

## ПЕДАГОГИКА

**Панфилова Елена Валерьевна**

преподаватель

МКС(К)ОУ «Специальная (коррекционная)

общеобразовательная школа-интернат»

г. Усть-Катав, Челябинская область

### **КОМПЬЮТЕРЫ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ: ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ**

*Аннотация: в данной статье рассматривается проблемный вопрос влияния компьютера на жизнедеятельность современных подростков. Сформулированы основные задачи наличия проблемы. Даётся развернутое описание научно-практического исследования и проведена интерпретация полученных результатов.*

*Ключевые слова: досуговая деятельность, киберзависимость подростков, личностный выбор, здоровье, компьютер, предпочтения учащихся, трансформации пространства досуга, социальное благополучие.*

Компьютеры прочно вошли в нашу повседневную жизнь. Они кардинально поменяли мировоззрение и возможности современных людей. Но все новое, как правило, ещё плохо изучено. Поэтому часто возникает вопрос: киберзависимость болезнь или полезное увлечение? Почему современная молодежь, в частности, подростки, стали чаще предпочитать пассивный отдых (сидение за компьютером, слушанье музыки, просмотр развлекательных фильмов и т.п.), а не активный досуг, например, спорт, туризм, отдых на природе?

Актуальность темы определяется ещё и тем, что сегодняшнему молодому индивиду, трудно определить «правильные» ценностные и профессиональные ориентиры, идеалы и жизненные цели. А компьютер стал частично или полностью заменять многие активные действия людей.

В ноябре-декабре 2014 года было проведено разовое социологическое исследование, где объектом изучения выступили учащиеся 6-11 классов школ г. Усть – Катава. Предметом явилось изучение и анализ влияния компьютера на психическое и физическое здоровье современных подростков. Объем целевой выборки составил 300 человек. Исследуемый объект в целом однороден, так как все учащиеся, принявшие участие в анкетировании, примерно одного возраста и уровня развития.

Судя по цифрам, отмечается тенденция определённой части подростков города к проведению свободного времени перед компьютером, телевизором, на дискотеках, в кафе и т. п., и в некоторой степени сокращает время для самообразования, саморазвития и культурного творчества (см. табл. 1).

Таблица 1

## Предпочтения подростков в проведении свободного времени

(в % от числа ответивших)

Предпочтения студентов в проведении свободного времени	В целом по массиву	Пол респондента	
		мальчики	девочки
Слушать музыку	27,6	28,0	26,2
Смотреть телевизор	23,6	24,4	25,8
Читать книги	13,8	10,6	15,1
Ходить в кино	16,8	17,8	16,0
Посещать культурные мероприятия (спектакли, выставки, музеи) и т. п.	13,8	12,4	14,3
Смотреть домашнее видео	18,6	19,2	17,4
Играть в компьютерные игры	26,6	27,4	25,6
Заниматься спортом, туризмом	15,0	17,4	13,6
Встречаться с друзьями, подругами	19,2	18,4	20,7
Посещать развлекательные мероприятия	19,6	21,0	18,5
Посещать дискотеки	20,5	19,8	21,6
Играть в компьютерные игры через Интернет	14,7	15,9	13,0
Другое	4,5	3,4	6,0
Затрудняюсь ответить	–	–	–
Всего:	234,3	235,7	233,8

Каково же самое предпочтаемое занятие учащихся на досуге? Лидирующее место, набравшее 32% – это «работа на компьютере, игры, Интернет и т. п.», результаты высоки как среди мальчиков, так и девочек – 38% и 22,5%. Далее

следует «пассивный отдых (телевидение, домашнее видео)» – 11%. И столько же процентов у ответа «чтение» – 11%, так ответило 9% мальчиков и 19% девочек. Трети позиции занимают ответы «посещение кино» и «занятие спортом, туризмом» – так ответило 10% учеников, 12% мальчиков и 9% девочек. «Заниматься каким – либо видом искусства (музыкой, рисованием т. п.) – предпочитают 9%. Этот результат подтверждает, что культурный досуг занимает в рейтинге предпочтений подростков невысокие позиции. Ещё более низкие позиции у таких видов общественного и культурного досуга молодых людей как «участие в художественной самодеятельности» – 6%.

