

ОТРАЖЕНИЕ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ В ВЫБОРЕ АВАТАРА

**Авторы:
учащийся 8-б класса
Зорин Анатолий,
учащийся 8-б класса
Поповский Никита**

**Руководитель:
педагог – психолог
высшей категории
Бирзгал Ирина Рашитовна**

**г. Нягань
2016**

Влияние компьютера на человека

У тех, кто долго пользуется компьютером, появляются жалобы на здоровье



ВСЕ ЯД, И ВСЕ ЛЕКАРСТВО!

Квентин Массейс - Парацельс



НОВИЗНА:

- Новизна темы заключается в том, что в работе сопоставляются черты личности подростков на примере выбора аватара.



ГИПОТЕЗЫ:

- личность, предрасположенная к Интернет-зависимости, имеет особые психологические черты;
 - личность, выбирающая нестандартные аватары, имеет особые психологические черты и в большей степени предрасположена к Интернет-зависимости.
- 

ЦЕЛЬ РАБОТЫ:

Сравнить психологические особенности личности, предрасположенной к Интернет–зависимости и личности, которая выбирает нестандартные аватары, разработать рекомендации по здоровому отношению к компьютеру и сети Интернет.



ЗАДАЧИ

- Расширить знания о влиянии компьютера и сети Интернет на жизнь современных подростков.
- Расширить знания о правилах безопасности при пользовании компьютером и сетью Интернет.
- Разработать рекомендации по здоровому отношению к компьютеру и сети Интернет.
- Совершенствовать свои умения работы в программах Microsoft Word, Microsoft Power Point, освоить технологию обработки проведенных тестов на компьютере.
- Выявить психологические особенности личности, предрасположенной к Интернет – зависимости.
- Изучить психологию выбора аватара человеком.
- Сравнить особенности личности, предрасположенной к Интернет – зависимости с особенностями личности, которая выбирает нестандартные аватары.

ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- Учащиеся от 14 - 15 лет. Это учащиеся подросткового возраста. Выборка исследуемых – 43 человек.
- Особенность подросткового периода - переход от детства к самостоятельной ответственной взрослости. Ведущий вид деятельности, основной источник развития личности – общение.

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- компьютерная зависимость, способы ее выявления, рекомендации по здоровому отношению к компьютеру и сети интернет.



МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- чтение и анализ литературных источников, Интернет-ресурсов,
- анкетирование,
- тестирование,
- наблюдение,
- анализ.



НАПРАВЛЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- Большое внимание уделено теории: мы читали, что такое Интернет— зависимость, как ее определять, как позитивно относиться к компьютеру, чтобы не стать Интернет-зависимым человеком.
- Затем провели диагностику сверстников: проанализировали в ВК аватары, провели тест на Интернет-зависимость, изучили черты личности учащихся. ●

МЕТОДИКИ:

- Опросник Кимберли Янг «Тест на интернет аддикцию» в адаптации:

Лоскутовой В.	Буровой В.
положительные ответы на 7 и более вопросов говорят о том, что необходимо обратиться к специалисту	если вы набрали 20-49 баллов – вы обычный пользователь Интернет; 50-79 баллов – вы часто чрезмерно пользуетесь сетью Интернет; 80-100 баллов – вы пользователь, который чрезмерно использует Интернет

МЕТОДИКИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- «Факторный опросник Кеттелла», предложенный фирмой «Иматон» в обработке А. А. Рукавишникова и М.В. Соколовой.



14 ФАКТОРОВ ПО МЕТОДИКЕ КЕТТЕЛЛА

А - общительность, привлекательность в общении	J – интерес к участию в общих делах
С – эмоциональная устойчивость	N – проницательность
Е – властность	О – чувство вины
F – беспечность	Q1 – гибкость личности
G – ответственность	Q2 – самостоятельность, независимость
H – смелость	Q3 – самоконтроль поведения
I – сентиментальность	Q4 – напряженность
L - подозрительность	D – импульсивность
M – мечтательность	В - интеллект

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

- Навязчивый веб-серфинг – бесцельные путешествия по Интернету.
- Сетеголизм - пристрастие к виртуальному общению.
- Кибераддикция (зависимость от компьютерных игр) подразделяется:
 - I. Ролевые компьютерные игры (максимальный уход от реальности).
 - II. Неролевые компьютерные игры (стремление к достижению цели – пройти игру, азарт от достижения цели, набора очков).

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТЕТ ИНТЕРНЕТ - ЗАВИСИМОГО ПОДРОСТКА

○ испытывает эмоциональный подъем при виде компьютера, не хочет и не может спланировать начало и конец работы или игры в компьютере, раздражается, когда его отвлекают, теряет интерес к жизни, ничего от нее не хочет, нарушается сон, режим питания, ухудшается самочувствие. Как правило, снижается успеваемость, подросток отказывается от выполнения каких-либо обязанностей, конфликтует и шантажирует взрослых в ответ на запрет компьютера, не следит за собственным внешним видом, не соблюдает правила гигиены.



