

# ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ  
psy.1september.ru

ИЗДАЕТСЯ С 1998 г.  
№ 5-6 (554)

электронная  
ВЕРСИЯ ЖУРНАЛА  
в Личном кабинете  
на сайте  
[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

с. 9

Что сегодня выбрать подростку:  
профессию или сферу деятельности?

с. 42

Ребенок делает уроки.  
Как ему помочь?

с. 38

Поговорим  
о странностях  
любви...

с. 46

Эмоции на песке

Издательский  
дом  
1september.ru

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

## Первое сентября

май-июнь  
2018

Подписка на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru) или по каталогу «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ» 79152

# Осознанность + профилактика = безопасность

## Киберсоциализация: что необходимо знать школьному психологу

В № 1–2/2018 член-корреспондент РАО А.В. Мудрик поделился своими мыслями о том, как важна социализация в жизни школьника. Сегодня мы предлагаем вашему вниманию беседу с **Владимиром Андреевичем ПЛЕШАКОВЫМ**, кандидатом педагогических наук, доцентом кафедры социальной педагогики и психологии МПГУ, в которой речь пойдет о киберсоциализации.



### — Что такое киберсоциализация?

— Прежде чем говорить о сути киберсоциализации, разрешите начать с обоснования причин появления этого феномена.

Люди испокон веков мечтали освободить себя от лишних усилий, создать такие технологии, придумать такие инструменты, приспособления, которые позволили бы человеку заняться творческой деятельностью, а рутинную работу поручить технике, машинам.

Современные технологии и гаджеты, как уже существующие несколько десятилетий и ставшие привычными, так и те, что появились буквально несколько лет назад или скоро появятся, эту человеческую мечту воплощают в реальность. Как следствие человечество сегодня эволюционирует по пути информатизации, интернетизации, гаджетизации.

Но надо понимать, что технологии и гаджеты **меняют нас**. Мы становимся другими по сравнению с нашими предками: наш мозг работает по-другому, трансформируются психика, сознание и мировоззрение, когнитивные способности, меняются потребности, мотивы и средства деятельности, наконец, поведение.

В результате, с моей точки зрения как ученого, наступила эра киберсоциализации человека — социализации личности в киберпространстве, то есть эра символично-знаковой реальности, представленной интернетом и пространством мобильных техно-

логий сотовой связи. Киберсоциализация — особый вид социализации современного человека.

### — Насколько современный школьник включен в процесс киберсоциализации, с какого возраста начинается эта вовлеченность?

— В эру киберсоциализации темпы жизнедеятельности людей любого возраста возросли и продолжают ускоряться. Соответственно, во-первых, «человеку киберсоциализирующемуся» — *Homo Cyberus*, как я его называю, — требуется научиться комфортно жить на стыке двух реальностей: киберпространства (киберреальности) и классической предметной действительности (наша привычная реальность), оперативно переключаясь с одной на другую, конструктивно совмещая их, полноценно интегрироваться в них. Во-вторых, чтобы давняя мечта человечества, о которой я говорил выше, осуществилась, необходимо научиться разумно (для лучшего результата желательно именно с детства) использовать технологии и гаджеты во благо, именно как умные средства оптимизации жизни по основным видам деятельности: общение, игра, учение и труд.

Как психолог и педагог могу отметить: чем младше индивид, пользующийся (к сожалению, зачастую неконтролируемо содержательно и недозируемо по времени) современными технологиями и гаджетами, тем больше шанс, что его воспитывает и развивает в основном именно контент киберпространства

и технологии, с помощью которых он получает в него доступ, а не окружающие люди (родители, учителя, настоящие реальные друзья). Поэтому велика опасность ранней киберсоциализации.

Специалисты пришли к выводу: **ребенка до 12 лет необходимо сопровождать в его киберсоциализации**. До этого возраста у него еще недостаточно развита рефлексия и навыки оценки контента, он не совсем понимает многочисленные риски и опасности, таящиеся в Сети, не может остановиться, потребляя информацию, заходит на 5 минут, а остается в Сети часами. По сути, даже не так важна привязка к возрасту, главное, чтобы у родителей с ребенком сложились полноценные партнерские отношения. Тогда старший найдет и покажет определенный позитивный контент и посмотрит то, что нашли сын, дочка, внуки. Нужен полноценный диалог, опосредованный киберпространством.