В нашем исследовании подтверждается и другое утверждение, что «компьютер прочно вошел в жизнь молодых людей». Сегодня многие подростки не представляют свое свободное время без этой «умной» машины, которая может заменить им и живого друга, и учителя, и даже родителя. На вопрос: «Есть ли у вас дома компьютер» – 70% учащихся отметило в анкете, что, конечно, есть. «Нет» только у 27% учащихся, и 3% подростков указали, что есть у бабушки/дедушки, родственников. Также 87% учащихся подтвердило, что, по их мнению, «они являются хорошими пользователями и уверенно чувствуют себя в Сити». В целом, данный результат выявляет большой процент респондентов, которые указывают, что хорошо умеют работать на компьютере, и чувствуют себя уверенными пользователями Сети.

Также в исследовании была определена степень личностного выбора подростков: компьютер или спорт. Результат получился не в пользу спорта и других видов активного отдыха, только 27% от всех опрошенных учащихся выбирают «спорт», а не компьютер. 60% подростков все-таки выбирают «компьютер» и 3% – затруднились ответить.

О том, что современные дети и подростки стали меньше общаться друг с другом, подтверждают многие зарубежные и российские исследования. В нашем исследовании на вопрос: «Чему вы отдастите предпочтение: компьютеру или «живому» общению с друзьями?» ответы распределились почти поровну – 40% и 45%, но перевес больше в пользу компьютера. Затруднились ответить – 7%,

«другое» указали – 8% подростков. Результат, безусловно, нацеливает на дополнительном изучении выявленной проблемы.

«Так почему современные подростки не читают книг или читают мало?» – этим вопросом задаются сейчас практически все педагоги и родители. Действительно, в нашей жизни все больше времени занимают телевизор, реклама, компьютерные игры и Интернет. А в обществе нарастает опасная тенденция падения интереса к книге. Если среднее и старшее поколение людей любят читать книги, и не только развлекательного характера, то молодёжь не ставит это времяпровождение на первое место. В данном исследовании это тоже подтверждается. Так на вопрос: «Что вас больше интересует: компьютер или чтение книг?» 76% учащихся школ указали, что «компьютер» и только 15% выбрали «чтение книг». 5% – затруднились ответить, и 1% участников анкетирования написали – «что нравится и то, и другое». Как видим, компьютер как развлекающий и информационный фактор, прочно вошел в жизнь современных подростков. Большинство молодых людей выбирают компьютер, а не чтение книг. Хорошо ли это, безусловно, покажет время. Но хочется надеяться, что полностью книги не исчезнут из нашей повседневной жизни, ведь есть и остаются люди, которые любят читать. Другой вопрос, как сделать так, чтобы дети и подростки хоть немного читали (см. рис. 1).

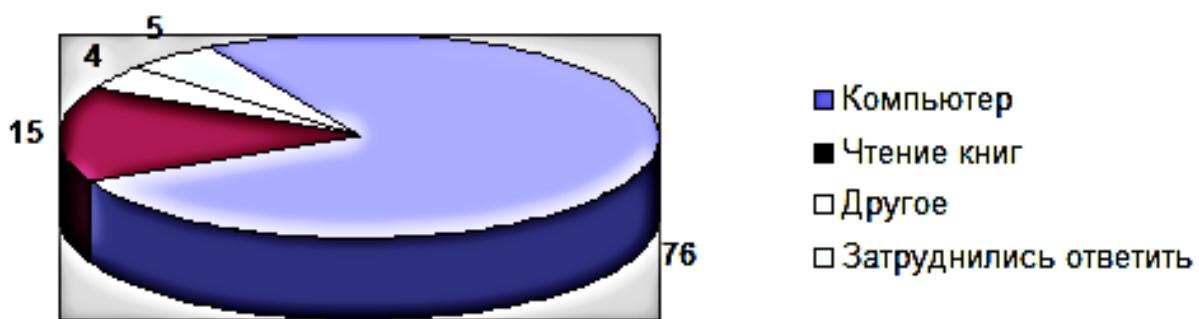


Рис. 1. Степень личностного выбора подростков: компьютер или чтение книг

Многие российские исследования показывают, что молодым респондентам Интернет необходим для организации приятного времяпрепровождения, что позволяет отнести Интернет к досуговым видам деятельности для большинства молодежи и рассматривать его в качестве одного из факторов, определяющих трансформации пространства досуга подрастающего поколения [1, с. 170].

