



«Նոր ժամանակի կրթություն»

**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ**

**ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ**

Հետազոտության թեման՝ «Նորագույն տեղեկատվական տեխնոլոգիաների ազդեցությունը և դերը սովորողի հոգեբանական զարգացման գործում»

Առարկան՝ Դասվար

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Աստղիկ Հովհաննիսյան

Ուսումնական հաստատություն՝ «ՀՀ Արարատի մարզի Միփանիկի հիմնական դպրոց» ՊՈԱԿ

Երևան 2022

Բովանդակություն

1. Ներածություն
2. Հեռուստացույցը և երեխան
3. Հեռուստացույցը բացասաբար է ազդում երեւակայության վրա
4. Խոսքի ուժը և հեռուստացույցի ազդեցությունը նրա վրա
5. Խանգարում է կենտրոնանալ, վատ ուսում, շփում
6. Խանգարվում է քունը ,նպաստում է ճարպակալմանը, մեծանում է երեխաների շրջանում շաքարախտի առաջացման հավանականությունը
7. Հեռուստացույցի ազդեցությունը մարդու ներգատական համակարգի վրա:
8. Նպաստում է ագրեսիայի, բռնության առաջացման
9. *Հեռուստատեսությունն ազդում է մտածելակերպի և վարքի վրա:*
10. Եռաչափ կինոն կամ 3D ձևաչափը
11. Համակարգիչը , համացանցը և երեխան
12. Մասնագետները հստակ սահմանափակումներ են առաջարկում
13. Հեռախոսը և երեխան
14. Եզրակացություններ
15. Օգտագործված գրականության ցանկ

Ներածություն

Հարց՝ Ինչպե՞ս է անդրադառնում Նորագույն տեղեկատվական տեխնոլոգիաները կրտսեր դպրոցականների հոգեբանական զարգացման վրա:

Նորագույն տեխնոլոգիաները մարդկային կյանքի, ողջ հասարակության համար ստեղծել են նոր աշխարհ: Դրանք, հակառակ մեր ակնկալիքներին չեզոք միջոցներ չեն: Դրանք են թելադրում կյանքի ընթացքն ու ուղորդում ճանապարհը: Ներկա դարաշրջանում, մարդ արարածը մուտք է գործել տեխնոլոգիաների նոր դարաշրջան, որն արագ տեմպերով փոփոխության է ենթարկել նրա հասարակական կյանքը: Քաղաքական, տնտեսական, գեղագիտական, հոգեբանական, բարոյական, կրթական, հասարակական տեսանկյունից տեղեկատվական տեխնոլոգիաների թողած ազդեցության հետևանքները խոր են այնքանով, որ մարդկային կյանքի և հոգու ոչ մի անկյունը զերծ չի մնացել այդ ազդեցությունից: Այսօր ակնհայտ է, որ քաղաքակրթության հետագա զարգացումը կախված է նրանից, թե ինչպես կկառուցվեն մեդիայի և մարդու, մեդիայի և մշակույթի, մեդիայի և կրթության հարաբերությունները: Միայն համատեղ ջանքերի շնորհիվ է հնարավոր լուծել այդ խնդիրները:

Առ այսօր մանկավարժական ասպարեզում չկա մեդիայի կիրառելիության համակարգվածություն, ուսումնասիրված չէ՝ ինչ դեր են խաղում էլեկտրոնային միջոցները կրթության և դաստիարակության խնդրում: Հիմնական բարդությունն այն է, որ մանկավարժական արդեն կատարված ուսումնասիրությունները կորցնում են արդիականությունը՝ մեդիամիջոցների արագ փոփոխման հետևանքով: Աշխատանքային եւ սոցիալական միջավայրերի, դրանցում գործածվող տեխնոլոգիաների հաճախակի փոփոխությունները մեր օրերի մարդուն ստիպում են անընդհատ յուրացնել նոր գիտելիքներ եւ հմտություններ, պատրաստ լինել շարունակական ուսման: Տեղեկատվական դարաշրջանում կրթության բնույթի մեջ կատարվող արմատական փոփոխությունը սերտորեն առնչված է տեղեկատվության եւ հաղորդակցության արդի միջոցների զարգացման եւ տարածման հետ:

Եվ կրթությունը, որպես մշակույթի համակարգում հանդես եկող առանձնահատուկ գործունեություն, բնականաբար, չի կարող հեռու մնալ այս գործընթացից: Մանկավարժական տեսանկյունից քննարկվում են հետևյալ խնդիրները.

- ուսուցման որակի ապահովում և կրթական բաց համակարգերի (բաց կրթության) կառուցման սկզբունքներ.

- տեղեկատվական և հաղորդակցման տեխնոլոգիաները լրացուցիչ կրթության մեջ.

Նոր տեղեկատվական տեխնոլոգիաները՝ որպես ստեղծական կարողությունների և մասնագիտական կողմնորոշման միջոց.

- կրթության հոգեբանական, մանկավարժական խնդիրները տեղեկատվական հասարակության պայմաններում.
- տեղեկատվական հասարակության մեջ գլոբալիզացիան և կրթության ու կրթական ծառայությունների ինտեգրումը.
- տեղեկատվական տեխնոլոգիաների դաստիարակչական ազդեցությունը.
- տեղեկատվական տեխնոլոգիաների ազդեցությունը անհատի մտավոր զարգացման վրա
- տեղեկատվական տեխնոլոգիաների ազդեցությունը և դերը երեխաների հոգեբանական զարգացման վրա և այլն:

Վերջին խնդրի հետ կապված հետազոտության արդյունքներն էլ որոշեցին նպատակս: Այն է՝ ոչ միայն ներկայացնել բուն բովանդակությունը, անդրադառնալ խնդիրներին ու լուծումներին, այլ նաև մեկ աշխատության մեջ զետեղել կյուբեր, որոնք կարող են օգնել ուսուցչին և ծնողին:

Չնայած վերջին տասնամյակներում գրականության մեջ տեղ գտած բազմաթիվ վերլուծական մի շարք հետազոտական աշխատությունների, անձի սոցիալականացման, հոգեբանական խնդիրներն ու նորագույն տեխնոլոգիաների ազդեցությունն այդ գործընթացի վրա առայժմ լիարժեք ուսումնասիրված չեն և գիտական հանրության կողմից վիճաբանությունների ու մտորումների առարկա են ողջ աշխարհի մտավորականների համար: Այսօր ժամանակները փոխել են ամեն ինչ և իրենց կնիքն անգամ մանկության ու պատանեկության վրա են թողել: Սրանք կյանքի կարեւոր և հիանալի փուլեր են , որոնք մեզանից յուրաքանչյուրը ուրախությամբ և մեծ սիրով է հիշում: Իսկ իսկական մանկությունը լի է ազնվությամբ, մաքրությամբ, պարզությամբ, միամտությամբ, հասարակությամբ, անհոգ է, ուրախ, առանց պահանջների և կամակորոտությունների:

Եվ հենց մանուկներն ունեն աշխարհում ամենաթանկ բանը՝ մաքուր հոգի ու միտք: Նախկին բակային եւ մանկական խաղերին փոխարինելու են եկել հեռուստացույցը, համակարգիչը, բջջային հեռախոսն ու պլանշետը, համացանցը... Հետաքրքրություններն այսօր փոխվել են, և ոչ միայն դեպի դրականը: Այժմ երեխաներին հետաքրքրում են

համակարգչային խաղերն ու շփումները սոցիալական կայքերում: Քսանմեկերորդ դարում մանկություն հասկացությունը մեղմ ասած այլ կերպ է ընկալվում:

Յեռուստացույցը և երեխան

Յեռուստացույցը ուսուցողական հզոր գործիք՝ «բարեկամ»