На мой взгляд, задача современной психологии и педагогики очевидна и проста: научить детей, подростков и молодежь воспринимать технику и технологии, гаджеты и интернет, мобильную связь именно как вспомогательные средства, а не как пространство для бегства от реальности.

### — В чем состоят основные достоинства киберсоциализации? Что психолог может ответить родителям, волнующимся по поводу «жизни в Сети» их ребенка?

— Давайте начнем с того, что у киберсоциализации могут быть разные результаты.

В первом (позитивном) случае — в результате правильно контролируемой и дозированной по времени и контенту киберсоциализации у школьника развивается современное адекватное сознание, структурированная деятельность и конструктивное поведение, способствующие личностному развитию (скажем так, персональной эволюции), происходит совершенствование навыков безопасного, успешного и мобильного использования технологий и гаджетов для оптимальной организации жизнедеятельности.

А вот во втором (негативном) случае — в результате неконтролируемой и недозированной киберсоциализации формируется так называемое клиповое или даже спам-сознание и хаотичное мышление, восприятие, фрагментарное и бессистемное поведение (даже не деятельность!), происходит не развитие, а деградация личности.

Не могу не сказать также о том, что существует своего рода пропасть между старшим и младшим поколениями в понимании того, что можно, а что нельзя делать в Сети. Но, пожалуй, основная проблема отцов и детей в киберпространстве заключается все-таки в разных целях и навыках использования его ресурсов и возможностей. Если для молодого поколения это как поток воды, повседневная

необходимость, актуальная площадка для взаимодействия с миром, с другими людьми, даже с самим собой, то для его родителей не только приоритетна, но и более привычна жизнь в предметной действительности, а Сеть для них — лишь одно из многих средств организации жизнедеятельности.

Соответственно родителям, волнующимся по поводу «жизни в Сети» своих детей необходимо помнить, что, как я говорю, «*в наше время — эру нанотехнологий и киберсоциализации — папа-мама-технологии никто не отменял!*»<sup>1</sup>.

### — Каковы основные опасности киберсоциализации? Существуют ли «правила безопасности» для школьников в Сети?

— Опасности есть, конечно! И их так много, что про все и не расскажешь в одном интервью.

Так, зависимость от технологий и гаджетов сегодня считается одной из самых страшных привычек. Во-первых, потому, что мы теперь «без них как без рук». Если хотите, могу сказать, что люди теряют навыки счастливой и полноценной «жизни без технологий». Во-вторых, из-за чрезмерного и неконтролируемого использования технологий и гаджетов сегодня распадаются семьи, люди теряют работу, перестают общаться с друзьями, а дети перестают учиться в школе и становятся, как говорят взрослые, неадекватными. Но ведь и без интернета, сотовой связи и гаджетов современную жизнь представить невозможно. Особенно если речь идет о жизнедеятельности школьников, которые активно используют Сеть для общения, досуговых и иногда учебных целей.

Необходимо понимать, что каждый, кто входит в Сеть, становится не только потребителем контента, но и его создателем или проводником. Каждый человек в киберреальности не переносится физически, но транслирует свою личность, интересы, знания, опыт, а также страхи, ожидания, комплексы и др.

Чем человек старше, тем больше шансов, что он уже сформировался как личность, у него потенциально больше информации и жизненного опыта, того, чем можно и нужно поделиться с другими людьми и миром. Взрослый человек вдумчивее воспринимает контент, который видит через различные «окна киберпространства»: экраны смартфона, планшета, ноутбука и пр. Однако люди так называемого второго и третьего возраста далеко не всегда умеют пользоваться техникой и технологиями так легко, как это делают их дети, внуки и правнуки.

У молодого человека (ребенка, подростка) ситуация обратная: знаний и опыта еще недостаточно, чтобы именно их транслировать, но есть возможность качать оттуда (из киберпространства), как на-

<sup>1</sup>Источник: [http://homocyberus.ru/cybermama\\_cyberpara](http://homocyberus.ru/cybermama_cyberpara)

сос, разную информацию, которая далеко не всегда безопасна и полезна. Получив доступ в Сеть, школьник часто не может остановиться, потому что сама по себе атмосфера киберпространства для него крайне привлекательна. Еще 20 лет назад Сеть была, простите, одной большой «помойкой» с островками качественной информации и полезных знаний. Сегодня мы видим, что часть того мусора осталась, но становится все больше позитивного, развивающего, полезного контента!

