

«АЙФОНОВО» ДЕТСТВО

— Сынок, иди, поиграй во двор с ребятами.

— Мам, там ребят нет — они все сейчас в киберпространстве сидят.

Век технологий принес родителям новую головную боль. Как понять, что важнее — идти в ногу со временем или остаться приверженцем традиционных взглядов и ценностей? Как решить — запрещать, ограничивать или полностью разрешать? И как, собственно, воплотить свое решение в жизнь? На эти и другие вопросы можно найти ответы в данной методической рассылке. Социологи фиксируют и рапортуют: современные дети уже разбираются в цифровых технологиях лучше взрослых. В Великобритании провели глобальное исследование: специалисты компании Ofcom, специализирующейся на коммуникациях и средствах распространения информации, разработали особый «цифровой коэффициент» DQ, указывающий на степень владения всевозможными гаджетами. Вот и получилось, что у взрослых старше 45 лет коэффициент равен 96-ти, а у шестилетних малышей он — 98. Самый высокий показатель у подростков: 113. В других странах до коэффициента еще не додумались, но ситуация приблизительно такая же. В Нью-Йорке недавно выяснили, что четверо из пяти 6-летних детей в совершенстве владеют айфонами, но не умеют завязывать шнурки. Французский опрос начала года показал, что 91% десятилеток проводят по 2-3 часа в день в соцсетях, и только 50% встречается с друзьями вживую где-нибудь, кроме школы. Институт Барселоны огласил результаты исследования — 58% школьников в Испании просят на день рождения смартфон, 12% — приставку и еще 18% — плеер. Парадокс Интернета: он соединяет людей, находящихся далеко, но разъединяет с теми, кто находится рядом. Для современного человека очень важно уметь пользоваться цифровыми технологиями. Это дает нам невероятные возможности для хранения, передачи и поиска информации. Вся информация преобразована в двоичный код 0-1. Вот почему мир стал называться «цифровым». Многие считают, что цифровая революция изменила общество гораздо больше, чем техническая революция. Мы с вами находимся в эпицентре этого влияния. Цифровые устройства оказались в руках наших детей. Теперь у них появились возможности: — доступ к любой информации — множество сетевых развлечений — круглосуточное общение друг с другом. Они должны стать самостоятельными людьми со своими собственными идеями, намерениями, смыслами. В чем же проблема? Вроде

бы это прогресс? Большинство людей и считают, что это прогресс. Тем не менее, у родителей возникают сложности с воспитанием детей. Дети проводят перед мониторами как никогда много времени. С какими проблемами сталкиваются родители, воспитывая своих детей в век цифровых технологий? Собственно проблема заключается в том, что это не то, что нужно детям, с точки зрения установления привязанности. Более того, цифровые устройства препятствуют этому. В чем же проблема с прямым и непосредственным доступом к информации, как это на нас влияет? Прежде всего, нам необходимо разобраться с таким понятием как внимание. Люди всегда страдали от информационной перегрузки (а кто-то из вас страдает прямо сейчас). Внимание работает так: 98% поступающей информации оно отбрасывает в пользу осознания оставшихся 2%. Механизм внимания всегда готов отфильтровать лишнее, когда дело доходит до обработки информации при избыточной стимуляции. Угадайте, что происходит, когда дети смотрят в экран? Фактически это вызывает более активную ответную реакцию регуляции, активизируется дополнительная защита от информации, просто потому, что как будто ребенок стоит под пожарным шлангом, из которого на него хлещет информация. Этот поток активизирует защитные механизмы. Он фактически мешает тому процессу развития мозга, о котором нам сейчас известно. Раньше мозг считали компьютером, процессором по обработке информации, в который закладывается информация, а он ее обрабатывает. Однако это не так. Мозг — это «решатель задач». Связи в мозгу возникают для решения задач, и мы знаем сейчас, что связи для решения задач развиваются через игру. Игра – это самая важная часть развития. Мы сажаем детей перед экранами, и это мешает возникновению игровой деятельности. Игра необходима для развития мозговых связей, которые позднее используются в школе. Мозг не развивается благодаря знанию алфавита, от изучения цифр, от получения информации, потому что может обработать лишь столько, сколько нужно ему для развития, и развивается он не через получение, а через преобразование информации в его собственный мир. Прямой доступ к информации разрушает зависимость детей от взрослых. Раньше в некоторых вопросах родитель мог быть авторитетом. Сейчас дети успевают попробовать что-то, прежде чем взрослый заканчивает это осознавать. Порой дети знают по любой теме больше взрослого. Родитель перестал быть источником информации. В чем же проблема? Проблема в том, что с воспитательной точки зрения дети всегда могли опереться на своего взрослого, зависеть от него, потому что родители были источником всего этого: компании, пищи и информации. Сейчас доступ к информации подрывает способность родителя контролировать содержание, контекст и

