

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА С ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫМИ ПОДРОСТКАМИ В РАЗНЫХ СТРАНАХ МИРА

Морозова Ю. С. – обучающаяся магистратуры по специальности 7М01101- Педагогика и психология, Костанайский региональный университет им. А.Байтурсынова.

Данная статья посвящена актуальной проблеме нашего времени – интернет-зависимости подростков. С каждым годом растет число молодых людей зависимых от интернета, поэтому необходимо уделять особое внимание изучению и профилактической работы этой проблемы.

Раскрывается вопрос профилактики с интернет-зависимыми подростками в разных странах мира. Профилактическая работа показана на примере нескольких стран, где проблема интернет-зависимости актуальна на сегодняшний день.

Ключевые слова: профилактика, интернет-зависимость, подростки, аддикция, личность.

Интернет прочно вошел в нашу жизнь в конце 20 века, и сегодня мы не можем представить существование Всемирной паутины без него – работа, личная жизнь, развлечения – все тесно связано с ним.

Можно сказать, сегодняшние дети рождаются со смартфонами в руках. Таким образом, интернет-зависимость на самом деле является болезнью 21 века.

Интернет-аддикция, иногда называемая интернет-зависимостью, – это навязчивое и непреодолимое желание постоянно пользоваться Интернетом, злоупотреблять им и проводить много времени в Интернете.

Интернет-зависимость не считается психическим расстройством в большинстве стран, но в 2019 году официальный список медицинских стандартов (МКБ-11) включает зависимость от видеоигр и зависимость от азартных игр в Интернете. В то же время интернет-зависимость считается болезнью в Австралии, Китае, Индии, Италии, Южной Корее и Японии [1, с.65].

Об интернет-зависимости сказано очень много, и в разных частях света её рассматривают как недуг, но официально она не признана психическим расстройством. Для определения интернет-зависимости Кимберли Янг формулирует три основных признака.

1. Человек отвлекается на уведомления смартфона даже во время ответственных ситуаций: когда переходит дорогу на оживлённой улице или ведёт машину.

2. Человек ежедневно проводит в интернете или за видеоиграми больше 10-12 часов, но не работает и не ищет полезную для учёбы информацию. Когда его отвлекают, он злится и срывается на людей, мало ест, забывает о важных встречах и обязательствах.

3. Человек систематически нарушает обещания не заходить в интернет, не проверять уведомления или не играть в видеоигры. Если первые два пункта в той или иной степени знакомы каждому, то третий – наиболее важный и характерный. Он указывает на неспособность сдерживать себя.

По моему мнению, одна из основных проблем изучения интернет-зависимости – отсутствие единой методологии изучения в рассматриваемой проблеме.

По данным различных исследований, интернет-зависимыми сегодня являются около 10% пользователей во всем мире. Интернет-зависимость уже принимается в расчет во многих странах мира. На примере некоторых стран мира, покажу насколько эта проблема актуальна, на сегодняшний день [2, с.78].

США.

В Соединенных Штатах число интернет-зависимых колеблется от 1 % до 13% среди взрослых и 20 % среди подростков [3, с.123].

На сегодняшний день, самый известный реабилитационный центр в США restart, был основан в 2009 году и расположен в небольшом городке Редмонд, штат Вашингтон. Процедура, используемая для лечения зависимости от Интернета, называется «Перезапуск жизни». Он разделен на две группы: подростки в возрасте от 13 до 18 лет и люди в возрасте до 30 лет. Кроме того, проводится консультация с родителями.

Большинство пациентов – мужского пола в возрасте от 20 до 31 года, и у них одинаковые жизненные проблемы, которые связаны с интернет-зависимостью.

Структура процедуры лечения выглядит следующим образом. Первые 45 дней участники провели в загородном доме в лесу. Этот этап считается самым сложным. Избавляясь от своей наркотической зависимости, пациенты с трудом приспосабливаются к новому окружающему их миру. В этот загородном доме нет компьютера или Интернета, и цифровой мир практически не влияет на место реабилитации.

