

# ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ, 2013 ГОД

## Методика и педагогическая практика

*Мелехова Ирина Станиславовна*

*Государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального образования Архангельской области*

*«Котласский электромеханический техникум»*

*г. Котлас*

### ПРОБЛЕМЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Цель: привлечение внимания родителей к проблеме компьютерной игровой зависимости.

Задачи:

- познакомить с положительными и отрицательными моментами игр на компьютере.

-сообщить о новых программах родительского контроля.

-разработать совместно с родителями альтернативу компьютерной игре.

Слайд 1

За всю историю человечества не было еще такого времени, когда люди бы не страдали от каких-нибудь зависимостей. Пристраститься к чему-то не сильно полезному — дело нехитрое. Куда сложнее потом отказаться от вредоносной привычки. Есть и еще один немаловажный момент: даже совсем невинное на первый взгляд увлечение может стать губительным для организма, если не знать меры. За примерами далеко ходить не надо. Телевизор, компьютерные игры и, разумеется, интернет. Врачей, ученых, да и простых



пользователей проблема глобальной интернетизации заботит уже не первый год. С одной стороны, это замечательно: расширяется круг общения, стираются расовые границы, повышается общий уровень образованности человечества. С другой — налицо негативные последствия: число людей с красными глазами, трясущимися руками и разговаривающих на непонятном простому смертному языке неуклонно растет.

В наше время, когда виртуальное общение заменило живое, когда телефон и игры занимают почти все свободное время наших детей самое время напомнить родителям об угрозе, которой подвергаются, как дети, так и родители.

Каковы же причины увлечения компьютерными играми?

Привлекает придуманный мир, более яркий, простой и выразительный. Ошибки всегда можно исправить, перезагрузив комп. Все происходит по желанию подростка («Я – властелин»). Компьютер – партнер по общению. Ребёнок не приучен к труду, к умению видеть работу и выполнять её. Ребёнка не приучили к сотрудничеству. Ребёнок, лишённый родительского внимания. Неуверенность в себе ребёнка, низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих. Но игровая зависимость, о которой мы так наслышаны, — еще "цветочки" по сравнению с угрозами Интернета.

Информация к размышлению

слайд 2

Согласно исследованиям, проведенным в Украине, 27 % детей в возрасте от 6 до 17 лет подтвердили, что с ними контактировали незнакомцы в Интернете. Но самое неприятное — это то, что треть из них охотно пошла на контакт (выслали фотографию, информацию о семье). Настораживает тот факт, что только 57 % наших родителей интересуются, какие сайты посещают их



дети. Данные зарубежных исследователей еще более пугающие: 9 из 10 детей в возрасте от 8 до 16 лет, активно пользующихся Интернетом, наталкивались на порнографию онлайн. И около 50 % из них хотя бы однажды подвергались сексуальному домогательству. К сожалению, на просторах Интернета ребенок не только общается со сверстниками или находит полезную информацию. Здесь его также могут оскорблять или запугивать. А еще появился такой вид мошенничества, как фишинг, направленный на хищение личных данных (например, сведений о банковском счете, номере кредитной карточки или паролей). И ребенок для преступников — главный объект.

Исследователи из чикагского института физиологии человека опубликовали результаты весьма интересного исследования. Трудники мозгового фронта классифицировали разные виды сетевой зависимости и выделили основные признаки, по которым можно отличить пользователя, страдающего той или иной формой интернетомании.

### Слайд 3

Форма первая — зависимость от общения в онлайн. Человек, который не мыслит себя вне интернет-чатов, форумов и конференций. Глаза красные, навывкате. Движения суетливы и неточны. Если у такого интернет-наркомана нет возможности выбраться в Сеть, он впадает в затяжную депрессию, причину которой иногда сам не осознает.

В повседневной жизни такой пользователь вял, неуверен в себе, застенчив в общении с противоположным полом. Зато в интернете — герой из героев. В целом безвреден, неудобства он причиняет только близким, которые озабочены поведением несчастного, и врачам, к которым он может попасть после долгой отлучки от интернета.



Форма вторая — зависимость от онлайн-игр. Пресытившись сражениями с виртуальными противниками, он лезет в многопользовательские проекты, надеясь получить там массу новых впечатлений. И получает.

Поначалу все идет хорошо, но если товарищ не знает меры, через некоторое время граница между виртуальностью и реальностью начинает для него стираться. Такой «наркоман» тощ, апатичен, на большинство вопросов отвечает односложно, зато часами готов болтать о необходимости затариться новым армором (броней) в какой-нибудь онлайн-ролевке и о сложности прохождения очередной локации с высокоуровневыми монстрами. Отдельно взятый онлайн-«наркоман» жалок, беспомощен и совершенно неприспособлен к окружающей действительности. Рохля рохлей. Но с гонором!

### Заппинг

Бывало, сядет человек за телевизор, схватит жадными ручонками пульт дистанционного управления — и давай давить на кнопки разных каналов. Давит так, остановиться не может. Ни на одной программе дольше, чем на минуту не задерживается. Час, два, три... Психиатрам этот феномен давно известен. Называется сей недуг заппинг. Лечится по-разному: иногда резким отлучением пациента от телевизора, реже — ударными дозами просмотра телепередач на протяжении 20—24 часов кряду.