длительность воздействия этой информации. Родители потеряли концепцию «готовности». Дети знают намного больше о сексуальности и сексуальных контактах. Благодаря психологии развития теперь мы знаем, что наличие информации не приводит к решению задачи. Необходимо, чтобы у ребенка было любопытство, чтобы он хотел знать разные вещи, чтобы он чувствовал себя действующим лицом в процессе, чувствовал, что это его любопытство, ему интересно, он появляется из осознания им собственных смыслов разных вещей. Откуда это берется? Это появляется, когда утолена нужда в привязанности, близость в контексте связи, с кем-то, кто дает ему больше, чем он просит, во взаимоотношениях с родителями, учителями, теми, кто заменяет родителей. И когда появляется самоосознание, появляется игра. Ребенок входит в игру, переселяется в ее мир, и его мозг начинает лучше решать задачи. И когда это происходит, ребенок начинает искать информацию в результате пробуждения любопытства. Одно из печальнейших исследований университета Южной Калифорнии показало, что время, проведенное ребенком вместе с семьей, за последние десять лет упало на треть. И это в 30 странах! Это место занимает время, проведенное перед экраном. Мы теряем контекст воспитания наших детей. Ребенку нужно не больше информации, а больше контакта, близости и приглашение существовать в нашей жизни. Дети должны напитаться этим, и лишь тогда они станут самостоятельными существами. А сейчас у детей беспрецедентными темпами возникает скука, а когда им скучно – они ищут больше информации и больше социальной стимуляции, но это не помогает справиться со скукой. Слово «скука» (bore) в английском языке имеет еще одно значение: «дыра». Это ощущение дыры, которую нужно чем-то заполнить. Мы всегда пытались заполнить ее своим появившимся «я», интересом, любопытством, вопросами о своем мире, а сейчас пытаемся заполнить информацией и стимуляцией, но беда в том, что информация не помогает. Видеоигры и проблемы воспитания детей. Видеоигры не способствуют связи поколений и не помогают первичной адаптации к потерям и поражениям. Современные игры — это игры на интерес. В них нет проигрыша. Почему? Потому что всегда есть новый уровень, новая попытка. Все электронные игры — не насовсем. Для ребенка игра - это способ встречи с потерей и утратой, раньше дети играли с этими вещами, поскольку они значили не так уж много, и они готовили детей к потерям, к принятию, к адаптации. Видеоигры не дают возможности совершенствовать умения и мастерство, лишают детей возможности взаимодействовать, перебивают всякий аппетит к сближению и тесному общению. Настоящую тревогу вызывает то, что у человека появляется болезненная тяга к победе. Есть