В доме есть библиотека с избранными книгами. Там можно только самостоятельно звонить по телефону, стирать одежду, убираться и готовить себе еду(особенно здоровую). К девяти часам утра

участники проекта застелили свои постели и провели групповую терапию. Затем они могут поиграть на пианино, сходить в тренажерный зал, в сад или прогуляться по лесу. Только шесть человек могут жить одновременно. Несмотря на высокую цену, в reSTART почти не бывает свободных мест. Программа для подростков запущена в 2016 году, все места на ближайшую терапию всегда забронированы на год вперед. Такая ситуация свойственна и для взрослой программы.

Также, большинство филиалов Общества анонимных алкоголиков и наркоманов открыли группы поддержки интернет-зависимых переживающих трудное возвращение к нормальной жизни. Существуют группы для родственников, которые желают вернуть члена семьи для нормального общения [4, с. 69].

Южная Корея.

Южная Корея является одной из стран с наибольшим количеством подключений к Интернету в мире. Интернет-зависимость считается одним из клинических заболеваний. Ее лечение не только дает мягкий эффект в виде временных изменений образа жизни, но и с помощью антидепрессантов.

В ответ на это в Южной Корее врачи заметили серьезный скачок в развитии нового заболевания под названием "цифровое слабоумие". Этот термин относится к снижению когнитивных способностей человека, обычно наблюдаемому у людей, перенесших серьезные травмы головы или психические заболевания.

Следует отметить, что в группу риска входят молодые люди, которые неотделимы от различных гаджетов, чувствуют себя беспомощными без этих гаджетов и полностью полагаются на цифровую память, а не на самих себя [5, с. 88].

По данным Министерства по делам семьи Южной Кореи, в 2015 году около 14% южнокорейских подростков страдали интернет-зависимостью. В том же году издание Business Insider сообщил, что каждый десятый подросток в возрасте до 19 лет в стране зависим от Интернета. Эти статистические данные логически вытекают из повсеместного доступа в Интернет и популярности киберспорта – в стране это национальный вид спорта, который говорит сам за себя.

В целях борьбы с зависимостью правительство в 2011 году ввело "Закон о золушке", запрещающий детям в возрасте до 16 лет не могут играть в онлайн-игры с 10:30 вечера до 06:00 утра. Также существует ограничение на игровой период–30-минутный перерыв каждые 3 часа. Кстати, контроль на запрет времени в игре может быть изменен родителями в сторону увеличения. В 2007 году по всей стране было открыто более десятка реабилитационных центров, а в больнице появилось отделение реабилитации наркоманов. План лечения полностью оплачивается правительством.

Наконец, я хочу отметить, что лечение компьютерной зависимости в Южной Корее гораздо приятнее, чем в Соединенных Штатах. В этом случае нам даже не нужно тратить деньги, и государство заплатит за нас. Однако отношение к клиентам более агрессивное. Также стоит отметить, что в Южной Корее нет никаких новшеств в лечении зависимости от азартных игр, кроме закона Золушки [6, с.8].

Китай.

В последние годы проблема интернет-зависимости серьезно беспокоит китайское правительство. С тех пор как в Китае опубликовал свой первый доклад о молодежной интернет-зависимости в 2005 году, китайское правительство приняло меры для предотвращения распространения этой проблемы. В соответствии с "Законом о защите несовершеннолетних", принятым в 2006 году, законным обязательством правительства Китая стало принятие мер по предотвращению развития интернет-зависимости среди несовершеннолетних.