У интернетчиков этот недуг тоже встречается. Название ему пока не придумали, но смысл не сильно отличается. Пользователя непреодолимо тянет набивать в командной строке браузера названия все новых и новых сайтов. Ни на одном из веб-ресурсов юзер не задерживается. В данном случае даже не совсем правильно говорить об интернет-зависимости. Заппинг — заболевание. Проявляться может в самых разных областях, так что интернет тут совсем не при чем. Сеть — всего лишь еще одна среда, в которой проявляет себя неустойчивая психика. Не было бы интернета или телевизора, потенциальный

заппер заиклился бы на чем-то еще. В подавляющем большинстве случаев трезво мыслящий человек может излечиться от недуга, просто осознав, что он от него страдает. И только в совсем уж запущенных случаях требуется общение с психиатром или психотерапевтом.

Форма третья — пристрастие к виртуальному сексу. Весьма пикантная форма интернетофилии. Казалось бы, гуляй по улице, в зависимости от возраста дергай девчонок за косички, ХХХ-наркоману подавай сублимированную форму «клубнички». Живое общение его уже не устраивает.

Четвертая форма зависимости. У нас в России пока еще не очень распространена, но на Западе людей, помешанных на покупках в виртуальных магазинах, уже миллионы. Дня не могут прожить, чтобы какую-нибудь безделушку себе через Сеть не заказать.

Форма пятая — тяга к получению информации. Человечество всегда хотело обладать максимумом знаний. Хорошо это или плохо? Ученые однозначно ответить не могут. Поэтому отвечают по-разному. То есть, с одной стороны, хорошо — ты узнаешь много нового, можешь использовать это в своих корыстных целях и на благо развития цивилизации. С другой стороны — если информационная лихорадка начинает колотить тебя со страшной силой, то ничего хорошего уже нет. Ты, как бы это помягче выразиться, «хаваешь» информацию тоннами. Все силы на это уходят. Времени на использование полученных знаний не остается. И зачем тогда, спрашивается, узнавал?

А может, просто взять и запретить компьютер вообще? Но запретный плод, как известно, сладок — и поверьте, ваше чадо обязательно найдет способ побывать в Сети (от приятеля или из интернет-кафе). Кроме того, по мере взросления ребенку понадобится все больше учебной информации, которую сейчас также черпают из Интернета. Поэтому выход один — нужно сформировать у детей правильное отношение к возможностям компьютера,



донести им всю степень опасности и убедить следовать этим простым правилам, которые помогут сделать детское общение в Интернете более безопасным.

#### Слайд 4

Конечно, для осуществления родительского контроля важно применять и различное программное обеспечение. Установите любую из программ в зависимости от операционной системы вашего компьютера — это поможет отфильтровать вредоносное содержимое; выяснить, какие сайты посещает ваш ребенок; установить временные рамки использования компьютера (или Интернета); блокировать нежелательные действия пользователя в Сети.

Самыми популярными программами родительского контроля являются:

#### слайд 5

"Дополнительная безопасность" в Windows 7 — обеспечит сохранность личных данных от всех возможных угроз;

"Семейная безопасность" в Windows Live — поможет уследить за контактами и интересами вашего ребенка даже с другого компьютера;

"Родительский контроль" в Windows Vista — с ее помощью вы можете определить время, когда ребенок может зайти в систему, а также с помощью фильтра установить запрет или к отдельным играм, узлам, программам.

"Родительский контроль" в Kaspersky Cristal — помимо антивирусной программы, она позволяет следить за тем, по каким сайтам ходит ребенок, и ограничивать посещение "неудобных". Кроме того, программа поможет вам сохранить личную информацию (семейные фото, пароли, файлы) от вторжения и хищения.



Компьютер - это проблемы, проблемы со здоровьем, проблемы с психикой.

#### Слайд 6

Нагрузка на зрение, заболевания суставов кистей рук, остеохондроз, затруднённое дыхание,

психическая нагрузка и переутомление, компьютерная зависимость, психологическая зависимость от Интернета (сетеголизм), психологическая зависимость от компьютерных игр (кибераддикция).

Но надо помнить еще о положительной стороне знаний компьютерных технологий.

#### Слайд 7

Компьютерные игры развивают: память и внимание, логическое мышление; быстроту реакции, мелкую моторику рук, визуальное восприятие объектов, зрительно-моторную координацию

Компьютерные игры учат: классифицировать и обобщать, аналитически мыслить в нестандартной ситуации. Компьютерные игры учат: добиваться своей цели, совершенствовать интеллектуальные навыки

Основные симптомы игровой зависимости

#### Слайд 8

Во всём должна быть мера, поэтому я сейчас вам предлагаю объединиться в группы и подумать: 1) как сохранить здоровье своего ребенка,

2) как уберечь от посещения запретных сайтов,

3) как родители могут отвлечь от компьютерной зависимости?



( Обсуждение в группах)

Ну а теперь подведем итоги ваших совместных действий, и сделаем выводы.

( Каждая группа озвучивает свои предложения).

Результаты на слайдах 9 и 10.

Рефлексия. Данная тема была интересна для вас? Что нового узнали из этого занятия? Какие выводы для себя сделали?

Спасибо за внимание! Будьте здоровы!

*Используемые ресурсы:*

allWomens , Дети «Психология и развитие » Проблема компьютерной игровой зависимости у детей

Алексей Макаренко, Журнал "Игромания" №7 (106) 2006

