

4. Муковіз О.П. Вимоги до вчителя початкової школи у процесі дистанційного навчання / О.П. Муковіз // Збірник наукових праць «Педагогічна освіта: теорія і практика». – Кам'янець-Подільський: ПП Зволейко Д.Г., 2014. – Випуск 16. – С. 320 – 325.
5. Шукевич Б. Шляхи поповнення терміносистеми з дистанційного навчання / Б. Шукевич // Українська термінологія і сучасність: Зб. наук. праць. Вип VI / Відп. ред. Л.О. Симоненко. – Київ.: КНЕУ, 2005. – С. 437-440.

The article analyzes the current requirements for elementary school teacher, his personality, professional skills and training. A set of requirements that form the basis of willingness to elementary school teachers to use distance learning technologies and to be implemented in the process of lifelong learning has been highlighted. We consider the claim that an important means of HIT training a computer. In modern school it is used as an object of study as a teaching tool, as a part of control system of public education, as a part of the research methodology.

Using computer in teaching promotes interest and general learning motivation through new forms of work and involvement in the priority direction of scientific and technological progress; activation of learning through the use of attractive and rapidly changing the presentation, the desire to get a higher grade; individualization of learning – everyone works in the regime that satisfies him; expansion of information and test «repertoires» student access to «information bank» opportunities quickly obtain the necessary data sufficient; objectivity inspection and assessment of knowledge and skills of students.

The introduction of new technologies is an objective process of evolution education, but none of them can be considered universal because modern pedagogical reality cannot be monotehnologi. Therefore, it is important that each teacher created its own technology educational activities.

Keywords: distance learning, IT training, continuous education of primary school teachers.

УДК: 316.663.5

Моцик Р.В.

Motsyk R.

ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

INTERNET-DEPENDENCE AND ITS INFLUENCE ON A MODERN MAN'S EDUCATION

У статті розглянуть вплив Інтернету на виховання сучасної людини. Виокремлено причини явища і симптоми Інтернет-залежності та проаналізовано їх вплив на виховання молодого покоління.

Доповнено визначення поняття «Інтернет залежність» як психічний розлад, нав'язливе бажання підключитися до Інтернету і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету. У 2008 році вона була визнана офіційною хворобою. Визначення захворювання і його діагностичні критерії були розроблені співробітниками Пекінського центрального військового госпіталю за матеріалами 1300 «проблемних» користувачів Інтернету.

Описано, що багато людей почали використовувати всесвітню мережу не тільки для роботи чи пошуку інформацію, а як засіб життя. З'явилися чати, сайти знайомств. Люди сидять днями і ночами, переписуються, грають, можуть навіть один одного бачити. Відповідно до нових діагностичних рекомендацій, інтернет-залежною визнається людина, яка проводить у мережі не менше шістьох годин на день і у якої спостерігався щонайменше один з симптомів залежності впродовж попередніх трьох місяців. За статистикою, 54% користувачів у віці від 13 до 23 років проводять в Інтернеті щоденно від 1 до 3 годин, ще 31% сидить у Мережі по 4-6 годин. Існує

категорія людей, яка живе віртуальним життям по 10 годин на добу і більше. Більше 45% всіх опитаних заявили, що без персонального комп'ютера і підключення до Інтернету вони не змогли б жити. Це більше, ніж для будь-якого іншого медіа-пристрою (28% молодих людей не можуть жити без мобільного телефону, 11% – без телевізора).

Ключові слова: комп'ютерна залежність, ігрова залежність, учні, соціальна мережа, інтернет спілкування.

