**ВЛИЯНИЕ ГАДЖЕТОВ НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ ПОДРОСТКОВ**

 Стремительное развитие и распространение информационных технологий приводит к тому, что постоянно увеличивается число детей, которые используют компьютер в школе, на уроках информатики и для подготовки домашних заданий, а также проводят за ним часть своего свободного времени. Хорошо это или плохо? Компьютер уже давно стал неотъемлемой частью нашей жизни. Неотъемлемой настолько, что многие из нас теперь просто не представляют себе, как можно общаться, искать нужную информацию, отдыхать и, конечно, работать без клавиатуры с мышкой под руками и дисплея перед глазами. Несмотря на кажущееся отсутствие физического напряжения, организм подвергается колоссальным нагрузкам, последствия от которых, вдобавок, имеют свойство накапливаться. Страдает буквально всё – зрение, опорно-двигательный аппарат, нервная система, психика. Патологические процессы, происходящие в организме, на начальных стадиях могут быть не слишком заметны, но однажды обязательно наступит момент, когда они заявят о себе. А ведь со времен Гиппократа известно, что болезнь проще предупредить, чем лечить. На самом деле компьютерная зависимость рассматривается психологами и психиатрами как одна из форм аддитивного поведения. Если зрение и слух могут испортиться посредством клавиатуры, мыши или монитора, то на психику в первую очередь влияют игры и Интернет. Подростки зачастую предпочитают общение с ним любым другим видам развлечений, они стали проводить меньше времени на свежем воздухе, меньше играть в подвижные игры. Пользователи сети Интернет стали меньше общаться лично, отдавая предпочтение чатам, электронной почте.

 Для выявления зависимости от компьютера, определения влияния на интеллект, выяснения наличия знаний подростков о влиянии компьютера на их психологическое состояние проведен метод анкетирования. В анкетировании приняли участие ученики 7-11 классов, так как их возраст подходит под возраст подростка. В 7 классе приняло участие 8 человек; в 8 классе-21 человек; в 9 классе-8 человек; в 10 классе- 6 человек; в 11 классе -7 человек. Общее количество анкетируемых составило 50 человек. Представим результаты анализа анкеты по каждому вопросу в виде таблицы.

Таблица 1. Время работы на компьютере

|  |
| --- |
| 1.Сколько часов в день вы сидите за компьютером? |
| От 1-до 2 часов | От 2- до 4 часов | От 4-до 10 часов |
| 15 | 16 | 19 |
| 30% | 32% | 38% |

Таблица 2. Зависимость от компьютера

|  |
| --- |
| 1. Есть ли постоянное желание играть в компьютерные игры? |
| Да | Нет | Не знаю |
| 8 | 32 | 10 |
| 16% | 64% | 20% |
| 2. Какое общение вы предпочитаете? |
| Общение в соц.сетях | С другом на яву | Не важно как |
| 23 | 18 | 9 |
| 46% | 36% | 18% |
| 3. Может ли вам заменить компьютер прогулке на воздухе |
| Не может | может | Не знаю |
| 23 | 18 | 9 |
| 46% | 36% | 18% |
| 4. Проводили вы хоть одну ночь за компьютером? |
| Да | Нет |
| 19 | 31 |
| 38% | 62% |
| 5. Что вас больше интересует? |
| Компьютер | Чтение книг | Разгадывание логических игр |
| 28 | 10 | 12 |
| 56% | 20% | 24% |

Таблица 3. Психологические симптомы

|  |
| --- |
| 1. Пребывали вы в плохом, раздраженном настроении, не могли ничем заняться, если был сломан компьютер? |
| Да | Нет |
| 26 | 24 |
| 52% | 48% |

Таблица 4. Влияние компьютера на развитие интеллекта

|  |
| --- |
| 1.В какие игры вы предпочитаете играть? |
| бродилки | стратегии | логические |
| 22 | 15 | 13 |
| 44% | 30% | 26% |
| 2. С приобретением компьютера твой интеллект: |
| повысился | Остался на том же уровне | Не замечаю |
| 15 | 13 | 22 |
| 30% | 26% | 44% |

Таблица 5 Знание подростков о влиянии компьютера на психологическое состояние

|  |
| --- |
| 1. Знаете ли вы, какое влияние на психологическое состояние подростка оказывает компьютер |
| Да | Нет |
| 12 | 38 |
| 24% | 76% |

Проанализируем полученные результаты.

 Из таблицы 1 видно , что 38% учеников проводят от 4 до 10 часов за компьютером. Если обратиться к режиму дня, то можно определить, что все свободное время отличное от учебы подросток прикован к этому гаджету.

