

рия общающихся субъектов, их готовность делиться информацией; поведенческая и деятельность составляющие предполагают наличие намерения коллективно реализовывать какую-либо деятельность и поведение. Чем обширнее список дел, предполагающих совместное осуществление, тем, как правило, короче дистанция как характеристика межличностных отношений субъектов, тем она благоприятнее, что означает обладающую правильными пропорциями степень конгениальности – изолированности субъектов взаимодействия, их автономию, обоюдное переживание удовлетворенности отношениями друг с другом.

Центральными задачами установления благоприятной дистанции выступают: обеспечение эффективности взаимодействия в различных видах деятельности, получение различных видов помощи и поддержки, возможность освоить новую социальную роль, поддержание идентичности и групповой принадлежности, раскрытие собственного потенциала.

Трансформация социально-психологической дистанции отрицательно сказывается на характере контактов, её излишнее сокращение или экспансия, приводит к неудовлетворенности отношениями, к деструктивному взаимодействию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Духновский С.В. Социально-психологическая дистанция в межличностных отношениях: факторы и регуляция / С.В. Духновский, Л.В. Куликов // Вестник СПбГУ. – Сер.12. – 2009. – Вып. 2. – С.20–26.
2. Купрейченко А.Б. Психология доверия и недоверия / А.Б. Купрейченко – Москва : Ин-т психологии РАН, 2008. – 569 с.
3. Ожегов С.И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов – Москва : Русский язык, 1981. – 816 с.
4. Шаров А.А. Особенности киберагрессии как современного феномена девиантной активности молодежи // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 6 (184). – С. 486–490.
5. Шмелев А.Г. Основы психодиагностики: учебное пособие для студентов педвузов / А. Г. Шмелев. – Москва, Ростов-на-Дону . : Феникс, 1996. – 544 с.

REFERENCES

1. Duxnovskii, S.V. and Kulikov, L.V. (2009), "Socio-psychological distance in interpersonal relations: factors and regulation", *Vestnik of St. Petersburg University*, Ser.12, Iss.2, pp. 20–26.
2. Kuprejchenko, A.B. (2008), *Psychology of trust and distrust*, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow.
3. Ozhegov, S.I. (1981), *Dictionary of the Russian language*, Moscow.
4. Sharov, A.A. (2020), "Features of cyber aggression as a modern phenomenon of deviant activity of youth", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (184), pp. 486–490.
5. Shmelev A. G. (1996), *Fundamentals of psychodiagnostics: a textbook for students of pedagogical colleges*, Phoenix, Moscow, Rostov- on-Don.

Контактная информация: let01@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.01.2023

УДК 159.9.072

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАВИСИМОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

Ксения Игоревна Шишкина, кандидат педагогических наук, доцент, **Марина Владимировна Жукова**, кандидат педагогических наук, доцент, **Елена Владимировна Фролова**, кандидат педагогических наук, доцент, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск

Аннотация

Статья посвящена проблеме зависимости младших школьников от социальных сетей. Нами выделены последствия данного рода аддикции, такие как нарушение сна, проблемы с соматическим и психическим здоровьем, проблемы с общением. Проведенное исследование сформированности зависимости от социальных сетей у младших школьников позволило выявить наличие данной проблемы, и необходимости вести целенаправленную работу по профилактике данного рода зависимости. В связи с этим, нами разработана и внедрена программа профилактики зависимости от социальных сетей, которая успешно осуществляется в практике работы одной из школ г. Челябинска. В статье описаны ключевые принципы данной программы.

Ключевые слова: младший школьный возраст, зависимость, социальные сети, профилактика, программа профилактики.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p600-604

**MAIN PRINCIPLES OF THE PROGRAM FOR THE PREVENTION OF
DEPENDENCE OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN ON SOCIAL NETWORKS**

Ksenia Igorevna Shishkina, the candidate of pedagogical sciences, docent, Marina Vladimirovna Zhukova, the candidate of pedagogical sciences, docent, Elena Vladimirovna Frolova, the candidate of pedagogical sciences, docent, South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk

Abstract

The article is devoted to the problem of dependence of younger schoolchildren on social networks. We have identified the consequences of this kind of addiction, such as sleep disorders, problems with somatic and mental health, problems with communication. The conducted study of the formation of dependence on social networks in younger schoolchildren revealed the presence of this problem, and the need to conduct targeted work on the prevention of this kind of dependence. In this regard, we have developed and implemented a program for the prevention of dependence on social networks, which is successfully implemented in the practice of one of the schools in Chelyabinsk. The article describes the key principles of this program.

Keywords: primary school age, addiction, social networks, prevention, prevention program.

