

Пойманные Сетью: подросток в Интернете

16 ноября в рамках проекта WEB-совет Городской психолого-педагогический центр провел вебинар «Пойманные сетью: подросток в Интернете». На актуальные вопросы о поведении детей и подростков в интернет-пространстве ответили эксперты WEB-совета заместитель директора ГППЦ кандидат медицинских наук Нина Владимировна Середенко, старший методист Службы неотложной психологической помощи ГППЦ Наталья Николаевна Васильева и методист ТО «Басманное» ГППЦ Ростислав Александрович Прокопишин. Вела вебинар руководитель отдела методической и инновационной деятельности ГППЦ кандидат психологических наук, доцент Елена Викторовна Ушакова.

Кто попадает в ловушку?

Современные дети не просто пользуются Интернетом – они в нем живут. Для них это естественная среда обитания. Каждый ищет себе единомышленников в Сети и успешно находит. При этом одни ориентированы на позитивную информацию, полезные ресурсы, а другие буквально застревают на вредных сайтах, оказываются в деструктивных группах, теряют связь с реальностью.

Почему подростки попадают в интернет-зависимость? Чтобы ответить на этот вопрос, Р.А. Прокопишин напомнил, что Интернет это в первую очередь – маркетинговая среда, где подбирают ключи абсолютно к любым категориям пользователей. Это агрессивная информационная сфера, в которой нет сдерживающих механизмов. Здесь прекрасно учитываются все возрастные особенности.

Дети ведут себя в сети примерно как в супермаркете, где им хочется всего и сразу. Все это ведет к непредсказуемым последствиям для детской психики. Но виновен ли Интернет в том, что дети попадают в его ловушку? По мнению эк-



спертов – нет. Интернет – всего лишь лакмусовая бумажка их склонностей и увлечений.

По словам Н.Н. Васильевой, каждый ребенок находится в собственной уникальной социальной ситуации. Если среда, в которой развивается ребенок, деформирована из-за непонимания или насилия в семье, он переживает боль от потери близкого человека, в школе подвергается травле, тогда и в Сети он тоже становится мишенью и жертвой. Компьютер – всего лишь технологическое устройство, которое может выступать как огромная линза, усиливающая все негативные эффекты.

Признаки интернет-зависимости

Можно ли по внешним признакам определить, что ребенок пойман Сетью, и когда нужно бить тревогу? Главным и самым точным критерием для определения степени интернет-зависимости Р.А. Прокопишин считает время, которое ребенок проводит в Сети. Это ситуация, когда сын, дочь мельком, односложно разговаривают с родителями, не выходя из контакта с социальной сетью, не отрываясь от мобильного устройства, ибо центр внимания ребенка расположен в виртуальной реальности.

– Ответы одинаковые, выражение лица холодное, отстраненное, ребенок уже не делится с родителями своими переживаниями, – пояснила Н.Н. Васильева. – По формальному признаку это может быть вполне благополучная ситуация: он ходит в школу, нормально учится. Но появляется отстраненность, строится граница между ним и родителями.

Существенный признак неблагополучия, который могут заметить взрослые в семье, – появление у ребенка фейкового аккаунта. Это страница в социальной сети, созданная под вымышленным именем. Само имя, как правило, уже характеризует направленность аккаунта.

Опасный симптом – увлеченность специфической литературой. Например, раньше ребенок читал неохотно, и вдруг начинает изучать литературу специфической тематики.

Следующий признак – когда ребенок выходит в Сеть поздно ночью. Он не высыпается, его невозможно разбудить в школу, потому что он провел большую часть ночи в Интернете, общаясь со своими виртуальными друзьями.

Когда ребенок понимает, что его деятельность социально не желательна, он старается спрятаться от взрослых – включает монитор или закрывает ноутбук, когда входят родители.

Заменил ли Интернет маму и папу?

