***Руденко І.М.****, доцент кафедри психології КНЗ «ЧОІПОПП ЧОР»,*

*кандидат психологічних наук.*

**ВПЛИВ МУЛЬТФІЛЬМІВ ТА КОМП’ЮТЕРНИХ ІГОР**

**НА ПСИХІКУ ДИТИНИ**

В умовах сьогодення важливим фактором соціалізації дитини постають засоби масової інформації. Вони є особливим видом соціального спілкування, що здійснюється в масштабах суспільства, і є важливою передумовою суспільного розвитку. Масова комунікація соціально обумовлена. За допомогою її засобів набувають масового розповсюдження соціальні цінності та норми, які в систематизованому вигляді формують світоглядні уявлення, суспільний настрій.

Телевізор, комп’ютер можуть двояко вливати на психіку дитини, вони можуть як розвивати, виховувати, так і здійснювати негативний вплив. Перерахуємо мультфільми, які емоційно-позитивно розвивають дітей, вчать доброму ставленню до іншого, співпереживанню, дружбі, справедливості у житі, високодуховним цінностям. Це мультфільми «Кіт Леопольд», «Крихітка Єнот», «Просто так», «По дорозі з хмаринками», «Вінні Пух», «Нехочуха», «Пригоди Лунтіка і його друзів» тощо. Відомі мультфільми розвиваючого характеру «Сім’я Чомучок», «Світ слів», «Даша мандрівниця» тощо. Найбільш відомими комп’ютерними розвиваючими програмами, які використовують психологи для удосконалювання психічної сторони особистості дитини є:

1. Програми, спрямовані на закріплення досвіду (розвиток сенсорних уявлень);

2. Програми, що тренують пізнавальні процеси, зорову пам’ять, довільну увагу, наочно-образне мислення;

3. Програми, що дозволяють діагностувати рівень психічного розвитку.

В ході виконання завдань з даного типу програм дитина проявляє ініціативу, свідомість, саморегуляцію, не обмежується виконанням команд комп’ютера, а сама займає активну позицію по відношенню до нього.

В ході багаторічних досліджень вченими було доведено, що дошкільника привчати до комп’ютера можна тільки з 5 років. Психологи стверджують те, що саме до цього віку в дитини є сформованими основні психічні функції та передумови до взаємодії з комп’ютерним середовищем. Важливо, щоб дорослі розвивали пізнавальний інтерес у дітей до комп’ютера, щоб діти не сприймали його лише як засіб для гри.

Сучасні мультфільми часто містять недитячі складові: бійки, вбивства, смерть, кримінальні розборки. Мультфільми «Покемони», «Монстри проти чужих», «Зоряні війни», «Черепашки Ніндзя», комп’ютерні ігри «Бої без правил», «Counter-strike», «Painkiller», «Battlefield», «StarCraft» наповнені агресивним змістом. Психологи М.Валдас, Е.Соловьйова, Ю.Чувашова виокремлюють можливі наслідки впливу таких мультфільмів,комп’ютерних ігор на дитину дошкільного віку:

* головні герої агресивні, вони завдають шкоди оточуючим, нерідко калічать або вбивають інших персонажів, подробиці жорстокого, агресивного ставлення багаторазово повторюються. Багаторазове повторення агресивних сцен викликає у дітей закріплення моделі жорстокої поведінки, як наслідок, розвивається відчуття насолоди від насильства, у свідомості дитини закріплюється: битися це нормально;
* девіантна поведінка героїв мультфільму ніким не карається. У підсумку, у дошкільника закріплюється уявлення про допустимість подібних форм поведінки, розхитуються еталони гарного і поганого вчинку, допустимої і неприйнятної поведінки;
* демонструються небезпечні для життя дитини форми поведінки, повторювати які в реальному житті небезпечно. Перегляд таких прикладів для наслідування може обернутися для дитини зниженням порога чутливості до небезпеки, а значить потенційними травмами;
* транслюються форми нестандартної статеворольової поведінки: істоти чоловічої статі поводять себе як представниці жіночої статі і навпаки, жінки надягають невідповідний одяг, проявляють особливий інтерес до подібних собі по статі персонажів. Як наслідок, це призводить до трансформації статеворольової поведінки дошкільників;
* поширені сцени зневажливого ставлення до батьків, оточуючих людей, природи. Показано безкарне знущання, наприклад, над старістю, немічністю, безпорадністю, слабкістю. Ефект систематичного перегляду подібних мультфільмів як «Сімпсони», «Гріффіни», «Південний парк» проявляється у формі цинічних висловлювань, непристойних жестів, непристойної поведінки, грубості дитини до батьків, рідних;
* використовуються несимпатичні, а деколи навіть потворні герої. На думку В.С. Мухіної, для дитини зовнішність героя має особливе значення. Позитивні персонажі повинні бути симпатичними, красивими, а негативні –навпаки. У випадку, коли всі персонажі жахливі, потворні, страшні незалежно від їх ролі, у дитини немає чітких орієнтирів для оцінки їх вчинків. Крім того, коли дитина змушена наслідувати, ідентифікувати себе з несимпатичним головним героєм - неминуче страждає внутрішнє самопочуття дитини [2].