У современных детей пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера и интернета, приводит к резкому сокращению иных видов деятельности, тем самым формируя аддиктивное поведение. Исследователи выделяют множество последствий злоупотребления социальными сетями. Среди них: снижение творческой активности, упрощение форм общения, проявления агрессии, проблемы со зрением, осанкой, рассеянность, расстройство сна и даже увеличение чувства голода.

Младший школьный возраст является сенситивным периодом для развития таких личностных качеств как любознательности, настойчивости, самооценки, стремления к успехам, общительности, отзывчивости, доброты, и др. В данном возрасте личностное развитие происходит в том числе и под влиянием сверстников, с которыми ребенок проводит достаточное количество времени. Доверительность и открытость к внешним воздействиям, послушание и исполнительность создают оптимальные условия для воспитания ребенка как личности, но в то же время требуют от взрослых и учителей большой ответственности, внимательного нравственного контроля над своими действиями и суждениями. Младшие школьники полностью признают авторитет взрослого человека, почти безоговорочно принимают его оценки. В том числе дублируют слова, поступки действия взрослых [1].

Главной группой риска, в настоящее время, для формирования зависимости от социальных сетей считаются младшие школьники, этому способствует ряд факторов, основным из которых считают недостаток общения и взаимопонимания с родителями, сверстниками и значимыми людьми [2]. Таким образом, профилактика зависимого поведения приобретает особенную значимость в данном возрасте.

Для диагностики уровня сформированности зависимости от социальных сетей у младших школьников нами была использована методика диагностики интернет-зависимости – модифицированная методика В. А. Лоскутовой (Буровой) теста К. Янг. Выборку составили 70 человек, ученики 3 классов одной из общеобразовательных школ города Челябинска.

По результатам проведенной диагностики мы выявили, что высокий уровень развития интернет-зависимости присутствует у 20% респондентов. Средний уровень развития интернет-зависимости выявлен у 52% респондентов. Низкий уровень развития интернет-зависимости выявлен 28%.

Для наглядности представим полученные результаты на рисунке 1.

Кроме того, нами была разработана и проведена анкета, состоящая из 11 вопросов и позволяющая выяснить отношение ребенка к социальным сетям, временные промежутки, проводимые ими в социальных сетях, целевое использование социальных сетей.

Результаты анкетирования позволили получить следующие данные: только у 24% респондентов отсутствует зависимость от социальных сетей. Такие результаты характерны для обычных пользователей социальных сетей, которые умеют контролировать своё пребывание как в социальных сетях, так и в интернете, поэтому могут работать с ним без негативных последствий. У 28% отсутствует зависимость, но существует предрасположенность к зависимости от социальных сетей. У данной группы младших школьников периодически возникают проблемы, связанные с использованием интернета, а именно – дети достаточно часто посещают свои страницы в социальных сетях, активно общаются виртуально со своими одноклассниками и друзьями, испытывают расстройство при отсутствии возможности зайти в социальную сеть при желании, посещают страницы знакомых людей, делятся новостями, публикуя фотографии. 48% респондентов имеют зависимость от социальных сетей. Данная группа младших школьников проводят большое количество времени в социальных сетях, активно знакомятся с другими пользователями и наблюдают за их жизнью, часто публикуют свои новости и фотографии, испытывают раздражение и потерю мотивации к деятельности при отсутствии возможности посетить свою страницу и проверить наличие новых сообщений, «лайков» и комментариев.

Наглядно представим результаты на рисунке 2.

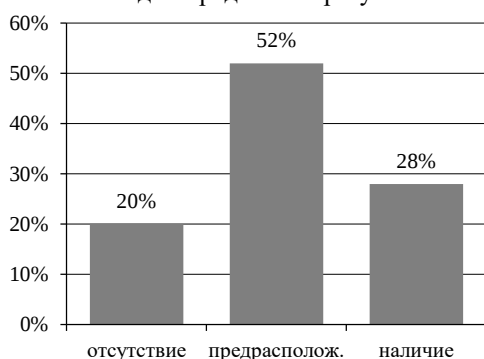


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням предрасположенности к интернет-зависимости на констатирующем этапе исследования

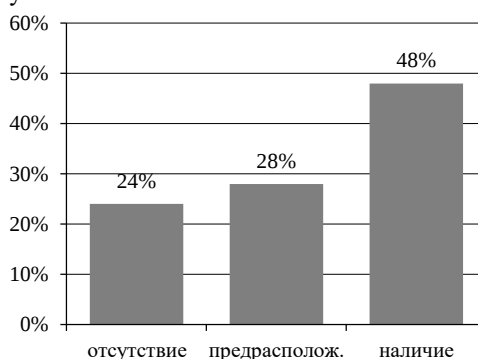


Рисунок 2 – Распределение испытуемых по уровням предрасположенности к зависимости от социальных сетей на констатирующем этапе исследования

Таким образом, отсутствие зависимости наблюдается у минимального количества испытуемых. У данной группы присутствует адекватное и рациональное использование интернет-ресурсов и социальных сетей, без контроля взрослых. Подавляющее же большинство респондентов проводят свободное время в телефоне – просматривают видео и фото, общаются в мессенджерах, листают новостные ленты в социальных сетях. Многие дети испытывают дискомфорт при долгом отсутствии телефона.