Багато людей почали використовувати всесвітню мережу не тільки для роботи чи пошуку інформації, а як засіб життя. З'явилися чати, сайти знайомств. Люди сидять днями і ночами переписуються, граються в ігри, можуть навіть один одного бачити. Відповідно до нових діагностичних рекомендацій, інтернет-залежною визнається людина, яка проводить у мережі не менше шістьох годин на день і у якої спостерігався щонайменше один з симптомів залежності впродовж попередніх трьох місяців. За статистикою, 54% користувачів у віці від 13 до 23 років проводять в Інтернеті щоденно від 1 до 3 годин, ще 31% сидить в Мережі по 4-6 годин. Існує категорія людей, яка живе віртуальним життям по 10 годин на добу і більше. Більше 45% всіх опитаних заявили, що без персонального комп'ютера і підключення до Інтернету вони не змогли б жити. Це більше, ніж для будь-якого іншого медіа-пристрою (28% молодих людей не можуть жити без мобільного телефону, 11% – без телевізора).

За всю історію людства не було ще такого часу, коли люди б не страждали від яких-небудь залежностей. Комп'ютерна залежність розвивається швидше, ніж алкоголізм. Достатньо півтора року. Скільки дітей в Україні вже догралося до стану «ігроголіка», ніхто не підраховував. Але що їх багато – вже факт. Діти, які майже весь вільний час проводять в Інтернеті – реальність сьогоdnішнього дня. Наслідки для молодого організму регулярного багатогодинного сидіння у віртуальному світі, перенасиченому випромінюваннями від комп'ютерів, планшетів, смартфонів, «довгограючі» виявляються пізніше. Наприклад, у безплідді – і жіночому, і чоловічому. А ще втрата зору, дратівливість, підвищена збудливість і стомлюваність, порушення сну або, навпаки, сонливість [4].

Метою нашої статті розглянути явище та симптоми Інтернет-залежності та проаналізувати її вплив на виховання сучасної молоді. Для досягнення даної мети висуваємо низку наступних завдань: описати симптоми та психологічний портрет Інтернет-залежного, вплив Інтернет та ігрозалежності на виховання сучасних дітей, шляхи вирішення проблеми вільного доступу до Мережі та обмеження дитини в користуванні Інтернетом.

Проблему комп'ютерної залежності досліджують психологи, лікарі, педагоги, соціологи. У соціологічній літературі проблеми ігрової поведінки та ігрової діяльності вивчались у контексті проблем соціалізації та засвоєння соціальних ролей. (Дж. Босарда, М. Вебера, Б. Малиновського, Дж. Г. Міда, Р. Мертона, Я. Морено, Т. Парсонса, Г.В. Плеханова, Г. Ріккерта, Н. Смелзера, Г. Спенсера, Г. Тарда, Т. Шибутані). Соціокультурні та історичні проблеми виховання у грі розглядались у працях істориків, культурологів, соціологів культури (Ф. Ареса, Г. Дайн, Е.А. Покровського). Унікальне місце в розробці теорії гри та її місця в історії культури, у формуванні соціокультурних норм і традицій в історії людства належить Й. Хейзінгі, котрий вважається засновником нової галузі у науці. Соціальні аспекти ігрової поведінки та ігрової діяльності дуже активно вивчались у роботах радянських і російських психологів і педагогів: П.П. Блонського, Л.І. Божовіч, Л.А. Венгера, Л.С. Виготського, П.М. Ершова, А.В. Запорожця, І.С. Кона, А.Н. Леонтьєва, А.Р. Лурії, С.Л. Рубінштейна, Д.Н. Узнадзе, П.Г. Шедровицького, Д.Б. Ельконіна. Починаючи з кінця ХХ століття деякі аспекти ігрової діяльності старших школярів і молоді розглядались у контексті проблематики вільного часу і організації дозвілля. Це роботи таких соціологів як Л.А. Гордон, Т.М. Дридзе, Л.Б. Коган, В.А. Лапшов, В.Д. Патрушев, Н.В. Коритнікова.

