

В. Н. Друзин

Профилактика игровой компьютерной аддикции подростков в детских оздоровительно-образовательных лагерях

В статье рассматриваются возможности осуществления работы по педагогической профилактике игровых компьютерных аддикций в условиях детских оздоровительно-образовательных лагерей и предоставляется описание авторской программы профилактики игровой компьютерной аддикции подростков.

Ключевые слова: игровая компьютерная аддикция, детский оздоровительно-образовательный лагерь, подростковый возраст, сюжетно-ролевая игра, профилактика аддиктивного поведения.

V. N. Druzin

Computer Game Addiction Prevention in Children's Summer Camps

The article exposes the possibility of computer game addiction prevention in children's summer camps and represents the author's programme of teenagers' computer game addiction treatment.

Key words: computer game addiction, children's summer camp, juvenile age, a role-playing game, prevention of addicted behaviour.

Аддиктивное поведение есть форма отклоняющегося поведения личности с формированием склонности к уходу от реальности, характеризующаяся зависимостью от определенных веществ, предметов или деятельности. Компьютерная игра может быть одним из видов деятельности, приводящих к подобной зависимости. В США и Западной Европе о проблеме игровой компьютерной аддикции в связи с бурным развитием информационных технологий заговорили еще в конце 80-х, в странах СНГ она стала актуальной только в новом тысячелетии. Поэтому сегодня необходимы меры по разработке и реализации профилактики (и коррекции) игровой компьютерной аддикции молодежи. В информационном обществе эта профилактика должна осуществляться в различных образовательных учреждениях, и в первую очередь, в школе, поскольку именно она обладает преимуществом массовости воспитательного воздействия. Однако на сегодняшний день наиболее реальной такая работа представляется в учреждениях дополнительного образования, прежде всего, в детских оздоровительно-образовательных лагерях (ДООЛ).

Необходимость и целесообразность профилактики игровой компьютерной аддикции в условиях ДООЛ определяется рядом факторов. В-первых, одним из главных принципов профилак-

тики является ее непрерывность и регулярность. Ее эффективность значительно снижается в каникулярное время, которое дети проводят вне образовательного учреждения. Неструктурированность и бесконтрольность проведения досуга способствуют приобщению детей к различного вида аддикциям, в том числе, игровой. В данном отношении ДООЛ обладают возможностями не только для организации активного отдыха детей, но и для реализации профилактических программ как продолжения процессов профилактики в школе. Таким образом, одной из задач ДООЛ по профилактике игровой компьютерной аддикции является закрепление умений и навыков, формируемых в ходе профилактики в образовательных учреждениях. Во-вторых, во время пребывания подростков в лагере значительно снижается негативное воздействие на них социальной среды. Отсутствие компьютерных игр в совокупности с созданием новой среды социального взаимодействия создают благоприятные условия для моделирования новых форм поведения в специально создаваемой воспитательной среде. В-третьих, особенность режима лагеря позволяет осуществлять комплексное непрерывное педагогическое воздействие на ребенка постоянно, что значительно повышает эффективность профилактики.

Особенности ДООЛ как временного объединения детей и подростков, такие как ограниченный срок существования коллектива, разнородный и разновозрастной состав, автономность существования, четко обозначенное пространство социального взаимодействия определяют специфику организации данной профилактической работы.

Очевидно, что одним из основных направлений профилактики в лагере является предоставление альтернативной деятельности подросткам, вариантов которой значительно больше, чем в условиях общих образовательных учреждений. Естественное природное окружение, активно используемое в профилактической работе, не только обогащает альтернативную деятельность вариативными формами, но и создает условия для формирования жизненно важных навыков. Неотъемлемой частью лагерной жизни является трудотерапия, основанная на принципах частичного самообеспечения жизни лагеря, также способствует адекватному взаимодействию подростков с окружающим миром.

