

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ ПРОФИЛАКТИКИ ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У УЧАЩИХСЯ

Трафимчик Ж. И.

Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

В современном мире все более возрастающее значение приобретают телекоммуникационные и информационные технологии. Многие сферы жизни общества уже немыслимы без участия подобных систем, а в некоторых отраслях экономики и управления они уже играют определяющую роль. Безусловно, молодое поколение должно стремиться к освоению новых технологий, и, прежде всего, компьютерных. Однако в наши дни высокие технологии, приобретающие все большее значение для развития современной цивилизации, могут быть использованы не только в целях развития личности.

Повышение агрессивности информационной среды вызвало необходимость формирования системы мер по первичной профилактике, обеспечивающих устойчивость к воздействию технологий манипулирования сознанием не только у учащихся, но и у их родителей и педагогов. Таким образом, актуальность проблемы раннего предупреждения развития компьютерной и игровой зависимости среди несовершеннолетних связана с обучением навыкам владения персональным компьютером с приоритетом позитивного воздействия, как на саму личность несовершеннолетнего, так и на основные сферы, в которых реализуется его жизнедеятельность: семью, образование, досуг, микросоциальное окружение.

Цель

Представить стратегию первичной профилактики игровой компьютерной зависимости (ИКЗ) среди несовершеннолетних.

Теоретико-методологическая часть

Стратегия первичной профилактики компьютерной и игровой зависимости среди несовершеннолетних предусматривает последовательность специальных профилактических мероприятий, которые способны обеспечить необходимую психологическую поддержку ребенку. Они направлены на формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у детей и подростков социально-нормативного жизненного стиля с доминированием здорового образа жизни, действенной установки на грамотное и ответственное умение пользоваться мультимедийными средствами [1, 2].

Одной из наиболее эффективных стратегий может стать стратегия сдерживания. Представители данной стратегии отмечают, что традиционный проблемно-ориентированный подход с акцентом на отрицательных последствиях компьютерной и игровой зависимости не обеспечивают достижения поставленных целей. Проблема предупреждения данного вида зависимости только на основе негативно ориентированной профилактики не может быть решена, так как такой подход не устраняет причины, порождающие психологическую и личностную деградацию детей и подростков, что в свою очередь вновь и вновь побуждает их возвращаться в мир виртуального общения.

Поэтому стратегическим приоритетом данной первичной профилактики следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал психологического здоровья, освоение и раскрытие ресурсов психики и личности, поддержку ребенка, помощь ему в самореализации его собственного жизненного предназначения.

Таким образом, профилактические мероприятия по предупреждению игровой компьютерной зависимости должны быть ориентированы как на внешние, так и на внутренние условия данной профилактики.

Внешние условия профилактики ИКЗ:

- организация жизненного пространства учащегося, направленная на продуктивное развитие личности;
- наличие значимого взрослого;
- психолого-педагогическое сопровождение;
- творческая или инновационная деятельность;
- включение в общественную жизнь;
- формирование антиаддиктивных установок в учебном и воспитательном процессе учреждения.

Внутренние условия профилактики:

- осознание себя как целостной, активной и жизнеспособной личности;
- установка на здоровый образ жизни;
- активизация личностных ресурсов;
- организация процесса самовоспитания;
- возможность организовать деятельность, альтернативную компьютерной.

Основные направления профилактики:

- просвещение;
- организация социального партнерства;
- социокультурное проектирование;
- образовательная деятельность;
- организационно-управленческая деятельность;
- психологическая помощь и поддержка;
- волонтерская деятельность;
- индивидуальная консультационная и коррекционная работа.

Формы профилактики:

1. Организация социальной среды, ориентированной на профилактику ИКЗ на всех уровнях: от макросоциума (общественного мнения, средств массовой информации) до микросоциума — семьи, окружения.

Программа первичной профилактики должна опираться на долгосрочную социально значимую политику, направленную на формирование в обществе соответствующего отношения к проблеме возникновения нехимических зависимостей и аддиктивного поведения среди несовершеннолетних. При внедрении системы первичной профилактики компьютерной и игровой зависимости необходимы:

- поддержка научных исследований в области профилактики и коррекции игровой компьютерной зависимости среди несовершеннолетних;
- реализация пропагандистско-информационной компании, ориентированной на детей, подростков, образовательную среду, семью;
- подключение к этой деятельности общественных движений, организаций заинтересованных в осуществлении мероприятий по профилактике компьютерной и игровой зависимости;
- включение в программу первичной профилактики системы мониторинга не только распространенности, но и эффективности действия системы первичной профилактики игровой компьютерной зависимости на каждом этапе её становления и функционирования.