 В таблице 2 представлено, что 46% подростков отдают предпочтение общению в социальных сетях. На яву предпочитают общаться только 36%. На вопрос : проводили вы хоть одну ночь за компьютером, 62% учеников ответили положительно.

 В таблице 3 представлен анализ ответа на вопрос: "Пребывали вы в плохом, раздраженном настроении, не могли ничем заняться, если был сломан компьютер?". 52% подростков ответили "да".

 ИЗ результатов таблицы 5 мы видим, что 76% подростков не знают какое влияние на психологическое состояние подростка оказывает компьютер.

 В результате проведенного исследования мы видим, что подростки мало информированы о влиянии компьютера на психологическое состояние. В связи с этим возникает необходимость сформулировать проблему выявления влияет использования компьютера на психологическое состояние подростка .

 Определимся с понятием психологическое состояние .

 Понятие «психологическое состояние» как специфическая психологическая категория введено Н.Д. Левитовым. Он писал: Психологическое состояние — целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности [1].

 Психологические состояния — важнейший компонент психики человека [2].

 Психологическое состояние - конкретная структурная организация всех имеющихся у человека психических компонентов, обусловленная данной ситуацией и предвидением результатов действий, их оценкой с позиций личностных ориентаций и установок, целей и мотивов всей деятельности [1].

 Психологические состояния многомерны, они выступают и как система организации психических процессов, всей деятельности человека в каждый конкретный момент времени, и как отношения человека. В них всегда представлена оценка ситуации и потребности человека. Существует представление о состояниях как о фоне, на котором протекает психическая и практическая деятельность человека.

 Рассмотрим психологические особенности подростков.

 Подростковый период - период завершения детства, вырастания из него, переходный от детства к взрослости. Обычно он соотносится с хронологическим возрастом с 10--11 до 14--15 лет. Подростковый период – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой этап становления личности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку в это время складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношение к себе, к людям, к обществу. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, - это самопознание, самовыражение, самоутверждение [1].

 Из – за интенсивного умственного, физического, нравственного, духовного развития социализация подростка проходит проблематично.

 На процесс социализации подростков оказывают влияние многие факторы, но главными из них являются, во – первых, семья – это маленькая кладовая, в которой формируются и умения, и навыки и развиваются способности и индивидуальные особенности подростка, во – вторых, особенности взаимодействия со сверстниками.

 1. Общение является для подростков очень важным информационным каналом;

 2. Общение - специфический вид межличностных отношений, он формирует у подростка навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права;

 3. Общение - специфический вид эмоционального контакта. Дает чувство солидарности, эмоционального благополучия, самоуважения. считают, что общение включает 2 противоречивых потребности: потребность в принадлежности к группе и в обособленности (появляется свой внутренний мир, подросток испытывает потребность остаться наедине с собой).

 4. Учебная деятельность и познавательное развитие подростков в интеллектуальной сфере происходят качественные изменения: продолжает развиваться теоретическое и рефлексивное мышление.

 5. Особенности личности подростков

 1) Центральное новообразование подростничества - "чувство взрослости"- отношение подростка к себе как к взрослому. Это выражается в желании, чтобы все - и взрослые, и сверстники - относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому.

 2) Развитие самосознания (формирование "Я-концепции" система внутренне согласованных представлений о себе, образов "Я".

 3) Критичность мышления, склонность к рефлексии, формирование самоанализа.

 4) Трудности роста, половое созревание, сексуальные переживания, интерес к противоположному полу.

 5) Повышенная возбудимость, частая смена настроений, неуравновешенность.

 6) Заметное развитие волевых качеств.

 7) Потребность в самоутверждении, в деятельности, имеющий личностный смысл.

 В современной культуре одной из форм стихийной социализации является Интернет, который становится притягательным средством ухода от реальности. Этому способствуют ряд факторов:

- доступность анонимных социальных интеракций;

- возможность реализации представлений, фантазий с обратной связью;

- чрезвычайно широкие возможности поиска нового собеседника, удовлетворяющего практически любым критериям;

- неограниченный доступ к информации.

 Рассмотрим положительные и отрицательные стороны использования компьютера.