Բոլորիս ընտանիքներում իր պատվավոր տեղն է զբաղեցնում հեռուստացույցը՝ որպես մեր կենցաղի ամենօրյա ուղեկից: Այն կլանում է թե՛ մեծերին, թե՛ փոքրերին: Յաղորդումներ, ֆիլմեր, մուլտեր, տեսահոլովակներ, գովազդ... Յեռուստացույց դիտելը դարձել է այնքան հարազատ բան, որ մենք նույնիսկ կասկածի տակ չենք դնում նրա օգտակարությունը/վնասակարությունը: Ինչպես երթևեկության մեջ կան կանոններ, որոնց անհրաժեշտ է հետեւել մեր կյանքի ապահովության եւ անվտանգության համար, այնպես էլ հեռուստացույց դիտելիս կան մի շարք սկզբունքներ, որոնք անհրաժեշտ է կիրառել երեխայի հոգեկան (եւ ոչ միայն) առողջության պահպանման համար: Յեռուստատեսության առավելությունն այն է, որ նա «պատուհան է դեպի աշխարհ», դիտողին կապում է աշխարհում տեղի ունեցող իրադարձությունների հետ, ինչ-որ իմաստով դարձնում է դրանց մասնակիցը: Նա ուղղորդում է մարդկանց գիտակցությունը երկրագնդի, ամբողջ մարդկության, մեր շուրջը կատարվող գլոբալ երևույթների վրա: Այդ իմաստով հեռուստատեսությունը կարող է մեծ ներդրում կատարել շատ խնդիրներ լուծելու և մեր հոգևոր հորիզոնն ընդլայնելու հարցում հասնել ցանկալի արդյունքի:

Յեռուստացույցի բացասաբար ազդեցությունը կամ հեռուստացույցը՝ «թշնամի»

Գիտնականները վստահեցնում են, որ հեռուստացույցի առջեւ երկար նստելը վնասակար է երեխաների համար: Շատ երեխաներ իրենց օրն անցկացնում են Էկրանի առջեւ ժամերով նստած: Դրա մասին ծնողները քաջատեղյակ են, սակայն ոչ մի կերպ չեն կարողանում իրենց երեխային «կտրել» հեռուստացույցից: Այսօր հոգեբանները եւ գիտնականները միաձայն պնդում են, որ հեռուստացույցը առաջին հերթին ազդում է երեխայի զարգացող նյարդային համակարգի վրա, որն էլ անդրադառնում է երեխայի առողջության եւ վարքի վրա: Յեռուստացույցը ստեղծում է հիպնոտիկ մի դաշտ, որն էլ ստիպում է երեխաներին ժամերով գամվել Էկրանին: Երբ հեռուստացույցն անջատվում է, ուղեղի բետա ալիքները (արթնության ալիքները) իրենց տեղը գիջում են դանդաղ ալֆա ալիքներին (որոնք դիտվում են այն ժամանակ, երբ մարդը պատրաստվում է քնել): Դրա հետեւանքով ուշադրությունը դառնում է ցրված, տեսողությունը եւ լսողությունը

բթանում են, իջնում է ճանաչողական գործընթացների արագությունը: Հեռուստացույց շատ դիտելուց ակտիվանում է երեխայի աջ կիսագունդը, որը պատասխանատու է զգացմունքային ռեակցիաների համար: Հեռուստացույցը վատ է անդրադառնում երեխաների հոգեկան ներաշխարհի եւ վարքագծի վրա: Գիտնականները եկել են այն եզրակացության, որ ոչ միայն հեռուստացույց նայելն է վնասակար, այլեւ հեռուստացույցի՝ պարզապես միացրած վիճակում լինելը: Երեխան դրանից նյարդային է դառնում, կռվարար եւ ջղային, զայրացկոտ: Ամեն առիթով երեխան ոչ միայն լաց է լինում, այլեւ դադարում է լսել ծնողներին:

Հեռուստացույցը բացասաբար է ազդում երեւակայության վրա

Չգայարանների ֆիզիոլոգիայի մասնագետ Յորստ Պրենը գրում է. «Հեռուստաէկրանի առջև 10-15 ժամ նստած երեխայի ուղեղը նման է անապատի: Այդ երեխաները տառապում են երեւակայության լրիվ կորստով: Որոշ երեխաներ ընդունակ չեն նույնիսկ հիշողությամբ բաժակ նկարելու: Ժամանակի հետ այդ կորուստը անդառնալի է լինում: Պետք է հիշել, որ ժամանակ առ ժամանակ երեխաների համար բարձրաձայն կարդալը նրանց մեջ առաջացնում է ոչ միայն կարդալու ցանկություն, այլև զարգացնում է մտածողությունն ու երեւակայությունը: Հեռուստացույցից հրաժարված երեխան ոչինչ չի կորցնում, այլ փրկում է վերը նշված հատկանիշների ձևավորման համար անհրաժեշտ ժամանակը: Եթե արդեն դա ձեռք է բերել, ուրեմն չի խանգարի, որ նա ժամանակ առ ժամանակ հեռուստացույց ևս նայի: Եթե մանկությունը հազեցած է եղել խաղերով ու շարժումներով, երաժշտությամբ ու երեւակայությամբ, ներքին պատկերներով ու տպավորություններով, ծնողները կարող են հանգիստ լինել, որ նրանց տղան կամ աղջիկը կգտնի կյանքի իր սեփական ուղին»: Երկար հեռուստացույց դիտելուց երեխայի երեւակայությունը սահմանափակվում է: Գերմանացի մանկաբույժ Պիտր Վինտերշտայնը ավելի քան 17 տարի ուսումնասիրել է 5-6 տարեկան երեխաներին եւ պարզել, որ որքան շատ է երեխան ժամանակ անցկացնում հեռուստացույցի առջև, այնքան քիչ դետալներ է օգտագործում նկարելիս, իսկ նկարված կերպարներն արտահայտված չեն: Նրանց նկարած կերպարներն անհամաչափ են, նկարները՝ ավելի սխեմատիկ ու անկենդան:

Խոսքի ուժը և հեռուստացույցի ազդեցությունը նրա վրա

Երեխան խոսել սովորում է առաջին հերթին ծնողներից: Բայց ծնողները հիմա շատ զբաղված են, խոսելու ժամանակ չունեն, այսինքն՝ իրար ասելու բան էլ չունեն: Մարդիկ կինոյում, համերգասրահներում, պարասրահներում, հեռուստացույցի կամ համակարգչի առջև լռում են: Բացի այդ, միացրած հեռուստացույցի առկայությամբ տանը ծնողների շփումն է դժվարանում: Ծնողներն ավելի քիչ են հետեւում երեխաներին, քիչ են շփվում նրանց հետ, որի պատճառով երեխան մտավոր զարգացում չի ունենում, ավելի ուշ է

սկսում խոսել եւ ավելի վատ, քան իր հասակակիցները: 1996 թվականին երեխաների օգնության անգլիական կազմակերպությունը հայտնում է, որ Անգլիայում յուրաքանչյուր երրորդ երեխան խոսքի զարգացման խնդիր ունի: Բուլղարիայում կատարված նմանօրինակ

