

Результаты разработки и апробации программы Психология влияния в цифровой среде

Проект №19-29-14177 Динамика нейро-когнитивного,
эмоционального и личностного развития подростков в условиях
системной цифровизации школьного образования

Доктор психологических наук ,
профессор Большунова
Наталья Яковлевна



Реализуется

- Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Новосибирский государственный педагогический университет»
- Институт детства
- Магистратура «Психолого-педагогическое сопровождение в цифровой среде»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Психология влияния в цифровой среде

Направление подготовки:

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

•Направленность (профиль):

Психолого-педагогическое сопровождение в цифровой среде

•Уровень высшего образования:

магистратура

•Форма обучения:

очная



СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1.

Цифровая среда. Современные особенности цифровой среды и ее составляющие.

Информационно-образовательная среда (ИОС),
Электронный образовательный ресурс (ЭОР).
Понятие цифровой компетентности и цифровой грамотности. Составляющие цифровой компетентности.
Составляющие цифровой грамотности.



Тема 2.

- **Социально-психологические характеристики цифровой среды.**

Цифровая среда как новое измерение существования социальной коммуникации. Понятия искусственный интеллект, сетевая личность, NET - мышление, клиповое мышление, виртуальное социальное пространство и его феномены, виртуальные коммуникации, мультиреальность, антропологический траект . виртуальное социальное время и др. Психологически безопасная организация цифровой среды.



Тема 3.

- **Социально-психологические механизмы влияния цифровой среды на личность и социальные коммуникации.**

Информация как знаковый текст. Феноменология процессов информационного влияния, показатели деструктивности информации, факторы, способствующие деструктивному информационному влиянию: размывание границ виртуального и предметного мира, ситуативная привлекательность дискурса, многозначность и множественность его смыслов, психологическая неустойчивость потребителя информации, недостаток жизненного опыта, неустойчивая система ценностей и др.



Тема 4

- **Позитивные и негативные последствия влияния цифровой среды на личность и социальные коммуникации.**

Деструктивное информационное влияние: утрата образа Я, нарушение границ Я, коммуникативные трудности, беспомощность во взаимодействии с предметным миром и социумом, негативная трансформация ценностно-смысловой и эмоциональной сферы, утрата телесности, доминирование клиппового и NET—мышления, снижение уровня системного, критического мышления, податливостью различного рода манипуляциям как в виртуальном, так и в реальном мире, появлением созависимости интернет и личности. Показатели деструктивности информации.

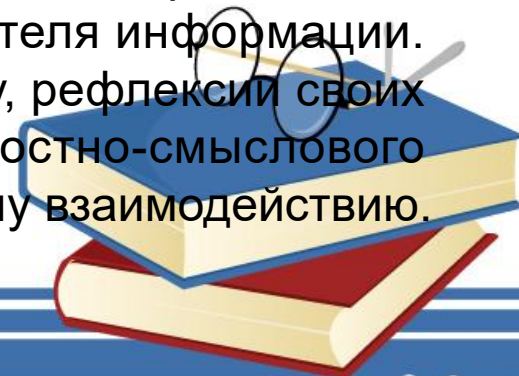
Позитивная роль цифровой среды: широкий доступ к информации, ее упорядочивание, моделирование процессов с целью их изучения и пр.



Тема 5

- **Технологии информационного влияния. Типы технологий информационного влияния:**

- производственные (конструирование информационных текстов);
- социальные (основание социальных структур, создающих и распространяющих информацию, и группового субъекта ситуации коммуникации);
- ментальные (деятельность по программированию социетального дискурса, которая осуществляется в различных сферах его конструирования: жизнедеятельности общества, пространства социальных коммуникаций, самоорганизации социетального дискурса).
Профилактика негативного влияния цифровой среды на развитие детей. Виртуальный мир и пользование им как средство развития и саморазвития человека. Самоорганизации потребителя информации. Развитие субъектного отношения к цифровому миру, рефлексии своих отношений с виртуальным пространством из ценностно-смыслового горизонта. Этические требования к информационному взаимодействию.