Значну частину вільного часу сучасна молодь витрачає на спілкування у мережі Інтернет. Якщо не заглиблюватись у питання корисності Інтернету очевидним стає, що

він має більше позитивних рис, ніж негативних. Сучасна молодь настільки звикла спілкуватися за допомогою мережі Інтернет, що можна сказати вона «живе» у ній. Із стрімким ростом популярності Інтернету та віртуального життя, молодь поступово забуває про реальне спілкування, елементарні правила етикету та виховання та повністю занурюється у віртуальний світ.

Інтернет, як і все у житті, має два боки – чорний і білий. Окрім переваг, Інтернет приніс певні незручності. Для деяких Інтернет став ще одним видом наркотику, що за силою своєї дії і прихильності не поступається алкоголю чи нікотину. Медики обговорюють питання, чи не розширити розділ Міжнародної класифікації хвороб, що стосується хвороб залежності. У нього входять наркоманія, алкоголізм, тютюнопаління. В останні роки сюди додалися лікарська залежність і обжерливість. Тепер мова йде і про віртуальну наркоманію.

Ця проблема останнім часом хвилює представників багатьох професій. Про інтернет-залежність вказують психологи, обурені педагоги і батьки, забуті чоловіки та дружини. Дослідники Інтернету, вчені і засоби масової інформації стверджують, що це негативне явище, яке виникло при проникненні Інтернету в повсякденне життя. Інтернет-залежність визначається психологами як нав'язливе бажання вийти в Мережу і довше там залишатися.

Першими з проблемою інтернет-залежності зіткнулись американські психотерапевти. До них за консультацією звернулися кілька великих корпорацій, які стали помічати погіршення роботи перевіреного роками персоналу. При цьому формально дисципліна була на високому рівні, співробітники засиджувалися в офісі після закінчення робочого дня і майже весь час проводили за комп'ютерами. Після уважного аналізу поведінки користувачів з'ясувалося, що їх притягував Інтернет.

Інтернет-залежність – це психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі [5]. Більш точним, є визначення М.І. Дрепи, яка розглядає інтернет-залежність як різновид технологічних адикцій, що виявляються зміщенням цілей особистості у віртуальну реальність для заповнення фрустрованих сфер реального життя [2, с. 34].

Науковець А. Голдберг поряд з поняттям інтернет-залежності використовує термін «патологічне використання комп'ютера». Це поняття розглядається дещо ширше контексті, а інтернет-адикція – як один з його видів, специфіка якого полягає у використанні комп'ютера для встановлення соціальної взаємодії [13, с. 149–154].

Значна роль інтернет-комунікації в житті сучасного суспільства пояснюється тим, що комунікація не є механічним процесом обміну повідомленнями, а феноменологічним простором, де досвід наповнюється значенням та смислом, набуває структурної зв'язності і цілісності.

Також сьогодні чітко простежується різкий спад інтересу до читання не тільки у дорослих, але й серед дітей підліткового віку, адже з'явилась велика кількість аудіо- та відео-ресурсів, які задовольняють їх інформаційні потреби та набагато спрощують процес сприйняття потрібної для них інформації.

Саме в такі моменти чітко визначаються негативні риси мережі Інтернет, яка містить масив інформації абсолютно непотрібної для підростаючого покоління. Відповідно, наслідки такого процесу відображаються на культурі мовлення такого покоління, які не тільки не засвоюють елементарної грамотності і все більше використовують у повсякденному житті сленг, нецензурну та знижену лексику.

Тому, на нашу думку, інтернет-залежність ґрунтується на основі використання Інтернету як засобу задоволення людиною певних власних потреб, які не можна задовольнити в реальному житті.

Мережа пропонує унікальне середовище, якому немає аналога в реальному світі. У випадку інтернет-залежності більшість переваг, привнесених Інтернетом у життя людей, перетворилися на зло. Простий доступ до величезних сховищ інформації, спрощена

процедура пошуку – все це є підмогою для різних верств населення. Однак це ж стало одним з видів болючої прихильності до Інтернету. Пошук нового дійсно нескінченний і загрожує інформаційним перевантаженням – ситуацією, коли людина не може спокійно сприймати навіть необхідну інформацію [6, с. 58–59].

