МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЕМАНЖЕЛИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» ЕТКУЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

МОБИЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ПОДРОСТКОВ

Автор проекта:

Ученик 7 б класса

Согрин Денис

Руководитель проекта:

Чернявская Оксана Владимировна

Еманжелинка

2018

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение

1. Теоретическая часть
   1. Мобильные телефоны и их возможности
   2. Признаки мобильной зависимости
   3. Побочные эффекты мобильной зависимости
   4. Как преодолеть мобильную зависимость
2. Практическая часть
   1. Социальный опрос среди учащихся 8-9 классов МКОУ Еманжелинская СОШ
3. Заключение
4. Список литературы
5. Приложения

**Введение**

Ученые называют новое время «информационной эрой». Человек сейчас не просто физическое тело со своими собственными представлениями, чувствами, желаниями и страстями, он самый настоящий участник интенсивного коммуникационного процесса.

Одной из характеристик нового времени является быстрая связь. Связь сегодня – это уже не просто чудо техники, а самое настоящее социальное явление, ставшее необходимым для всех, вне зависимости от возраста и социального положения. Она в первую очередь, - средство достижения целей.

Мобильный телефон, занимавший раньше довольно вместительный кейс, теперь легко прячется в ладошку, убирается в карман джинсов или миниатюрную дамскую сумочку.

По данным глобальной сети Интернет владельцами сотовых аппаратов в 28% случаев становятся дети до 10 лет, в 35% и 33% подрастающее поколение в возрасте 11 и 13 лет соответственно, 3% приходится на 14-15 летних граждан нашей страны, и лишь 1,5% обзавелись сотовым телефоном после 16 лет.[4]

Хорошо, если телефон используется по своему прямому назначению: для важных разговоров, но в последнее время «мобильник» перестал быть просто «мобильником», он превратился в причину самой настоящей зависимости. Оставшись без телефона, некоторые люди могут испытывать «ломку». Они становятся раздражительными, агрессивными или подавленными, впадают в панику.

Мой проект посвящён изучению мобильной зависимости подростков.

Актуальность исследования состоит в том, что зависимость от сотового телефона серьезнее, чем от Интернета, телевидения или компьютерных игр, потому что телефон можно взять с собой везде и всегда – нет ограничений ни во времени, ни в пространстве. Но если взрослые, будучи уже в своем большинстве уравновешенными, сформировавшимися личностями, еще как-то способны контролировать свою тягу, то подростки просто-напросто утопают в «мобильном виртуальном мире», не замечая никого и ничего вокруг себя и своего мобильного телефона.

**Цель:** выяснить причины мобильной зависимости у подростков и определить пути решения данной проблемы.

**Задачи:**

- Познакомиться с имеющейся информацией о развитии мобильной связи.

- Выявить причины мобильной зависимости у подростков.

- Провести социологический опрос среди учащихся школы с целью изучения, какая часть подростков подвержена «мобиломании».

- Найти способы избавления от мобильной зависимости.

**Тип проекта** : социальный

**Предмет:** подростки, уделяющие особенно много времени мобильному общению и мобильному атрибуту.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы:

1. Анализ литературы по изучаемой теме.
2. Тестирование учащихся.
3. Анализ результатов тестирования.

**Мобильные телефоны и их возможности**

Сегодня невозможно представить себе человека, который не пользуется мобильным телефоном. А ведь еще каких-то 23-30 лет назад это устройство было огромной роскошью. Мобильный телефон с широчайшим набором функций, красивым дизайном, малым весом…

Об этом тогда можно было только мечтать. Однако прогресс взял свое. Потребовалось немногим более 60 лет, чтобы появившийся в середине прошлого века аппарат приобрел привычный для нас сегодня облик.

В 1947 году лаборатория BellLaboratories (США) официально выступила с предложением создать мобильный телефон. Именно тогда официально началась активная работа по созданию нового устройства.

Первый прототип мобильного сотового телефона был создан американской компанией Motorola. Это произошло в 1973 году. Создателем устройства стал инженер Мартин Купер. Вес первого сотового телефона составлял около 1 кг., у аппарата отсутствовал дисплей. Батарея телефона позволяла ему работать в режиме ожидания до 8 часов, а в режиме разговора – до одного часа. Заряжать телефон нужно было достаточно долго (около 10 часов).

В России первый сотовый оператор сотовой связи, работающий по привычной сегодня технологии GSM, появился в 1994 году. Число абонентов сотовой связи постоянно и неуклонно растет. В 2009 году в России было зарегистрировано около 190 млн.абонентов.