Задания для выполнения самостоятельной работы по дисциплине «Психология влияния в цифровой среде»

- 1. Аннотации пяти статей по проблемам цифровизации (примерный список статей прилагается)
- 2. Конспект монографии о проблемах современного детства (примерный список монографий прилагается)



Задания для самостоятельной работы (продолжение)

3. На выбор:

а) Разработка рекомендаций для родителей «Дети и цифра» (для детей разного возраста на выбор)

б) Разработка безопасной развивающей программы с использованием цифровых устройств



Задания для самостоятельной работы (продолжение)

- 4. Проведение исследования и анализ результатов (на выбор):
- опрос родителей или педагогов их отношения к цифровизации образования,
- опрос детей.
(анкеты прилагаются)



Оценивание результатов

- Отчет по третьему и четвертому заданиям осуществляется в форме мини-конференции и свободного обсуждения



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «РЕБЁНОК И КОМПЬЮТЕР»

(7 класс, 13-14 лет)

Магистрант А.О. Пустовских

- Вопросы родителям для обсуждения
- 1. Чем является компьютер в вашей семье?
- 2. Приведите примеры ситуаций из вашей жизни, связанных с положительными и отрицательными эмоциями по поводу использования компьютера.



Вопросы для обсуждения

- 3. Что сделаем, чтобы не повторять ежедневно: «Ты опять весь день просидел(а) за компьютером»?
- 4. Так ли необходимо в доме это чудо научно-технического прогресса?



Основные вредные факторы, влияющие на здоровье ребенка

Нагрузка на психику

Стесненная поза

Нагрузка на зрение

Излучение



Синдром компьютерного стресса

- Отмечаются нарушение памяти, бессонница, ухудшение зрения, головные боли, хроническая усталость, депрессивное состояние, проблемы в общении.



Проявление компьютерной зависимости

- - Если ребенок ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера.
- - Провел хотя бы одну ночь у компьютера.
- - Прогулял школу – сидел за компьютером.
- - Приходит домой, и сразу к компьютеру.
- - Забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось).
- - Испытывает эйфорию, хорошо себя чувствует за компьютером, и наоборот, ощущает пустоту, раздражение, когда вынужден заниматься чем-то другим или лишен компьютера
- - Вступает в конфликт с близкими людьми из-за своей деятельности, что ведет к лжи относительно того, что он делает.
- - Предвкушает следующий сеанс жизни в виртуальной реальности, что поднимает настроение и захватывает все помыслы



Рекомендации (разработаны в процессе совместного обсуждения с родителями)

- 1. Для начала изучите соответствующую литературу, посмотрите информацию в интернете, касающуюся познавательных и развивающих интерактивных игр для детей разных возрастов.
- 2. Осуществляйте «цензуру» компьютерных игр и программ, научите ребенка использовать компьютер и Интернет в помощь учебе; следите, в какие игры играет ребенок, старайтесь держать в домашнем компьютере игры, развивающие логическое мышление.
- 3. Ознакомьте ребенка с временными нормами использования компьютера (ведь все хорошо в меру).
- 4. Ограничьте время, проводимое ребенком за компьютером, и не позволяйте ему играть в компьютерные игры за 1,5-2 ч до сна и особенно ночью.



Рекомендации (продолжение)

- 5. Обсуждайте игры вместе с ребенком.
- 6. Общайтесь со своим ребенком «на одной волне». Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы. Беседуя с ребенком, спрашивайте его мнение.
- 7. Выполняйте специальную гимнастику для глаз.
- 8. Не разрешайте ребёнку работать за компьютером в темноте.
- 9. Расположите дисплей так, чтобы свет из окна не падал на экран и не светил в глаза.
- 10. Сидя за компьютером, ребенок должен смотреть с определенного расстояния на экран и одновременно держать руки на клавиатуре или органах управления.