Повсюдне використання Інтернету на роботі під час робочого дня спочатку в перервах, а потім і замість роботи, проведення в Інтернеті всього вільного часу – це тільки етапи розвитку залежності. Сумним підсумком є абсолютна неможливість проводити час поза онлайн. Відсутність можливості потрапити в Інтернет і зайнятися улюбленою справою, будь то спілкування, серфінг або онлайн-ігри, призводить до депресії, дратівливості і виникнення нав'язливої ідеї.

Часто, намагаючись якомога більше часу присвятити онлайн, інтернет-залежні користувачі присвячують цьому час, відведений для сну, і, як наслідок, отримують серйозні проблеми, пов'язані з фізичним здоров'ям і загальним самопочуттям [10, с. 27–30].

Ще однією причиною порівняння інтернет-залежності з алкогольною або наркотичною є те, що, як і початківці наркомани чи алкоголіки, інтернет-залежні люди впевнені, що в будь-який момент можуть відмовитися від звички проводити час у віртуальному світі. На жаль, це не завжди так.

Інтернет-залежність – це радість, ейфорія, відсутність контролю над часом при знаходженні в Мережі, а при відсутності можливості потрапити у віртуальну реальність – пригніченість, порожнеча і депресія. Це може супроводжуватися соматичними порушеннями – різьо і сухістю в очах, болем у спині і ліктях. Іншими наслідками інтернет-залежності можуть стати зміни в характері, ігнорування домашніх обов'язків і загальна байдужість.

Потрапляючи в Мережу, людина проходить щонайменше п'ять стадій спілкування з віртуальним світом. На першій стадії новачок тільки намагається чогось навчитися. На другій-людина, вже знайома з Мережею, використовує її для роботи і для розваги. Третя, найстрашніша стадія, – це коли Інтернет стає усім, весь час витрачається на віртуальне життя, якому підпорядковано все в житті реальному. На четвертій стадії настає розчарування і тимчасове повернення в справжній світ. П'ята – найгармонічніша стадія, коли користувач пройшов всі етапи відносин з Інтернетом та розумно використовує його можливості в роботі і повсякденному житті. На жаль, деякі користувачі, залишившись на третій стадії, стають інтернет-залежними.

Масштаби боротьби з інтернет-залежністю в США вражають. Більшість філій «Товариства Анонімних Алкоголіків» відкрили групи підтримки інтернет-залежних, причому існують групи для родичів, які бажають повернути члена сім'ї в нормальне життя. Розроблено програму 12 кроків, суть якої полягає в наповненні реального життя новим змістом паралельно зі зменшенням часу, проведеного в Мережі. Ознакою одужання вважається, коли людина повністю контролює час, проведений в Мережі [14, с. 58–64].

Більшість психологів зійшлися на думці, що не Інтернет робить людину залежною, а людина, схильна до залежності, сама вибирає її об'єкт, яким може стати Інтернет.

Не можна звинувачувати у виникаючих проблемах тільки Інтернет. Для товариських людей мережеве спілкування стане доповненням до реального, а не замінить його. Проблеми, які спливали на поверхню завдяки Інтернету, насправді лежать набагато глибше. Інтернет-залежність – це тільки один з їхніх проявів. Цілком можливо, що за відсутності Інтернету вони просто взяли б іншу форму.

Для людини зі здоровою психікою електронна пошта, Skype та ICQ стають тільки формою спілкування і зручним засобом зв'язку, а якщо у користувача є проблеми в спілкуванні з іншими людьми, цілком може виникнути залежність, так як, прийшовши в Мережу, завжди можна знайти співрозмовника, нехай навіть на один раз [14, с. 36–43].