Что касается «правил безопасности» для школьников в Сети. Существует киберэтикет<sup>2</sup> (нетикет, сетикет), который обосновывает организационные и содержательные правила безопасной, успешной и мобильной киберсоциализации. Соответственно киберэтикету необходимо обучать детей начиная с младшего школьного возраста, чтобы помочь им избежать встречи в первую очередь с опасностями киберкоммуникации (троллинг, кибербуллинг, киберхарассмент, секстинг и др.). Мы публично говорим об этом с коллегами постоянно на разных площадках и мероприятиях, но системной работы в данном направлении на государственном уровне пока, к моему великому сожалению, не существует.

— **Может ли школьный психолог задействовать возможности киберсоциализации для решения каких-либо личностных проблем ребенка?**

— Конечно. Во-первых, **все, что делает школьник в киберпространстве: с кем и как он общается, в какие игры играет, как использует Сеть для учебных целей, — сверхдиагностично!** Существует даже такой анекдот: клиент приходит к психологу, а тот говорит ему: «Ничего не рассказывайте о себе, просто покажите свою страницу во ВКонтакте, я сам все пойму».

Во-вторых, надо понимать, что киберпространство — это относительно безопасная среда для экспериментирования, своего рода полигон, на котором можно моделировать и обыгрывать разные ситуации и их условия. Школьный психолог может и должен использовать этот потенциал в своей деятельности, продумать и реализовать условия эффективного решения личностных проблем ребенка на разных площадках: в социальных сетях, компьютерных играх, блогах и др.

Скажем, если ребенок стеснителен, можно, например, порекомендовать ему завести *YouTube*-канал, где он будет выкладывать сделанные им видеозаписи, освещающие его хобби. Даже самый стеснительный ребенок, как правило, с удовольствием рассказывает о том, чем ему нравится заниматься. Мы же подсказываем ему современную возможность, он делает это публично, но в интернете, где

ему проще преодолеть свое стеснение, поделиться своими интересами и достижениями с потенциально огромной аудиторией. Опять же детское хобби может перерасти в будущем в счастливую профессиональную деятельность.

Старшим школьникам, например, для проверки своих профессиональных интересов в рамках осознанной профориентации можно рекомендовать создать тематическую группу или интернет-сообщество в социальной сети, искать и ежедневно постигать соответствующий контент, скажем, в течение месяца. Это достаточный срок, чтобы убедиться, не пропадает ли интерес при ознакомлении с деталями избранной профессиональной деятельности.

И это только два простых примера. Их же тысячи! Главное — подобрать подходящий персональный «кибервариант», при этом, конечно, уверенно развивать приоритетность жизнедеятельности школьника в предметной действительности, а не в киберпространстве.

— **Может ли психолог работать в полном отрыве от социального взаимодействия школьников в Сети? Должен ли он отстраняться от этого социума или, наоборот, принять участие — возможно, наблюдать и делать какие-то выводы?**

— Как я уже говорил, результаты киберсоциализации очень диагностичны. Поэтому школьному психологу грех пренебрегать открытой информацией, которую он может получить о школьниках, в первую очередь в тех же социальных сетях. То, что школьник не расскажет родителям, учителям и психологу, он напишет на своей стене во ВКонтакте, поставит лайк или сделает какой-нибудь репост к себе на страницу. Наблюдать и делать выводы — верно сказано. Благодаря этому многие проблемы детства можно предотвратить, пока не стало слишком поздно. Мы знаем об этом в контексте проблемы нашумевших «синих китов».

— **Можем ли мы говорить о том, что в киберпространстве создается некая «новая личность»? Как ее стоит учитывать психологу? Как проводить грань между реальной и онлайн-личностью?**

— Человеку в принципе свойственно приукрашивать свой «публичный портрет». Встав на путь киберсоциализации, и дети и взрослые в Сети часто стараются идеализировать свой образ: улучшенные фотографии себя, пафосные статусы и посты в социальных сетях, фото- и видеотчеты с мест значимых событий, в которых принимали участие.

«Я в Сети» — это своего рода киберальтер-эго. Это не обязательно альтернативная «новая личность», но воплощенное следствие сетевой самопрезентации личности и киберидентичности человека. Гра-

ни же проводит сам человек. Большинство людей, скажем так, «реальны в виртуальности киберпространства», но бывают и исключения, когда онлайн-личность иная, а человек живет двумя жизнями, как герой Нео из «Матрицы»: обычной, во многом стереотипной — тут и, как ему кажется, яркой, порою даже фантастической — там.