Телевізор, комп’ютер можуть двояко вливати на психіку дитини, вони можуть як розвивати, виховувати, так і здійснювати негативний вплив. Все залежить від того як ними користуватися, а саме як дорослі дозволяють дітям ними користуватися. Батьків можна поділити на 2 групи залежно від рівня контролю щодо використання засобів масової інформації дітьми:

1. батьки, які безконтрольно дозволяють дитині дивитися телевізор, грати на комп’ютері. Як наслідок, такі батьки, скаржаться на агресивність дитини, емоційну збудливість та нестабільність, кривляння, вживання нецензурної лексики. Подібна поведінка формується у дитини за механізмом наслідування головних героїв, які переважають у більшості сучасних мультфільмів, іграх;
2. батьки, які розумно контролюють, слідкують за тим що дивиться, в що грає дитина, скільки часу вона перебуває перед екраном. Психологи вважають, що час, який може провести дошкільник перед екраном, монітором має тривати не більше 15-20 хвилин в день [7].

Важливо, щоб батьки розвивали у дитини критичне ставлення до того, що вона бачить на екрані, пояснюючи поведінку героїв з позиції добра та зла. Досвід, який дитина винесе з мультфільму залежить від обговорення його з дорослими. Так, на основі сучасного мультфільму «Маша і ведмідь» дошкільники засвоюють егоїстично-агресивну модель поведінки головної героїні, на що психологам скаржаться батьки. Заборонити популярний серед дітей мультфільм є неможливим. Відтак, необхідно розвивати критичне мислення у дитини через пояснення позитивної та негативної поведінки героїв мультфільму.

Інтернет – це комфортний простір для дітей. Він для них і засіб розваг, і засіб доступу до світу інформації. Вже в два роки малюк може грати в прості ігри. А в 8-12 років діти стають найбільш активними в Інтернеті. Вже в цьому віці часто відкривають свої персональні Інтернет-сторінки, деякі ведуть щоденники-блоги. По мережі вони спілкуються як з однокласниками, так і з віртуальними друзями.

Переваги Інтернету полягають у тому, що мережа пропонує освітній і корисний досвід, правильне використання якого може поліпшити успішність дітей у школі. Комп’ютерні ігри використовуються як засіб допомоги дітям з порушеннями писемного мовлення, засіб діагностики дисфункцій пам'яті, просторових здібностей. Вони сприяють розвитку творчого мислення, оволодінню новими знаннями, логічними операціями. У розумних межах ігри дають дитині можливість для активної емоційної розрядки [4;9].

Негативний ефект полягає в тому, що при перевищенні часу, допустимого для роботи на комп’ютері, у більшості людей виникають проблеми з поставою, м'язова напруга і деформація хребта. Виникають порушення зору, спазм мускулатури обличчя, головний біль, що отримав назву «синдром відеоігрової епілепсії». Світлове миготіння на комп’ютерному дисплеї нав’язує свій ритм корі головного мозку. У великих дозах комп’ютерні ігри призводять до негативних наслідків, що зачіпають всі рівні психічної структури особистості дитини. Коло інтересів звужується, зменшується або зовсім зникає соціальне спілкування, дитині складно встановлювати нові контакти з людьми, він не відчуває потреби в реальному спілкуванні. В результаті виникають проблеми з навчанням, відсутність взаєморозуміння з батьками та друзями і, як наслідок, незадоволеність собою, втрата сенсу життя. Дитина відчужується від реального світу, перестає цікавитися навколишнім, аутизується [9].