В анкете был задан вопрос, согласны ли подростки с мнением, что Интернет сегодня постепенно вытесняет другие формы досуга молодёжи? «Полностью согласны» с таким утверждением – 26,0% респондентов. «Скорее согласны» – 24,2%, «затруднились ответить» – 5,0%, «категорично не согласны» – 18,8%, и «скорее не согласны» 26,0%. Как видим, возросший интерес к Интернету, не мешает современным подросткам соотносить в своей досуговой деятельности и другие виды занятий, что в свою очередь порождает понимание, что всемирная Сеть не всегда может заменить «живое» общение. Но отмечается и негативная тенденция, когда всё больше подростков соглашается с тем, что компьютер уже заменяет «живое» общение. Куда может привести человечество такое «понимание» молодежи в будущем? Наверно, стоит призадуматься уже сегодня...

Но полностью, роль компьютера в жизни детей и подростков отрицать нельзя, так как в обществе значительно повышается роль современных информационных технологий. Учащимся школ города в анкете был задан вопрос: какие сайты они чаще всего посещают в Интернете? При выборе нескольких вариантов ответов, на первое место подростки поставили «игры» – 29,2%, «музыка, клипы, селфи» – 20,2%, «социальные сети» – 13,6%. Далее следуют «познавательные» сайты – 10,4%, «документы, программное обеспечение» – 6,1%, «погода, новости» – 15,6%, «спорт» – 9,8%, «астрология, гадание» – 5,2% и др.

В данном исследовании интересно мнение подростков о количестве личностного времени, затраченного на учёбу, компьютерные игры и выполнение домашнего задания. Многие учащиеся считают, что на учебу они затрачивают от 3 до 5 часов, и это составило – 37%. 26% школьников считают, что на учёбу они тратят в среднем 2-3 часа, 14% – 1-2 часа, 13% – 0,5%. Небольшой процент и тех детей, которые считает, что на учёбу они затрачивают 10% своего времени. В

целом, результат показывает, что механизмы удовлетворения потребностей в сфере досуга или через него, – это те способы реализации личностных целей в структуре свободного времени, в которых молодой индивид видит необходимый итог своего досугового времяпрепровождения. То есть досуг вырабатывается на основе цели, которая определяется ресурсами (инфраструктура, материальные возможности, собственные способности и пр.)

Учащимся школы был задан вопрос: «Как вы думаете, устает ли наш организм при долгой работе за компьютером?» Большинство из подростков понимает, что долгая работа за компьютером вредит здоровью, так ответило 58%, иногда – 12% и 30% учащихся считает, что вреда нет. Как видим, не у всех ребят есть понимание о том, что долгое сидение у компьютера вредит собственному здоровью. Поэтому необходимо над этой проблемой работать как педагогам школ, так и медицинским работникам.

Другой вопрос анкеты предполагал выяснение мнения относительно выполняемой профилактической зарядки при работе за компьютером. 35% мальчиков и 40% девочек отметили, что зарядку не выполняют, 28% и 30% – отметили вариант, что выполняют; были и те учащиеся, которые выбрали ответ – иногда. И это ещё раз подтверждает, что подростки плохо разбираются в вопросах наносимого вреда от долгой работы за компьютером (см. рис. 2).