Соответственно, как мы уже говорили, школьный психолог и в этом вопросе может быть компетентен: наблюдать, строить и проверять гипотезы, делать выводы.

— **Какое количество времени в Сети считается оптимальным для развития школьников разных возрастов? Чем именно должно быть занято это время? Какое количество времени, проводимого за играми / в соцсетях должно вызывать настороженность у психолога? Каким образом чрезмерную увлеченность присутствием в Сети можно корректировать?**

— Отличный вопрос! Но отвечать на него надо начиная не со школьного возраста, если позволите.

Есть исследования, подтверждающие, что в 90% случаев родители детей с так называемыми ментальными особенностями (задержкой психомоторного развития и речевых функций, расстройствами поведения вплоть до СДВГ и др.) признались, что их дети в дошкольном возрасте проводили 4–5 часов в день перед телевизором, планшетом или смартфоном. Это следствие нарушения нейроразвития, вызванное длительным воздействием на психику контента киберпространства.

«Окна киберпространства» настолько захватывают восприятие, мышление и чувства ребенка, что он уже становится не способным быть внимательным к тому, что происходит вокруг него. Именно поэтому психологи и медики настоятельно рекомендуют дошкольникам дольше гулять, находиться на природе, общаться как можно больше со взрослыми или старшими ребятами, которые говорят и играют с ними. **Детям от 0 до 2 лет требуется максимально ограничить доступ к мультимедийным технологиям и гаджетам.**

**Для детей в возрасте от 3 до 6 лет** взаимодействие с киберпространством должно быть ограничено максимум одним часом в день, между 6 и 12 годами рекомендовано не более двух часов в день.

С 12-летнего возраста, когда костяк личности уже сформирован, количество времени можно разумно увеличивать в зависимости от индивидуальных особенностей и условий жизнедеятельности ребенка.

При этом важно понимать, что первостепенен не столько вопрос оптимального количества времени, сколько вопрос качества киберсоциализации ребенка, подростка, юноши. У меня есть даже для этого специальное слово — контентуальность: актуаль-

ность контента киберпространства, его соответствие психовозрастным, социально-психологическим и педагогическим задачам в первую очередь.

Например, использование социальных интернет-сетей детьми до 12 лет не только юридически необоснованно и психологически опасно, но и не контентуально для них. А после 12 лет — контентуальность набирает обороты.

Так, качественная детская компьютерная развивающая игра, если в нее играть часами напролет, будет иметь обратный эффект, она станет не контентуальной. А час игры на компьютере, в планшете или смартфоне в младшем школьном возрасте — это современный досуг (и, кстати, потенциально не только досуг), если эта игра контентуальна.

Строго лимитированные два часа времени, в течение которых ребенком потребляется негативный контент из Сети, до добра не доведут. А вот лимитируемое и нормированное восприятие позитивного разноформатного контента будет скорее всего понастоящему контентуально для развития его личности и когнитивных способностей.

Если школьник любого возраста избыточно киберсоциализируется в социальных сетях, компьютерных играх, при просмотре видео, это скажется на его развитии, поведении, классической социализации. Квалифицированный школьный психолог не сможет это не заметить. Не захочет остаться в стороне, обязательно примет меры.

Нужен баланс, и киберсоциализация — не исключение. Как корректировать чрезмерную увлеченность ребенка присутствием в Сети? Жизнь школьника должна и может быть насыщена разными событиями, делами, видами деятельности, как в предметной действительности, так и в киберпространстве. Это — универсальный ответ.

И еще, если позволите, есть три стратегии. Первая (непредсказуемая): тихонько наблюдать со стороны, ничего не делая. Вторая (проблемная): хвататься за голову, когда случается беда, пытаться устранить ее. Третья (разумная), я надеюсь, все согласятся, что она наиболее оптимальна: организовать эту работу. Как говорится, если нельзя прекратить безобразие, надо его возглавить и направить в нужное русло. Это необходимо для того, чтобы проводить системную работу по формированию культуры киберсоциализации с детства.

С моей точки зрения, **универсальная формула безопасной, успешной и мобильной (БУМ) киберсоциализации такова: осознанность использования технологий и техники в жизнедеятельности + профилактика негативных последствий = основа информационной безопасности и эффективной киберсоциализации человека.** ●

Подготовила  
Надежда ДВОСКИНА

<sup>2</sup> [http://www.homocyberus.ru/cyber\\_etiket](http://www.homocyberus.ru/cyber_etiket)