

б не повторювали або нагадували дітям шкільні заняття. Тому основний акцент варто зробити на використанні інтерактивних методів навчання (інтерактивний від англ. „interact”, „inter – взаємний”, „act” – діяти), тобто створювати здатні умови щоб взаємодіяти чи знаходитись у режимі діалогу, бесіди з чим-небудь або з ким-небудь.

Проте, потенціал закладів літніх вакацій, на нашу думку, використовується не в повному обсязі. Потребують оновлення зміст, форми, методи роботи, методичне забезпечення і вироблення критеріїв оцінювання процесу формування навичок здорового способу життя в умовах літнього закладу, підвищення кваліфікації педагогів – позашкільників. Але, аналіз педагогічної літератури, присвяченої питанням спортивно-красознавчої оздоровчої діяльності та власний досвід, дає підстави стверджувати про переваги позашкільних навчальних закладів у вирішенні питань формування навичок здорового способу життя учнівської молоді у порівнянні з іншими закладами освіти, оскільки їх діяльність охоплює вільний час дітей та базується на добровільності, має методичний потенціал, традиції та досвід виховної роботи з підлітками. Сьогодні на черзі вирішення актуальної проблеми потребує консолідації зусиль загальноосвітніх навчальних закладів, позашкільних навчальних закладів, родини, засобів масової інформації, соціальних інститутів задля збереження та розширення мережі позашкільних навчальних закладів; покращення кадрової та матеріально-технічної баз літніх центрів відпочинку та оздоровлення; оновлення змісту навчальних програм, форм, методів з питань формування навичок здорового способу життя; підвищення кваліфікації педагогів – позашкільників шляхом проведення цільового навчання.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Київ: Либідь, 2003. Кн.1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. 280 с.
2. Капська А. Й. Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи: навч. посіб. / За заг. ред. А. Й. Капської. Київ, 2002. 164 с.
3. Літня практика студентів факультету психології та соціальної роботи в соціально-педагогічних закладах: метод. рекомендації. / Є. І. Коваленко, Н. С. Останіна. Ніжин: Видавництво НДУ ім. М. Гоголя, 2008. 33 с.
4. Національна доктрина розвитку освіти. Указ Президента України від 17 квітня 2002 року № 347/2002. *Урядовий кур'єр*. 2002. 18 квітня.
5. Овчарова Р. В. Справочная книга социального педагога. М.: Сфера, 2007. 479 с.



ОСОБЕННОСТИ ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Жданович Арина Андреевна

УО «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», г. Минск

Научный руководитель – старший преподаватель Погодина Е. К.

Проблема игровой компьютерной игровой зависимости приобретает значимость в связи с высокими темпами развития технологической и игровой индустрий. Мощный поток новой информации, распространение компьютерных игр оказывает большое влияние на социальное пространство подростков. Отношение современного человека к новейшей технике и ее возможностям становится все более положительным, а досуг все чаще занимает киберсреда.

Дети подросткового возраста находятся в том возрастном периоде, когда компьютерные игры занимают важное место в их жизни. Компьютерная игра может быть как приятным времяпровождением, так и стать серьезным увлечением.

Согласно исследованиям, 64,3% респондентов считают, что игра – это способ провести свободное время, организовать свой досуг, 20,4 % – заявляют о серьезности своего увлечения и хотят связать с компьютерными играми свою жизнь [2, с. 547]. Однако данное увлечение зачастую может перерасти в зависимость. Как любая зависимость, она требует своевременной диагностики, коррекции и проведения профилактической работы среди подрастающей молодежи.

Подростки стремятся максимально использовать возможности компьютера, так как их стремление к разнообразию контактов и расширению информационного пространства соответствует особенностям возраста. Но чрезмерное увлечение виртуальными играми приводит к возникновению компьютерной зависимости. В результате продолжительного пребывания за компьютером в ущерб общению с близкими, сверстниками деформируется психика подростка, а также ухудшается его физическое состояние.

Каждый раз подросток "с головой" уходит в игру, взаимодействуя с объектами, участвующими в ней, которые подчиняются определенным законам, описывающим их поведение. Он имеет возможность исследовать в деталях все время новый, постоянно обновляющийся мир игры, сталкиваясь порой с неожиданными явлениями в рамках предварительно определенных законов этого мира.

В игре подросткам хорошо. Они сильные, смелые, успешны. Есть и другой важный аспект: ребенок в игре получает власть над миром, практически не прикладывая усилий, используя лишь в качестве аналога волшебной палочки, компьютерную мышь. У него создается иллюзия овладения этим миром. Проиграв, он может вернуться назад, что-то переделать, заново пройти неудавшийся эпизод игры.

Зависимость от компьютерных игр может возникать по ряду причин, однако основной причиной можно считать недостаток общения и взаимопонимания с родителями, друзьями или же сверстниками. В самом начале компьютерные игры могут компенсировать этот недостаток общения, со временем окружающие его вещи или люди в игре, становятся важнее реальности. Подростковый возраст - это период формирования жизненных ценностей, создания взаимоотношений.

