

ЦИФРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ ...



Их сердца требуют не перемен, а **быстрого интернета и повсеместного Wi-Fi**. Они учатся этому раньше, чем ходить и говорить. Они — представители **цифрового поколения**.

Совершенно очевидно, что **цифровая революция** радикально изменила сферу образования и методы семейного воспитания. В противовес книгам и учебникам в ранцах школьников появились смартфоны и планшеты. Уже в начальной школе дети дополняют свои рассказы электронными презентациями, которые делают сами. Когда у взрослых людей возникают проблемы с телефоном, многие из них откладывают его в сторону, говоря: «Сейчас сынишка придет из школы и разберется». А сынишке всего 10 лет, но он знает, что делать с Apple ID, Play Market...намного лучше, чем родители. За умение найти общий язык с мультимедиа современных детей называют **«цифровым поколением»** или **поколением Z**.

В современной образовательной системе ломают голову — как обучать такое поколение?

Родители в отчаянии - как воспитывать ...?

Известно, что развитие мозга ребенка проходит определенные этапы. Еще 50 лет назад **мозг ребенка** развивался в окружении простых, не перегружающих нервную систему стимулов: мамыны объятия, сказки или колыбельные на ночь, несколько игрушек, общение со сверстниками, позже — детские книжки, один мультфильм по выходным. В таких условиях мозг получал достаточное, но не избыточное количество стимулов для развития основных функций.

Что происходит сейчас? Нам остаётся поностальгировать играм, о которых понятие не имеет подрастающее поколение: прятки, классики, казаки-разбойники, рассказы-страшилки, развивающие сказки и т.д. Вместе с информационным и технологическим прорывом **мозг ребенка с детства получает суперстимулы**. Приложения дают гораздо больше сенсорных впечатлений, чем любая игрушка: и ярко, и музыка играет, и мультяшные герои прыгают - бегают по твоему желанию. При этом ребенок получает все это многообразие стимулов без особого труда — не нужно фантазировать, договариваться со сверстниками о правилах игры, мастерить что-то из подручных материалов — просто нажми пальчиком на кнопку, всё так легко. К сожалению, так **мозг лишается строительного материала для развития воображения, коммуникации, абстрактного мышления**. А нервная система ребенка перегружается множественными, слишком агрессивными сенсорными стимулами. В итоге познавательная и личностно-эмоциональная сферы ребенка сегодня формируются уже несколько по-другому, чем это было раньше.

Мозг ребенка прорабатывает огромную работу каждый день. **В 5-10 лет первоначально развитие основ эмоционального и социального интеллекта.** Ребенок учится общаться, распознавать невербальные сигналы, вырабатывать общие правила, решать конфликты, сопереживать. Если в этот период **ребенок просиживает за гаджетом**, тренируются другие области мозга, ответственные за реакцию, внимание, логику, оперативную память. Это, безусловно, не плохо. Но очень несвоевременно. Ведь навыки, необходимые для жизни в обществе и успешной коммуникации, не нарабатываются. И уже сейчас, например, в среде молодых людей очень остро стоит вопрос — коммуникации, эмпатии, коллективизма. Потому что для тех, кто вырос за компьютером, общение **офлайн** (онлайн — виртуальность, офлайн — реальность, живое общение) становится проблемой. А потом, мы ещё удивляемся, откуда у них столько **равнодушия и эгоцентризма?**

Меняется восприятие. Информация в сети подается по определенным законам. Если проследить изменение контента за последние лет 20, то мы увидим эволюцию от объемных текстов до простых лайфхаков в картинках. А восприятие меняется вслед за доминантной формой подачи информации. Ребенок может с легкостью сделать прекрасную презентацию — красивую, наглядную,