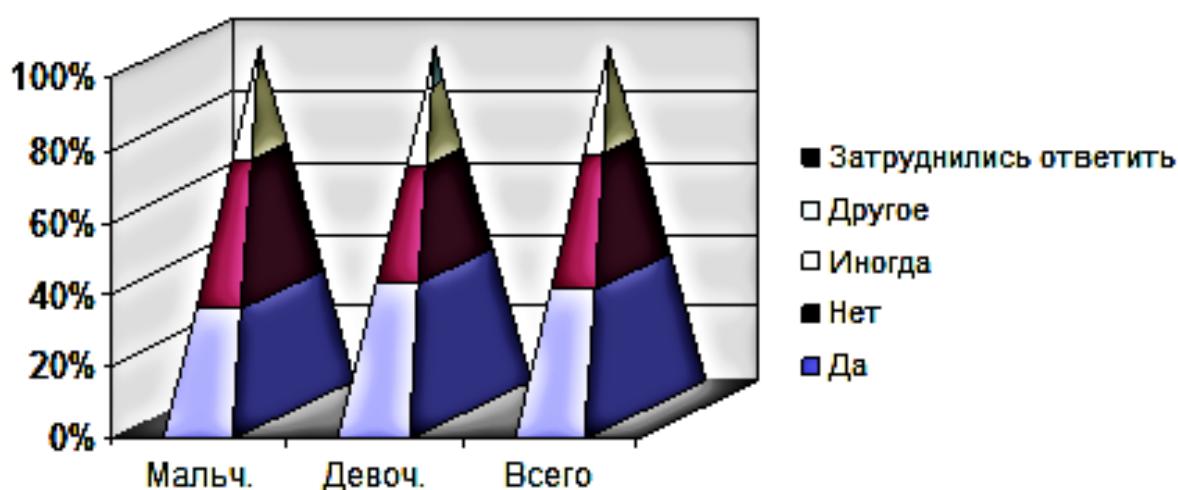


Рис. 2. Мнение подростков о необходимости выполнения  
каких-либо физических упражнений, при долгой работе за компьютером  
**Научные исследования: от теории к практике**

Знают ли учащиеся комплексы упражнений, способствующих профилактике заболеваний при работе за компьютером. Результаты показали, что большинство подростков знает такие упражнения, и этот процент высок как среди мальчиков, так и среди девочек.

Таким образом, в исследовании была выявлена интересная тенденция, когда при знании необходимости выполнения упражнений, способствующих профилактике заболеваний при работе за компьютером, (85% респондентов подтвердило это в анкете), многие подростки не спешат их выполнять (см. рис. 3).

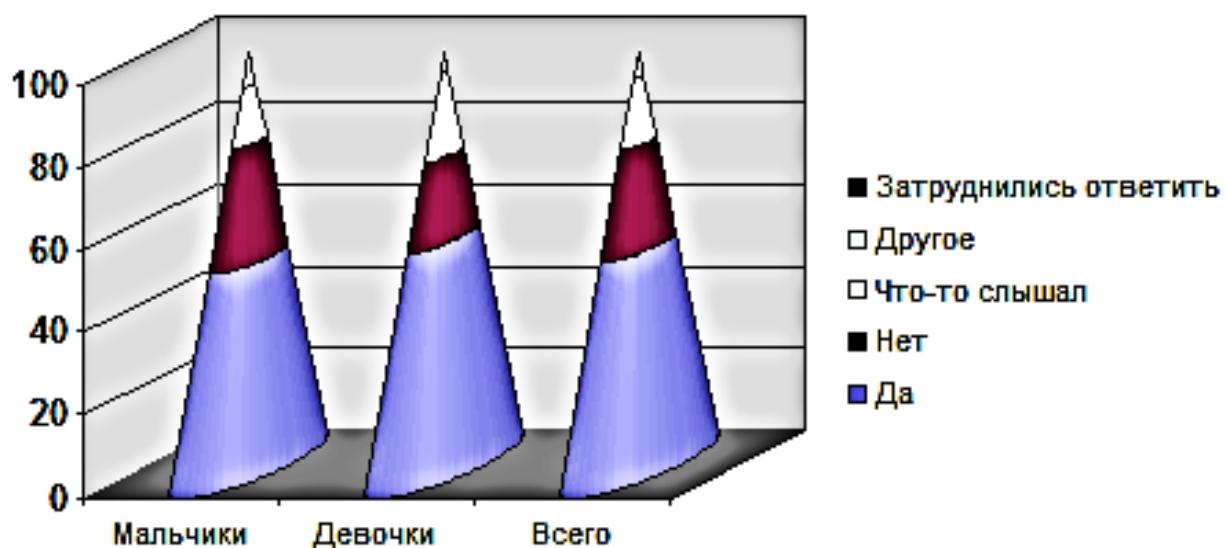


Рис. 3. Знание учащимися комплексов упражнений, способствующих профилактике заболеваний при работе за компьютером

Конечно, сегодня трудно представить современного человека, не владеющего навыками работы на компьютере, ведь компьютеризация и информатизация прочно вошла в нашу личную и общественную жизнь. Но все хорошо в меру! Компьютерные посиделки дома не должны негативно влиять на психику и здоровье современных подростков.