интересные статистические данные относительно жен геймеров (игроков). На первом месте среди всех жалоб – мужья теряют всякий интерес к эмоциональной, психологической и сексуальной (телесной) близости. Игра их полностью поглощает. Игра перебивает аппетит, и человеку больше не хочется тесных и близких отношений. Болезненное стремление побеждать происходит при активации нейронов, отвечающих за привязанность. Человек становится крайне зависимым от игры. Чем опасно общество, внутри которого социальное общение построено на цифровых технологиях? Ключевое слово — «социальное». Нарушается связь между поколениями. Первичная связь между людьми больше не дает возможности осуществиться привязанности. Возьмем простое приветствие. Жители французского Прованса, люди многовековой культурной традиции, прежде чем начать взаимодействие, сначала вовлекают друг друга в диалог. Поймать взгляд, потом улыбка, кивок. Как только задействованы инстинкты привязанности, ребенок инстинктивно хочет вести себя хорошо, слушаться старшего, соглашаться на его предложения. Благоприятная связь установлена. Именно это полностью отсутствует в смс и в социальных сетях. По телефону нельзя улыбнуться, встретиться глазами и кивнуть. В социальных сетях и в цифровой культуре сначала общение и только потом – вовлечение в общение. Никаких «глаз, улыбок, кивков». Инстинкты привязанности не срабатывают. Общение совершается в ущербных условиях. Мы не были созданы для такого. Существуют определенные схемы взаимодействия и общения, по которым для начала надо просто поздороваться, встретиться глазами друг с другом, мы должны понять, что нас приглашают в диалог, мы должны получить ответный кивок на наш кивок, улыбку в ответ на улыбку. В противном случае общение может стать опасным. Такой тип общения опасен, в том числе и для наших детей. Общение в социальных сетях слишком поверхностно и направлено на то, чтобы участники не получили травму от общения. Между людьми не существует никакой эмоциональной близости, в социальных сетях вообще нет места глубоким эмоциональным переживаниям и психологической близости. Вся энергия распыляется. Взамен остается бешеная активность, направленная исключительно на поиск поверхностного контакта. В таких условиях отношения между людьми не могут развиваться, как следует, у человека нет никакого желания налаживать связь и идти на близкий контакт. У Шерри Теркилс, ведущего ученого в области цифровых технологий, есть прекрасная книга «Вместе в одиночестве». Вот цитата из этой монографии: «Сегодня мы чувствуем себя беззащитными в общении с другими людьми, в то же время в стремлении к этой близости мы обращаемся к компьютерным технологиям, чтобы вступить в отношения и –

чтобы полностью от них защититься». Как результат – ненормальная, поверхностная, болезненная привязанность к соцсетям. От этого необходимо защитить детей. Это состояние подрывает и душит на корню все сложные и тонкие процессы отношений в семье и полностью уводит детей от родителей, которые должны заниматься их воспитанием. Сегодняшние технологии построения привязанности заставляют выбирать в партнеры по общению не взрослых, а сверстников. Те, кто разбирается в новых технологиях, будут искать общения только с равными. Компьютерные приборы нового поколения в руках наших детей делают их ближе друг к другу, и не включают в систему иерархии взрослых. Социальные сети и цифровые технологии убивают саму природу общения, тем самым отдается предпочтение поверхностному контакту, а не глубокой эмоциональной и психологической близости. Все умения должны формироваться по мере готовности ребенка к их освоению – своевременно. Здесь уже идет речь об этапах развития детской психики. Говоря о воспитании детей в век цифровых технологий, мы также должны учитывать зрелость и готовность ребенка к встрече с цифровыми устройствами. К жизни в информационном мире ребенок действительно готов:

- Не раньше, чем у ребенка появились его собственные идеи, вопросы, цели, творчество — только в этом контексте.
- Не раньше, чем у ребенка появилась жажда к познанию – только в этом контексте.
- Не больше информации, чем требуется для решения определенных проблем и не больше, чем может быть усвоено. Ребенку также необходимо созреть и быть готовым к видеоиграм и сетевым развлечениям.
- Только после того как ребенок осознал тщетность ухода от реальности и научился решать проблемы в реальной жизни.
- Только после того как ребенок принял самого себя и утвердился в том, что он хочет быть собой, а не кем-то другим.
- Только после того как ребенок научился переживать потери и поражения, и он не испытывает болезненной тяги только побеждать. Ребенку необходимо созреть и быть готовым к общению с ровесниками посредством цифровых технологий.
- После того как близкие отношения с родителями сформированы;

- После того как выработана способность оставаться собой при общении с ровесниками;
- После того как отпадает желание быть признанным ровесниками и быть принятым в их компанию;
- После того как налажены крепкие отношения с взрослыми, которые несут ответственность за ребенка.