яркую, и другие дети прекрасно воспримут все, что на ней написано. Такой стиль мышления называют **«клиповым»**, когда дети привыкают воспринимать яркие, отрывочные сведения, поданные в лозунговом стиле. При этом информация, поданная в повествовательном стиле, без картинок и пунктов 1,2,3 (прощай, история и литература!), пройдет мимо. **Мозг привыкает к рафинированному информационному фастфуду, а на переработку более сложных форматов ему лень тратить энергию.**

Безусловно, скорость обработки информации у наших детей выше, чем у нас. Но **у них нет навыка глубокого погружения в тему.** Развивается логическое мышление, но становится беднее образное и ассоциативное. Мозг учит многозадачности — можно слушать музыку, общаться в ватсапе и искать что-то в Вики (википедия). Но при этом чрезмерная многозадачность усиливает стресс и дефицит внимания. Эта новая форма стресса называется **техногенным истощением мозга. Слишком много стимулов, способствует к перегрузке мозга, отчего и высокая утомляемость.**

Эра поисковиков избавляет детей от необходимости запоминать большие массивы информации. Зачем что-то помнить, если всегда можно загуглить? Заманчиво отказаться от запоминания, да и еще учиться передавать смысл своими словами, если можно открыть Вики и скопировать точную формулировку. От этого страдает **вербальный интеллект** — основа для понимания смыслов и способности точно выразить в словах свою мысль. А низкий вербальный интеллект становится причиной **алекситимии** — неспособности сформулировать и выразить свои переживания, что становится одним из факторов развития психосоматических заболеваний и депрессий.

Изменяется и картина мира ребенка: она становится более фрагментарной, отрывочной, поиск причинно-следственных связей лишен смысла, ведь всегда можно произнести волшебную фразу **«Окей, Гугл...»**, и ты получишь любую информацию в готовом, упакованном виде. Можно, конечно, написать, что ребенок лет до 12 не должен подходить к компьютеру вообще. И это будет идеальной рекомендацией. Но мы живем в техногенном мире, и **полный отказ от гаджетов — вещь трудновыполнимая.**

Итак, рекомендации

1. Гаджеты — наша повседневность, и полностью оградиться от них невозможно и не нужно!

Но не допускать сужения мира до экрана мобильного телефона — важное условие для гармоничного развития детской психики.

Следует отметить, что **развитие технологий изменило внутренний мир подростков.** Сегодня каждый шаг популярных подростков отражен в социальных сетях. Другие дети видят их яркую жизнь и испытывают зависть и страдание. Появился новый формат выплеска негативных эмоций, агрессии - травят друг друга в Сети.

2. Откажитесь от сюжетных игр. Большинство сюжетных игр построены по типу сериала, когда, пройдя один уровень, вы попадаете - на следующий и т.д. Очень быстро дети начинают идентифицировать себя с героями игры и при любой возможности возвращаются в виртуальный мир, где их суперспособности несравнимы с возможностями в реале. Такие игры несут довольно **высокий риск возникновения компьютерной зависимости**, сравнимой с зависимостью от азартных игр. Поэтому если есть возможность, следует ограничить доступ ребенка к сюжетным играм, по крайней мере, до 14 лет. Много случаев, когда молодой человек, наигравшись в такие игры, поверив в свои «суперспособности», совершает необдуманные «героические поступки».

3. Выбирайте логические игры. Игры по типу конструктора или пазла развивают логическое и пространственное мышление, при этом, как правило, не перенасыщены суперстимулами. Подбирайте игры с минимальным количеством цветов и довольно плавными движениями фигур — **так вы защитите нервную систему ребенка от перегрузки.** И, конечно, играть на планшете (телефон лучше не давать ребенку, из-за маленького экрана и влияния на зрение) можно не более получаса в день, начиная с 5-6 лет.

4. Разрешите креативные приложения. Начиная с 7-8 лет, ребенку можно использовать приложения для создания клипов, мультфильмов и роликов. В разумных количествах эти приложения помогают ребенку развить творческие задатки и научиться создавать определенный продукт. Эта деятельность хороша своей целенаправленностью — **ребенок учится созиданию.** Это помогает ему развивать мотивацию и терпение, придерживаться определенного плана и искать наиболее успешный алгоритм действий.