2. Информирование — повышение осведомленности учащихся, родителей и педагогов о различных видах зависимостей и их опасностях с использованием тактик формирования позитивной мотивации, эффекта запугивания, честности, таких стратегий как равный обучает равного, ситуации диалога, исследовательского компонента.

3. Активное социальное обучение социально-важным навыкам: тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию; тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения; тренинг формирования жизненных навыков.

4. Организация деятельности, альтернативной аддиктивному поведению. Альтернативными формами активности признаны: познание (путешествия), испытание себя (походы в горы, спорт с риском), значимое общение, любовь, творчество, деятельность (в том числе профессиональная, религиозно-духовная благотворительная).

В реальных условиях ребенок должен испытывать разумный риск и азарт. Психологи и педагоги настойчиво рекомендуют учащимся заниматься в различных кружках, спортивных секциях, творческих коллективах. Это дает возможность ребенку пополнить круг своих интересов, апробировать и проявить желаемые социальные качества, расширить круг общения со сверстниками.

С другой стороны, если не срабатывает вышеописанное альтернативное предложение можно воспользоваться позитивными возможностями компьютера — предложить ребенку овладеть программированием, веб-дизайном, заняться компьютерной графикой, анимацией. При этом важна помощь заинтересованного взрослого в организации совместной творческой деятельности с ребенком, необходимо отдавать предпочтение развивающим играм и программам. Так, например, существует множество различных программ, способствующих развитию у детей алгоритмического мышления. При проведении регулярных развивающих занятий создаются благоприятные условия для формирования такого ценного качества как алгоритмическое мышление, самостоятельность, проявляющаяся в активном и инициативном поиске решения задач, в глубоком и всестороннем анализе их условий, в критическом обсуждении и обосновании путей решения, в предварительном планировании и проигрывании разных вариантов осуществления решения.

Выводы

Таким образом, вопрос о первичной профилактике игровой компьютерной зависимости является на сегодняшний день актуальным и приоритетным направлением в деятельности педагогов, психологов и родителей. Новый взгляд на обеспечение эффективной профилактики строится на нахождении альтернативных путей организации компьютерной деятельности в целях развития потенциала личности с учетом ее индивидуальных особенностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Трафимчик, Ж. И.* Психологическое обеспечение диагностики, профилактики и коррекции игровой компьютерной зависимости у подростков / Ж. И. Трафимчик // Адукацыя і выхаванне. — 2018. — № 3, Ч. 1. — С. 43–47.
2. *Трафимчик, Ж. И.* Психологическое обеспечение диагностики, профилактики и коррекции игровой компьютерной зависимости у подростков / Ж. И. Трафимчик // Адукацыя і выхаванне. — 2018. — № 4, Ч. 2. — С. 64–69.

УДК 316.612

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В ИССЛЕДОВАНИИ Я-КОНЦЕПЦИИ ЛИЧНОСТИ КАК СИСТЕМЫ УСТОЙЧИВЫХ ОБРАЗОВ Я

Трафимчик Ж. И.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

В процессе совместной деятельности, общения и социального взаимодействия с другими людьми с помощью различных форм непосредственного (самоощущение, самочувствие) и чувственного (ощущение, восприятие, эмоции, память, воображение, мышление) самоотражения и знания происходит осознание человеком индивидуального опыта. И, как следствие, формирование самосознания личности как осознанного отношения человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям, способствующего познанию себя как личности (самопознание), оцениванию своей индивидуальности (самооценка) и регуляции собственной сознательной деятельности (саморегуляция). Результатом осознания и познания человеком самого себя выступает система представлений личности о себе или Я-концепция.

Я-концепция — это целостное, многоуровневое и многокомпонентное образование, включающее относительно устойчивую, в большей или меньшей степени осознанную, переживаемую как неповторимую систему представлений индивида о самом себе, на основании которой он строит свои взаимодействия с другими людьми и относится к самому себе. Это