Негативною стороною глобальної комп’ютерної мережі є широке поширення різної інформації сумнівного змісту. Існують сайти, присвячені порнографії, піротехніці, суїциду, обговоренню дії тих чи інших наркотиків. Звідси можуть з’явитися захоплення усіма цими загрозливими здоров’ю речами. Підлітки можуть увійти в такі компанії, як сатанинські культи, бути залученими в азартні ігри. На думку психологів, анонімність і відсутність заборон у віртуальному світі звільняють приховані комплекси, стимулюють людей змінювати свій стиль поведінки, поводитися більш розкуто і навіть переходити деякі моральні межі.

«Інтернет-залежність» – нав’язливе бажання користуватися Інтернетом. Для віртуально залежних дітей комп’ютерні ігри або використання Інтернету перетворюються в реальне життя, замінюючи активну соціальну діяльність, хобі та творчість, спілкування з однолітками. Останнім часом серед фахівців з’явилося поняття «патологічне використання комп’ютера», коли комп’ютер є джерелом для отримання інформації, яка не пов’язана з навчальними інтересами, а також для залучення у взаємодію з людьми [4].

Комп’ютерна залежність має ознаки всіх типів залежностей і відповідає загальним для всіх залежностей критеріям, таким як: зневага важливими речами через проведення часу за комп’ютером, руйнування стосунків зі значущими людьми, замкненість або дратівливість, коли люди критикують цю поведінку, почуття провини або занепокоєння щодо цієї поведінки, безуспішні спроби подолати її.

Експерти ухвалили рішення надати Інтернет-залежності статус психічного захворювання. Вперше Інтернет-залежність буде внесена до офіційного діагностичного та класифікаційного довідника Американської психіатричної асоціації Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, який вийде в травні 2013 року [5].

На думку І.Бурмістрова, А.Рябцевої, Ю.Фомічової, А Шмельова, причинами віртуальної залежності дітей – підвищені вимоги дорослих, інформаційне перевантаження, нераціонально використовується вільний час, відсутність у батьків контакту з дитиною, дефіцит спілкування у сім’ї, дитина залишена сама по собі, батьки занурені у віртуальний світ, залежність від ровесників.

Виділяють два механізми формування ігрової залежності від комп’ютерних ігор: відхід від реальності і прийняття ролі. Основою відходу від реальності є потреба людини у відстороненні від повсякденних турбот і проблем, трансформація потреби у збереженні енергії. В основі прийняття ролі лежить потреба у самій грі, прагнення до прийняття ролі комп’ютерного персонажа, що дозволяє дитині задовольняти потреби, які з якихось причин вона не здатна задовольнити в реальному житті. Обидва механізми засновані на процесі компенсації негативних життєвих переживань, отже, є підстави припустити, що вони не будуть актуалізуватися, якщо дитина задоволена своїм життям, не має психологічних проблем і вважає своє життя щасливим.

Узагальнюючи досвід психологів Н.Болсуновскої, З.Некрасової, Т.Оранж, О.Решетникової, А.Рябцевої виокремимо **рекомендації батькам по профілактиці віртуальної залежності дитини:**

*1. Особистий приклад батьків.* Виховання дитини – виховання себе. Якщо батьки мають шкідливі звички, наприклад, тато звик просиджувати кожний вечір за комп’ютерними іграми і не може позбавитися від цієї пристрасті, то буде складно добитися від дитини відмови від ігор. Батьки мають показати дитині, що є багато цікавих та захоплюючих занять, окрім комп’ютерних ігор, телевізора. Батькам бажано організовувати вільний час дитини, сімейні захоплення.

*Якісний час* проведений дитиною разом з батьками посилює відчуття родинної єдності, задовольняє потребу в любові, приналежності. Що можна робити разом:

-разом робити побутові речі – поліпити вареники з мамою, помайструвати з татом, прибрати у квартирі з батьками (підготовка, адаптація дитини до життя у соціумі);

-разом організувати ляльковий театр вдома та запросити друзів дитини, зайнятися творчою діяльністю – помалювати, поліпити тощо. Діти потребують похвали батьків;

-підтримувати захоплення дитини до певного виду діяльності (танців, співів, плавання тощо). Дати можливість дитині розвивати себе різнобічно. Часто батьки вимагають, щоб дитина займалася чимось одним довго і серйозно – це оптимальний варіант, якщо і дитині цікаво цим займатися. В іншому випадку – важливий пошук і надбання досвіду. Якщо у дитини буде можливість обирати – вона зупиниться там, де їй цікаво;

-започаткувати сімейні ритуали. Спробувати зробити так, щоб вживання їжі стало сімейною подією, хоча б увечері. Під час бесіди за чаєм, де можна обговорювати: як пройшов день, що радісного день приніс, які труднощі були – у дітей розвиваються навички спілкування, вони вчаться слухати, говорити про свої проблеми, потреби, почуття, розуміти почуття батьків, вчаться співпереживанню. Такі бесіди допомагають як батькам, так і дітям дізнатися більше про внутрішній світ один одного, стати більш відкритими один до одного, краще розуміти один одного [3].

-разом ходити до цирк, у ляльковий театр, зоопарк тощо.

Доброзичливе ставлення до дитини, довірлива бесіда з дитиною, при якій батьки емоційно спокійні та врівноваженні – основний шлях вирішення проблеми комп’ютерної залежності. *Тому що, на думку З.Некрасової, проблема комп’ютерної залежності – це перш за все проблема батьківсько-дитячих стосунків.* Важливо, щоб дитина відчувала батьківську любов, відчувала, що її люблять і приймають такою, якою вона є. Важливо, щоб батьки, звернули увагу на власний емоційний стан, не переносили негативні емоції на своїх дітей.

*2. Дотримуватися режиму роботи з комп’ютером.* Важливо **домовитися** з дитиною про:

- час, який дитина може провести перед комп’ютером, телевізором (30 хв. в день для поч.кл, 1 година – середніх кл, 2-3 години – підлітків). Мотивувати закінчення комп’ютерної гри: «Якщо ти здатен зупинитися, то в тебе велика сила волі. Я пишаюся тобою». Бажано різко не вимикати комп’ютерну гру, а попередити дитину про певний час, який залишився до закінчення гри або перегляду мультфільму, передачі;

- час, коли заборонено використовувати комп’ютер, телевізор: вранці перед школою; ввечері перед виконанням домашнього завдання; перед сном (ігри збуджують, стимулюють мозок дитини, внаслідок чого може виникнути безсоння або неспокійний сон).

Правила мають бути гнучкими: час, який відведений для ігор, мультфільмів не повинен бути однаковим в навчальний період і на канікулах.

-в які ігри грати, які мультфільми дивитися. Комп’ютерні ігри є різні: є агресивні (різні «Стрілялки») та розвиваючі ігри. Розвиваючі ігри стимулюють пізнавальний інтерес дитини до оточуючого світу (про життя тварин, про планети у космосі тощо ), дають можливість відчути себе учасником минулого, розвивають увагу, просторове мислення, увагу, пам’ять та інші психічні процеси. Саме на розвиваючих іграх потрібно зробити акцент, перемикаючи увагу дитини з небезпечного на корисне або нейтральне.

Може виникнути питання: «Для чого обмежувати час, коли дитина грає у розвиваючі ігри?». Відповідь: «Для того, щоб дати дитині можливість зайнятися чимось ще, спробувати себе в певній сфері діяльності, порухатися врешті решт».

*3. Інтерес до комп’ютера у дитини має бути пізнавальним.*

Не потрібно дитині подавати комп’ютер як зверхцінність, не варто, щоб гра на комп’ютері була винагородою за успіхи. Мудрі батьки намагаються, щоб інтерес дитини до комп’ютера був пізнавальним та практичним. Тоді це може стати основою навіть для майбутньої професії дитини (програміст, системний адміністратор).

*4. Небезпека Інтернету.* Соціальні мережі «В Контакті», «Однокласники» є дуже популярними, з одного боку там багато фільмів, музики, інформації пізнавального характеру, спілкування з друзями, з іншого – довірлива дитина може стати жертвою педофілів, крадіїв тощо. Потрібно пояснити дитині:

- що викладати свою адресу в Інтернеті не варто;

- що фото незнайомих людей, які пропонують віртуальну дружбу, може бути несправжнє, тому не варто давати свою адресу, номер телефону і розповідати подробиці свого життя;

- що потрібно попередити батьків перед тим як йти на зустріч з «віртуальним другом».

Потрібно вчити дітей бути обережними в Інтернеті.

У зв'язку із зростаючим впливом засобів масової інформації на соціалізацію дітей актуальними стають проблеми визначення позиції педагогів у роботі з дітьми, міра їх втручання в процес освоєння дітьми навколишнього світу за засобами інформації.

