

4. Ильин Е. П. Мотивы человека (теория и методы изучения). – К.: Высшая школа, 1998.

**Третьяков А.Д., Третьякова Н.В.**

Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 56, Новоуральск, Россия  
Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург, Россия

### **УРОВЕНЬ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СОВРЕМЕННЫХ УЧАЩИХСЯ**

*Ключевые слова:* компьютерные игры, формирование зависимости, компьютерная зависимость, влияние на психическое и физическое здоровье учащихся.

*Аннотация.* В статье рассматривается проблема формирования зависимости от компьютерных игр у современных школьников. Исследуется состояние и уровень зависимости у учащихся 10-12 лет.

Компьютеры стремительно вошли в жизнь современного человека. Они стали неотъемлемой частью жизни не только взрослых, но и детей. Вместе с появлением компьютеров появились и компьютерные игры, которые сразу нашли массу поклонников среди детей и взрослых. На сегодняшний день компьютерная техника достигла такого уровня развития, что позволяет создавать очень реалистичные игры с хорошим графическим, цветовым и звуковым оформлением, что влечет за собой рост количества людей, фанатично увлекающихся компьютерными играми.

Компьютерные игры представляют собой увлекательное занятие для многих дошкольников, школьников, студентов и взрослых. Дошкольников уже не интересуют обычные игрушки, как раньше, они стремятся быстрее попасть домой, потому что там их ждет заветная игра. Школьники прогуливают занятия только из-за того, что всю ночь провели у экрана и не успели подготовиться к урокам, которые становятся менее важными, чем пройденный уровень игры. А на переменах в школе сейчас одной из наиболее актуальных тем становится тема компьютерных игр и количество очков за них.

Анализируя проблему увлеченности компьютером, исследователи обращают особое внимание на то, что дети порой настолько вживаются в компьютерную игру, что в виртуальном (вымышленном) мире игры им становится гораздо интереснее, чем в реальной жизни. В этом мире существуют интересные задачи, невыполнение которых не приводит к каким-либо отрицательным последствиям: к плохим отметкам, к порицанию со стороны родителей, к разочарованию в себе и т.д. Человечество столкнулось с такой глобальной проблемой, как формирование зависимости от компьютерных игр.

В настоящем исследовании мы стремились узнать, что же лежит в основе увлеченности компьютерными играми и формировании зависимости к ним. Каким образом эта зависимость влияет на состояние детей и подростков.

Анализ литературных источников, позволил нам определиться с понятием «компьютерная зависимость», с ее характеристиками, признаками, а также механизмами развития. Были выделены основные негативные влияния компьютерных игр на физическое и психологическое состояние детей и подростков.

Полученные сведения помогли нам провести исследование зависимости от компьютерных игр у детей и подростков общеобразовательной школы и ее влияния на психическое и физическое здоровье учащихся.

В исследовании приняло участие 80 человек, распределенных на группы следующим образом: в возрасте 9-10 лет – 27 человек; 11-12 лет – 29 человек; 13-14 лет – 24 человека. Респондентами выступили учащиеся общеобразовательной школы.

На большинство вопросов респонденты дали более одного варианта ответов, соответственно общая сумма баллов в ряде случаев превышает 100%.

Большинство ребят на вопрос «Любите ли вы играть в компьютерные игры?» ответили положительно (68%). Преобладает число положительных ответов среди мальчиков 9-10 лет (99%), а наименьший интерес наблюдается у девочек 13-14 лет (40%).

При оценке времени, проводимого детьми за компьютерными играми, большинство респондентов выбрали ответ «1-2 часа» - 34% и «до 1 часа» - 32%. Более 3 часов сутки находятся в игре 16% ребят, 7% - могут проводить в игре всю ночь.



Рис.1. Распределение времени проводимого за компьютерными играми

В случае если респонденты вынуждены отвлечься от игры, то 34% из них приходят в состояние сильного раздражения. При этом большее раздражение проявляют мальчики и девочки 9-10 лет (45% и 40% соответственно).

Далеко не все опрошенные заранее распределяют время, которое планируют отвести на игру (35%), большинство из них «заигрывается» (65%). Здесь наблюдается положительная динамика от возраста к возрасту: чем старше ребенок, тем более чаще от не замечает времени, проводимого за игрой. Здесь можно говорить о возрастающей зависимости от игр.