По данным на 2015 год, около 24 миллионов китайских подростков страдают интернет-зависимостью. Поэтому китайские власти гораздо строже относятся к этому вопросу, чем другие страны. В 2008 году Китай стал первой страной, которая признала интернет-зависимость болезнью, которая поражает молодое население. Сейчас в стране действуют 400 реабилитационных центров, курс лечения может длиться несколько месяцев в зависимости от сложности. Еще в 2004 году в Шанхае появился первый центр реабилитации интернет-зависимых. С тех пор количество центров увеличилось, но стандарт лечения остался почти прежним. Участников лечения заставляли ходить в камуфляжной форме, каждый день устраивать парады, изучать боевые искусства и принимать успокоительные. Обычно лечение длится 3-4 месяца [7, с.5].

Многие молодые люди часами играют в онлайн-игры. Ответственный за один из центров – врач и полковник Народно-освободительной армии Китая. Он рассказал о клинической депрессии, вызванной серфингом в Интернете до 14 часов в день – именно 90% пациентов имеют эту проблему.

Психологи из Университета Гонконга обнаружили, что уровень патологической зависимости от Интернета обратно пропорционален качеству жизни в стране: люди погружаются в виртуальный мир, чтобы избежать стресса в реальном мире.

Пока государство решало, как именно бороться с новой зависимостью, по всей стране стали появляться детские лечебные центры, которые обещали безутешным родственникам, что через месяц их чадо вернется к нормальной жизни. Кому-то в этих центрах действительно помогали, кто-то возвращался оттуда искалеченным, кто-то не возвращался вовсе. Дело в том, что определенного мо-

мента проблеме интернет-зависимости не придавали особого значения, и, как правило, такие реабилитационные центры открывали непрофессионалы. Они считали, что достаточно создать ребенку невыносимые условия существования, и он сам излечится. Поэтому в качестве лечебных процедур часто практиковались безумные марш-броски, голодовки, избиения за малейшую провинность [8, с.155].

Казахстан.

Интернет-зависимость в Казахстане начала рассматриваться как проблема около 5-6 лет назад, но, хотя родители и учителя часто жалуются, «увлечение» Интернетом больше считается достижением цивилизованных технологий. И когда в СМИ появляется информация о том, что некоторые подростки воруют и вымогают, чтобы провести лишний час в Интернете или компьютерных клубах, все списывают на экономическую ситуацию или недостаток образования, и Интернет здесь ни при чем.

В то же время, по оценкам Министерства транспорта, число пользователей Интернета в Казахстане превысило 9 миллионов 400 тысяч. Учитывая, что население республики еще не приблизилось к отметке в 17 миллионов, это не слабая цифра. Несмотря на то, что Интернет в Казахстане – не самое дешевое развлечение, и он «не выдающийся» с точки зрения скорости. Но тем не менее это не мешает подросткам в Казахстане иметь такую проблему как Интернет-зависимость.

На сегодняшний день, в Казахстане данную проблему не относят к заболеванию, поэтому ее не лечат так же как в странах описанных выше. Но проблема есть, она существует, и ее в Казахстане решают путем профилактики среди населения. Проводят встречи со специалистами, беседы, анкетирование, тестирование среди подростков – школьников. Также выпускают статьи, пособия, буклеты и т.д по данной теме.

В настоящее время, в Казахстане увеличилось количество детей и подростков умеющих работать с компьютерными программами и компьютерными играми различной сложности. Существенно изменилась и структура досуга детей и подростков, так как компьютер сочетает в себе возможности телевизора, DVD приставки, музыкального центра, книги [9, с.44].

Можно сказать, что компьютерная зависимость среди подростков становится особенно актуальной в последнее время, так как именно среди подростков выявляется наибольшая часть интернет зависимых.

Рассмотрев представления о проблеме интернет-зависимости, можно сказать, что на сегодня нет общего, единого мнения относительно проблемы интернет-зависимости. Таким образом, из-за недостатка данных и отсутствия единого понимания проблемы также невозможно сделать достоверные выводы относительно факторов, которые вызывают сдвиг мотивации в сторону интернета. Помимо этого остается нерешенным вопрос психологической помощи интернет-зависимым, а это в свою очередь, означает, что и вопрос профилактики интернет зависимости является открытым.