Рекомендації для учителів включають:

1. Комп’ютер і його програми повинні використовуватися в навчальних і пізнавальних цілях.

2. Інформування батьків і дітей про шкоду комп’ютерних ігор, проведення сумісних заходів.

3. Уважне ставлення до дітей зі сформованою залежністю.

Багато школярів не знають правил роботи за комп’ютером, недостатньо дбають про своє здоров’я, проводячи за комп’ютером багато часу. Науковцями Т.Джішкаріані, І.Кокаревим *з метою формування правильного уявлення використання комп’ютера*, *Інтернету у дітей та їх батьків* були підібрані тематика бесід для класних годин, батьківських зборів про користь і небезпеку їх для здоров’я [4]. Проведення класних годин, батьківських зборів передбачає використання таких методів як: лекція-бесіда, бесіда, дискусія, показ презентацій та фільмів. Тематичний план бесід з дітьми представлений у таблиці 1.

*Таблиця 1*

**Тематичний план бесід з дітьми**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Назва теми | Форми та методи |
| 1 | комп’ютер та здоров’я дитини | лекція-бесіда |
| 2 | у що грають наші діти? | дискусія |
| 3 | комп’ютерні ігри та Інтернет-залежність | бесіда, дискусія |
| 4 | правила безпечного користування Інтернетом | бесіда, дискусія |
| 5 | віртуальна агресія, кібер-буллінг | відеофільм, дискусія |

Дитині неможливо заборонити виходити в Інтернет, але запобігти негативним наслідкам нерозумного користування необхідно, для цього потрібно навчити її правильно вести себе в мережі. Основним змістом профілактичної роботи є привчання дитини до комп’ютера для роботі, а не для гри, дитина повинна знати правила безпечного користування Інтернетом. Для задоволення важливих для дитини потреб в любові, увазі, прийнятті, довірі до оточуючого світу батькам потрібно цікавитися життям дитини, проводити з нею час, рахуватися з її індивідуальністю, цінувати та поважати її особистість, залучати до різних видів діятельності: рухові ігри, спортивні секції, танцювальні та музичні гуртки, подорожі тощо. Сприятлива атмосфера в сім’ї знижує потребу дитини в комп’ютерних іграх та Інтернеті.

*Література:*

1. Болсуновская Н., Решетникова О. Ребенок и Интернет: новые запросы к психологу/Н.Болсуновская// Школьный психолог.–2012.-№6,7.–С.49-51.
2. Валдас М.И., Соловьева Е.М., Чувашова Ю.С. Влияние мультипликационных фильмов на процесс социализации у детей дошкольного возраста[Текст]/М.И.Валдас [Электронный ресурс]: Сайт Социальная сеть работников образования - Режим доступа: <http://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/vliyanie-multiplikacionnyh-filmov-na-process-socializacii-detey>
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?/Ю.Б.Гиппенрейтер.- М.:АСТ:Астрель,2008.-251с.
4. Джишкариани Т.Д., Кокарев И.С. Влияние СМИ на формирование личности подростков как педагогическая проблема/Т.Д.Джишкариани [Электронный ресурс]: Сайт Студенческий научный форум-Режим доступа:  <http://www.rae.ru/forum2012/284/2509>
5. Интернет-зависимость включили в список психических расстройств [Электронный ресурс]: Сайт РБК Здоровье-Режим доступа: <http://top.rbc.ru/health/05/10/2012/672954.shtml>
6. Мелкозёрова Е.В. Возможности мультипликации как вида современного искусства при обучении и воспитании дошкольников [Текст]/ Е.В.Мелкозёрова [Электронный ресурс]: Сайт Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов-Режим доступа:  <http://www.jurnal.org/articles/2008/ped27.html>
7. Некрасова З., Некрасова Н. Как оттащить ребенка от компьютера и что потом с ним делать/З. Некрасова.-К.:София.-2008.-125с.
8. Оранж Т. Медиадиета для детей. Руководство для родителей: как преодолеть зависимость от телевизора и компьютерных игр. – М.:Диля,2007.-272с.
9. РябцеваА. Компьютерные игры в жизни подростка/А.Рябцева//Школьный психолог.–2012.-№7.–С.35-40.
10. Соколова М.В. Персонажи современных мультфильмов в играх и игрушках детей [Текст]/М.В.Соколова//Психологическая наука и образование.-2011.-№2.–C.68-74.