

# СЛОЖНОСТИ ДЕТЕЙ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Кравцова Ю. В.

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Воронежской области «Хреновской лесной колледж имени Г. Ф. Морозова»  
с. Слобода Бобровского района Воронежской области

Проблемы воспитания детей в эпоху социальных сетей и общедоступности интернета требуют особого внимания со стороны взрослых. Юное поколение осваивает технологии ещё в детстве, так как мир стремительно меняется. Но есть противоречие между адаптацией детей к условиям технического прогресса и факторами их интеллектуального и физического развития. Разбираемся, какие современные проблемы детей стоит учитывать в воспитании, чтобы помочь ребёнку реализовать свой потенциал (Майорова-Щеглова С.Н., 2018).

Сложности в обучении у современных детей обусловлены тем, что развлечения, доступные многим детям практически в любое время суток - социальные сети, сериалы и видеоигры, - приносят мгновенное удовольствие, стимулируя выработку дофамина - гормона, который отвечает за мотивацию. Человек склонен с большей охотой заниматься теми делами, которые ассоциируются у него с приятными эмоциями. Так наш мозг привыкает к положительным эмоциям от какого-то действия и мотивирует нас делать его чаще. При этом получить дофамин, посмотрев видео, проще и быстрее, чем прочитать книгу, которая тоже приносит удовольствие (Нечаева О. С., 2019).

Дети в современном мире, как и взрослые, всё чаще отдают предпочтение именно таким нетрудозатратным делам. В итоге у них снижается внутренняя мотивация к выполнению сложных действий вроде чтения и изучения академических дисциплин, занятий спортом и освоения новых навыков. Ребёнку становится объективно сложно заставить себя сесть за уроки или

убраться в комнате, а с годами привычка листать ленту соцсетей всё больше демотивирует нас заниматься чем-либо созидательным, даже если хочется.

Другая особенность мышления современных детей — воспринимать информацию фрагментарно. Современная культура предлагает нам бесконечное многообразие контента, который можно потреблять постоянно и быстро переключаться с одной темы на другую. Тогда развивается такая черта, как клиповое мышление.

Современные дети быстро учатся многозадачности и легче воспринимают большие потоки информации (Янак А. Л., 2021) . Но у этого явления есть и свои серьёзные минусы: клиповое мышление приводит к проблемам с концентрацией внимания. Любая деятельность, которая требует относительно длительной работы и сосредоточенности (даже прослушивание лекции), вызывает затруднения у детей, которые привыкли к кратким сообщениям и быстро сменяющимся картинкам. У подростков страдают такие важные для освоения учебного материала навыки, как чтение или анализ текста.

Хорошая идея — устраивать отдых от гаджетов для всей семьи: день без пользования мобильным телефоном и просмотра телевизора. Станет заметно, как после нескольких часов без чтения новостей и просмотра тиктоков даже готовка и уборка покажутся интересными делами. Важно, чтобы правило соблюдали и дети, и родители (Нечаева О. С., 2019).. Нужно не запрещать детям пользоваться соцсетями, а показывать им альтернативу и помочь отдохнуть от цифровых устройств.

Важный фактор стресса для современных детей и подростков - необходимость раннего определения с профессией и высокая конкуренция при поступлении в профессиональное образовательное учреждение. Иногда перегруженность заданиями грозит эмоциональным и интеллектуальным выгоранием из-за репетиторов, дополнительных курсов, сложных учебных программ, когда приходит усталость и потеря всякого интереса к учёбе и увлечениям.

Здесь необходимо учить ребёнка справляться со стрессом при помощи спорта, медитации и качественного отдыха. Для родителей отдых и свободная мотивация ребёнка должны быть в приоритете. Необходимо мотивировать детей заниматься любимыми делами и соблюдать баланс между учёбой и досугом: предложите посмотреть кино вместе после занятий с репетитором или сделать перерыв в занятиях и погулять.

Проблемы с воображением и самостоятельностью бывают вызваны разнообразием кружков и дополнительных занятий в расписании ребёнка, которые полезны для общего развития (Майорова-Щеглова С.Н., 2018). Но если его жизнь расписана по минутам из-за разнообразия кружков и дополнительных занятий, он упускает приобретение самостоятельности как ключевого момента взросления. Не научившись самостоятельно думать, выбирать и принимать решения, дети, которых всегда чем-то занимали и развлекали родители, не могут планировать время.