Еще одним важным фактором встал вопрос о внесении Интернет-зависимости в американскую классификацию болезней (DSM– 5). Это говорит о признании важности проблемы Интернет-зависимости, как проблемы общества в целом. На сегодняшний день вводятся поправки в международной классификации болезней о признании Интернет-зависимость расстройством и внесении ее в данную классификацию [10, с.50].

Можно сделать вывод, что проблема Интернет-зависимости, является еще более актуальной в настоящее время. Еще проблема в том, что многие подростки не способны самостоятельно справиться с проблемами и трудностями, вызванным внешним миром, как результат уход в виртуальное пространство, который также не безопасен и может нанести не поправимый вред здоровью.

Список литературы

1. **Антоненко А. А.** Интернет-зависимость подростков от компьютерных игр и онлайн-общения: клинико-психологические особенности и профилактика: Дис. ...канд. психол. наук. М., 2014. 105 с.
2. **Малыгин В. Л.** Интернет-зависимое поведение: Критерии и методы диагностики / В.Л. Малыгин и др. – М.: МГМСУ, 2011. – 32 с.
3. **Котляров А. В.** Другие наркотики или Homo Addicts: Человек зависимый. – М.: Психотерапия, 2006. – 480с
4. **Сепп, М. Л.** Проблема интернет-зависимости у подростков во всем мире / М. Л. Сепп. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2018. – № 43 (229). – С. 288-289.
5. **Шепелева А. А.** Проблема интернет-зависимости в Республике Корея /А.А.Шепелева – Н.: НГТУ, 2018. – 260 С.
6. **Brand M., Young K. S., Laier C.** Prefrontal control and Internet addiction: A theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings // *Frontiers in Human Neuroscience*. – 2014. – Vol. 8.
7. **Blaszczyński A.** Youth and internet addiction in China // *International Gambling Studies*/
8. **Ван Ш. Л., Войскунский А. Е.** Теоретико-эмпирическое исследование становления психологии Интернета в Китае на материале проблемы зависимости от Интернета // *Психолог*. – 2013. – № 4. – С. 155 – 237.

9. **Балонов И. М.** "Компьютер и подросток" М., 2002 г. стр.32-58.

10. **Айсина Р. М., Нестерова А. А.** Киберсоциализация молодежи в информационно – коммуникационном пространстве современного мира: эффекты и риски // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10. № 4. С. 42-57.

ӘОЖ 821.512.122

ЫБЫРАЙ АЛТЫНСАРИН ЖӘНЕ ОНЫҢ ЖЕТІСТІКТЕРІ

Мухамедов Т. А. – *Өңдеу технологиясы және стандарттау кафедрасының аға оқытушысы, ауыл шаруашылығы ғылымдарының магистрі, А. Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті.*

Баяхметова А. М. – *5В072800 – Қайта өңдеу өндірістерінің технологиясы бойынша бакалавриатта білім алушы, А. Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті.*

«Ыбырай Алтынсарин және оның жетістіктері» мақаласында Ыбырайдың өзінің халқы үшін атқарған жұмыстары мен білім саласына әкелген көптеген жаңашылдықтары жайлы қарастырылады. Ыбырай Алтынсарин қандай белеске жетседе жұмысын тоқтатпау үнемі даму үстінде отырған ағартушылардың бірегейі.

Кілттік сөздер: Ыбырай Алтынсарин, халық, отан, тәрбие, білім, тәлімгер.

«Ыбырай Алтынсарин – Қазақстан халық ағарту ісінің тұңғыш елшісі»

Н.А.Назарбаев

Ыбырай Алтынсарин білім берудің даму тарихында оң рөл атқарды, заманауи кезеңде де олар өз маңызын жоғалтпайды. Оның ілімдері көптеген педагогикалық проблемалар көрініс тапқан, оқытуда, тәжірибе мен байқауда жалпы педагогикалық, дидактикалық және әдістемелік көріністердің маңызды ұғымдары енгізілген тұтас және ерекше педагогикалық жүйені білдіреді. Өзінің ағартушылық-педагогикалық қызметінде Ыбырай Алтынсарин тұлғаның адамгершілік негіздерін тәрбиелеуге көп көңіл бөлді.