5. Научитесь контролировать время. Влияние гаджетов на здоровье, их экологичность – это отдельная тема. Цифровое поколение проводит слишком много времени со смартфонами в руках и под подушками. Что негативно сказывается на качестве сна: люди банально спят хуже, потому что даже во сне чутко улавливают оповещения из социальных сетей. **Недосып и бессонница усиливают симптомы депрессии.** Также усиливается **невротизация** - чрезмерная чувствительность, впечатлительность, вспыльчивость, обидчивость, ранимость, тревожность, раздражительность и др.

6. Почему представители цифрового поколения не стремятся взрослеть? В этом нет необходимости: за них всё делают родители. Двадцатилетний юноша чаще ведёт себя как пятнадцатилетний. Детство затягивается до конца школы, порой, колледжа и вуза. Родители, измученные страхами за детей, стараясь обезопасить их как-то от суровой действительности, только и успевают потыкать желанием чад, разрешают зависать в соцсетях «...лишь бы дитя не плакало», ну и т.д. Несмотря на то, что родители образованные и вроде бы психологизированные, «цифровое поколение» одиноко, как никакое другое поколение. **Потеряна эмоционально-доверительная связь между поколениями «отцов и детей».** Всё свободное время проводят с телефоном, что, кстати, оба поколения называют «отдыхом». **Не забывайте! Дети во всём подражают взрослым.** Типичная современная семья: группа людей молча сидит за семейным ужином или смотрит телевизор. Каждый уткнулся в смартфон. Непроницаемые лица, быстрые движения пальцев. На редкие реплики присутствующих отвечают: «Угу!», «Да ладно!», «Точно?». Нет времени говорить, общение проходит в социальных сетях. Печальная тенденция: **чем больше времени проводится в социальных сетях, тем больше вероятность человеческого, семейного отчуждения - потери живых связей, теплоты, доверия....**

7. Существует такое понятие, как «синдром отложенной жизни». Люди живут так, как будто сейчас идет **черновик**. Более того, самое ужасное, большинство родителей так живут, откладывая воспитание детей: «Ты пока делай вот это и это, а потом, когда вырастешь или начнешь жить, посмотрим.... Ты же знаешь, нам трудно, мы в поте лица зарабатываем хлеб насущный». А ведь он начал жить в тот момент, когда отцовская и материнская клетки соединились. **Это не черновик!** Нельзя 18 лет человека держать «в каких-то возрастных рамках», не воспитывать, не социализировать и ждать какого-то телепатического периода, когда он начнет самостоятельно что-то делать или понимать, что от него хотят. Увы, как показывает практика, во многих случаях бывает уже поздно...

Согласитесь, цифровая реальность рождает «новый вид» человека. Человек еще даже не понял, где он находится. Еще не осознал, в какой опасности находится. Но мы не можем откладывать решение. Потому что это наша жизнь - наши дети. Вместо этого в обществе идут совершенно противоположные процессы. Трудно сказать, какими станут они, когда вырастут. У них другие привычки, предпочтения, жизненные цели и убеждения. Понятно, что в работе с цифровым поколением не избежать использования технологий и мультимедиа: презентации и яркие картинки нравятся им больше, чем классические книги и пособия. Но и личностный рост никто не отменял. Молодёжь, пусть и цифровая, но охотно идёт за харизматичным лидером, что интересно, каждый из них мечтает быть таковым. К сожалению, не все понимают, что в процентном соотношении, **рост личности во многом зависит от собственных усилий индивидуума,** не столько от среды и ДНК.

Актуальный вопрос нашего времени: «Как поделит этот мир человек и компьютер?»

Ответа мы не знаем, страшно подумать....

Возможно, нас уже и не будет....?

Но мы знаем, что прогресс всегда идёт в ногу с варварством.