Справиться с этим помогает следующее - давайте детям возможность скучать и иногда слоняться без дела, это позволяет найти баланс между пространством для импровизации и рутиной. Какое – то время пусть ребёнок сам придумывает, чем ему заняться, так развивается воображение.

Риски для физического и эмоционального развития вызывает малоподвижный образ жизни, в том числе и современных детей. Их досуг часто связан с гаджетами после многочасовой учёбы, потом за выполнением домашних заданий. Нарушения сна, кислородное голодание, набор веса и снижение стрессоустойчивости обусловлены отсутствием регулярной физической активности. Тогда как, норма физических нагрузок для детей от 5 до 17 лет — не менее 60 минут в день, согласно данным Всемирной организации здравоохранения.

Здесь поможет любая активность без цифровых устройств, например походы или совместные с родителями занятия любимым видом спорта (Ньюфелд Г., 2017). Важно, чтобы времяпрепровождение в интернете было ограничено, нужно научить подростка отказываться от цифровых устройств за

пару часов до сна — и родителям важно подавать в этом пример, можно читать книгу или делать вечернюю растяжку.

Социализация и поиски идентичности сейчас у детей часто проходят онлайн, вызывая трудности при общении без социальных сетей. Но общение вживую важно для развития эмоций и дальнейшей социализации растущего человека в окружающей среде. Преодолеть эти трудности позволяет поиск и приобщение к групповым занятиям, кружкам, где происходит комфортное общение со сверстниками со схожими интересами.

Различные глобальные проблемы существенно волнуют наших детей, и часто существенно влияют на их жизнь. Например, перевод школьных занятий в дистанционный режим из-за пандемии COVID-19 привел к переменам в повседневности детей и подростков не по их воле.

Выход из ситуации очевиден — обсуждая с детьми все волнующие их вопросы, быть честными с ними. Необходимо пробуждать и активизировать интерес подрастающего поколения к окружающему миру, внимание к его важным проблемам. Развить умение критически мыслить, сориентироваться в разнообразных информационных источниках могут помочь детям только взрослые. Так, нахождение тематических мероприятий и занятий обращает внимание ребёнка и интерес в созидательное русло. Например, детям, которых волнует экологическая ситуация на планете, будет полезно изучить естественные науки или поучаствовать в локальных экологических инициативах.

Особенности мира, в котором мы живём, — система образования и социальная среда, новые технологии, создают сложности наших детей (Майорова-Щеглова С.Н., 2018). Наша главная задача — придумать, как их поддержать, разобравшись в причинах. Например, предложить ребёнку другие варианты развлечений вместо компьютерных игр. Многие из современных сложностей детей и подростков также важны для взрослых. Этим объясняется необходимость системного подхода к решению: требовать от подростка

правильного поведения недостаточно, нужно самим подавать ему пример в этом.

### Литература

1. Майорова-Щеглова С.Н. Социальные факторы, влияющие на деструктивность детско-родительских отношений // Вестн. НГГУ. Сер. Социальные науки. – 2018. – № 4 (52).

2. Нечаева О. С. Взаимосвязь детско-родительских отношений и использования дошкольниками гаджетов / О. С. Нечаева. 2019 – Текст: электронный//<https://psychlib.ru/>. – URL: [https://psychlib.ru/resource/pdf/studwork/NechayevaOS\\_2021/NechayevaOS\\_5.pdf#page=1](https://psychlib.ru/resource/pdf/studwork/NechayevaOS_2021/NechayevaOS_5.pdf#page=1) (дата обращения: 31.01.2023).

3. Ньюфелд Г. «Как растить детей в век цифровых технологий» / Г. Ньюфелд. 2017 – Текст: электронный // <https://changeonelife.ru>. – URL: <https://changeonelife.ru/articles/gordon-n-yufeld-kak-rastit-detej-v-vek-tsifrovyy-h-tehnologij/> (дата обращения: 31.01.2023).

4. Янак А. Л. Дети и родители в информационном пространстве: взаимодействие, риски и стратегии обеспечения безопасности / А. Л. Янак. – Текст: непосредственный // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. – 2021. – № 1.