СТАДИИ ЗАВИСИМОСТИ

- увлеченность компьютером,
- состояние возможной зависимости,
- выраженная зависимость,
- клиническая зависимость. На последней стадии человеку не может помочь даже психолог – нужна помощь врача-психотерапевта.



Слово **Avatar** (в русском варианте— «**аватара**») было известно задолго до широкого распространения компьютеров и Интернета. Происходит оно из индуизма, где означает воплощение индуистского божества в какое-либо существо.

Теперь **аватара** — это маленькая картинка. Считается, что по аватаре можно узнать некоторые черты характера человека.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ



ВЫБОР АВАТАРЫ

- Как правило, подростки выбирают в качестве аватары свое фото, реже - фото с друзьями. В литературе таких людей характеризуют как реалистичных и открытых, с собственной позицией и нежеланием скрываться.
- В нашем исследовании обнаружено 9 «особых» аватар. Их мы условились обозначать как **контрольная группа №1**

КОНТРОЛЬНАЯ ГРУППА №1

Протокол исследования. Тест К. Янг "Компьютерная зависимость".

№	Фамилия, имя	редко	часто	всегда	совпаден ия	сумма
1		2	0	0	0	36
2		2	0	0	0	32
3		3	1	1	2	35
4		0	2	0	2	29
5		3	2	0	2	36
6		1	0	0	0	32
7		1	3	2	5	46
8		1	1	0	1	34
9		3	0	0	0	26
	Сумма	16	9	3	12	306
	Средние значения	1,777778	1	0,333333	1,333333	34

ПРИМЕРЫ ОСОБЫХ АВАТАР

Видеоблогер
Ларин



Актер, Певец-
Eminem



Я люблю этого героя и с удовольствием буду
общаться с похожими на меня людьми. ●
Остальным просьба не беспокоиться

ПРИМЕРЫ ОСОБЫХ АВАТАР

КОТ С ДЕНЬГАМИ



МАШИНА



- Каждое животное имеет в сознании человека определенный набор качеств. У кошки это независимость. Скорее всего, здесь деньги и машина как неживые объекты отображают внутреннюю суть человека, его ценности

ПРИМЕРЫ ОСОБЫХ АВАТАР

ЭМБЛЕМА, НАДПИСЬ



- на аватаре располагается просто какая-нибудь надпись, типа девиза

СИЛОВОЙ ГЕРОЙ



- люди имеют фантазии могущества, либо стремятся к нему



ПРИМЕРЫ ОСОБЫХ АВАТАР

Характерный рисунок



Герои мультфильмов



- Подросток желает в будущем быть похожим по характеру на героя аватары, либо это его актуальное состояние