– В некотором плане мы сейчас живем

Главным и самым жестким критерием для определения степени интернет-зависимости является время, которое ребенок проводит в Сети

в мире будущего, в мире фантастики, когда Интернет начинает заменять и маму, и папу, – отметил Р.А. Прокопишин. – Если родители выполняют обслуживающие функции и не занимаются воспитанием ребенка, естественно, он ищет тех, кто его будет воспитывать, и находит Интернет. Основные оценки и социальные нормы он начинает брать оттуда. Куда именно он попадет в Сети, определяется только его интересами, системой ценностей, и тем, что ему важно в настоящий момент. Ребенок попадает в маркетинговое пространство, где он рассматривается как потребитель информации и источник намерений. Нередко его провоцируют на какие-то действия, он в свою очередь принуждает родителей к покупкам. Между родителями и Интернетом начинается борьба.

Что же должны делать родители? Запретить пользование? Постоянно подходить и навязывать свое общение? Чтобы в этом разобраться, надо посмотреть, как изначально были построены отношения в семье.

– Когда у ребенка нет эмоциональной близости с родителями и дома он не получает достаточного внимания, он как бы убегает из реального мира, где он обделен пониманием, в мир виртуальный, где, как ему кажется, он может быть принят, – подчеркнула Н.В. Середенко. – Но если с раннего детства ребенок чувствовал понимание и поддержку, то в подростковом возрасте это, скорее всего, поможет избежать попадания в интернет-зависимость.

Как исправить ситуацию в семье?

– Нередко родитель видит проблему, но закрывается от нее, – говорит Н.В. Середенко. – Он словно прячется: «Я в домике и не вижу, что происходит с моим ребенком». Потому что иначе он должен что-то делать, а на это не всегда есть силы, время и эмоциональные ресурсы. Это тоже такая позиция, с которой мы сталкиваемся в ходе консультирования.



Допустим, мама заметила все эти признаки. Какими должны быть ее действия? Она не может напрямую запретить ребенку пользоваться Интернетом, поскольку это вызовет сопротивление.

– Прежде всего, нужно попытаться с ребенком поговорить, – отвечает Н.Н. Васильева. – Если вы видите, что разговор не дает достоверной информации, у вас остаются сомнения, воспользуйтесь собственным аккаунтом в той же социальной сети – посмотрите, чем заинтересован ваш ребенок, что он делает, что именно находит в Интернете.

Подросток ищет в Сети понимания, прежде всего потому, что нуждается в признании своей значимости, уникальности. В благоприятной ситуации он находит все это в семье, в школе, в социальном окружении. Кроме того, подросток обращается к Сети, чтобы пополнить свой эмоциональный баланс. Избавить ребенка от интернет-зависимости – это значит перестроить ситуацию таким образом, чтобы эмоциональный баланс находился в реальной жизни: дома, в семье, в школе.

Родителям в первую очередь надо научиться слушать и слышать своего ребенка, давать ему говорить о своих проблемах и переживаниях. Если этого не делает семья, тогда он ищет другого доверенного взрослого. Это может быть

учитель, тренер спортивной секции. В худшем случае – некий инкогнито в Сети, который привлекает детей и подростков на деструктивные сайты. Кто попадает в такие ловушки?

– Есть некоторые гендерные различия. Для мальчиков фактором риска вовлеченности в асоциальные группы является наличие жесткого тоталитарного отца, не понимающего проблем ребенка. Для девочек характерны такие особенности, как нарушение самовосприятия, неудовлетворенность собой и своей внешностью, нарушение коммуникативных норм. Фактором риска является потеря близкого человека, друга или родственника. Когда ребенок не может удовлетворить потребность в эмоциональном сопереживании его горю, он ищет и находит это в Сети, – сказала Н.Н. Васильева.

Что может сделать школа?