Респонденты имеют определенную ответственность перед своими основными обязанностями, так только 14% опрошенных за игрой забывают об обязанностях по дому и школе. Большинство ребят сначала выполняют их, а затем играют (61%).

18% респондентам случается забывать за играми о питании и сне.

Среди них преобладают мальчики 13-14 лет (60%).

Чувства радости и эмоционального подъема во время игры испытывают 65% опрошенных.

При выборе позиции, характеризующих физические проблемы со здоровьем, как следствия длительного времени проводимого за компьютером, респонденты выделили головную боль (25%) и проблемы со зрением (25%), имели место боль в области позвоночника (19%) и боль в области запястья (10%) (Рис.2).

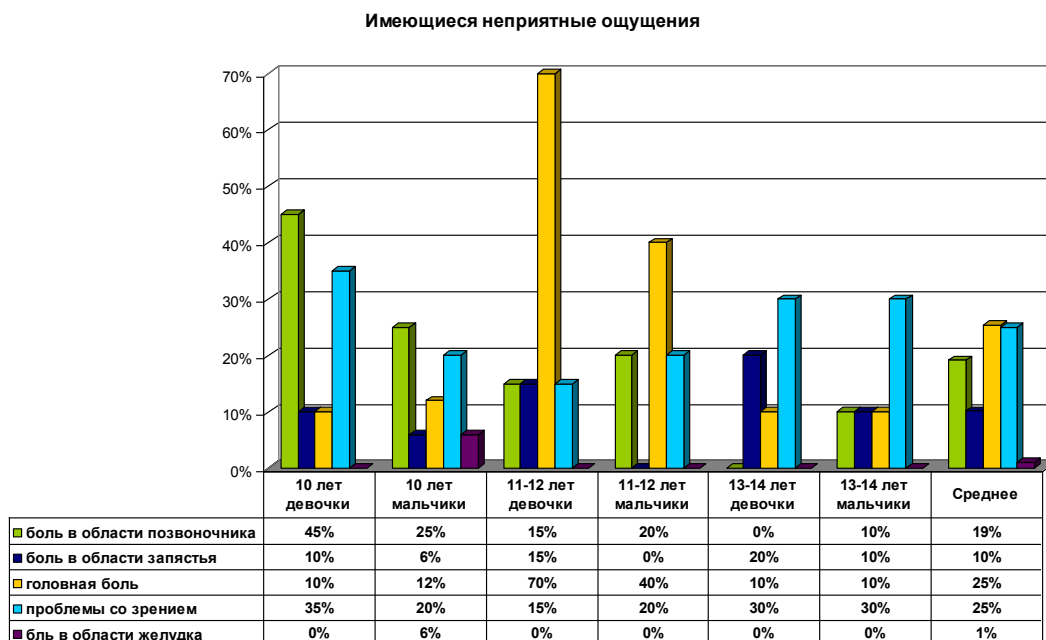


Рис.2. Имеющиеся неприятные ощущения на физическом уровне

По приходу из школы сразу же идут за компьютер 10% респондентов, большая часть, сначала выполняет домашнее задание и работу по дому. 52% респондентов заявили, что знают что такое компьютерная зависимость, у 29% знания разрознены и 19% человек не знают данного понятия.

Наличие компьютерной зависимости предполагают у себя 31% опрошенных.

Таким образом, проведенное нами исследование показало, что дети и подростки отдают значительное предпочтение компьютерным играм, увлечены ими, однако выполнение прямых обязанностей по учебе и дому находится у них на первом месте. Ребята осознают данную ответственность не зависимо от возраста и пола.

Следует отметить, что мальчики различных возрастов имеют более выраженную заинтересованность играми, чем девочки. У последних увлеченность к подростковому периоду значительно спадает.

Имеют место физические отклонения от здоровья, как следствие длительного пребывания за компьютером, это и головные боли, и усталость, и боли в области запястья, позвоночника.

В целом можно сделать вывод, что проявление зависимости от компьютерных игр у детей и подростков не значительное. Однако есть дети, которым следует остерегаться дальнейшими увлечениями игр, сократить время пребывания за компьютером.

В соответствии с полученными данными нами предложены рекомендации по предупреждению развития зависимости от компьютерных игр у детей и подростков, а также по предупреждению физических и психологических нарушений со стороны здоровья.