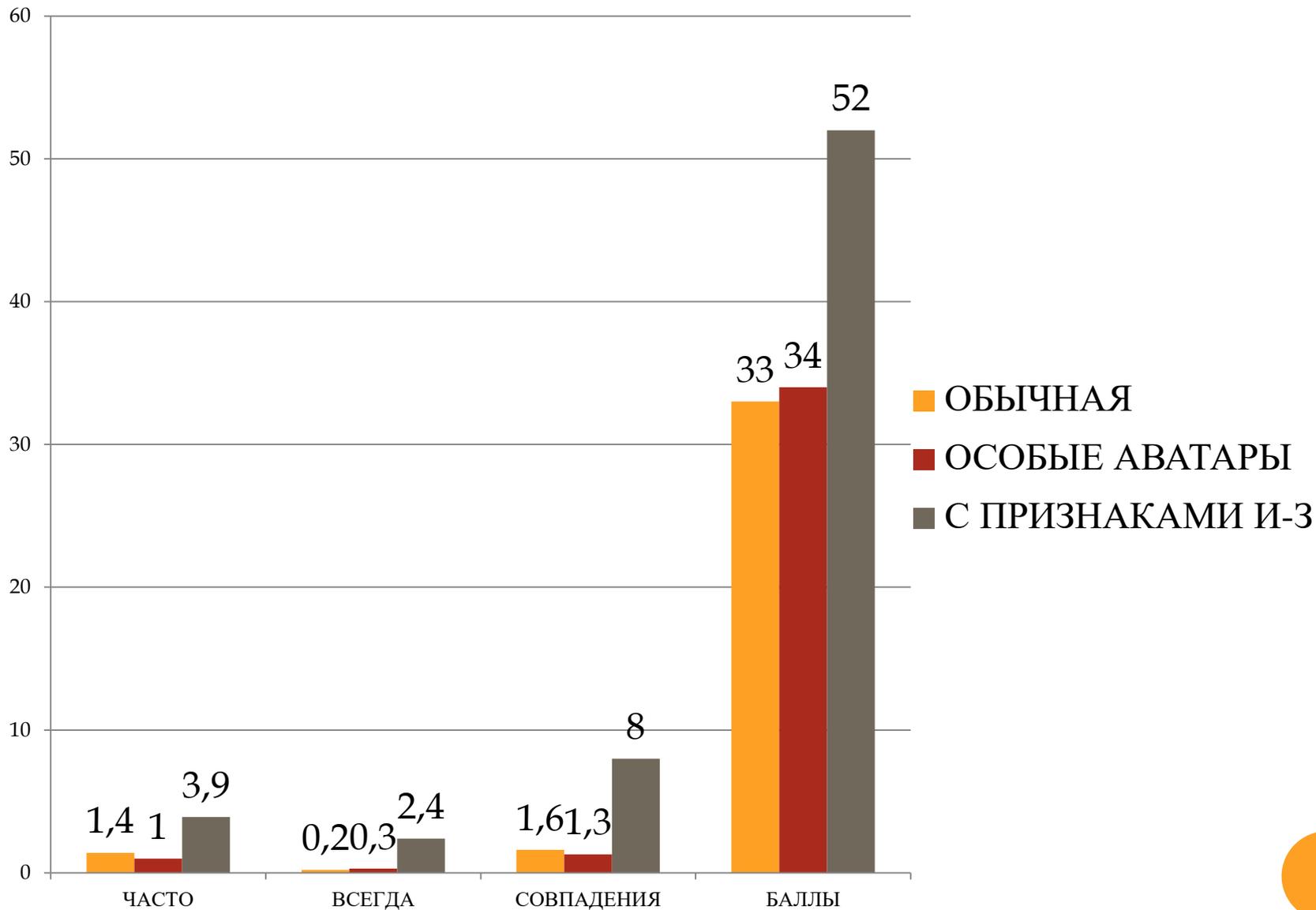
ПРИМЕРЫ ОСОБЫХ АВАТАР

ПРИРОДНЫЕ ЛАНДШАФТЫ



- Считается, что такой человек склонен к нестандартному мышлению, он не любит рассказывать и даже просто говорить о самом себе.





КОНТРОЛЬНАЯ ГРУППА №2.

Протокол исследования. Тест К. Янг "Компьютерная зависимость".

№	Фамилия, имя	редко	часто	всегда	совпадения	сумма
1		6	4	1	5	53
2		2	1	4	5	53
3		2	5	4	9	64
4		0	3	7	10	70
5		2	8	1	9	32
6		1	6	3	9	58
7		0	4	0	9	55
	Сумма	13	31	20	56	385
	Средние значения	1,857143	4,428571	2,857143	8	52

