная зависимость детей: признаки, причины и последствия // Pedsovet.ru. 2015. URL: http://pedsovet.ru/problem/5803_komputernaya_zavisimost (дата обращения: 06.10.2020).
2. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск : Олсб, 2001. 251 с. ISBN 5-901048-06-7. EDN: WEQAYD.
3. Харченко М. А., Эвоян К. Н. Работа с родителями как средство профилактики интернет - зависимости младших школьников // Материалы XV Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». 2023. URL: <https://scienceforum.ru/2023/article/2018034925>><https://scienceforum.ru/2023/article/2018034925> (дата обращения: 03.10.2024).
4. Булуева Ш. И., Гумашвили И. Р., Абдуллаева Н. А. Роль педагогов и родителей в профилактике компьютерной зависимости у школьников. DOI 10.24412/1991-5497-2022-697-350-353 // Мир науки, культуры, образования. 2022. № 6 (97). С. 350–352. EDN: VIDMNV.
5. Николаева А. А., Павлова Т. С. Роль педагога в профилактике компьютерной зависимости в школе // Казанский педагогический журнал. 2020. № 3 (140). С. 202–206. EDN: DLFOFS.
6. Котова С. А. Интернет-зависимость у детей и подростков: риски, диагностика и коррекция. Санкт-Петербург : ООО «Издательство ВВМ», 2023. 212 с. ISBN 978-5-9651-1448-1. EDN: UGWREB.
7. Разуваева Л. Н. Профилактика курительных смесей детьми и подростками в образовательных учреждениях. Пенза, 2013. 25 с.
8. Мазурчук Н. И. Психолого-педагогическое сопровождение семьи: теоретическое осмысление и практика реализации. DOI 10.26170/po16-03-21 // Педагогическое образование в России. 2016. № 3. С. 132–137. EDN: VTLDPP.

9. Русинова М. М. Роль семьи в профилактике компьютерной зависимости учащихся // НАУ. 2015. № 5-3 (10). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-profilaktike-kompyuternoy-zavisimosti-uchaschihsya> (дата обращения: 16.10.2024). EDN: YFTBVJ.

10. Мамченко Т. В. Семейный досуг как средство укрепления внутрисемейных отношений // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. 2016. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/semeynyy-dosug-kak-sredstvo-ukrepleniya-vnutrisemeynyh-otnosheniy> (дата обращения: 16.10.2024). EDN: VHLRPX.

11. Бычкова Н. Д. Профилактика компьютерной аддикции у младших школьников в процессе организации внеурочной деятельности // Ratio et Natura, Педагогика. 2020. № 20. URL: <https://ratio-natura.ru/sites/default/files/2021-02/profilaktika-kompyuternoy-addikcii-u-mladshikh-shkolnikov.pdf> (дата обращения: 16.10.2024). EDN: XKCCIZ.

REFERENCES

1. Silantieva T. G. (2015), "Children's computer addiction: signs, causes and consequences", URL: http://pedsovet.su/problem/5803_komputernaya_zavisimost.

2. Korolenko C. P., Dmitrieva N. V. (2001), "Psihosocial'naya addiktologiya", Novosibirsk, 251 p.

3. Kharchenko M. A., Evoyan K. N. (2023), "Working with parents as a means of preventing Internet addiction of younger schoolchildren", URL: <https://scienceforum.ru/2023/article/2018034925>"><https://scienceforum.ru/2023/article/2018034925>

4. Bulueva Sh. I. (2022), "The role of teachers and parents in the prevention of computer addiction in schoolchildren", *The world of science, culture, and education*, Vol. 6 (97), pp. 350–352.

5. Nikolaeva A. A. (2020), "The role of a teacher in the prevention of computer addiction at school", *Kazan Pedagogical Journal*, No. 3 (140), pp. 202–206.

6. Kotova S. A. (2023), "Internet addiction in children and adolescents: risks, diagnosis and correction", St. Petersburg, publishing house VVM, 212 p.

7. Razuvaeva L. N. (2013), "Prevention of smoking mixtures by children and adolescents in educational institutions", Penza, 25 p.

8. Mazurchuk N. I. (2016), "Psychological and pedagogical support of the family: theoretical understanding and practice of implementation", *Pedagogical education in Russia*, No. 3, pp. 132–137.

9. Rusinova M. M. (2015), "The role of the family in the prevention of computer addiction of students", NAU, No. 5-3 (10), URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-profilaktike-kompyuternoy-zavisimosti-uchaschihsya>.

10. Mamchenko T. V. (2016), "Family leisure as a means of strengthening intra-family relations", *Bulletin of the Taganrog Institute named after A. P. Chekhov*, No. 1, URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/semeynyy-dosug-kak-sredstvo-ukrepleniya-vnutrisemeynyh-otnosheniy>.

11. Bychkova N. D. (2020), "Prevention of computer addiction in younger schoolchildren in the process of organizing extracurricular activities", *Ratio et Natura, Pedagogy*, No. 20, URL: <https://ratio-natura.ru/sites/default/files/2021-02/profilaktika-kompyuternoy-addikcii-u-mladshikh-shkolnikov.pdf>.

Информация об авторах:

Шишкина К.П., доцент кафедры педагогики, психологии и предметных методик, shishkinaki@cspu.ru, ORCID: 0000-0003-0925-4616, SPIN-код 5624-4864.

Жукова М.В., доцент кафедры педагогики, психологии и предметных методик, gukovamv@cspu.ru, ORCID: 0000-0003-1184-9977, SPIN-код 1759-5356.

Волчегорская Е.Ю., зав. кафедрой педагогики, психологии и предметных методик, volchegorskayaeu@cspu.ru, ORCID: 0000-0001-6764-7747, SPIN-код 7588-0170.

Фролова Е.В., доцент кафедры педагогики, психологии и предметных методик, frolovaev@cspu.ru, ORCID: 0000-0001-5659-9284, SPIN-код 6349-7216.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 02.12.2024.

Принята к публикации 29.12.2024.