– У школы огромный потенциал по развитию личности ребенка, по формированию механизмов, которые позволяют ему самостоятельно давать оценки и контролировать собственное поведение, в том числе по отношению к интернет-ресурсам. Для этого необходим контакт учителей с учащимися. То есть когда учитель – не просто обучающая функция, а когда он по-человечески участвует в жизни детей, – уверен Р.А. Прокопишин. – Надо учитывать условия мегаполиса: родители обычно находятся на работе, дома у них практически нет времени на контакт с ребенком. Большую часть времени ребенок находится в школе. Нельзя забывать, что школа – социализирующая среда. От того, как будет сформировано социальное поведение подростка в школе, зависит и то, как он будет вести себя за ее стенами, в том числе в виртуальной среде.

Для каждого возраста важны определенные функции, социальные навыки и средства социализации. Так, с 7 до 12 лет ребенок набирает опыт общения в группе. Хвала учителю, который учитывает особенности развития детей и не просто дает знания, а создает ситуации, которые позволяют детям развиваться. Любой выход в другую культурную среду должен быть с педагогическим акцентом, с посланием от педагога ребенку. Учителя могут разнообразить свои уроки и сочетать их с посещением музеев, просмотром фильмов. Чтобы развиваться, ребенок не может постоянно сидеть за партой.

Воспользуйтесь собственным аккаунтом в той же социальной сети – посмотрите, чем заинтересован ваш ребенок, что именно находит в Интернете

Больше живых впечатлений и активных действий!

У подростков есть так называемая сенсорная жажда – необходимость получать впечатления и выражать их в активной форме.

Р.А. Прокопишин привел пример. Один учитель истории стал преподавать девятиклассникам и обнаружил, что они не любят его предмет. Тогда он создал с ними клуб реконструкторов. Ребята своими руками стали делать предметы быта, инструменты, макеты оружия, одежду. Сейчас это взрослые успешные люди, которые прекрасно знают историю, ориентируются в социальной реальности. То есть для развития детям необходимы активные действия. Умный учитель предоставит возможность таких социально одобряемых действий.

С этим выводом согласна Н.Н. Васильева:

– Если мы говорим об организации альтернативной среды, то нужно учитывать такие потребности подростка, как неуемная поисковая активность, жажда исследования, физических и практических действий.

Подросток нуждается в постоянном движении, таким способом он удовлетворяет возрастные потребности. Это может быть военно-патриотический клуб, причем желательно, чтобы его организацией занималась школа, и была понятна направленность этого клуба, цели и задачи. Это может быть спортивная секция, другие формы активности. Главное, чтобы ведущую роль играл педагог. Это должен быть человек, способный увлечь, вызвать доверие у подростков. Каждый ребенок должен быть понят и принят, независимо от его успехов в учебе, от прошлых дисциплинарных проступков, должен быть принят педагогом полностью и безоценочно.

Потребность быть нужным

В школе вам скажут: «У нас все это делается. Педагоги знают, какие дети испытывают трудности в обучении и в поведении. Существует даже внутришкольный учет таких детей».

– Система внутришкольного учета – это очень мощный инструмент педагогического и психологического воздействия, но лишь в том случае, если этот учет используется грамотно, правильно и комплексно. Не стоит ограничиваться пересчетом детей, занесением в списки и назидательными беседами. Задача в том, чтобы с



помощью учета создать ориентиры в профилактической работе, в формировании системы внеурочной деятельности, – прокомментировала Н.Н. Васильева.

В каждой школе много кружков и секций, но в целом они ориентированы на потребности и без того успешных, социализированных детей. Ребятам, стоящим на внутришкольном учете, нечасто удается вовлечь в поисковую или проектную деятельность.

– По своему опыту могу сказать, что дети со сложным поведением хорошо откликаются на волонтерскую деятельность, причем даже те, кто порой проявляет жестокость к родителям и сверстникам, очень хорошо включаются в группы поддержки пожилых людей, больных детей, бездомных животных, – не согласилась Н.В. Середенко. – Волонтерская деятельность позволяет ребенку удовлетворить потребность быть нужным. Очень часто, анализируя аккаунты подростков, мы видим надписи «хочу быть нужным». Поэтому важно создать ситуацию в школе, при которой ребенок, если он не очень успешно проявляет себя в учебе, может быть полезным в другой деятельности. Нужно создавать среду социальной успешности.