հետազոտություններից պարզվել է, որ նախադպրոցականների 21-27 %-ը տառապում է խոսքի խանգարումներով: Դրա հիմնական պատճառը բժիշկները համարում են ընտանիքներում աճող լռությունը, որին նպաստող ամենաուժեղ գործոնը հեռուստատեսությունն է: Սակայն ինչո՞վ է տարբերվում կենդանի խոսքը տեխնիկական միջոցներով միջնորդավորված խոսքից: Կարծես դրանց միջև չկա ֆիզիկական տարբերություն: Ինչպե՞ս է, որ տեխնիկայով միջնորդավորված խոսքը երեխայի ուղեղին հնարավորություն չի տալիս այնպես ձևավորվելու, ինչպես դա անում է կենդանի խոսքը: Նախքան փոքրիկը կտվորի թեկուզ փոքրիկ նախադասություն արտասանել, նա պետք է կարողանա կատարելապես տիրապետել խոսքի արտաբերմանը մասնակցող մի քանի տասնյակ մկանների կորդիկացմանը, որը չափազանց բարդ գործընթաց է: Պատահական չէ, որ անցյալում մայրերը երեխաներին քնեցնելիս օրորում էին՝ երգելով, արթուն ժամանակ՝ գրկած կամ ծնկին դրած խաղիկներ էին ասում, ապահովելով նրանց բնականոն ներդաշնակ զարգացումը: Դրա արդյունավետությունը գիտականորեն բացահայտել է գերմանացի հետազոտողներից մեկը՝ ցույց տալով, որ խոսքի յուրաքանչյուր հնչյունը բերանից դուրս գալով ակնթարթորեն առաջացնում է յուրահատուկ՝ միայն իրեն բնորոշ օդային պատկեր, որը, հասնելով իր կատարյալ ձևին, անհետանում է: Այսինքն՝ խոսքի յուրաքանչյուր պատկեր ներկայանում է որպես հոսող քանդակ: Ստացվում է, որ խոսքը առաջին հերթին պատկեր, ձև առաջացնող գործընթաց է, որի ժամանակ առաջանում են շարժուն գոյացություններ, որոնք մի քանի վայրկյան դեռ մնում են օդում, երբ ձայնային ալիքներն արդեն անհետացել են: Միաժամանակ խոսողի ամբողջ մարմինը ամեն հնչյունի ժամանակ առաջացնում է որոշակի, աչքի համար անտեսանելի շարժումներ: Այդ շարժումները հաջողվել է նկարահանել ժապավենի վրա, և պարզվել է, որ այդ միկրոշարժումները միանգամայն ներդաշնակ են արտասանած խոսքին և ընդգրկում են ամբողջ մարմինը՝ գլխից մինչև ոտքերը: Գիտնականները բացահայտել են, որ լսողը նույնպես պատասխանում է մարմնի համապատասխան միկրոշարժումներով՝ գլխից մինչև ոտքերը, միայն 40-50 միլիվայրկյան ուշացումով: Այս երևույթի բացահայտողը՝ Վիլյամ Կոնդոնը, նշելով խոսողի և լսողի համաչափ շարժումները, գրում է. «Կարծես լսողի ամբողջ մարմինը պարելով ուղեկցում է խոսողին»: Նա պարզել է, որ երկու օրական փոքրիկը և՛ չինարեն, և՛ անգլերեն խոսքին պատասխանում է միևնույն միկրոշարժումներով: Սակայն այս ամենը լսելու միայն առաջին փուլն է: Հաջորդ փուլում մկանային շարժումների

ակտիվությունը փոխանցվում է և խթանում սրտի ու թոքերի ռիթմիկ գործունեությունը: Ցանկացած պատմող կարող է իր լսողների մոտ նկատել մարմնի թեթևակի լարվածություն կամ հանգստություն, շարժումների որոշակի փոփոխություններ, որոնք աստիճանաբար

ընդգրկում են նաև լսողների հոգին՝ առաջացնելով կենդանի արձագանք: Մարմնական շարժումները վերափոխվելով՝ ենթագիտակցական ապրումների ոլորտից անցնում են չգիտակցված, անրջային հույզերի: Միայն երրորդ փուլում այդ շարժումները հասնում են գլխուղեղին, որտեղ վերափոխվելով դառնում են մտային գործընթաց, որպես հասկացություն կամ պատկերացում: Հենց այդ շարժումներից էլ երեխան հետագայում կառուցում է իր խոսքը: Եթե մեկը խոսում է, իսկ մյուսը՝ լսում, ապա նրանք երկուսն էլ հայտնվում են շարժումների ու հոսող պատկերների ոլորտում, պատկերների ծովում, որը կարծես ողողում է նրանց մարմինը: Այդ ոլորտում կարևոր է ոչ միայն խոսքի իմաստը, այլ նաև այն ամենը, ինչը կարելի է անվանել խոսքի կամ լեզվի մեղեդի՝ խոսքի տեմբրի, շեշտի, դադարի միջոցով ձևավորվող խոսքի ռիթմիկ կառուցվածք: Խոսքի այս տարրերը փոքրիկների վրա ավելի ուժեղ ազդեցություն են ունենում, քան պատմածի բովանդակությունը: Սակայն խոսքի այդ բնական ուժը չի գործում, եթե այն հնչում է մեքենայի կողմից: Խոսքի ներգործուն այդ շարժումը կարող է առաջանալ միայն մարդկային կենդանի շփման, կենդանի խոսքի ժամանակ: Բարձրախոսներն այդ ունակությունը չունեն: Նրանք օդային պատկերներ առաջացնել չեն կարող: Նրանց ստվարաթղթե թաղանթներն առաջացնում են միայն ձայնային ալիքներ, որոնք որոշակի հասցեատեր չունեն և ոչ մեկից էլ պատասխան չեն ակնկալում: Ճիշտ է, երեխաներն այդ ձայնին էլ են արձագանքում մարմնի միկրոշարժումներով, բայց նրանց կամքը ձայնի ձևավորմանը մասնակից չի դառնում: Պատկերավոր ասած, դինամիկները միշտ տառապել ու շարունակում են տառապել առևտիզմով:

Երեխայի ֆիզիկական ու հոգևոր ներդաշնակ զարգացման համար անհրաժեշտ է մարդ, որը կդառնա բառի միջնորդը: Միայն այդ դեպքում բառը երեխայի ես-ը գերզգայական ոլորտից կուղեկցի դեպի զգայական ոլորտ: Միայն այդ ժամանակ բառը կարող է զգայական աշխարհից ազատել զերզգայական ուժերը, որոնք անհրաժեշտ են երեխային, մի կողմից՝ հոգու և մտքի, մյուս կողմից՝ հոգու և մարմնի միջև կապ հաստատելու համար: «Ի սկզբանե էր Բանը» և Բառը նրան մարդ դարձրեց, իսկ նա միայն Բառի էներգիան փոխանցում է երեխային, որը ձգտում է մարդ դառնալ:

Խանգարում է կենտրոնանալ, վատ ուսում, շփում

Փոքր տարիքում երեխայի մեջ անընդհատ պահանջ է առաջանում կապ գտնելու առարկաների, պատկերների և երևույթների միջև, որը դրսևորվում է անընդհատ հարցեր տալով: Ավելի ուշ շրջանում երեխայի դատողությունը ավելի է խորանում, ձևավորելով վերլուծական դատողական, խոհական մտածողություն, որն էլ ձևավորում է

բանականությունը: Դրա շնորհիվ մարդը կարողանում է բացահայտել իրական կյանքի ընդհանուր օրինաչափություններ: Սակայն երեխաների մեջ այդ հնարավորությունների զարգացումը վեց-յոթ տարեկանում նվազում է, և, եթե այդ պահանջը չի լրացվում համապատասխան դաստիարակությամբ, ապա հասուն տարիքում ստեղծագործական ունակությունները զարգացած չեն լինում: Դրա երկրորդ փուլը սկսվում է սեռահասունության շրջանում: Այդ փուլում ինտելեկտուալ ներուժը նույնպես կարող է կորչել, եթե դաստիարակությամբ ժամանակին չամրապնդվեն նոր ունակություններ: Արդյունքում, բնության ընձեռած որոշ մտային ունակություններն անվերադարձ կորչում են: 1994 թվականին գերմանական «Շպիգել» ամսագիրը թեստավորել է գերմանացիների ընդհանուր կրթական մակարդակը և ստացել է հետևյալ պատասխանը. «Որքան մարդը երկար է հեռուստացույց դիտում, այնքան խղճուկ են նրա գիտելիքները: Դա վերաբերում է բոլոր բնագավառներին, բացի սպորտից»: Ինչո՞ւ: Այդ հարցին կարելի էր հեշտությամբ պատասխան գտնել ժամանակակից բնագիտական հետազոտություններով: Ամերիկացի գիտնականները փորձել են բացահայտել հեռուստահաղորդումների ժամանակ մարդու օրգանիզմում կատարվող կենսաքիմիական, ներզատական, նյարդամկանային և զգայական գործընթացների բնույթը, ինչպես նաև կենտրոնական նյարդային համակարգում ընթացող փոփոխությունները: Մարդկային աչքը չնայած դրսևորում է լուսանկարչական ապարատի հատկանիշներ, սակայն տեսողության գործընթացին մասնակցում է աչքի ոչ միայն օպտիկական տարրը: Տեսողությունը ոչ թե պասիվ գործողություն է, որն ուղղակի ընկալում է արտաքին միջավայրի լուսային գրգիռները, այլ բարձրագույն աստիճանի ակտիվ գործընթաց է: Չնայած ինչ-որ բան դիտելիս մենք չենք գիտակցում մեր աչքերի արագ շարժումները, այդուհանդերձ, դրանք կապված են մեր ամբողջ մարմնի հետ: Հեռուստացույցի առջև աչքերի ակտիվությունը համարյա լրիվ ընկնում է: Հեռուստացույցի առջև նստածը ակնդետ նայում է էկրանին, քանի որ աչքը շարժող մկանները անշարժ են: Նրանց քարացածությունը տարածվում է ամբողջ մարմնում, և նույնիսկ ամենաշարժուն երեխաները հեռուստացույցի առաջ նստում են անշարժ: Սակայն այստեղ խնդիրը ոչ թե մկանային պասիվությունն է, այլ մկաններին ուղղորդող կամային պասիվությունը: Այդ գործընթացը ոչ այլ ինչ է, եթե ոչ հարձակում մարդու կամային ունակության վրա, որով պայմանավորված են նրա ինքնուրույնությունը, սեփական ակտիվությունը: Տեղի է ունենում

ակտիվության նվազում, կամքի կանգ, այսինքն՝ անհատի դեգրադացիա: Հեռուստացույցի անշարժացնող ազդեցությունը արտահայտվում է նաև գլխուղեղի կեղևի ակտիվության վրա: Ուսումնասիրությունները բացահայտել են, որ հեռուստացույցի առջև նստած և հիպնոսի վիճակում գտնվող մարդու էլեկտրաուղեղագրերը իրար շատ նման են: Հեռուստացույցը

ազդում է նաև երեխայի ուսման պրոցեսի վրա: Որքան վաղ հասակից է երեխան տարվում հեռուստացույցով, այնքան տուժում է առաջադիմությունը, քանի որ ծանրաբեռնվում են ուշադրությունը, լսողական և տեսողական համակարգերը: Երեխան պետք է միշտ ակտիվ շարժվի, ձեռք բերի նոր հմտություններ, նկարի, բռնի, կառուցի, իսկ հեռուստացույց նայելու ժամանակ երեխան պասիվ է, չի զարգանում: Մի շարք հետազոտություններ փաստում են, որ երեխաներն, ովքեր գրեթե չեն նայում հեռուստացույց դատում, մտածում են ավելի ռացիոնալ և նրանց աշխարհընկալումն ավելի իրական է, քան հաճախ հեռուստացույց նայող երեխաներինը: Կանադայում մանկապարտեզ հաճախող երեխաների շրջանում անցկացված հետազոտությունների արդյունքում պարզ է դարձել, որ միջինը օրական 72 րոպե կամ նույնիսկ մեկ ժամ հեռուստացույցի դիմաց անցկացնելը կարող է վատ անդրադառնալ երեխաների վրա: Այս մասին հրապարակել է «Science Daily» պարբերականը: Մոնրեալի համալսարանի պրոֆեսոր Լինդա Պազանին «Սուրբ Ժուստին» մանկական հիվանդանոցի հետ համատեղ անց է կացրել մի հետազոտություն, որի արդյունքում պարզ է դարձել, որ հեռուստացույցի առաջ ավել ժամանակ անցկացնելուց հետո երեխաների մոտ առաջացել են բառապաշարի, մաթեմատիկական կարողությունների հետ կապված խնդիրներ: Նրանք ավելի քիչ են մասնակցել ակտիվ դասապրոցեսին, ուշադրության ու կենտրոնանալու խանգարում են ունեցել և ֆիզիկական պասիվություն են դրսևորել: Հետազոտությանը մասնակցել են մանկապարտեզ հաճախող 991 աղջիկ և 1006 տղա երեխաներ: Ինչպես նշում է պրոֆեսոր Պազանին, մանկապարտեզ հաճախելը ենթադրում է հոգեբանական-սոցիալական հարմարվողականություն, ինչպես նաև փոքր մասշտաբի ակադեմիական ձեռքբերումներ: Պարզվում է, որ հեռուստացույցի առաջ ավելորդ ժամանակահատված անցկացնելը ամեն առումով բացասաբար է ազդում երեխաների վրա: Այնուամենայնիվ երեխային չպետք է թույլ տալ 2 ժամից ավել հեռուստացույց դիտել, քանի որ այն վատ է անդրադառնում երեխայի զարգացման ու հասունացման վրա:

Խանգարվում է քունը ,նպաստում է ճարպակալմանը, մեծանում է երեխաների շրջանում շաքարախտի առաջացման հավանականությունը

Այն երեխաները, ովքեր չարաշահում են հեռուստացույց(համակարգիչ) դիտելը, ավելի դժվար են քնում, գիշերները հաճախ են արթնանում, մոջավանջներ տեսնում: Այս բոլոր բարդությունները շարունակվում են նաեւ ավելի մեծ տարիքում: Երկար ժամանակ հեռուստացույցի առջեւ անշարժ գամված մնալով՝ երեխան աստիճանաբար սովորում է նստակյաց կյանքի, ինչն էլ նպաստում է գիրանալուն: Ամենաառաջին խանգարումը, որ դիտվում է հեռուստացույցի չարաշահելու դեպքում, քնի

խանգարումն է, իսկ ոչ բավարար քունը նպաստում է մարսողության ոչ լիարժեք իրականացմանը: ԱՄՆ-ում կատարված մեկ այլ հետազոտության արդյունքում պարզվել է, որ երեխաների համաճարակ հիշեցնող գիրացումը ուղղակիորեն կապված է հեռուստացույցի առջև նրանց անցկացրած ժամերի հետ: Այսինքն՝ հեռուստացույցը ազդում է նաև դիտողների օրգանիզմի նյութափոխանակության վրա: Հետազոտվող բոլոր երեխաների մոտ հիմնական փոխանակությունը, նախնական՝ հանգիստ վիճակում գտնվելու տվյալի համեմատ, նվազում է 14 %-ով: Կարելի է հասկանալ, որ համապատասխանորեն դանդաղում են նյութափոխանակության գործընթացները նաև ուղեղում: Ուրեմն հեռուստաէկրանը քնի և արթնի սահմանային վիճակների է բերում ոչ միայն գիտակցությունը, այլև օրգանիզմի ամբողջ նյութափոխանակությունը: Հեռուստադիտման ժամանակ պոլսը դանդաղում է 10 %-ով, այսինքն՝ թոպեում յոթ հարվածով, կամ ժամում 420 հարվածով:

Հեռուստացույցի կամ համակարգչի էկրանի առջեւ օրական ավելի քան 6 ժամ անցկացնող երեխաները ավելի հաճախ են բախվում 2-րդ տիպի դիաբետի հետ: Սա պարզվել է հետազոտությամբ, որի մասին հրապարակվել է Archives of Disease in Childhood ամսագրում:

Նախորդ հետազոտություններով պարզվել է, որ էկրանի առջեւ բազմաժամյա գտնվելը մեծահասակների շրջանում մեծացնում է ճարպակալման եւ 2-րդ տիպի դիաբետի առաջացման հավանականությունը: Սակայն պարզված չէր՝ արդյոք երեխաներին էլ է այս վտանգը սպառնում, քանի որ վերջին միտումները ցույց են տալիս, որ աճում է այն ժամաքանակը, որը նրանք անցկացնում են հեռուստացույց դիտելու եւ համակարգիչներով, խաղային հավելվածներով, պլանշետներով ու սմարթֆոններով զբաղվելու համար:

Գիտնականները հետազոտել են Լոնդոնի, Բիրմինգեմի եւ Լեսթերի 200 տարրական դպրոցների 9-10 տարեկան 4500 աշակերտների, որպեսզի որոշեն նրանց շրջանում վտանգի մետաբոլիկ եւ սիրտ-անոթային գործոնները:

Ստուգվել է ինսուլինի նկատմամբ երեխաների արյան ռեսիստենտությունը, որոշվել է գլյուկոզայի, բորբոքային քիմիական նյութերի, զարկերակային ճնշման եւ ճարպային նստվածքների մակարդակը: Նրանց նաեւ հարցրել են, թե որքան ժամանակ են անցկացնում հեռուստացույցի, համակարգիչների եւ խաղային հավելվածների առջեւ: Երեխաների մոտ 4

տոկոսը հայտնել է, որ հեռուստացույց չի դիտում, մինչդեռ 37 տոկոսն ասել է, որ հեռուստացույց է դիտում 1 ժամ: 28 տոկոսը հայտնել է, որ դիտում է 1-2 ժամ, 13 տոկոսը՝ 2-3 ժամ: Մոտ 18 տոկոսը հայտնել է, որ ամեն օր ավելի քան 3 ժամ է հեռուստացույց դիտում: Տղաները (22 տոկոս) ավելի հաճախ են հեռուստացույցի առջեւ ավելի քան 3 ժամ անցկացնում, քան աղջիկները (14 տոկոս): Հետազոտողները պարզել են, որ ճարպային զանգվածի մակարդակը բարձր է եղել այն երեխաների մոտ, որոնք հայտնել են ամեն օր 3

ժամ հեռուստացույց դիտելու մասին: Նրանց մոտ բարձր էր նաեւ լեպտինի՝ հորմոն, որը վերահսկում է ախորժակը, գլյուկոզայի եւ ինսուլինի նկատմամբ ռեզիստենտության մակարդակը: Այս կապը զգալիորեն պահպանվել է նաեւ այնպիսի գործոնները հաշվի առնելուց հետո, ինչպիսին են՝ ընտանիքի եկամուտը, ընտանեկան վիճակը, սեռական հասունացման ժամանակահատվածը եւ ֆիզիկական ակտիվության մակարդակը: «Մեր արդյունքները ցույց են տալիս, որ հեռուստացույց դիտելու ժամանակի կրճատումը կարող է օգտակար լինել վաղ տարիքում տղաների եւ աղջիկների շրջանում 2-րդ տիպի դիաբետի առաջացման հավանականության նվազման համար», - նշել են հետազոտողները:

Հեռուստացույցի ազդեցությունը մարդու ներգատական համակարգի վրա:

Որոշակի փոփոխություններ են կատարվում նաև մարդու ներգատական համակարգում: Երբ մարդն իրական կյանքում հանկարծակի հանդիպում է վտանգի, մակերիկամների կողմից արյան մեջ արտադրվում է ադրենալին, որը մոբիլիզացնում է օրգանիզմի ուժերը՝ վերահաս վտանգից փախչելու կամ թաքնվելու համար: Բնության մշակած այս պաշտպանական ռեֆլեքսը՝ արյան մեջ ադրենալինի քանակի ավելացումը, գործում է նաև հեռուստադիտողի մոտ: Սակայն հեռուստադիտողը Էկրանին տեղի ունեցող վտանգավոր և սարսափազդու պատկեր տեսնելիս չի փախչում, ինչպես դա տեղի կունենար կյանքում, այլ մնում է տեղում գամված, «վայելելով» նյարդերը գրգռող և ուշադրությունը սևեռող վախը: Նյարդերը գրգռող այդ ազդեցությունը շուտով վերանում է, որովհետև մարդը վարժվում է դրան, և հարկ է լինում վախի չափաբաժինը մեծացնել, այլ կերպ ասած, բարձրացնել կադրերի փոփոխման հաճախությունն ու լուսավորվածությունը, խորացնելով դիտողի շշմեցումն ու շփոթվածությունը: Ֆիզիոլոգիական իմաստով, դա բերում է ադրենալինով արյան գերհագեցմանը: Միայն ծայրահեղ պայմանների համար նախատեսված այդ հորմոնի գերքանակությունը թունավոր ազդեցություն է թողնում՝ օրգանիզմը շարունակաբար պահելով սթրեսային վիճակում: ՀեռուստաԷկրանը ուղղորդում է ոչ միայն դիտողի հայացքը, այլև նրա հույզերը տանում է որոշակի ուղղությամբ, որտեղ նրանք կանգ են առնում հարկադրաբար: Այսինքն՝ մարմնի անշարժացումը շարունակվում է՝ ընդգրկելով նաև

մարդու

հոգեկան

ոլորտը:

Նպաստում է ազրեսիայի, բռնության առաջացման

Երեխաների հոգեկան կառուցվածքի վրա ազդում է ռեժիսորների կասկածիլի նորամուծությունները՝ դաժանությունը, արյունը, որը անընդհատ հոսում է հեռուստատեսությաններից, սպանությունները: Այս ամենը ձևավորում է անբնական վերաբերմունք մահի հանդեպ: Նույնը կարելի է ասել սեռերի միջև հարաբերություններին, որոնք նույնպես կրկնօրինակվում են հեռուստահերոսներից: Վերջին 20 տարիների ընթացքում ԱՄՆ-ում ուսումնասիրություններ են կատարվել հեռուստացույցի չարաշահման եւ հանցագործության քանակի ավելացման միջեւ եղած կապը պարզելու համար: Ազդեցությունն առավել ակնհայտ է թրիլեր եւ մարտաֆիլմեր սիրողների վրա: Եկրանում տեղի ունեցող ազրեսիան եւ բռնությունը ուղեղն ընկալում է որպես իրական, մենք տազնապ ենք ապրում, անվստահություն, վախ, իսկ ուղեղի համապատասխան կենտրոնները, ակտիվանալով՝ նպաստում են փախուստի եւ ազրեսիայի ակտիվացմանը: Երբ մարդը պարբերաբար նայում է դաժան սցենարներով ֆիլմեր, տեսարաններ, հուզական արձագանքները նման երեւույթների նկատմամբ թուլանում են: Այսպես, երեխան աստիճանաբար սովորում է բռնությանը եւ սկսում է սառնասրտորեն այդ ամենը վերարտադրել: Հաճախ երեխաները դիմում են նմանատիպ քայլերի այն ժամանակ, երբ կարծում են, որ իրենց արարքը կմնա անպատիժ: Տարբեր երկրներում մի քանի տասնամյակ շարունակ կատարված հետազոտությունների հիման վրա գիտնականները և առողջապահության բնագավառի աշխատողները մեծամասամբ գալիս են այն եզրակացության, որ բռնություն դիտելը շատ վտանգավոր է երեխաների համար (Հենրի Կայզերի անվան ընտանեկան հիմնադրամ): Արդյոք այն, ինչ ես դիտում եմ, փոխո՞ւմ է իմ մտածելակերպը իմ ուզած ձևով *դժվար է սպացուցել, որ հեռուստատեսությամբ ցուցադրվող բռնությունը հանգեցնում է հանցագործության և հակահասարակական վարքի: Սակայն բազմաթիվ ուսումնասիրություններ ենթադրում են, որ այդ իրողությունների մեջ կապ կա: Ավելին, շատ հանցագործներ ասում են, որ իրենց վերաբերմունքն ու բռնի վարքը ձևավորվել են հեռուստացույցի ազդեցության ներքո: Սակայն մարդկանց կյանքի վրա շատ բան կարող է ազդեցություն ունենալ: Ազրեսիվ վարքին կարող են նպաստել համակարգչային բռնի խաղերը, ընկերների և ընտանիքի արժեքներն ու ընդհանուր կենսամակարդակը:*