Рекомендации (продолжение)

- 11. Проследите, чтобы кисти рук находились на уровне локтей, а запястья – на опорной планке. Также необходимо сохранять прямой угол (90 градусов) в области суставов.
- 12. Как можно больше разнообразьте досуг ребёнка: между компьютерными играми ребёнок должен играть в подвижные игры, гулять, заниматься.
- 13. Не разрешайте ребенку перекусывать за компьютером: эта вредная во всех смыслах привычка может остаться на всю жизнь.



Рекомендации (продолжение)

- Помните! Чем больше времени вы будете проводить с ребенком, чем доверительнее будут ваши отношения, тем меньше будет выражен у ребенка повышенный интерес к компьютерным играм.



Рекомендации при длительной работе


ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
ПРОСВЕЩЕНИЕ

ИСПЫТЫВАЕТЕ
НЕГАТИВНЫЕ
ЭМОЦИИ В
ИНТЕРНЕТЕ?

◆

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА ВСЕ БЕСИТ?

ПРОСТО ПЕРЕВЕРНИ



Прочитали негативную новость, посмотрели грустный ролик, взбесились от медленного интернета и бесконечной рекламы? А дальше? Понесли это в жизнь внутри себя. Но, к сожалению, это просто так не исчезает, а копится, чтобы в один момент взорваться.

Рекомендации по экологичному освобождению от негативных эмоций

Дыхание

Дыхание помогает расслабиться, отвлечься от ситуации и прийти в себя. Достаточно просто глубоко дышать на протяжении нескольких минут, чтобы почувствовать внутреннее облегчение.

Спорт


Занятия спортом являются одним из лучших инструментов по развитию силы воли и самоконтроля. Часто можно встретить людей, которые вымещают свои негативные эмоции на боксерской груше, занимаются йогой, танцами или аэробикой. Спорт помогает улучшить не только физическое состояние, но и психологическое. Даже утренняя зарядка наполнит вас энергией и хорошим настроением.

Вода

При переживании отрицательных эмоций тяжелое психическое состояние усугубляется физическими проявлениями (жар, дрожь в руках), снять которые можно обычной холодной водой. Достаточно тщательно вымыть руки и ополоснуть лицо, чтобы сразу прийти в себя.

"Здесь и сейчас"

Речь идет о фокусировке на своих ощущениях в текущую минуту: услышать окружающие звуки, увидеть все происходящее, почувствовать дуновение ветра или аромат парфюма. Осознать себя в этом моменте, сконцентрироваться на том, что творится вокруг. А потом перенести фокус на ощущения в теле и постараться не якорить негативные переживания.



Позиция педагогов в отношении цифровизации (анализ анкет)

- магистранты отметили ряд общих проблем для более чем 80% педагогов разных дисциплин:
 - увеличение нагрузки, поскольку приходится одновременно вести и компьютерную и письменную документацию (электронный дневник, например, и др.). Это обусловлено неравномерным владением и обеспеченностью ЦУ среди родителей, да и педагогов тоже, риском неустойчивостью сети интернет, или ненадежностью ЦУ.



- Практически все педагоги считают, что полный переход на использование цифрового контента нежелателен, поскольку может сказаться на развитии ряда психических функций: сенсомоторные процессы, внимание, память, межличностное общение и др., особенно, если использовать его неадекватно



- Необходимо организовывать сочетание деятельности детей в реальном предметном мире, в виртуальном пространстве и в мышлении, представлениях памяти, воображения., а также в процессе взаимодействия детей при решении каких-либо задач.



- Магистранты отметили возможность и необходимость разработки специальных развивающих программ в форме игр или творческих заданий: развитие саморегуляции, внимания, памяти и др., которые можно было бы предложить родителям или применять в процессе обучения.



- Учителя (около 20 %) сформулировали запрос на обучение таким технологиям, которые позволили бы им самостоятельно разрабатывать обучающие программы, технологии, которые именно им необходимы (остальные полагают, что на такое обучение у них просто не будет времени).



БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ