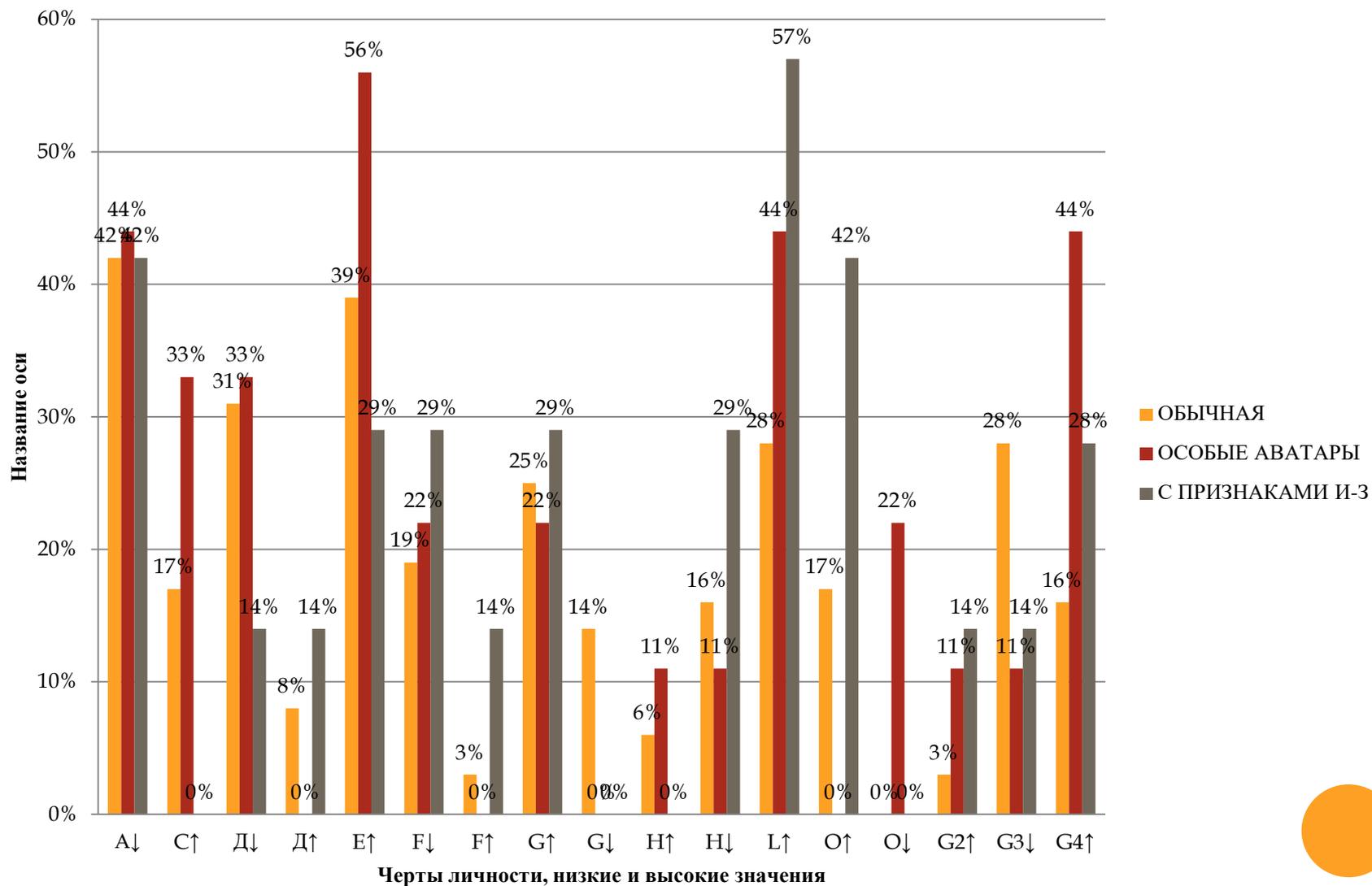


РЕЗУЛЬТАТЫ ПО МЕТОДИКЕ Р. КЕТТЕЛЛА. ЧЕРТЫ ЛИЧНОСТИ

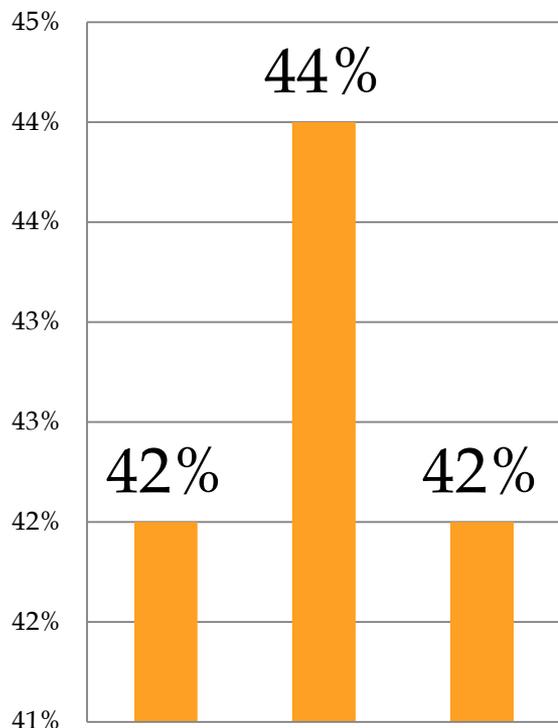
ГРУППЫ	СРЕДНИЕ ЗНАЧЕНИЯ ПО ШКАЛАМ																
	A↓	C↑	D↓	D↑	E↑	F↓	F↑	G↑	G↓	H↑	H↓	L↑	O↑	O↓	Q2↑	Q3↓	Q4↑
ОБЫЧНАЯ	42%	17%	31%	8%	39%	19%	3%	25%	14%	6%	16%	28%	17%	0%	3%	28%	16%
ОСОБЫЕ АВАТАРЫ	44%	33%	33%	0%	56%	22%	0%	22%	0%	11%	11%	44%	0%	22%	11%	11%	44%
С ПРИЗНАКАМИ И-3	42%	0%	14%	14%	29%	29%	14%	29%	0%	0%	29%	57%	42%	0%	14%	14%	28%