Қазіргі заманда білім берудің, қоғам мен мемлекеттің маңызды мақсаты – Қазақстанның адамгершілігі жоғары, жауапты, шығармашыл, бастамашыл, құзыретті азаматын тәрбиелеу, оның қалыптасуы мен дамуына әлеуметтік-педагогикалық қолдау көрсету болып табылады. Адамды, оның жағдайын және ішкі өмір сапасын айналып өтіп, заманауи инновациялық экономика құру мүмкін емес. Қоғамның даму қарқыны мен сипаты адамның азаматтық ұстанымына, өмірлік басымдықтарына, адамгершілік нанымдарына, моральдық нормалар мен рухани құндылықтарға тікелей байланысты. Қазақстан Республикасының Тұңғыш Президенті Н.Ә. Назарбаев "Қазақстан-2050 "Стратегиясы: қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты" атты Қазақстан халқына Жолдауында" дамыған бәсекеге қабілетті мемлекет болу үшін біз жоғары білімді ұлт болуымыз керек "деп атап өтті.

Ыбырай Алтынсарин – педагог-ағартушы, жазушы, фольклоршы, этнограф. Алтынсариннің бастамасы мен ана тілінде оқытатын мектептер ашылды. Қазақ балаларына арналған «Ана тілі және орыстілі» оқулықтарының авторы, "ағартушы-прогрессивті қоғам қайраткері, озық идеялар мен білімді таратушы". Ыбырай Алтынсариннің көп қырлы шығармашылығында адамгершілікке тәрбиелеу мәселелері жетекші ориналады.

Әлемге әйгілі ғалым, Нобель сыйлығының лауреаты Альберт Эйнштейн: «Адам күш-жігерінің ішіндегі ең маңыздысы-адамгершіліккеұмтылу. Біздің ішкі тұрақтылығымыз және өміріміздің өзі оған байланысты. Тек біздің әрекеттеріміздегі мораль біздің өміріміздің сұлулығы мен қадір-қасиетін береді. Оны жанды күшке айналдыру және оның маңыздылығын нақты түсінуге көмектесу – білім берудің басты міндеті», – деп атап өтті. Осы аталған гуманистік және ағартушылық идеялар Ыбырайдың өлеңдерде көрсетілген. Өлеңдерінде ол адам туралы және адам үшін ең маңызды моральдық шындықтарды жеткізеді.

Ыбырай Алтынсарин адамның мақтану және арсыздық сияқты жағымсыз қасиеттерін әшкереleyді. "Қыпшақ Сейітқұл" әңгімесімен ол зорлық-зомбылық пен тонау арқылы алынған жақсылық болашаққа кетпейді деген ойды баса айтады. Алтынсарин әңгімелерінің кейіпкерлері – байлықтың иелері, адамдарға жақсылық жасау арқылы ғана адамгершілік тұрғыдан асқақ, ізгілікті болады. Ғалым адамның ең құнды қасиеттерінің бірі ретінде жомарттықты танытады. Ол қазақтардың ежелгі әдет-ғұрпын, адамдар өздерінің зардап шеккен тайпаларына шын жүректен және қайтарымыз көмек көрсеткен кезде де жомарттыққа жатқызады.

Алтынсарин әлем әдебиетінің классиктері – Шекспир, Гете, Байрон, Пушкин, Гоголь, Лермонтов, Фирдоуси, Низами, Навои және т.б. шығармаларын өз бетінше зерттеп, ағартушылық идеялармен шабыттанып, ауылдарға барып, халыққа зайырлы білімнің маңыздылығын түсіндіріп, қаражат