Компьютерные игры начинают подменять реальность, они привязывают несовершеннолетнего к виртуальному миру, препятствуя построению реальных контактов. В результате у некоторых подростков может отсутствовать жизненный опыт, трудности в принятии важных решений и дезадаптация.

Также одной из причин может являться нехватка одобрения и поддержки со стороны родителей или же близкого окружения. Неудовлетворенная потребность в общении и поддержке провоцирует постоянное желание зайти в игру. Подросток, получая очередное сообщение в игре, чувствует личную значимость. И боится, что, если не ответит вовремя, его перестанут принимать и "любить".

Ещё одна причина - иллюзия достижений в игре. В играх существует возможность "прокачать" персонажа, наделять его качествами, которые в реальности, казалось бы, недостижимы. Виртуальный персонаж может получать блага, совершенствоваться. Но при этом, в реальности у игрока никаких изменений. Так же и у игрока может возникнуть желание получить "эксклюзивное" достижение, которое требует много времени в игре.

Процесс формирования игровой компьютерной зависимости проходит четыре последовательные стадии:

1. *Стадия «интереса».* На данной стадии подросток заинтересован в компьютерных играх в рамках проведения своего досуга. Явных симптомов зависимости не проявляет, однако можно отметить легкое недомогание от редких случаев недосыпания и рассеянность. Общее время, проводимое за компьютером,

составляет 2-3 часа в день. Важность компьютерных игр становится на один уровень с обучением, контактами с друзьями и родными, другими важными делами.

2. *Стадия «увлеченности».* На данной стадии проявляются первые серьезные симптомы зависимости. Недосыпание становится регулярным, к рассеянности добавляется легкое недомогание по всему телу, легкая дрожь, головные боли, раздражительность, «сухость» глаз. Также из-за редкой смены положения за компьютером у подростка могут болеть спина, руки и шея. Общее время, проводимое за компьютерными играми, составляет 3-5 часов, что становится пределом суточного нахождения за компьютером. Компьютерные игры становятся более важными, нежели учеба или коммуникация с родными и близкими.

3. *Зависимость.* На данной стадии симптомы прогрессируют. Наносится серьезный ущерб психологическому и физическому здоровью подростка. Время, проводимое за компьютером, составляет более 5 часов в день. На данной стадии уже необходимо вмешательство со стороны учреждения образования, в частности, школьного педагога-психолога, и при крайней необходимости – психотерапевта.

4. *Клиническая зависимость.* Данная стадия является пиком развития зависимости. У зависимого подростка могут наблюдаться кратковременные улучшения в его состоянии и борьбе с зависимостью, но это не приводит к выздоровлению. Зачастую подростки делают вид, что с ними всё хорошо, пока их зависимость продолжает прогрессировать и наносить ущерб здоровью. Поэтому на данной стадии необходима комплексная работа семьи, учреждения образования, которое посещает подросток, и психотерапевта местного учреждения здравоохранения. Только при такой комплексной работе избавление подростка от зависимости будет эффективным [1, с. 37].

Нами было проведено исследование, которое задействовало более 150 респондентов возрастом 12-15 лет из таких стран, как Республика Беларусь, Россия, Украина, Казахстан, Польша. Согласно полученным результатам, признаки второй стадии зависимости наблюдались у 52,7 % респондентов, в то время как характерные признаки для третьей стадии было у 12,1 % опрошенных. В основном в качестве признаков выступали недомогания соматического характера (74,9 %), раздражительность (47,2 %) и меньшее желание коммуникаций с родными и близкими (59,4 %).

Подростки, в отличие от детей младшего школьного возраста сильнее поддаются зависимости, так как они обладают большей возможностью самостоятельного распределения своего времени, планирования досуга и общения, менее нуждаются в опеке со стороны родителей. Так считает 68,5 % респондентов. С другой стороны, подростковый возраст сопряжен с большей требовательностью со стороны взрослых к деятельности подростков, к их личностным проявлениям и поведению (об этом заявило 43,7 % респондентов). В межличностном общении подростки реализуют не только групповые интересы, но и пытаются самоутвердиться. В этом возрастном периоде они получают не только «радости» взросления, но и множество неудач, неудач, разочарований, огорчений. Реальная жизнь для многих подростков становится чередой достаточно сложных испытаний, выход из которых они могут попытаться найти, окунувшись в мир зависимости, в частности, в виртуальный мир компьютерных игр.

Литература

1. Трафимчик Ж. И. Игровая компьютерная зависимость: особенности влияния на личность. *Психологія*. 2009. № 4. С. 36-40.
2. Коптелова Н. И., Данилова М. В. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков. *Молодой ученый*. 2014. №20. С. 547-549.