СРЕДНИЕ ЗНАЧЕНИЯ ПО МЕТОДИКЕ КЕТТЕЛЛА



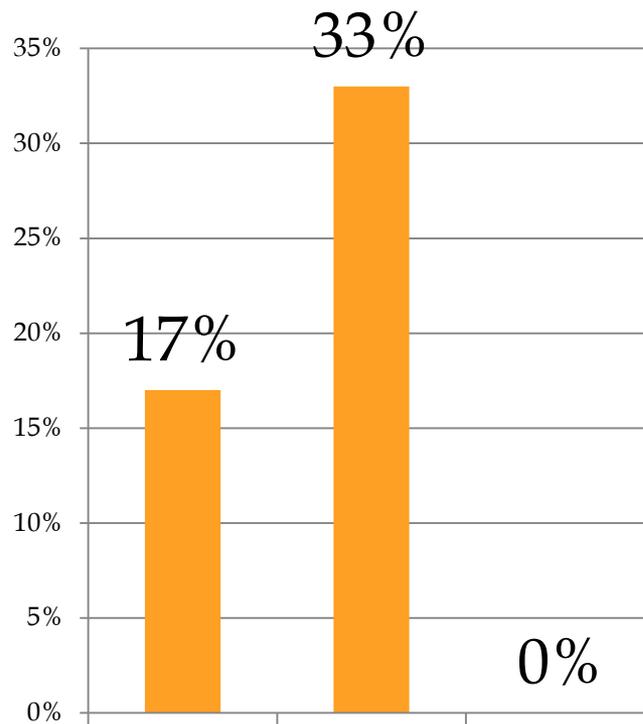
A↓



ОБЫЧНАЯ
ОСОБЫЕ АВАТАРЫ
С ПРИЗНАКАМИ И-3

■ A↓

C↑

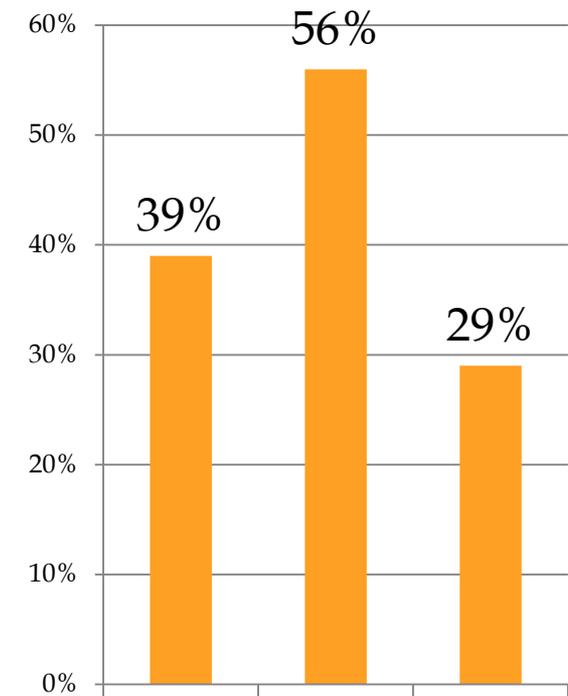


ОБЫЧНАЯ
ОСОБЫЕ АВАТАРЫ
С ПРИЗНАКАМИ И-3

■ C↑

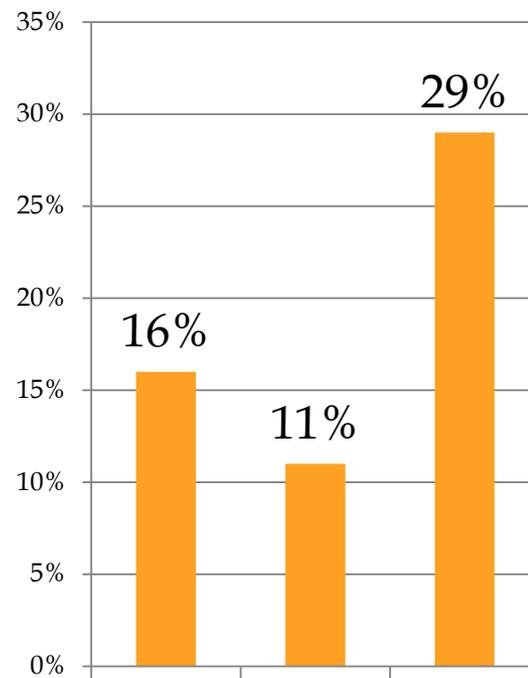


E↑



■ E↑

H↓

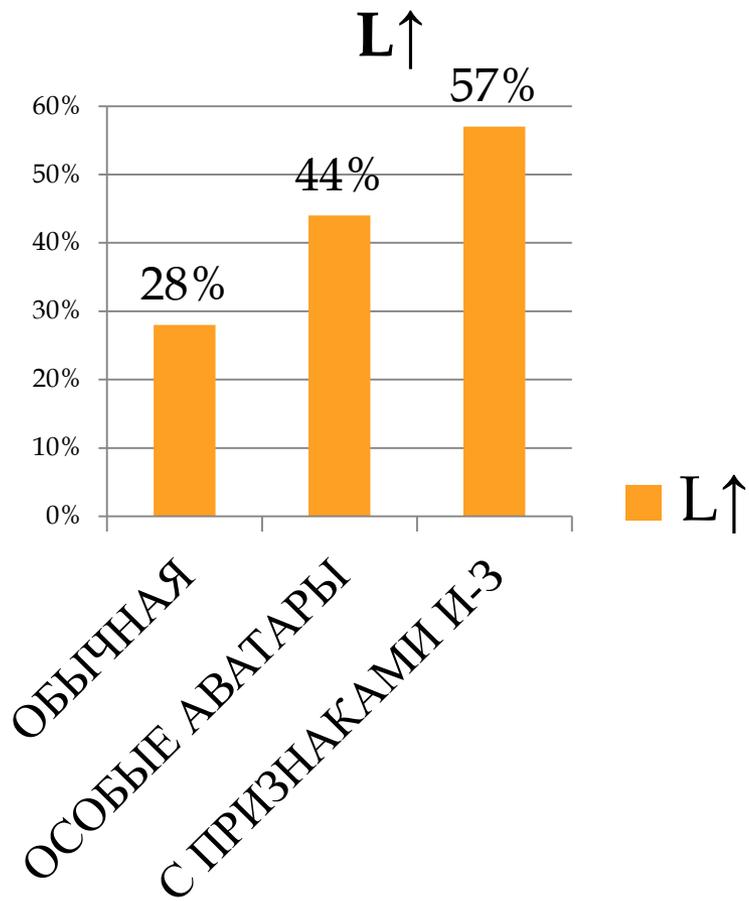
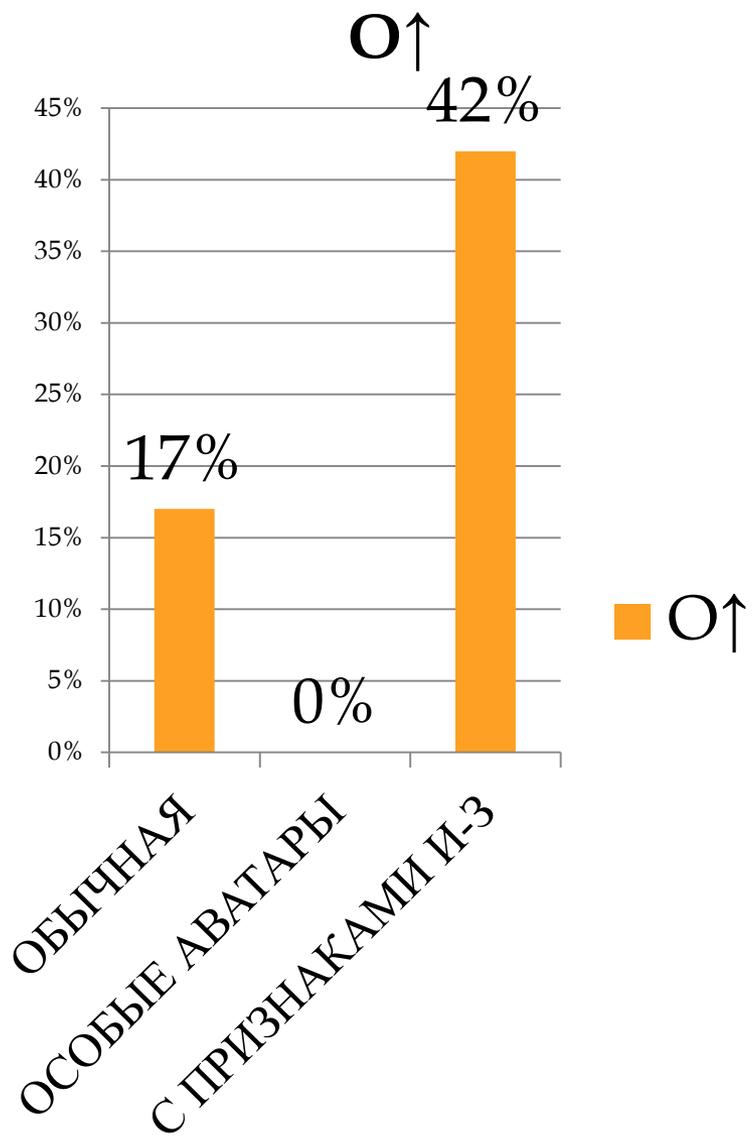


■ H↓

ОБЫЧНАЯ
ОСОБЫЕ АВАТАРЫ
С ПРИЗНАКАМИ II-III

ОБЫЧНАЯ
ОСОБЫЕ АВАТАРЫ
С ПРИЗНАКАМИ II-III





ВЫВОДЫ

- Гипотеза №1 о том, что личность, имеющая предрасположенность к компьютерной зависимости имеет особые психологические черты, подтвердилась. Такие подростки более зависимые, робкие, тревожные, ранимые, напряженные, подозрительные и легкомысленные, имеют низкую самооценку.
- Гипотеза №2 подтвердилась частично: личность, выбирающая нестандартные аватары имеет особые психологические черты: это напористые, смелые, более устойчивые в плане эмоций люди. Предположение о том, что они более предрасположены к Интернет-зависимости не подтвердилось.



РЕКОМЕНДАЦИИ

- Еще до того, как увлечься компьютером, нужно научиться читать, кататься на велосипеде, коньках, лыжах, мастерить, играть в домашние и уличные игры со сверстниками. Компьютер не должен быть вашим единственным способом развлечения или средством общения.
 - Ищите друзей в реальности. Виртуальный мир даёт только иллюзию принадлежности к группе.
 - Научитесь контролировать собственное время за компьютером: Для детей от 7 до 12 лет компьютерная норма – 30 минут в день, но не каждый день.
 - 12-14 летние без ущерба для физического и психического здоровья могут проводить за компьютером 1 час в день,
 - от 14 до 17 лет не больше 1,5 часа,
 - взрослым не более 5 часов.
 - Заботьтесь о своем здоровье, соблюдайте технику безопасности при работе на компьютере.
- 

ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ НА КОМПЬЮТЕРЕ

КОМПЬЮТЕР И БЕЗОПАСНОСТЬ 1

ВРЕДНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ

- 1. Электромагнитное и инфракрасное излучение
- 2. Электростатическое излучение
- 3. Возникновение искры
- 4. Длительная статическая нагрузка

ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗУЙТЕ ИСКУССТВЕННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ!

РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ ЕГО ЛЮКСМЕТРОМ

Светильник местного освещения с автоматическим отражателем

Лампы дневного освещения люминесцентного типа ЛД

1. РЕГУЛИРУЙТЕ ПОЛОЖЕНИЕ СВЕТИЛЬНИКА, ЧТОБЫ НА ЭКРАНЕ МОНИТОРА НЕ ВОЗНИКАЛО БЛИКОВ
2. ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ПОДСТРАИВАЙТЕ ЯРКОСТЬ ЭКРАНА, ПРОВЕРЯЙТЕ ЕЕ ЯРКОМЕТРОМ

НОРМЫ ОСВЕЩЕННОСТИ

ЭКРАНА	100 - 250 ЛК
СТОЛА	300 - 500 ЛК

ЯРКОСТЬ ЭКРАНА ДОЛЖНА БЫТЬ НЕ МЕНШЕ 15 КД/м²

ЗАЗЕМЛЕНИЕ КОМПЬЮТЕРА ОБЯЗАТЕЛЬНО!

ЗАЗЕМЛЕНИЕ ЗАЩИТНОГО ФИЛЬТРА НА ВЕНТИЛЯЦИОННУЮ РЕШЕТКУ СИСТЕМНОГО БЛОКА

Обеспечьте свободный доступ к розетке

РАССТОЯНИЕ ОТ ЭКРАНА МОНИТОРА ДО ГЛАЗ - НЕ МЕНШЕ 50 - 70 см

Защитные фильтры обязательны для компьютеров, но имеющих гигиенический сертификат. Рекомендуется фильтр класса "Полной защиты"

ОБЕРЕГАЙТЕ МОНИТОР ОТ ПОПАДАНИЯ ВЛАГИ

ЗАПРЕЩАЕТСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО ВСКРЫВАТЬ МОНИТОР, ПРОСЫПАТЬ ВНУТРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ПРЕДМЕТЫ

ПЕРЕД ВКЛЮЧЕНИЕМ ПРОВЕРЬТЕ:

- 1. ИСПРАВНОСТЬ РАЗЪЕМОВ
- 2. ОТСУТСТВИЕ ИЗЛОМОВ И ПОВРЕЖДЕНИЙ ИЗОЛЯЦИИ ПРОВОДОВ
- 3. ОТСУТСТВИЕ ОТКРЫТЫХ ТОКОВОДУЩИХ ЧАСТЕЙ

СНАЧАЛА ВОТКНИТЕ СЕТЕВОЙ ШНУР В СИСТЕМНЫЙ БЛОК И ТОЛЬКО ЗАТЕМ - В СЕТЬ!

НЕ ЗАГОРАЖИВАЙТЕ ВЕНТИЛЯЦИОННЫЕ ОТВЕРСТИЯ МОНИТОРА

ДЕРЖИТЕ МОНИТОР ПОДАЛЬШЕ ОТ ИСТОЧНИКОВ ТЕПЛА!