Рассматривая личностную оценку отношения учащихся школ к влиянию компьютера на здоровье, подросткам в анкете было задано несколько утверждений. Например, одно из них предполагало, что «Мне нравится играть в компьютерные игры». «Полностью согласны» с таким утверждением 26,7% опрошенных

учеников, «скорее согласны» – 34,5%, «скорее не согласны» – 16,8%, «категорично не согласны» – 17,2%, «затруднились ответить» – 4,8%. Этот результат показывает, что большинство подростков предпочитают играть в компьютерные игры развлекательного характера.

Было задано и другое утверждение «Родители всегда разрешают мне подолгу играть в компьютерные игры», с этим «полностью согласны» 20,8% учеников, «скорее согласны» – 35,2%, «категорично не согласны» 16,4%, и «скорее не согласны» – 22,8%. В целом, результат показывает, что не все родители уделяют должное внимание своим детям, и такая проблема тоже существует.

21% учащихся школ города «полностью согласны» с утверждением, что «Я не верю, что компьютер может нанести серьезный вред моему организму», 15,4% – «скорее согласны», 35,6% – «скорее не согласны», 28% подростков считают, что это компьютер наносит серьезный вред. Далее было утверждение: «В свободное время люблю общаться с живыми друзьями, а не через Интернет», с этим «полностью согласны» лишь 15,7% всех опрошенных респондентов, «скорее согласны» – 18%, «скорее не согласен» – 36,1%, «категорично не согласны» – 30,2%.

В исследовании выявлялась личностная степень согласия-несогласия следующего утверждения: «Компьютер занимает в моей жизни большое место». С этим выражением «полностью согласны» – 20,6% респондентов, 23% – «скорее согласны», но большинство респондентов 34,8% – «скорее не согласны» и 21,6% – «категорично не согласны» с данным утверждением (см. табл. 2).

Как видим, компьютер тесно вытесняет активный досуг многих подростков, но и представить жить современного молодого человека без компьютера в век информационных технологий, практически, уже невозможно.

Таблица 2

Личностная оценка отношения учащихся к своему здоровью и роли компьютера в их жизни

Высказывания	Полностью согласен	Скорее согласен	Скорее не согласен	Категорично не согласен	Затрудняюсь ответить	Всего
Мне нравится играть в компьютерные игры	20,8	35,2	22,8	16,4	4,8	100
Родители всегда разрешают мне по-долгу играть в компьютерные игры	26,7	34,5	16,8	17,2	4,8	100
Я не верю, что компьютер может нанести серьезный вред моему организму	29,4	38,0	24,6	8,0	—	100
Когда при работе за компьютером, устают глаза, то я всегда делаю зарядку	21,0	15,4	35,6	28,0	—	100
В свободное время люблю общаться с живыми друзьями, а не через Интернет	45,6	30,4	13,5	10,5	—	100
Без компьютера и Интернета можно обойтись	15,7	18,0	36,1	30,2	—	100
В школе у меня много друзей	33,2	35,0	16,0	7,4	8,4	100
Компьютер занимает в моей жизни большое место	20,6	23,0	34,8	21,6	—	100

Современные дети и подростки живут в динамичное время, когда меняется система самоутверждения человека в обществе, поэтому на первое место часто выходит материальный успех, иметь богатых родственников, много путешествовать, жить богато. Поэтому в исследовании выявлялось мнение респондентов, что их ориентирует в жизни и кто помогает справиться с неудачами в трудную минуту. Большинство респондентов – 30,6% все же ориентируются на родителей или других близких родственников, 23,3% – справляются с неудачами самостоятельно, 18,7% – надеются на помошь друзей, 7% – помогает отдых на природе, 8,4% – находят утешение в своих домашних животных (см. рис. 4).