Эпоха «мобилизации» в нашей стране началась значительно позже, чем во многих других европейских странах – лишь 15 лет назад. Именно тогда на наших глазах мобильные телефоны из громоздких угловатых монстров начали превращаться в небольшие симпатичные устройства, оказавшимися незаменимыми «друзьями человечества», и наличие у человека сотового уже перестало быть свидетельством его финансового благополучия.[5]

Все больше людей переходит на виртуальное общение. Особое место занимают мобильные игры. Многие находят эту функцию необходимой, ведь каждый день миллионы людей, находясь в общественном транспорте, не знают чем себя занять, а когда под руками мобильный телефон, начиненный множеством игр, то такая проблема исчезает сама собой. Также 5% граждан нашей страны не прочь послушать любимую музыку через музыкальный плеер или радио. Это еще одна функция сотового телефона.

Активный пользователь сотового телефона не может обойтись без мобильного Интернета, и операторы сотовой связи охотно предоставляют своим абонентам возможность выхода в глобальную сеть. Интернет находил, находит и будет находить своих пользователей : доступ к необходимым сведениям привлекателен, а как говорят «владеешь информацией – владеешь миром»! Так через мобильный Интернет, к примеру, узнают о последних событиях в мире, ищут друзей через сайты знакомств, заказывают товары на дом… Подростки, имея выход во всемирную паутину через «мобильник» и не отрываясь от учебного процесса, скачивают музыку, картинки, больше не сидят в библиотеках, чтобы подготовить доклад к уроку – нажал несколько кнопочек, и получаешь целый реферат, который осталось только прочитать, и на это достаточно перемены!

Мобильный телефон перестал быть просто средством связи, он превратился в развлекательный центр в мини-формате, без которого трудно обойтись даже мало общительной личности.

**Признаки мобильной зависимости**

Нестабильность в общественной жизни приводит к тому, что люди ищут опору в вещах, привязывают к мелочам, к мобильному телефону, в частности. Мобильная мания на сегодняшний день проблема не одного поколения или страны, целого мира. Хорошо если телефон используется по назначению: для важных разговоров. Но сегодня сотовый больше напоминает офис напополам с развлекательным клубом: SMS, чаты, подписки анекдотов, картинки, музыка. Все это затягивает, отнимая время и деньги, и, в конце концов, может обернуться реальным проблемами – «мобиломанией».

Признаки мобильной зависимости:

* Кроме мобильных устройств у подростков нет других интересов, а те занятия, которые ему нравились раньше (например, ходить в кино или играть в футбол ), больше не вызывают интерес.
* Он постоянно спорит из-за того, чтобы дольше играть на смартфоне или планшете. В спорах подросток рьяно отстаивает свою позицию и не может объективно смотреть на ситуацию.
* Ребенок выглядит расстроенным, когда не имеет доступа к своему мобильному аккаунту, и радуется, когда получает доступ.
* Он обманывает о том, сколько времени играл с мобильным устройством.
* Ложась спать, кладут телефон под подушку и не могут заснуть.
* Никогда не отключают сотовый телефон.
* На память не помнят ни одного номера и хранят их только в памяти сотового телефона.
* Не экономят на разговорах по мобильному телефону, не заботятся о состоянии баланса.[2]

**1.3 Побочные эффекты мобильной зависимости**

Мобильные технологии объединяют страны и различные группы людей. С другой стороны, мобильная индустрия ответственна за то, что изолировала подростков от внешнего мира, сделала их жизни серыми и одинокими. Такая зависимость для подростков грозит серьезными последствиями:

* **Ожирение.** Постоянное использование гаджетов введет к сидячему образу жизни. Подростки днями напролет сидят на диване, питаясь фаст-фудом в перерывах между играми. В долгосрочной перспективе это приводит к нехватке физической активности и ожирению. В свою очередь, ожирение может стать причиной сердечнососудистых заболеваний, сахарного диабета или артрита.
* **Агрессивность.**Подростки которые много играют в жесткие, агрессивные игры на мобильных устройствах, склонны проявлять агрессию по отношению к сверстникам. Также они склонны к грубому и невежливому отношению к взрослым.
* **Проблемы с поведением.** Дети обижают друг друга; просматривают запрещенные сайты, используя пароли родителей; лгут родителям, чтобы получить доступ к интернету. Когда ребенку говорят встать из-за компьютера или отложить мобильное устройство, у него происходят вспышки гнева.
* **Нарушение сна.** Мобильное устройство мешает нормальному режиму сна у детей. Постоянная SMS переписка занимает у них часть ночного времени. Поэтому днем дети могут чувствовать себя уставшими. У них наблюдаются проблемы с концентрацией, из-за чего снижается успеваемость в школе.[3]

**1.4Как преодолеть мобильную зависимость**

В последнее время мобильные устройства играют огромную роль в жизни подростков. Мобильный телефон и планшет становится для них источником развлечений, дают почувствовать себя супергероями, повышают уровень адреналина. Вто же время подросток становится зависимым от гаджетов и больше не может без них обходиться. Настроение подростка напрямую зависит от мобильных устройств, и, не имея к ним доступа, он больше не может полноценно наслаждаться реальной жизнью.

Самое опасное в такой ситуации – несерьезное отношение родителей к данной проблеме, которые начинают обращать на нее внимание только тогда, когда у ребенка появляются явные признаки зависимости, как при алкоголизме и наркомании.

Для преодоления мобильной зависимости необходим целостный конструктивный подход который поможет подростку начать жить по новому распорядку.

* Не вступайте с подростком в спор, четко установите временные рамки, когда он может пользоваться гаджетом. Следите, чтобы установленные ограничения четко выполнялись.
* Поощряйте ребенка, если он честно придерживается установленного расписания.
* Проводите время с ребенком (гуляйте в парке, катайтесь на лыжах вместе играйте в настольные игры).
* Если все приложенные усилия не принесут должного результата, обратитесь к психологу.[1]

**Социальный опрос среди учащихся 10-11 классов**

**МКОУ «Еманжелинская СОШ»**

Опрос старшеклассников (38 человек) показал, что большинство учащихся не мобильно зависимы. Но насторожили вопросы 2 и 7 («Вы нервничаете , когда батарейка аппарата почти разряжена?», «Вы часто проверяете «мобильник» - не пропустили ли вы звонок или SMS.»), так как большой процент ответили «да» ( 47% и 42%). Это первые «звонки» того, что подростки становятся мобильно зависимы. (приложение 1)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Анкета | да | нет |
| Вы раздражаетесь, когда не видите свой сотовый телефон? | 11 | 27 |
| Вы нервничаете , когда батарейка аппарата почти разряжена? | 18 | 20 |
| Вы пытались отказаться от частого использования «мобильника»? | 11 | 27 |
| Вы не можете отключить мобильный даже во время урока или на важной встрече. | 10 | 28 |
| Вы хотите, чтобы у Вашего сотового телефона был самый модный дизайн и украшения. | 13 | 25 |
| Вы не помните на память ни одного телефонного номера, полагаясь на телефонную книгу «трубки». | 7 | 31 |
| Вы делаете телефонные звонки, даже когда в этом нет действительной необходимости. | 14 | 24 |
| Вы часто проверяете «мобильник» - не пропустили ли вы звонок или SMS. | 16 | 22 |
| Вы используете телефон даже тогда, когда у вас дома есть обычный телефон. | 28 | 10 |
| Вы немедленно отвечаете на сообщение во время встречи или  в классе | 11 | 27 |

**Заключение**

Мобильный телефон целый мир, уместившийся в кармане, желающих расстаться с которым почти нет. Если взрослые люди, как уже сформировавшиеся личности, в состоянии как-то контролировать свою привязанность к такому необходимому атрибуту, то для подростков в момент формирования личности или в так называемом «переходном возрасте», мобильный телефон становится предметом, которому они поклоняются, без которого не могут прожить и часа и который, в итоге оказывает на них же огромное и , часто , пагубное влияние. Мобильник становится настолько неотъемлемой частью жизни, что во время отключения телефона молодые люди испытывают не только психологический, но и физический дискомфорт (врачи отмечают даже расстройство пищеварения, не говоря об ослаблении умственной активности и внимания).

Немаловажную роль в деле преодоления «мобильной зависимости» играют педагоги и психологи, которые совместно с родителями должны помочь ребенку, развить качества, повышающие его самооценку. Главное – подросток, должен сам признать свою неспособность отказаться от использования мобильного телефона, ведь исправить существующее положение вещей возможно лишь с его участием.

В своей работе я подробно изучил признаки и последствия мобильной зависимости, провел социологический опрос, и выяснил, что это действительно проблема подрастающего поколения. В связи с этим я разработал памятку для родителей «Мобильная зависимость подростков». Предлагаю использовать ее как информационный листок и распространять в учебных и лечебных заведениях.

**Список литературы**

1. Журнал «Разгадай! №28 июль 2007г. «Психология. Мобильное племя».
2. <https://nsportal.ru> «Мобиломания. Мобильная зависимость подростков»
3. <https://childdevelop.ru> «Мобильная зависимость у подростков»
4. <https://urazuma.ru> «Последствия подростковой телефонной зависимости»
5. [www.molodezh79/ru](http://www.molodezh79/ru) «Подростки, телефоны и зависимость».

**Приложение 1**

В процентном соотношении