Кроме того, ДООЛ имеет больше возможностей для эффективного использования активных методов обучения (тренинг, сюжетно-ролевые игры, моделирование проблемных ситуаций и др.), которые органично включаются в жизнедеятельность ребенка в лагере, создавая условия для мотивации подростка на познание и саморазвитие. Формированию и закреплению навыков здорового образа жизни способствует реализация спортивной деятельности в лагере. Вариативность спортивных мероприятий, соревнований, туристических походов создают поле индивидуальной самореализации подростка. Досуговое направление деятельности ДООЛ, основанное на включении каждого ребенка в творческие мероприятия способствуют развитию организаторских и коммуникативных умений, развитию креативности.

Можно выделить несколько базовых принципов профилактики игровой компьютерной аддикции в условиях ДООЛ: принцип субъектного включения подростков во все мероприятия лагеря; смена видов деятельности; выбор оптимального времени работы с подростками; принцип частичного самообеспечения жизнедеятельности. Профилактика игровой компьютерной аддикции в условиях ДООЛ должна являться логичным продолжением профилактики, осуществляемой в школе или других образовательных учрежде-

ниях, постоянно посещаемых ребенком, и должна быть нацелена на закрепление их результатов.

Организация деятельности детей в ДООЛ позволяет расширить возможности профилактики в сравнении с другими учреждениями образования и создать комплексную систему этой работы. Рассмотрим ее основное содержание на примере авторской программы профилактики игровой компьютерной аддикции подростков в ДООЛ.

Основной *целью* профилактики игровой компьютерной аддикции в условиях ДООЛ является развитие личностных и социальных качеств подростка, способствующих формированию поведенческих барьеров, препятствующих появлению игровой компьютерной аддикции. Данная цель, реализуется в *задачах* социального (группового) и личностного развития подростка. Задачами социального развития являются, к примеру: формирование навыков групповой кооперации и конструктивного социального взаимодействия; изменение социальных норм общения на более конструктивные; диагностика проблем социализации, выявление аутсайдеров и создание условий для их включения в групповую деятельность; гармонизация групповых отношений, формирование микро-групп и оптимизация взаимодействия между ними; развитие чувства общности, доверительных отношений; формирование чувства своей личностной значимости для группы и для социума. Задачи внутриличностного развития заключаются в формировании адекватной самооценки, в тренировке и развитии волевых качеств, в преодолении барьеров страха, в тренировке навыков принятия ответственных решений, в формировании ценностного отношения к себе и своему здоровью. Отдельной группой задач, решаемых в ходе профилактики, являются задачи направленные на нормализацию типов взаимодействия с компьютерной игрой.

Основной концептуальной идеей программы является необходимость и целесообразность организации профилактики игровой компьютерной аддикции через субъектное включение детей в глобальные сюжетно-ролевые игры, построенные по мотивам компьютерных. Данная идея обосновывается 2-мя факторами. Во-первых, самой сущностью компьютерных игр как социально-педагогического явления. Компьютерные игры гораздо больше привлекают подростков, чем обычные, и имеют ряд значительных преимуществ, поэтому необходимо использовать их педагогический потенциал в построении программ профилактики. Подростков в компьютерной игре

привлекают, в первую очередь, захватывающие приключения, полные неожиданностей и испытаний, риск, познание особенностей и возможностей своего игрового персонажа, отдых, получение удовольствия, общение. Эти потребности подростка могут и должны быть использованы при создании реальной сюжетно-ролевой игры [1, 2]. Как показал наш опыт, построение программы профилактики по такому принципу значительно повышает интерес к участию в играх, увеличивает мотивацию к включению в профилактическую деятельность, что значительно усиливает ее эффективность. Во-вторых, данная идея обосновывается интерактивностью программы, которая позволяет детям расширить представления о способах удовлетворения своих потребностей, о своих возможностях, стимулирует их к активной работе. Детям гораздо интереснее получать новый опыт, знания через непосредственную активную деятельность, чем через участие в «скучных» беседах и надуманных упражнениях.

Моделируемые в игре условия реального риска, как ничто другое, развивают внутренние силы подростка, учат делать правильный, социально одобряемый выбор, обеспечивают формирование ценностного отношения к своему здоровью. Такое возможно только в ситуации реального моделирования специальных рисков в условиях сюжетно-ролевой игры.