 Положительные стороны использования компьютера

 Компьютер хорош тем, что дает доступ к информации в Интернете и позволяют использовать различные программы. Можно выделить следующие положительные моменты использования данного устройства:

1. **Развитие мелкой моторики.**Работа на устройствах с джойстиком, кнопками позволяют разрабатывать пальчики и тренировать мелкую моторику. А слежение за движением компьютерной мыши на экране позволяет тренировать внимание малыша.
2. **Обучение школьников.**Происходит с помощью специальных обучающих программ и игр, использующих зрительные образы и активные формы работы самого ребенка. Очень хороши игры, в которых ребенку предлагается проблемная ситуация и требуется найти ее разрешение, анализируя исходные данные, занимаясь поисковой и исследовательской активностью. Например, это могут быть игры с построением букв из линий, соотнесением понятий с изображениями и т.д.
3. **Доступ прямо из дома к большому количеству полезной информации.** В Интернете школьники могут прочитать последние новости, найти тексты книг, отыскать интересную информацию о великом открытии, путешественнике, историческом событии и пр. Преимущество Интернета перед библиотекой -мгновенное поступление новой информации.
4. **Формирование у школьников навыка поиска и фильтрации информации.**Наиболее активно данное умение формируется в подростковом возрасте. Обилие различных информационных сайтов ставит школьника перед необходимостью анализировать все получаемые сведения и отбирать из них достоверные. Помимо навыков поиска и фильтрации информации это развивает также способность к критическому мышлению.
5. **Связь с одноклассниками и учителями.**Очень хороши специальные блоги и группы в соцсетях, создаваемые для учеников определенного класса. Здесь учитель и ученики могут обмениваться информацией и новостями, дискутировать по спорным вопросам, обсуждать прочитанные произведения, совместно работать над проектами и др.

 Использование компьютера имеет много плюсов, однако имеются и минусы.

 **Отрицательные стороны использования компьютера**

 Частое и ненормированное использование компьютера может привести к ряду негативных последствий:

1. **Проблемы со здоровьем.**Частое сидение за компьютером может привести к покраснению и сухости глаз, ухудшению зрения, нарушению осанки, проблемам с мышцами (от их длительной неподвижности), кислородному голоданию мозга (в результате сдавливания сосудов и отсутствия свежего воздуха), расстройствам сна.
2. **Психологические проблемы.**Дети, с раннего возраста много пользующиеся компьютер и мало времени проводящие со сверстниками, могут иметь проблемы с социальной адаптацией. Им трудно общаться с людьми, находить с ними общий язык, они робки и застенчивы, мало знают о жизни за пределами компьютера и часто теряются в реальных жизненных ситуациях.
3. **Зависимость.**Это самое серьезное последствие от использования компьютера. Оно формируется под влиянием многих аспектов (частое использование устройства, отсутствие других интересов в жизни, проблемы личного характера и т.д.) и имеет целый ряд симптомов [7].

 Рассмотрим какое влияние на психологическое состояние оказывает компьютер.

 Как было выявлено ранее, психологическое состояние - конкретная структурная организация всех имеющихся у человека психических компонентов. Рассмотрим психические процессы человека. Психические процессы — это все формы психической активности, которые дают человеку сведения об окружающем мире на разных уровнях, а также организуют полученные знания таким образом, чтобы их можно было сохранить и воспроизвести. Это все каналы общения человека с миром: ощущения, речь, память, эмоции [2].

 Таблица 6 Виды психических процессов и их характеристика

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды психических процессов** | **С каким психическим явлением связаны** | **Примеры** |
| Познавательные психологические процессы | Связаны с восприятием и переработкой информации | Ощущение, возприятие, представление, внимание, речь, мышление |
| Эмоциональные психологические процессы | Связаны с отношением человека к себе и окружающему миру | Эмоции, чувства, настроение, аффекты, переживания |
| Волевые психологические процессы | Связаны с направленностью деятельности человека, с определением его целей, принятием решений и преодолением препятствий | Волевой акт, принятие решения, напряжение воли. |

 Рассмотрим как влияет использование компьютера на психические процессы подростка.

 Легкий доступ к информации вытесняет самостоятельную выработку новых знаний, определенные опасения вызывает угасание эмоций в традиционном общении, происходящим под прямым или косвенным влиянием информационных технологий. Вместе с тем далеко не все прогнозы об отмирании различных форм и видов традиционной деятельности реализуются в действительности. Применительно к познавательной деятельности можно отметить, что прогнозировавшиеся отмирание библиотек и утрата интереса к использованию печатных справочников не происходит. Применительно к коммуникационной деятельности было доказано, что информатизация не только не приводит к сужению сферы общения, а, напротив, способствует развитию и расширению связей между людьми за счет расширения круга потенциальных коммуникативных партнеров, развития опыта социальных контактов (деловых и личностных), нахождения новых оснований и причин для вступления в общение [4].