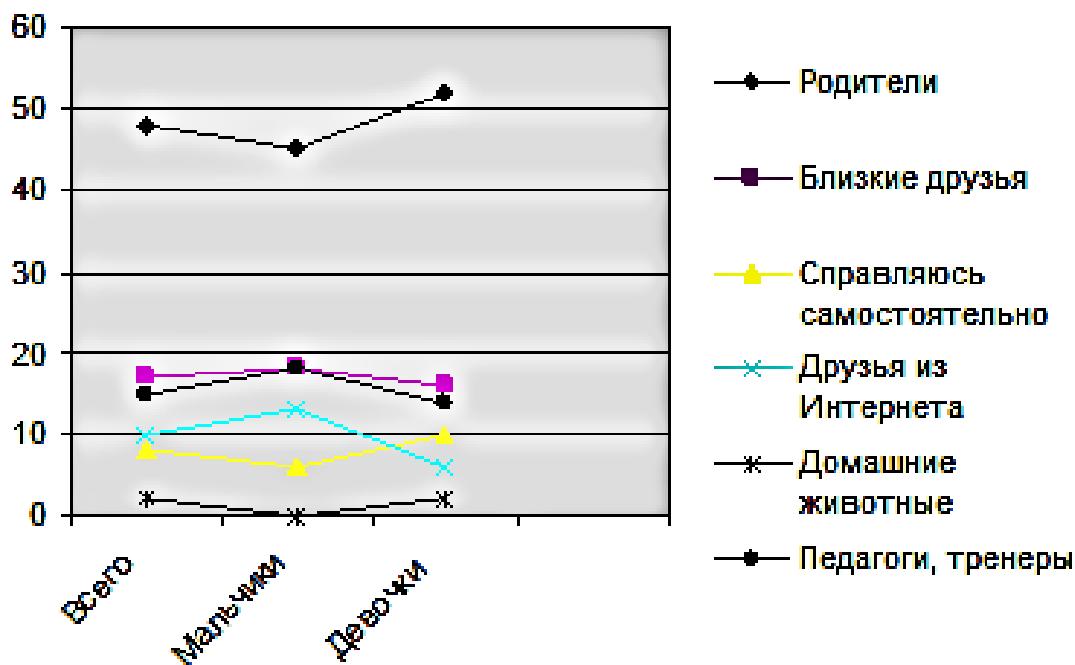


Рис. 4. Мнение подростков, кто для них является поддержкой в трудную минуту

Подводя итог, можно констатировать, что в настоящее время Интернет выступает особым социальным пространством. Он является той сферой, где трансформируются традиционные формы социальных отношений, а общение как вид досуговой занятости становится возможным не в традиционном виде непосредственной коммуникации, а приобретает черты, определяемые новым средством – Интернетом [3, с. 42]. В Сети подросток может быть таким, каким он хочет казаться, но не является на самом деле. Нельзя отрицать, что в определенной степени такие возможности содержат позитивную составляющую, но есть и очень важная негативная сторона, сильно влияющая на подростка: уход от реальности, удовлетворение своих потребностей в «другой» жизни.

К сожалению, но как видно из полученных результатов данного исследования, компьютер заменил многим подросткам школ города и чтение книг, и занятия спортом, и даже общение со сверстниками. Большинство учащихся не знают норм (правил) работы за компьютером или знают, но не выполняют их, проводя слишком много времени в Интернете. Подростки также испытывают большие

трудности в «живом» общении, и им, чаще всего, свойственна низкая самооценка в реальной жизни.

Таким образом, рассматриваемая проблема является актуальной, заставляет и нацеливает всех молодых компьютерных пользователей не только интересно и с пользой проводить свое свободное время в Интернете, но и задуматься о многих проблемах со здоровьем, которые возникают или могут возникнуть, если долго работать за компьютером. И здесь, безусловно, подросткам необходима социальная поддержка и консультативная помощь педагогов, родителей и медицинских работников.

### *Список литературы*

1. Жураковская А.Л. Влияние компьютерных технологий на здоровье пользователя // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2002. – №2. – С. 169–173.
2. Панфилова Е.В. Досуг в структуре личностных предпочтений студентов вуза: результаты исследования (на примере малого российского города) / Е.В. Панфилова // Автоматизация и информатизация в машиностроении: Тематический сб. науч. тр. №5. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2013. – С. 31–40.
3. Петров, А. В. Ценностные предпочтения молодежи: диагностика и тенденции изменений // Социологические исследования. – 2008. – №2. – С. 42–46.