Созданная нами сюжетно-ролевая игра выступает одним из системообразующих блоков программы, включающей детей в интересную для них деятельность. Наполняемая увлекательными для них действиями, она способствует более эффективной реализации целей профилактической работы. Такая игра должна включать в себя основные элементы компьютерных ролевых игр, создаваться по мотивам наиболее популярных из них (например «World of Warcraft»). Каждый участник получает свою игровую роль, обладает отличительными игровыми характеристиками, развивает их в процессе игры, выполняя игровые задачи. Каждый из игроков способен самостоятельно избрать путь решения игровых ситуаций, стиль игры. Данное разнообразие позволяет также избрать индивидуальный способ решения игровых ситуаций. Так, для того чтобы получить один из ключей, открывающих доступ к прохождению основного испытания в команде, игрок-воин может сразиться с мастером игры, маг – применить заклинание, следопыт – просто поговорить. При решении групповых задач не-

обходима совместная деятельность игроков разного класса (пример: чтобы добыть один из артефактов для прохождения испытания, необходим паладин, который несет артефакт; маг, способный создать заклинание, открывающее сундук с артефактом; воин, чтобы победить хозяина сундука; следопыт, чтобы выяснить у мастера игры местонахождение сундука). Необходимость группового взаимодействия также обуславливается невозможностью прохождения всех испытаний в одиночку. При участии в прохождении испытаний и групповых баталиях необходимо группироваться в отряды. Такие отряды зачастую формируются спонтанно и не имеют постоянного состава, что повышает эффективность социального взаимодействия между игроками, развивает навыки социального общения и взаимодействия.

Содержательно наша игра представляет собой процесс прохождения различных заданий, так называемых «квестов» и игровых испытаний, для выполнения которых подросткам необходимо актуализировать и активизировать как групповые (взаимоуважение, умение слушать, конструктивное лидерство), так и личностные ресурсы (планирование, самоконтроль, ответственность за партнера, доверие). Причем уровень сложности испытания изменяется так, чтобы команда не смогла пройти его, не активизировав эти качества. Выработанные группой способы прохождения испытаний помогают им справиться с заданиями, учат рациональному распределению ролей, эффективному социальному взаимодействию. Помимо основных испытаний, в игре предусматриваются непредвиденные препятствия, которые способствуют созданию экстремальных условий на грани возможности их преодоления группой и каждым участником в отдельности.

Сюжетно-ролевая игра является оболочкой, в которую органично встраиваются основные способы профилактики игровой компьютерной аддикции. Одной из основных форм реализации целей профилактической работы является проведение психолого-педагогических тренингов. Структура тренинга включает в себя 3 этапа. Подготовительный нацелен на создание эмоционального настроя и мотивации на сотрудничество в решении поставленных задач. Для этого используются следующие методы: притчи настраивания, терапевтические метафоры, философские сказки. Далее следует разминка, направленная на эмоциональное раскрепощение при помощи разминочных игр, игр-аттракционов. Основной этап

направлен на создание проблемных ситуаций, удержание группы на разрешении этих ситуаций, на поддержание высокого уровня эмоционального напряжения (основные методы: проблемные ситуации, круг обсуждения, записи группы). Заключительный этап нацелен на эмоциональную рефлексию, мотивирование – на следующий тренинг, для чего могут использоваться такие методы, как круг общения (все делятся своими эмоциональными переживаниями), упражнения на расслабление, притчи и др.

Основными методами, используемыми при организации тренингов, являются: притчи и метафоры настраивания, основанные на использовании аналогий для иллюстрации актуальной проблемной ситуации, на формировании у участников уверенности в своих силах; проведение логического обоснования, позволяющего отсортировать возможные способы решения проблемной ситуации за счет логического анализа, прогнозирования последствий разных путей решения; помощь в реагировании неконструктивных эмоций (в форме смеха, слез, активного действия и др.), позволяющая снять напряжение; аутогенная тренировка, заключающаяся в создании тренером или всей группой формул для самовнушения, которые впоследствии проговариваются участниками; ролевое проигрывание, предполагающее моделирование различных реальных и идеальных ситуаций для тренировки новых способов поведения; анализ ситуаций при помощи групповой дискуссии с обсуждением реальных или вымышленных ситуаций и моделированием процессов их решения; социальные пробы, предполагающие осуществление конкретных действий подростком в специально запланированных жизненных ситуациях, что позволяет пройти своеобразное социальное закаливание, освоить новые способы поведения.

