

3. Шаров, Д. В., Иванюк А. С. Реабилитация после переломов и травм. М.: Эксмо., 2013. – 205 с.

4. Татаринцева, Р. Я. Новые подходы эффективной реабилитации в спорте высших достижений // Физическая культура и спорт. – 2014. – С. 163-167.

Курчина Е.О.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ ЦЕНТРЕ

Аннотация: в данной статье рассматривается понятие «интернет-зависимости» в различных источниках литературы, анализируются ее причины и последствия ее возникновения. Автором описывается практика профилактики интернет-зависимости подростков педагогом дополнительного образования в Детско-юношеском центре в г. Верхняя Салда.

Ключевые слова: интернет, интернет-зависимость, аддикция, профилактика, подросток.

На сегодняшний день во всех сферах своей деятельности люди внедряют и используют информационные технологии. На первом месте по значимости для человека стоит глобальная сеть интернет. Безусловно, интернет – это ресурс, дающий способность открыть доступ не только к образовательной информации, но и вид организации досуга и отдыха. Но несмотря на плюсы использования интернета, существует негативное влияние глобальных сетей на личность и общество. Особенно подвержены незащищенности в сети интернет дети и подростки. Причиной этому можно назвать тот факт, что количество и качество подаваемой информации в Интернете никем и ничем не контролируется. Постоянное нахождение в глобальной сети, отсутствие контроля со стороны родителей, недостаточная осведомленность в области информационной культуры детей часто могут стать причиной интернет-зависимости подростков.

Проблема интернет-зависимости среди подростков появилась относительно недавно. Исследования взаимодействия человека и сети начались лишь с конца XX века. Первым термин «интернет-зависимость» сформулировал американский врач психиатр Айвен Голдберг в 1996 г., объясняя его последствия как «снижение социальной и профессиональной деятельности из-за использования интернета», «фантазии и мечты об интернете», «намеренное и ненамеренное печатное движение пальцами» [4, С.85]. Другой исследователь данного явления Кимберли Янг считает, что «интернет-зависимость» – «это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечениями» [6, с.28]. А. Е. Войскунский считает, что такой феномен как интернет-аддикция реально существует в современном мире. Но клинических данных на данный момент недостаточно для того, чтобы считать его заболеванием [1, с. 125]. Также, данной проблемой занимались М. Шоттон, Дж. Грохол, К. Мюррей, Д. Гринфилд, И. П. Короленко, А. Е. Личко и др. Нужно отметить, что несмотря на актуальность данной проблемы в современном обществе, на данный момент разработана только теоретическая база для ее решения и почти не исследуется на практике.

Причины возникновения интернет-зависимости у детей подросткового возраста связаны с их возрастными особенностями и их предрасположенностью к тем или иным поступкам. Подросток и сам не подозревает, что длительное времяпровождение в интернете может привести к возникновению у него психолого-педагогическим проблемам и физическим нарушениям здоровья, таким как постоянное состояние стресса, приводящее в хроническим депрессиям, потеря продуктивности и информационная перегрузка, дезадаптация в обществе, проблемы с социализацией, неспособность удерживать контроль над временем, проведенным в Сети, и, возникновение целого ряда соматических проблем [2].

В различных источниках исследователями описывается недостаточное количество практико-ориентированных работ по профилактики интернет-зависимости у подростков [3]. Изменения условий создания информационной среды в образовательных учреждениях связано с введением ФГОС общего образования. Деятельность педагога, осуществляющего профилактику компьютерной зависимости и зависимости в сети интернет регламентируется Федеральным законом "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию". Согласно за-

кону, цель педагогической профилактики: создание всех условий медиа-безопасности, то есть создание условий защищенности, минимизация риска, связанного с причинением информацией вреда их здоровью и (или) физическому, психическому, духовному и нравственному развитию [5].

В МАОУ ДО "Детско-юношеском центре" в г. Верхняя Салда реализуется программа "Сеть вокруг нас" по профилактике компьютерной зависимости и компьютерной безопасности со школьниками 7-9 классов. В организации работы по профилактике интернет-зависимости и компьютерной безопасности педагог ДО использует современные педагогические технологии. Программа "Сеть вокруг нас" является краткосрочной, объемом 6 академических часов, и направлена на профилактику интернет-зависимости и освоение обучающимися базовых принципов безопасного поведения в сети интернет.

В рамках программы осуществляется диагностика для определения степени игровой зависимости и зависимости в сети интернет. По результатам данной диагностики выстраивается формат занятий. Занятия проходят в форме тренингов, направленных на информирование школьников о последствиях злоупотребления гаджетов и глобальных сетей. Кроме того, основной формой работы с детьми данного возраста является практико-ориентированный метод кейс-стади, с целью формирования у школьников практических навыков для использования их в реальной жизни. Активно используются групповые методы обсуждения и метод дискуссии, а итоговой аттестацией в конце курса является тестирование по пройденному материалу с решением ситуационных задач.

В рамках Концепции информационной безопасности детей на 2018-2020 годы с 20 сентября по 31 октября был проведен ежегодный Единый урок по безопасности в сети среди школьников Горнозаводского округа. С целью популяризации знаний по информационной безопасности и интернет-зависимости среди взрослых педагог ДО регулярно выступает с докладом на общешкольных и школьных родительских собраниях, где рассказывает о возможных последствиях и угрозах, с которыми могут столкнуться дети используя компьютер и глобальные сети.

Исходя из вышесказанного, нужно отметить, что данная проблема изучена только на теоретическом уровне, что является сложностью для педагога при реализации профилактики. Главной целью педагога, осуществляющего профилактику интернет-зависимости, является приобще-

ние детей к иным формам проведения свободного времени. Необходимо показывать подростку всю реальность происходящего, а именно, не только положительные стороны использования интернет-технологий, но и отрицательные, влияющие на психическое и соматическое здоровье ребенка. Если общество намерено воспитывать здоровую нацию, оно должно взять на себя полную ответственность во всей воспитательной и образовательной системе, с целью реконструирования процессов помощи подрастающему поколению.

Библиографический список

1. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете. – М., 2000, с. 100–131.
2. Лотякова А.М. Феномен интернет-зависимости у подростков // Гуманитарные научные исследования. 2016. № 12 [Электронный ресурс]. URL: <http://human.snauka.ru/2016/12/18115> (дата обращения: 01.11.2018).
3. Митичева Т. И., Хрустова Е. С. Психолого-педагогическая профилактика интернет-зависимости подростков // Молодой ученый. – 2017. – №5. – С. 509-511. – URL <https://moluch.ru/archive/139/39259/> (дата обращения: 01.11.2018).
4. Обжорин А. М. Профилактика компьютерной и интернет-зависимости в современной школе / А. М. Обжорин // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – 2015. – № 1 (6). – С. 79–84.
5. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»
6. Янг К. Диагноз – интернет-зависимость // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С.24–29.