О ЧЕМ СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ РОДИТЕЛЯМ.

1. Выставлять фиксированное время (с 4 до 6 или просто любые 2 часа в день). За родителей это может сделать соответствующая программа.
2. Досуг. Чтобы в остальное время ребенок не чувствовал утраты чего-то важного, нужно организовать его досуг. Тогда у него не возникнет ощущение потери интересного дела, не будет скуки. Досугом могут быть соответствующие возрасту ребенка занятия, в каждом возрасте есть свой интерес, который его «разогреет» и переключит с виртуального на реальный мир. Для дошкольников – это игра, для младших школьников – информационно-развлекательные занятия: квесты, образовариумы, танцы, спортивные секции, кружки и т.д.
3. Совместная работа в интернете, выполнение заданий для родителей по поиску полезной информации, нахождение дополнительного или иллюстративного материала к домашним заданиям по отдельным предметам и многое другое, может отвлечь ребенка от того негативного, с чем он сталкивается в соцсетях. Это работает даже с подростками. Такой формат взаимодействия с интернетом и гаджетами не навредит ни детям, ни родителям. Да, возможно вы все равно когда-то столкнетесь с истерикой ребенка «не хочу выключать компьютер» или сопротивлением подростка «я сам знаю, сколько мне сидеть в интернете и с кем общаться», это неизбежно, в целом управлять процессом будете ВЫ.

Безопасный интернет существует, для этого нужны:

1. Программы по регулированию нахождения в сети ребенка. Включенность родителя в жизнь ребенка – его интересы, знакомство с друзьями, общение с учителями, преподавателями
2. Беседа с детьми на разные темы
3. Доброжелательная атмосфера дома

4. При необходимости — привлечение специалистов (психологов, тренеров). Сегодня родителю совершенно необходимо понимать, что отлучая ребенка от гаджетов, он не только закладывает бомбу замедленного действия в свои взаимоотношения с ребенком (которому сложно смириться с тем, что ему нельзя то, что можно всем остальным), но и обрекает его на заведомо проигрышную позицию в будущем. Человек должен идти в ногу со временем, и если нынешнее время предписывает нам пользоваться гаджетами, значит, чем лучше ребенок освоит их, тем проще ему будет добиться поставленных перед собой целей. Именно поэтому важно не только разрешать ребенку пользоваться гаджетами ради развлечения, но и объяснять и показывать ему, как и зачем ими пользоваться с толком. Ведь на самом деле современные технологии – это колоссальная помощь в образовательном процессе: никогда еще обучение и саморазвитие не было таким интерактивным и привлекательным. Это главная причина, по которой во всех школах должны быть компьютеры с выходом в Интернет. Она же заставляет руководителей детских домов задумываться над тем, чтобы приобретать различные гаджеты – хотя бы в общее пользование. Ведь детям, у которых нет семьи и дома и которым нигде увидеть современное разнообразие всевозможных технических примочек, тоже нужно вырасти современными людьми. В памятке британских учителей сказано: не мешайте, а помогайте. Не позиционируйте свое стремление ограничить ребенка как запрет, — преподнесите его как совет. Введите строгое расписание на телевизор и игры с самого детства, объяснив это необходимостью организма отдыхать от подобных нагрузок; на каждую минуту игры – две минуты прогулки в счет заботы о физическом развитии; имейте пароли от аккаунтов в соцсетях и договоритесь с ребенком (особенно если речь о подростке), что вы можете заходить и проверять, с кем он в переписке – ради безопасности. Родителю поможет: каждый раз после игры или «сеанса» интернета обсуждать с ребенком, что именно он делал – что удалось или не удалось в игре, чего интересного он прочитал в сети, с кем общался. Не ради безопасности, а для поддержания отношений. Дело не в технологиях – технология сама по себе не может быть плохой. Но мы должны понимать возможности технологии и знать о возможной зависимости человека от технологии. И если мы будем понимать, что детям на самом деле необходимы контакт и эмоциональная близость, которые только мы можем обеспечить, мы сможем достичь успеха.

Педагог-психолог
Панкевич О.Ю.