Тренинговый блок программы состоит из 10 тренингов, проводимых с подростками в течение основного периода лагерной смены. Каждое тренинговое занятие проводится в течение 45–60 минут и имеет логически завершенную структуру.

Внедрение такой программы профилактики игровой компьютерной аддикции подростков в деятельность ДООЛ показало ее эффективность. Свидетельством эффективности программы профилактики выступают изменения показателей по основным диагностическим критериям: социализированность подростков, уровень их враждебности и агрессивности, тип контроля жизненных

ситуаций. Так, в группе подростков – участников программы, в целом, снизилось число аутсайдеров, большая часть из них стала с охотой включаться в социально значимую деятельность. Подростки научились адаптироваться к сложным и постоянно меняющимся условиям. У детей к концу программы были отмечены умения контролировать эмоции и подчинять свои интересы интересам группы, снизилось стремление к социальной изоляции, автономному существованию в игре. Так, в начале реализации программы многие дети выбирали индивидуальные способы решения игровой задачи, ближе к концу преобладала кооперация, сотрудничество. В целом, дети стали чаще проявлять социальную активность. Помимо этого, изменилось отношение детей к основным способам игрового взаимодействия: в начале смены подростки чаще избирали асоциальные способы решения игровой задачи, в процессе игры стали возникать более приемлемые формы, которые вскоре вытеснили остальные. Сами дети отмечали, что гораздо интересней решить игровую задачу путем преодоления испытания, детективного расследования, чем совершить для этого игровую кражу или убийство. Также было обнаружено снижение уровня физической агрессии, подозрительности и вербальной агрессии. Подростки отмечали, что они научились контролировать проявления агрессии, конструировать адекватные, неагрессивные пути решения трудных ситуаций, осознали несостоятельность агрессивных моделей решения проблем. Снизилась и общая враждебность по отношению к окружающему миру. Изменился показатель локуса контроля, например, преобладавший до проведения опытной работы экстернальный тип контроля жизненных ситуаций: подростки осознали, что их удачи или неудачи определяются личностными особенностями, и, следовательно, используя свои личностные ресурсы, можно изменить любую ситуацию и решить любую проблему.

Можно утверждать, что работа по педагогической профилактике игровых компьютерных аддикций должна входить в число направлений деятельности современных образовательных учреждений. Необходимость создания единой системы профилактики во всех образовательных учреждениях обуславливается все возрастающей актуальностью проблемы зависимости детей от компьютерных игр. Различные зарубежные исследования выявляют симптомы игровой аддикции у значительного числа компьютерных игро-

ков (от 15 % до 40 %) [3, 4, 5]. К сожалению, доля таких аддиктов продолжает расти, особенно среди молодежи, поэтому на Западе меры по профилактике и коррекции игровой компьютерной аддикции граждан предпринимаются и на государственном, и на общественном уровнях.

Библиографический список:

1. Allison, S. E. [etc.] The Development of the Self in the Era of the Internet and Role-Playing Fantasy Games [Text] / Allison, S. E. [etc.] // The American Journal of Psychiatry. – 2006. – V. 163. – P. 381–385.
2. Clark, N., Scott, P. S. Game Addiction: The Experience and the Effects Allison, S.E. [Text] / Clark, N., Scott, P.S. – Jefferson: McFarland and Company, 2009. – 203 p.
3. Funk, J. B. Reevaluating the Impact Video Games [Text] / Funk, J. B. // Clinical Pediatrics. – 1993. – V. 32, issue 2. – P. 86–90.
4. Griffiths, M. D. Videogame Addiction: Further Thoughts and Observations [Text] / Griffiths, M. D. // International Journal of Mental Health and Addiction. – 2008. V. 6, issue 2. – P. 182–185.
5. Young, K. S. Internet Addiction: the Emergence of a New Clinical Disorder [Text] / Young, K. S. // Cyber Psychology and Behavior. – 1998. – V. 1, issue 3. – P. 237–244.