Таким образом, мы можем говорить о наличии зависимости у большинства учащихся третьих классов в данной школе. Решение проблемы мы видим в разработке программы профилактики зависимости младших школьников от социальных сетей.

Программа построена на основе двух методологических подходов:

- системном, который позволил рассмотреть ребенка как целостного, качественно своеобразного, динамично развивающегося субъекта, являющегося частью более широкой системы «человек-мир», все компоненты программы взаимосвязаны;
- личностно-ориентированном – изменение содержания, форм и способов профилактической работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, его темперамента, целей работы, позиции и возможностей специалистов.

Цель программы – создание психолого-педагогических условий работы педагога по профилактике зависимости от социальных сетей у младших школьников.

Задачи программы:

1. Формирование системы знаний по теме зависимость от социальных сетей, компьютерная зависимость.
2. Формирование социально-значимых установок, направленных на активизацию совместной деятельности педагога и семьи.
3. Пропаганда предупреждения аддиктивного поведения среди младших школьников и их родителей.
4. Привлечение всех членов семьи к решению проблемы зависимости детей, средством взаимодействия педагога с родителями и их детьми.

Формы проведения занятий: игра, тренинг, классный час, беседа, диспут, родительские собрания, совместные праздники, круглый стол, родительский лекторий, конкурс рисунков,

Для достижения цели и выполнения поставленных задач используются современные методики обучения. Занятия проводятся в соответствии с возрастными и психологическими особенностями младших школьников. Активные формы и методы обучения, такие как игра, проблемная ситуация, групповая и парная работа и использование практической деятельности позволяют формировать умение сравнивать, анализировать, выделять главное, сотрудничать.

Ожидаемые результаты программы профилактики:

Реализация программы профилактики будет способствовать:

- формированию у младших школьников компетенций цифрового гражданина для успешной и безопасной жизни и учебы в сети;
- созданию системы воспитания, наиболее полно удовлетворяющей интересам государства, общества, обучающихся и их родителей;
- просвещению родителей о формировании интернет-зависимости у детей, их информационной безопасности;
- внедрению ФГОС с целью формирования навыков безопасного использования Интернета в рамках программы внеурочной деятельности.

Принципы, на которых строится программа:

1. Комплексный и системный подход к профилактике – построение программы базируется на взаимодействии личностных (внутренних) и социальных (внешних) факторов.
2. Учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка предполагает внимание к каждому ученику, индивидуальный подход, создание оптимальных условий для реализации потенциальных возможностей каждого ученика.
3. Опора на положительное в личности ребенка и ориентация на гармонизацию ее развития.
4. Дифференцированный подход – учет социально-психологических особенностей группы.

5. Единство и взаимодополняемость психологических и педагогических методов – правила реализации принципа помогают охватить все стороны личности младшего школьника.

6. Принцип рефлексивности дает ребенку возможность соотнести собственный опыт и полученные знания, корректировать модели собственного поведения с учетом мирового опыта и отдельных отрицательных примеров.

Внедрение основополагающих принципов в программы, направленных на профилактику зависимости младших школьников от социальных сетей, по нашему мнению, окажет существенную помощь в деятельности педагога, работающего в данном направлении, и сделает ее более эффективной.

ЛИТЕРАТУРА

1. 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 : Отечество. – 2012. – 280 с.

2. Лоскутова В.А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: автореф. дис. ... канд. мед. наук / Лоскутова Виталина Александровна. – Новосибирск, 2008. – 32 с.

REFERENCES

1. Drozdikova-Zaripova, A. R. Valeeva, R.A. and Shakurova A.R. (2012), *Pedagogical correction of computer addiction in adolescents at risk: theory, practice*, Fatherland, Kazan.

2. Loskutova, V.A. (2008), *Internet addiction as a form of non-chemical addictive disorders*, dissertation, Novosibirsk.

Контактная информация: shishkianki@cspu.ru

Статья поступила в редакцию 22.12.2022