Незважаючи на ці удавані очевидні факти, в пресі регулярно з'являються публікації про шкоду Інтернету. У якості одного з аргументів призводять інтернет-залежність. Однак з таким

же успіхом можна вести мову про шкоду кави або автомобілів, які, як і багато іншого (в тому числі й Інтернет), принесли людям комфорт і приємні емоції. Але випробування Інтернетом змогли витримати не всі, перетворивши його із засобу зручного доступу до інформації в хворобливу залежність. Варто подумати про те, що призвело даних людей до цього, а не вішати на Інтернет ярлик «наркотика» для сучасної молоді [11].

Інтернет надає користувачам абсолютно унікальні можливості, недосяжні більше ніде.

Працюючи в Мережі, можна повністю відчутти нескінченність світу. Він увесь перед людиною, можна побувати в будь-якій країні або місті за допомогою вікна браузера. Проте не всі розуміють, що це тільки картинки, фотографії і слова. Дивлячись на них, навряд чи можна відчутти красу Ніагарського водоспаду, велич собору Святого Петра або витонченість Ейфелевої вежі.

Віртуальний світ – це тільки ще одна реальність, створена людьми, – кожним для власних цілей. Комусь він потрібний для роботи, іншому – для спілкування. Не варто забувати, що тут, поза вікном браузера, є багато не менш цікавого, і тільки якщо, попавши у віртуальний світ, людина може з легкістю повернутися в справжній, світ електронної пошти та веб-сайтів буде по-справжньому цікавим і корисним, а не нудотний і обридлим.

Факт, що діти проводять в Інтернеті багато часу, засмучує більшість батьків. Спочатку дорослі вітали появу Мережі, вважаючи, що вона – безмежне джерело нових знань. Незабаром з'ясувалося, що підлітки не користуються Інтернетом для виконання домашніх завдань або пошуку корисної інформації. Замість цього вони спілкуються в чатах і грають в онлайн-ігри.

Підтримка розумної рівноваги між розвагами та іншими заняттями у дітей завжди було випробуванням для батьків; Інтернет зробив це ще більш важким завданням. Спілкування в Інтернеті та інтерактивні ігри настільки затягують дітей, що вони втрачають відчуття часу. Кілька порад допоможуть дітям не впасти в інтернет-залежність [8].

Перш за все, варто знати, які симптоми прояву інтернет-залежності та чи є вони у дитини: чи впливає час, проведений в Мережі, на навчання і сон, чи є у нього достатньо друзів в реальному світі, не замінюють йому онлайн-ігри реальне життя. Не менш важливим чинником є кількість часу, проведеного в Мережі, – воно має бути дозовано.

Якщо у дитини з'являються ознаки інтернет-залежності, не варто категорично відлучати його від улюбленої іграшки – Інтернету. Це не вирішить проблему. Варто регламентувати спілкування з Мережею, встановивши час, допустимий для проведення в Мережі. Комп'ютер повинен перебувати у вітальні або загальній кімнаті – ні в якому разі не в кімнаті дитини. Встановивши правила, батьки не повинні їх порушувати. Якщо дитина відчуває нездорову тягу до Інтернету, краще звернутися до психолога. Будь-яка залежність, в тому числі й інтернет-залежність, – це тільки один з видів прояву психологічних проблем, якими можуть бути низька самооцінка, дратівливість і розвивається на тлі цього депресія.

Якщо дитина відчуває труднощі у спілкуванні, потрібно постаратися допомогти їй. Відвідування секцій, додаткові заняття після школи можуть частково вирішити проблему. Слід частіше запрошувати інших дітей додому і ходити в гості до друзів, у яких є діти такого ж віку.

Захоплення онлайн-іграми потрібно замінити реальними аналогами. Не варто забувати про спеціальні контролюючі програми, за допомогою яких можна відстежувати, чим дитина займається в Мережі.