Интернет и улица – уже не конкуренты?

Итак, на подростка влияют семья, школа, Интернет, улица. Лет 20 назад проблемный ребенок попадал «на улицу», которая приводила его в сомнительные группы. Как улица подвигает подростков на те или иные поступки?

– Сейчас мы имеем довольно сложную ситуацию. Улица оказывает влияние, но не повсеместно, поскольку город дифференцирован: в районах, где подросткам некуда податься, они создают свои анонимные территории, которые служат альтернативой школе. Там, где есть возможность использовать разнообразие культурной среды, ситуация немного легче. Но возникает опасность бегства ребенка в виртуальную реальность, и тех, кто в нее попадает, она засасывает, как воронка, – сказал Р.А. Прокопишин. – Но улица не конкурирует с Интернетом, скорее, они дополняют друг друга. Процессы, которые начинаются в Сети, продолжаются на улице. Что имеется в виду? Можно собрать команду через социальную сеть и вывести на улицу ради какого-то действия. Затем это действие снять на видео, выложить в Интернет и привлечь новых сторонников. Игра нарастает, как снежный ком, и в какой-то момент появляются некие люди, которые берут это под свой контроль. Так появляется феномен, когда взрослые начинают эксплуатировать потребности ребенка в своих целях.

Что этому противопоставить? Очевидно, возможности школы. В психологии есть понятие «социальный взрослый». Если у ребенка серьезные проблемы в семье – не принят, не понят, не поддержан – важно, чтобы такой социальный взрослый нашелся в школе и его поддержал. Главное, чтобы такого ребенка вовремя увидели.

С этой точки зрения Н.Н. Васильева подчеркнула роль психологической службы школы:

Если мы говорим об организации альтернативной среды, то нужно учитывать такие потребности подростка, как неуемная поисковая активность, жажда исследования, физических и практических действий

– Ее задачи должны быть оптимизированы, деятельность направлена на выявление целевых групп, прогнозирование возможных рисков, выработку рекомендаций по организации внеурочной деятельности, созданию ситуаций успеха для ребят из группы риска.

Надо научиться слушать и слышать ребенка, давать ему говорить о своих проблемах и переживаниях.

Техника безопасности в Сети для детей

Если есть правила поведения в школе и на улице, значит, должны быть правила поведения в Интернете?

– Правила безопасности в киберпространстве, несомненно, есть, – высказал свое мнение Р.А. Прокопишин. – Ребенку надо объяснить, что любая информация, попавшая в Сеть, остается там навсегда. Ее можно увидеть, даже если написано, что информация стерта. На самом деле она копируется, сохраняется. Дети должны знать, что любая фотография, выставленная в сети, любое высказывание остается там и может стать поводом для шантажа.

Дети тоже далеко не ангелы и ведут в Сети себя по-разному. Есть ситуации моббинга, преследований, третирования, угроз. Ребенок может ругаться и угрожать более старшему, даже не понимая, что делает. Поэтому необходимо присутствие социально ответственных взрослых на любых интернет-площадках. Нужно интересоваться и понимать, что происходит на сайте, где ребенок проводит время.

– Родители понимают, что запрещение выхода в Интернет – не решение проблемы, – отметила Е.В. Ушакова, – тем более что в школе постоянно дают задания, которые предполагают его использование. Кроме того, Интернет уже стал основой формирования социальных групп. Родители считают, что нельзя отлучать ребенка от Интернета.