Ուստի զարմանալի չէ, որ հակառակ տեսակետներ գոյություն ունեն: Կանադացի մի հոգեբան գրել է. «Գիտական ապացույցները հստակ ցույց չեն տալիս, որ բռնություն դիտելը կա՞մ բռնություն է առաջ բերում մարդկանց մեջ, կա՞մ նրանց անզգա է դարձնում դրա

հանդեպ»: Սակայն լրատվության և հասարակության գործերով զբաղվող հոգեբանների ամերիկյան ընկերության կոմիտեն նշում է. «Ոչ մի կասկած չկա, որ մարդիկ որքան շատ են հեռուստատեսությամբ դիտում բռնություն, այնքան ավելի հանդուրժողական են դառնում ագրեսիվ վերաբերմունքի և վարքի հանդեպ»:

1990-ականների սկզբներին մի խումբ սոցիալական հոգեբաններ հեռուստահաղորդումների դիտումը տեղափոխեցին լաբորատորիա, ինչը նրանց թույլ տվեց հսկել բռնության քանակը հեռուստատեսությամբ: Փորձերին մասնակցող տարրական դասարանների երեխաներին բաժանեցին երկու խմբի. մի խմբին ցուցադրեցին դաժանություն պարունակող, մյուսին՝ առանց դաժանության հեռուստանյութեր: Այն երեխաները, ովքեր միայն մեկ դրվագ էին դիտել այն ժամանակների համար ԱՄՆ-ում հայտնի՝ «Անհաղթահարելի ռեյնջերներ» մանկական հաղորդաշարից (այստեղ կային բռնության դրվագներ), դիտումից հետո երկու

րոպեների ընթացքում ցուցադրեցին յոթ անգամ ավելի շատ ագրեսիվ պահվածք, քան այն երեխաները, ովքեր չէին դիտել այդ հաղորդումը¹⁴:

«Եկրանային դաժանությունները կարող են սկզբում ենթագիտակցական, հետագայում՝ նաև գիտակցական մակարդակում էքստրեմիստական, ֆանատիկ, դաժան արարքների ձևավորողները լինել, որոնց հիմքը հանդիսանում է սոցիալական արդարության սեփական հասկացողությունը»:

Քանի որ ընդօրինակումը ուսուցողական հիմնական ձևերից է, հեռուստատեսությունը դարձել է այս ոլորտի առաջատարներից մեկը, եթե ոչ՝ առաջատարը: Մարդկանց վրա ընդօրինակման միջոցով սովորեցնելու փորձեր է իրականացրել հոգեբան Ա.Բանդուրան: Գիտափորձերից մեկի ժամանակ նա երեխաներին տեսանյութ է ցուցադրել, որտեղ մեծահասակը մուրճով խփում է տիկնիկի գլխին: Երբ դրանից հետո երեխաներին տիկնիկների հետ խաղալու հնարավորություն են տվել, նրանք շատ առումներով նույնանման վարքագիծ են ցուցաբերել: Դիտարկումներից պարզվել է, որ ԱՄՆ-ի դպրոցականների շրջանում 1996-ից ավելացել է սպանությունների թիվը, որն աճելու միտում ունի:

Հեռուստատեսությունն ազդում է մտածելակերպի և վարքի վրա:

Հիշեք, որ մասնագետները վիճում են ապացույցի վերաբերյալ, թե արդյոք կարելի է ապացուցել, որ ագրեսիա դիտելը հանգեցնում է ագրեսիայի: Սակայն շատերը համաձայն են, որ հեռուստատեսությունն ազդում է մեր մտածելակերպի և վարքի վրա: Մտածեք հետևյալ բանի շուրջ. մեկ լուսանկարը կարող է մղել մեզ բարկանալ, արտասվել և ուրախանալ: Երաժշտությունը խոր ազդեցություն է թողնում մեր զգացմունքների վրա:

Տպագրված բառերը նույնպես մեր մեջ զգացմունքներ են առաջացնում, մղում են մեզ մտածելու և ինչ–որ գործեր անելու: Իսկ որքան խոր ազդեցություն կարող են թողնել այն շարժվող նկարները, երաժշտությունն ու բառերը, որոնք վարպետորեն իրար են կապակցված: Չարմանալի չէ, որ հեռուստացույցը գրավում է մարդկանց, ընդ որում այն շատ մատչելի է: »

Եթե 30 վայրկյան տևող գովազդը ազդում է մեր տեսակետների և վարքագծի վրա, կարող ենք վստահ լինել, որ ժամեր շարունակ հեռուստացույց դիտելը նույնպես կազդի:

Եռաչափ կինոն կամ 3D ձևաչափը

Այսօր ներկայացվում են տարբեր տեխնիկական հայտնագործություններ, որոնց մի մասը մարդու առողջության համար լուրջ վտանգ է ներկայացնում: Այդ նորույթներից մեկը եռաչափ կինոն է: Եռաչափությունը ապահովվում է այն բանի շնորհիվ, որ հատուկ ակնոցի միջոցով յուրաքանչյուր աչքն առանձին է տեսնում: Առարկան յուրաքանչյուր աչքի համար նկարահանվում է առանձին դիրքից: Բնական պայմաններում առարկայի վրա երկու աչքը միասին են կենտրոնանում: Հետևաբար 3D ձևաչափը ստիպում է աչքին հրաժարվել առարկաները տեսնելու իր բնականոն պրոցեսից և անցնել արհեստականի: Եվ պատահական չէ, որ շատերը 3D ձևաչափով կինոդիտումից հետո գլխապտույտ, գլխացավ, սրտխառնոց են ունենում: Բացի դրանից, 3D ձևաչափի դիտման ժամանակ առաջանում են ուժեղ հույզեր, և հենց դրա համար այն հակացուցված է մինչև 12-14 տարեկան երեխաներին: Իսկ անոթային հիվանդություններ ունեցող հիվանդների մոտ 3D ձևաչափով կինոդիտումը կարող է կաթվածի պատճառ դառնալ: Նույնիսկ մեկանգամյա դիտումը բռնության է ենթարկում տեսողությունը, առաջանում են դեռևս թույլ գլխացավեր, որոնք վկայում են տեսողության առանցքի շեղման մասին, որն աստիճանաբար հանգեցնում է անձի դեգրադացիայի: Տեսողության նման շեղումներ նկատվում են նաև մի շարք հոգեկան հիվանդների

մեջ:

Հեռուստատեկրանը ուղղորդում է ոչ միայն դիտողի հայացքը, այլև նրա հույզերը տանում է որոշակի ուղղությամբ, որտեղ նրանք կանգ են առնում հարկադրաբար: Այսինքն՝ մարմնի անշարժացումը շարունակվում է՝ ընդգրկելով նաև մարդու հոգեկան ոլորտը: Հեռուստատեկրանից համառորեն հրամցվում է համարյա միայն խնդրահարույց բացասական տեղեկույթ՝ բազմաթիվ սոսկալի պատկերներով, որը հեռուստադիտողի մեջ ուժեղացնում է այն համոզմունքը, որ ինքն ապրում է չարությամբ ու վտանգներով լի աշխարհում: Համապատասխանաբար աճում է վտանգի զգացողությունը, իսկ նրա հոգում բույն են դնում վախն ու անվստահությունը:

Խորհուրդներ ծնողներին

• Ցանկալի է, որ երեխայի սենյակում հեռուստացույց չլինի: Եթե երեխաները չափից շատ ժամանակ են անց կացնում հեռուստացույցի մոտ, դա պետք է անհանգստացնի ծնողներին՝ նշանակում է, որ երեխան զբաղմունք չունի: Հարկավոր է զբաղմունք գտնել՝ ցբաղվել սպորտով, երաժշտությամբ, այցելել լողավազան:

❖ Մի միացրեք հեռուստացույցը դպրոց գնալուց առաջ, դա կարող է շեղել երեխայի ուշադրությունը ուսումնական պրոցեսից:

❖ Հիշեք, որ դաժան եւ բռնության տեսարանները մեծ տրավմա են պատճառում երեխային, որոնք հետագայում կարող են լուրջ ազդեցություն թողնել երեխայի հոգեկան աշխարհի վրա:

❖ Խոսեք երեխայի հետ այն հույզերի մասին, որոնք նա ունենում է հեռուստացույց դիտելիս:

Համակարգիչը , համացանցը և երեխան

Համակարգիչը երեխայի օգնական(դրական ազդեցությունները)

Լինելով 20-րդ դարի վերջի ամենաբարդ տեխնոլոգիաներից մեկը՝ այն միաժամանակ ամենատարածվածներից է, իսկ իր ապագա ազդեցությունների հնարավորությամբ՝ ապահովաբար առաջինը: Երբ մարդկային գործունեության գրեթե բոլոր ձևերը այս կամ այն չափով միջնորդված են համակարգչային սարքավորումներով, այն դադարում է սոսկ հզոր տեխնիկական միջոց լինելուց եւ դառնում ընկերային կյանքի վրա մեծապես ազդող գործոն, արմատական հասարակական փոփոխությունների զորեղ խթան: Համակարգչի հիման վրա ուսման միջավայր ստեղծելու գաղափարը, որ հետագայում ծավալուն մշակումների առիթ տվեց, ձեւավորվեց նաեւ շնորհիվ երեխայի իմացական զարգացման հոգեբանական տեսությունների: Սրանցից առավել հայտնիների թվում է շվեյցարացի հոգեբան Ժ. Պիաժեի մշակած տեսությունը: Համաձայն այս տեսության՝ երեխայի զարգացումը կատարվում է չորս փուլով, որոնցից յուրաքանչյուրում նա բնորոշվում է միանգամայն տարբեր իմացական հետաքրքրություններով ու միջավայրում գործելու եղանակներով: Երեխան պարզապես փոքրիկ մարդ չէ: Մեծանալիս նա կտրուկ կերպարանափոխությունների է ենթարկվում:

Փուլերից յուրաքանչյուրը երեխայի ուսման տարբեր կազմակերպում եւ տարբեր միջավայր է պահանջում: Ահա այս միջավայրերը ստեղծելու առումով է, որ համակարգիչը մեծ հնարավորություններ է խոստանում: Մարդու միտքը միշտ ձգտում է ստեղծել ցանկացած գործունեության համար հարմար միջավայր, իսկ համակարգիչը առաջարկում է նախապես եւ մեծապես մշակված միջավայրեր :

Վերջին տարիներին համակարգիչը դարձավ հասարակական կյանքի բոլոր ասպարեզների անբաժան մասը: Համակարգիչների ի հայտ գալը և կայծակնային տարածումը՝ տնտեսության զարգացման տեսանկյունից, անշուշտ, դրական երևույթ է, սակայն

համակարգչային տեխնոլոգիաներից օգտվողների թվի աճի և համակարգչային համացանցի ընդլայնման հետ հանդիպում ենք նաև մարդու հոգեկան ոլորտի վրա համակարգչի բացասական ազդեցության երևույթների: Գիտատեխնիկական առաջընթացը նպաստել է համակարգչային տեխնոլոգիաների զարգացմանը՝ տեղեկատվությունը դարձնելով մարդու կյանքի անբաժանելի մասը: Համացանցն այսօր ոչ միայն կապ և տեղեկատվություն է տրամադրում, այլև այնտեղ արձարծվում և բարձրացվում են սոցիալ-մշակութային բազմաթիվ խնդիրներ, որոնց լուծումը հաղորդում է դրանց նոր բովանդակություն: Համացանցը տեղեկատվության անփոխարինելի աղբյուր է ուսումնական և սոցիալացման տեսակետից: Համակարգիչը և բջջային հեռախոսը հնարավորություն են տալիս հաղթահարել մեկուսացումը և ձեռք բերել ընկերներ, խորհրդատվություն ստանալ մասնագետից առցանց (օն-լայն) ֆորումների միջոցով, կիսվել սեփական փորձով և ստանալ օգնություն կամ խորհուրդ նմանատիպ խնդիրների հետ բախվող որևէ անձից:

Այսօր երեխան աշխարհը ճանաչում է համակարգչի միջոցով. խաղեր, մուլտֆիլմեր, նկարներ և այլն: Համացանցը և համակարգիչը օգտակար և անհրաժեշտ ինֆորմացիայի աղբյուր են: Տարբեր կենդանիների, հեքիաթային հերոսների պատկերներն ու նկարները, երեխաներին հուզող բազմաթիվ հարցերի, ինչուների պատասխանները կարող են գտնվել համացանցում: Երեխաների ուշադրությունը, մտածողությունը, տրամաբանությունը կարելի է զարգացնել ճիշտ ընտրված խաղերի ու առաջադրանքների շնորհիվ:

Մասնագետները հստակ սահմանափակումներ են առաջարկում

Սովորաբար, համակարգչային կախվածությունը հստակ արտահայտվում է 9-10 տարեկան երեխաների մոտ: Հենց համակարգչային դերային խաղերն են յուրաքանչյուր երեխայի համար հոգեբանական կախվածության մեծ վտանգ ներկայացնում: Ցանկացած տիպի դերային խաղից երեխային դժվար է կտրվելը, իրական աշխարհը վերջինիս հետ

համեմատած անգույն է ու անհետաքրքիր: Ամեն դեպքում կանխարգելման ուղղությամբ պետք է տարվեն աշխատանքներ նախադպրոցական և կրտսեր դպրոցական տարիքներում: Մեծ մասամբ վաղ տարիքում խաղային կախվածությունն է տարածված, իսկ համացանցային կախվածությունը՝ ավելի մեծ տարիքում: Ծնողները չեն կարող լիովին արգելել երեխային համակարգչից օգտվել, քանի որ այս դեպքում երեխան իրեն ընկճված, տարբերվող կզգա այլ երեխաների մեջ:

Յեռախոսը և երեխան

Բջջային հեռախոսների ճառագայթումները և ազդեցությունը

Մինչև վերջին ժամանակները պաշտպանական հաղորդագրություններում նշվում էր, որ բջջային կապի սարքերը բացարձակապես անվնաս են դրանցից օգտվողների համար և լիովին համապատասխանում են բոլոր անհրաժեշտ չափանիշներին: Սակայն վերջին տասնամյակում առաջավոր բժշկական կենտրոններում ուսումնասիրվում է բջջային հեռախոսներից արձակվող ճառագայթների ազդեցությունը մարդկանց առողջության վրա: Օրավուր մեծանում են բջջային հեռախոսներից օգտվողների մշտական գանգատները գլխացավերից, ականջացավերից, մաշկի գրգռումից, տեսողության խանգարումներից, գլխապտույտից և սրտխառնոցից: 2011-ի մայիսին Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպությունը բջջային հեռախոսները (եւ այլ անլար սարքեր) դրանց արձակած ճառագայթման պատճառով դասակարգել է որպես 2B (հնարավոր քաղցկեղածիններ) տեսակի ռիսկ: Իսկ երեխաներն ավելի զգայուն են բացասական ներգործությունների հանդեպ: Ուրեմն փոքրահասակների համար բոլորովին էլ անվնաս խաղալիք չէ բջջայինը, որով իրենց անհանգիստ երեխաներին հանգստացնում են ժամանակակից «առաջադեմ» ծնողները: Բջջային հեռախոսների մասին պրոֆեսոր Ռ. Էյդեն գրում է. «Պատմության մեջ առաջին անգամ մենք մեր ականջին պահում ենք հզոր ռադիոհաղորդիչ: Նկատի՛ ունեցեք, որ այդ հաղորդիչը գլխուղեղից գտնվում է մոտավորապես 25 սմ հեռավորության վրա: Որպես կանոն, շատ քչերն են հակված գերհոգնությունը, քնկոտությունը, գրգռվածությունը, նյարդայնությունը, մրսածությունը և հաճախակի դարձած վարակիչ հիվանդությունները, գլխացավը, աչքերի սուր ծակող ցավերը կապել բջջային խոսակցությունների հետ»: Բջջային հեռախոսների ճառագայթների ազդեցության աստիճանը կախված է դրանցից արձակվող ազդանշանի հզորությունից: Այս հեռախոսների ճառագայթման առավելագույն ուժը դրսևորվում է կանչի ժամանակ: Անգամ չմիացած վիճակում կամ գոտկատեղին ամրացված սարքը մշտապես կապի մեջ է մոտակա բազային կայանի հետ և հետևապես արձակում է էլեկտրամագնիսական ալիքներ: Յեռախոսի արձակած ճառագայթների 20%ը, որը կազմում է 400.000 միկրովատ, ընկնում է գլխի վրա: Գլխի լուսավորվող կողմի մակերեսը կազմում է 4000 սմ²: Այնուամենայնիվ,

միկրոալիքային ճառագայթների տարբեր աղբյուրներից մեր շուրջը ստեղծվող հզորության խտության հոսքի մեծության մակարդակների համեմատությունը վկայում է, որ բջջային հեռախոսը գրավում է առաջին տեղը՝ բնական մակարդակը գերազանցելով 78 անգամ: Բջջային հեռախոսների օգտագործման ժամանակ էլեկտրամագնիսական դաշտի ազդեցությանը ենթարկվող կրիտիկական օրգաններից են կենտրոնական նյարդային համակարգը (մասնավորապես գլխուղեղը՝ արյունատուղեղային պատնեշով), տեսողական վերլուծիչը (հատկապես ակնախնձորը), միջին և ներքին ականջը, հարականջային և ենթաճնոտային թջագեղձերը, մասնակիորեն վահանագեղձը և հարվահանագեղձերը, դեմքի մաշկը և ականջախեցին:

Եզրակացություն

Բոլոր տեխնոլոգիաները, որոնք կստեղծվեն ապագայում, կկոչվեն երրորդ հազարամյակի կամ էլ XXI դարի տեխնոլոգիաներ: XXI դարը բեկումնային կլինի մարդկության զարգացման համար: Հետևաբար, վերը նշված խնդիրները պահանջում են բոլորի ուշադրությունը՝ փոլիտոսփաների, տնտեսագետների, հոգեբանների, սոցիոլոգների, քաղաքական գործիչների և իհարկե՝ մանկավարժների: Փոխակերպված միջավայրում, որտեղ երեխաներին մատչելի են նորանոր ծառայություններ ու փորձառություններ՝ նրանք մեծանում են իրենց ծնողներից տարբեր ձեւերով: Սա պատճառ է դառնում խզումների մեծահասակների ու երեխաների՝ ծնողների ու զավակների, ուսուցիչների ու սովորողների այսօրվա սերունդների միջև, որ հանգեցնում է հասարակական մեծ փոփոխությունների: Տեղեկատվությամբ հեղեղված հասարակության մեջ տեխնոլոգիայի և մշակույթի միջև հարաբերությունները դուրս են եկել մեծահասակ սերնդի հսկողության շրջանակից: Արդեն ակներև է, որ տեղեկատվական դարաշրջանի առավել նշանակալից փոփոխությունները կկատարվեն հասարակական ոլորտում, կունենան ընկերային բնույթ եւ դրանց ակունքները արդեն առաջանում են այսօրվա երեխաների փորձառության մեջ: Ինչպես ե պատմության ընթացքում կատարված ուրիշ մեծ փոփոխությունների ժամանակ՝ երեխաները կլինեն գալիք տարիների շահողները կամ զոհերը: Շատ բան, այդ թվում՝ նրանց դժվարությունները եւ պատեհությունները կախված կլինեն նոր միջավայրին հարմարվելու նրանց կարողությունից: Եթե մենք այսօր ի վիճակի լինենք հասկանալու այս փոփոխությունների բնույթն ու միտումները, գուցե և կարողանանք կայացնել մեր երեխաների ապագայի հետ կապված լավագույն վճիռները: Ժամանակակից տեխնոլոգիաների ճնշման տակ կատարվող մանկան հոգեբանության փոփոխությունները

առաջիկայում կարող են հանգեցնել լուրջ հետեւանքների թե՛ երեխաների, թե՛ նրանց ծնողների համար: Այդ խնդրով անհրաժեշտ է զբաղվել այսօր, հոգուտ ապագայի, հոգուտ երեխայի: Հոր Երանելին շեշտում է, որ Տերն է զավակներ տալիս (Հոր 1.22): Արդ, մենք պատասխանատու ենք աստվածային այդ մեծագույն պարզևի համար, և հարկ է երեխաներին չզայրացնելով և չհուսահատեցնելով, ըստ աստվածային պատվիրանի (Կող. 3.21), բացատրելով հեռու պահել վատ սովորություններից:

Փորձե՛ք նայել աշխարհին երեխայի աչքերով:

Օգտագործված գրականության ցանկ

Աստվածաշունչ մատյան

[Վ. Մանտուլենկո](#) « Մեդիակրթությունը ժամանակակից աշխարհում»

Մեթոդական ձեռնարկ « Դեռահասների առողջություն և զարգացում» Երևան 2014

Բայլան Ա.Ա «Մանկավարժական հոգեբանության հարցեր» -Երևան: Լույս, 1983. Տամարա Դուբովսկայա «Երեխան հեռուստացույցի մոտ»

Ալբերտ Նալչաջյան, «Հոգեբանության հիմունքներ»

Маршал Маклюэн, “Понимание медиа: внешние расширения человека”

Հեռուստատեսության պատկերազարդ պատմությունը («A Pictorial History of Television»):

Սկզբնաղբյուր՝ Առողջապահություն (Մարիետա Կարապետյան՝ Կենսաբանական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ, ԵՊՀ, Խաչատուր Գասպարյան՝ Մխիթար Հերացու անվան ԵՊԲՀ բժշկական հոգեբանության ամբիոնի վարիչ)

Վահրամ Միրաքյան «Ազրեսիվ հեռուստատեսության» հետևանքները

Քրիս Ռոուանը (Cris Rowan) «Are We Digital Dummies» (Համարվում ենք, մենք արդյոք թվային մանեկեններ)

Наталья Геннадьевна МЯКИННИК «Компьютер в жизни детей и подростков: польза или вред?»

Разумов Fr. Компьютер круто. // Наука и жизнь. Номер 6: 2002

Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. М. 1986

Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. М. - 1946

Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. М. 1986

Борода К. В. 2008. Интернет-зависимость у детей и подростков, Нью-Йорк

ÉDITH TARTAR GODDET(Εηθη Σαρτυρη Γηηε)Nombreux articles de psychologie sociale parus dans divers journaux et revues.

- <http://www.budte-zdorovi.com.ua/obraz-zhizni/261-vliyanie-kompyuternyx-igr-na-psixiku-rebenka.html>
- http://www.russlav.ru/stat/vliyanie_game.
- [htmlhttp://images.yandex.ru/](http://images.yandex.ru/)
- <http://www.youtube.com/watch?v=MSXkuXV5nCU7>