ИЗБЕГАЙТЕ СГИБОВ И ЗАЩЕМЛЕНИЙ ПИТАЮЩЕГО КАБЕЛЯ

ДОПУСТИМЫЙ УРОВЕНЬ ШУМА, дБА

МАКСИМАЛЬНЫЙ ДОПУСТИМЫЙ УРОВЕНЬ ШУМА	50
УРОВЕНЬ ШУМА ПРИ РАБОТЕ КОМПЬЮТЕРА	75

Исключительные устройства, устанавливаемые на специально оборудованной поверхности, могут иметь уровень шума выше указанного

РАСПОЛОЖЕНИЕ РАБОЧИХ МЕСТ ПО ОТНОШЕНИЮ К СВЕТОВЫМ ПРОЕМАМ

1. Допускается 2. Рекомендуется

1. Дверь 2. Кресло 3. Рабочий стол 4. Оена

ПЛАНИРОВКА РАБОЧЕГО МЕСТА

Подъемно-поворотное кресло, регулируемое по высоте и углу наклона сиденья и спинки 800 - 1000

10 - 30 см

800 - 1200

725

400

20°

300

400

Подставка для ног с бортиком 10 мм и рифленой поверхностью

Стол с выдвинутой доской для клавиатуры

ТЕМПЕРАТУРА, °C

21-25

ОТНОСИТЕЛЬНАЯ ВЛАЖНОСТЬ, %

40-60

СКОРОСТЬ ДВИЖЕНИЯ ВОЗДУХА, м/с

0,1

СКОРОСТЬ ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ВОЗДУХА ПОД ЭКРАНОМ МОНИТОРА ДОЛЖНА БЫТЬ НЕ МЕНШЕ 0,1 м/с

ТЕМПЕРАТУРА ВОЗДУХА ПОД ЭКРАНОМ МОНИТОРА ДОЛЖНА БЫТЬ НЕ МЕНШЕ 10°С

РАСПОЛОЖЕНИЕ РАБОЧИХ МЕСТ ПО ОТНОШЕНИЮ К СВЕТОВЫМ ПРОЕМАМ

Регулируемые жалюзи

Предпочтительнее ориентировать окна на север или северо-восток

Не менее 1,2 м

МИНИМАЛЬНЫЕ РАЗМЕРЫ РАБОЧЕГО МЕСТА ОДНОГО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

площадь - 6 м²

объем - 20 м³

БЕРЕМЕННЫМ И КОРМЯЩИМ МАТЕРИМ КОМПЬЮТЕР ВРЕДЕН!

Профессиональные пользователи должны проходить предварительный (перед поступлением на работу) и периодические медицинские осмотры. К работе с компьютером допускаются только лица, не имеющие медицинских противопоказаний.

© Издательство "Синтез", 2002 г. Вып. №1 020318
Тираж 1000 экз. Цена 25 руб. ISBN 5-205-00000-0
Издательство "Синтез", 2002 г. Вып. №1 020318
Тираж 1000 экз. Цена 25 руб. ISBN 5-205-00000-0



ОТРАЖЕНИЕ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ В ВЫБОРЕ АВАТАРА

**Авторы:
учащийся 8-б класса
Зорин Анатолий,
учащийся 8-б класса
Поповский Никита**

**Руководитель:
педагог – психолог
высшей категории
Бирзгал Ирина Рашитовна**

**г. Нягань
2016**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Викентьева А.Б. Компьютер как диагноз // Культура. 2000. №13.
2. Галян Е. В. Запутавшиеся в сети // «Пульс Нягани» от 23 апреля 2008 года.
3. Дубровина И. В. Психология: Учебное пособие. 7 класс/Дубровина И. В. – М.: МОДЕК, 2002. – 240 с.
4. Марысаев В.Б. 1001 вопрос и ответ про компьютер. - М.: Терра, 2000.-384с.: ил.
5. Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография.— Днепропетровск: Пороги, 2006.-196 с.
6. Дмитриева У. Увлечение или диагноз? //Школьный психолог. – 2008, №1.
7. Малых Т. Ребенок у компьютера: за или против?//Воспитание школьников. – 2008, №1.
8. Телегина И. Поколение гаджетов.//Школьный психолог. – 2014, №3.
9. Психология выбора аватара /<http://psycabi.net/testy/520-psikhologiya-vybora-avat>
10. Болезнь века, киберзависимость/http://www.pafnuty-abbey.ru/publishing/7054http://minzdrav.gov.by/ru/static/kultura_zdorovia/kiberzavisimost?id=547/
11. киберзависимость/справочник здоровья/http://lib100.com/book/medical_psychology/kompyuternaya_zavisimost/_Юрьева%20Л.Н.,%20Компьютерная%20зависимость.pdf