– Здесь я не со всем соглашусь, – возразил Р.А. Прокопишин. – У взрослых есть контролирующая и ограничительная функции. В реальности все поддается контролю. Можно установить программы фильтрации вредных сайтов и вредного контента. Об этом просто мало говорят, надо говорить об этом больше. Не надо думать, что контролирование поведения ребенка в Сети – это нерешаемый вопрос.

Необходимо присутствие социально-ответственных взрослых на любых интер-

Избавить ребенка от интернет-зависимости – это значит перестроить ситуацию таким образом, чтобы эмоциональный баланс находился в реальной жизни: дома, в семье, в школе.

нет-площадках. Нужно интересоваться и понимать, что происходит на сайте, где ребенок проводит время.

Ориентация на позитивный курс

Как ориентировать ребенка на конструктивное использование Сети? Как научить находить сайты с интересной информацией, участвовать в группах, поддерживающих актуальные полезные проекты?

«Нужно направлять и воспитывать», – уверен Р.А. Прокопишин.

Например, можно проводить со школьниками классные мероприятия, на которых учить их ориентироваться в Интернете. Нужно проводить такие занятия и в реальном времени, и онлайн, и оффлайн. Тогда будет сформирована культура поведения в Интернете.

– Подводя итоги вебинара, прежде всего, необходимо напомнить, что Интернет – не причина проблем в отношениях с подростком, а сфера, где находит гипертрофированное выражение уже сформировавшаяся ситуация. Чтобы избежать неприятностей, связанных с побегом детей в виртуальную реальность, важно, чтобы в семье была эмоциональная близость, поддержка, хорошие отношения с ребенком. Если это заложено, то в подростковом возрасте он будет услышан и понят родителями, – заключила Н.В. Середенко. – Если мы близки со своими детьми, и наши ценности ребенком приняты, то в период естественного стремления к самостоятельности эти ценности все равно будут в нем.

– Это очень тонкий момент, потому что вообще в процессе созревания личности человек движется к сепарации, к отделению от взрослых, – заметил Р.А. Прокопишин. – Искусство родительского воспитания в том и состоит, чтобы понимать, как правильно его отпустить, и насколько далеко,

– Все нужно делать своевременно, – добавила Н.Н. Васильева. – Если вы предоставляете ребенку возможность выхода в Интернет с семи лет, то уже тогда начи-

тайте говорить ему о безопасности в этой среде. Только так можно предупредить негативные явления. Если вы замечаете у ребенка некоторое неблагополучие, эмоциональное, поведенческое, – обращайтесь к специалистам, не ждите, когда ситуация станет запущенной и сложной.

Кто поможет родителям?

К каким специалистам обращаться и кто может помочь родителям, педагогам решить эту проблему?

– На данный момент мы имеем достаточно широкий спектр возможностей, – отметила Н.Н. Васильева. – Родители могут обратиться к школьному психологу, к классному руководителю с выражением обеспокоенности поведением ребенка. Они могут обратиться к нам в Городской психолого-педагогический центр, в территориальные отделения. В любом случае, главное – не оставаться один на один с проблемой, которую вы интуитивно чувствуете, но не знаете, что с ней делать.

ТО «Басманное» успешно работает с проблемами негативных проявлений разных форм среди детей и подростков.

– Отделение Басманное по-своему уникально, – рассказал Р.А. Прокопишин. – В нашем отделении есть опыт работы с детьми «с улицы», находящимися в кризисных ситуациях, с трудными детьми в школах. Подготовлен набор уже отлаженных программ. Трудятся специалисты с огромным уникальным опытом работы, которые могут прийти в школу, и к которым могут обратиться семьи. Психологи принимают детей, консультируют, проводят сеансы психотерапии, групповые подростковые тренинги. Есть консультации для родителей, в том числе совместные с детьми.

Проводятся консультации и тренинги для педагогов и администрации школ. Чтобы педагоги лучше ориентировались в этой ситуации и могли уверенно использовать современные методики в работе с подростками, открыты курсы повышения квалификации.

Подготовила Маргарита Полунова