Возникающая при работе с компьютером возможность ухода от трудностей и проблем окружающих человека действительности в заманчивый мир «компьютерных груз в киберпространстве», в виртуальную реальность, может стимулировать явление аутизации пользователей ИТ. Наиболее уязвимыми к негативным влияниям такого рода являются подростки. На опасность развития детского аутизма указывается в информационном письме, подписанным зам министра образования РФ А.Г. Асмоловым (Мин. образ. РФ, №42/3 от 12.09.95 «Об информационной культуре в семейном образовании»), в котором отмечается, что ставшие доступными информационные технологии способствуют уходу детей и подростков от действительности, т.е. аутизации. В силу этого, в данном письме формулируются необходимые действия в рамках программы борьбы с аутизацией. К аутизации могут привести компьютерные игры, а также поглощенность детей разнообразными видами опосредованной ИТ деятельности (прежде всего, собственно программированием). Замена реального опыта практических действий символизацией, оперированием знаковыми моделями, мешает полноценному психическому развитию. В то же время не следует рассматривать аутизацию как неизбежное следствие информатизации различных областей человеческой деятельности.

Одной из важнейших проблем, появившихся в последние годы при работе с компьютером является Интернет-зависимость. По сравнению с широко известными алкогольной или наркотической зависимостями компьютерная зависимость многим кажется менее опасной. Но в то же время это также болезненное явление, которое может привести к серьезным психическим расстройствам, если не принимать своевременно лечебных и психокоррекционных действий. Обследования подростков показали, что около 30% из них увлекаются компьютерными играми, злоупотребляют пребыванием в кибернетическом пространстве и 10% пребывают в состоянии психологической зависимости от компьютера. Такие исследования выявили: для того чтобы ребенок попал в компьютерную зависимость нужно чтобы он в среднем от пол года до года постоянно игрался компьютерными играми от 4 до 12 часов в сутки. Также доказано, что дети с повышенной тревожностью, эмоциональные, неуравновешенные быстрее попадают в компьютерную зависимость [3].

 Таким образом, можно сделать вывод о том что, тезис об исключительно негативном влиянии компьютера на психику несостоятелен. Постоянная работа с компьютером способствует как приобретению новых навыков , так и угасанию уже сформированных , может способствовать либо появлению новых проблем (Интернет-зависимость, игровая зависимость) либо решению существующих (к примеру, использование Интернет-технологий, позволяет решить  проблему общения для детей с ограниченными физическими способностями), что говорит о необходимости дальнейшего изучения этого вопроса.

Использованные источники

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов / Г.С. Абрамова. – Академический проект; Альма Матер, 2006 – 702 с.

2. Андреева, Г.М. Социальная психология: учеб. для вузов / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 376 с.

3. Асмолов А.Г., Цветкова Н.А., Цветков А.В. Психологическая модель Интернет-зависимости личности //Мир психологии. – 2004. - №1. – С. 179-193.

4. Бабаева Ю.Д., А.Е. Войскунский. Психологические последствия информатизации //Психологический журнал. – 1998. – Том 19. №1. С. 89-100.

5. Бурлаков И.В. Психология компьютерных игр //Прикладная психология. – 2000. - №2. – С.58-71.

6. Дородина О.В. Страх перед компьютером: природа, профилактика, преодоление //Вопросы психологии. – 1993. - №1. – С.68-78.

7. Ермолаев О.Ю. Марютина Т.М. Индивидуальность школьника и компьютеры. – М.: Знание, 1990. – 80 с. – (Новое в жизни, науке, технике. Сер. «Педагогика и психология»; №9).

8. Кречетников К.Г. Влияние информационных технологий на интеллектуальную деятельность обучающихся // http://www.auditorium.ru/v/index.php?a=vconf&c=getForm&r=thesisDesc&CounterThesis=1&id\_thesis=168&PHPSESSID=e3ff21375bd937f37

9. Логинов А.В. Использование информационных технологий для людей с ограниченными физическими возможностями //Наука. Здоров’я. Реабілітація: Матер. ІІ Міжнар. наук.-метод. конф. – Луганськ: Знання, 2004. – Вип. 2. – С. 259-264.

10. Тимофеева А. Психологическое воздействие компьютерных игр: формирование зависимости, развитие агрессивности //http://www.contentfiltering.ru/catalog.asp?ob\_no=1194

10. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований //Психологический журнал. – 1991. – Том 20. №1. – С.86-102.