Отже, Інтернет-залежність є дійсно дуже важливою і актуальною проблемою сьогодення. Проблема швидко поширюється і набуває світового значення. Завданням оточуючих і педагогів є виявлення цієї залежності і всебічна допомога для її подолання.

На наш погляд, потребують подальшого дослідження чинники та наслідки виникнення комп'ютерної та інтернет-залежності, її форми, особливості розповсюдження у сучасному середовищі.

Список використаних джерел

1. Аносов В.Д. Исходные посыпки проблематики информационно-психологической безопасности. / В.Д. Аносов, В.Е. Лепский. – М., 2003. – 190 с.
2. Белинская Е.Н. Современные исследования виртуальной коммуникации: проблемы, гипотезы, результаты / Е.Н. Белинская, А.М. Жичкина. – М., 2011. – 234 с.
3. Войскунский А.Е. Зависимость от Интернета: актуальная проблема / А.Е. Войскунский // Мир Интернета. – М., 2010. – №3. – С. 76 – 81.
4. Войскунский А.Е. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции. / А.Е. Войскунский. – М., 2009. – 150 с.
5. Дрепа М.И. Психологическая профилактика Интернет-зависимости у студентов / М.И. Дрепа. Ставрополь: КУБ, 2010. – 277 с.
6. Еляков А.Д. Благо и зло: жгучий парадокс Интернета / А. Еляков // Философия и общество. – 2011. – № 2 (62). – С. 58-76.
7. Жичкина А.М. Социально-психологические аспекты общения в Интернете / А.М. Жичкина. – М., 2002. – 210 с.
8. Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.- сост. А.Е. Войскунский. – М. : Акрополь, 2009. – 279 с.
9. Кащенко Е.А. Основы социокультурной сексологии. Курс лекций. Учебное пособие для ВУЗов / Е.А. Кащенко. – М.: Юнити-Дана, 2002. – 240 с.
10. Мартынова О.С. Критерии оценки Интернет-зависимости. Психотерапия и консультирование / О.С. Мартынова. – М., 2002. – №3. – С. 27 – 30.
11. Петрунько О. Діти і медіа: соціалізація в агресивному медіа середовищі / О. Петрунько. Полтава: ТОВ НВП «Укрпромторгсервіс», 2010. – 480 с.
12. Соціально-психологічні аспекти інтренет-залежності [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.psiho.com/Burova_Valentina/socialnopsyhologicheskieaspekty.html. – Назва з екрану.
13. Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності. Соціальна психологія / А. Церковний. – К., 2004. – № 5 (7). – С. 149-154.
14. Янг К.С. Диагноз – Интернет-залежність. Мир Интернета / К.С. Янг. – М., 2008. – №2. – С. 36 – 43.

The article examines the influence of the Internet on education of modern man. There are the causes of addiction, examined the phenomenon and symptoms of Internet addiction and analyzes their impact on the education of the younger generation.

The definition of «Internet addiction» as a mental disorder, obsessive desire to connect to the Internet and painful inability to timely disconnect from the Internet has been complemented. In 2008, it was recognized as an official disease. Identification of the disease and its diagnostic criteria have been developed by employees of Beijing Central Military Hospital on materials of 1300 «problem» of Internet users.

A problem of using a worldwide network not only for work or search information but as a way of life has been analyzed. There are chat rooms, dating sites where. People sit day and night, playing games not even seeing each other. Under the new diagnostic guidelines, Internet-dependent recognizes a person who spends at least six network hours a day in which there was at least one of the symptoms of dependence during the previous three months. According to statistics, 54% of users aged 13 to 23 years spend online every day from 1 to 3 hours, another 31% of the Net sits 4-6 hours. There is a category of people living virtual lives 10 hours a day or more. Over 45% of respondents said that without a personal computer and the Internet connection they could not live. That's more than any other media device (28% of young people can not live without a mobile phone, 11% – no TV)

Keywords: computer dependence, computer games dependence, teenagers, social network, internet chat.