

«ԱՊԱՀՈՎ ՀԱՄԱՑԱՆՑ»

ՇՆՈՂԱԿԱՆ ԺՈՂՈՎԻ ՊԼԱՆ

Չարենցավանի Մ.Մաշտոցի անվան
ավագ դպրոցի հոգեբան՝
Նարինե Մուրադյան

ՇՆՈՂԱԿԱՆ ԺՈՂՈՎԻՑ ԱՌԱՋ

Ծնողական ժողովի նպատակը

Մեթոդական – թեմայի արդիականության ու հրատապության հիմնավորում:

Կրթական – առցանց անվտանգության կանոնների ուսուցանում:

Դաստիարակչական – ծնողների իրազեկության մակարդակի բարձրացում, երեխաների ճիշտ ուղղորդում վիրտուալ աշխարհում:

Ծնողական ժողովի խնդիրները

- ✓ համացանցի առավելությունների ու թերությունների, դրական կողմերի ու հնարավոր վտանգների ներկայացում,
- ✓ դեռահասների վրա համացանցի, մասնավորապես սոց. ցանցերի ունեցած բացասական ազդեցության վերլուծություն,
- ✓ դեռահասի արժեհամակարգի, դիրքորոշումների և վարքագծի վրա սոց. ցանցերի ազդեցության ուսումնասիրման նպատակով նախապես անցկացրած հոգեբանական հետազոտության արդյունքների ներկայացում և մեկնաբանում,
- ✓ համացանցային անվտանգության կանոնների ուսուցանում:

Ակնկալիքների և սպասելիքների ճշգրտում – առաջադրված նպատակների իրականացում, խնդիրների լուծում:

Ուսուցման մեթոդի ընտրություն – մտազրոհ, դերային խաղ, քննարկում:

Ուսուցման միջոցներ – համակարգիչ, պրոյեկտոր, գունավոր թերթիկներ, բուկլետներ:

Ժամանակի բաշխում

- ծանոթացում, նախապատրաստական փուլ, համացանցի նշանակության ներկայացում – 4 րոպե
- մտազրոհ (ի՞նչ է համացանցը) – 3 րոպե
- խաղ «Կիբերերկրագույներ և կիբերքննադատներ» - 5 րոպե
- համացանցի առավելությունների ու թերությունների ներկայացում – 10 րոպե
- դեռահասների վրա համացանցի և սոց. ցանցերի ունեցած բացասական ազդեցության վերլուծություն – 5 րոպե
- հետազոտության արդյունքների ներկայացում և մեկնաբանում – 10 րոպե
- տեսահոլովակների դիտում և քննարկում – 5 րոպե
- համացանցային անվտանգության կանոնների ներկայացում, նախապես պատրաստած բուկլետների բաժանում – 10 րոպե
- խմբային աշխատանք. սովորած կանոնների հիման վրա հորինել «Ապահով համացանց» վերնագրով ակրոստիքոս – 10 րոպե
- ամփոփում, հետադարձ կապ – 3 րոպե

ՇՆՈՂԱԿԱՆ ԺՈՂՈՎԻ ԸՆԹԱՑՔԸ

1. **Ծանոթացում, նախապատրաստական փուլ, համացանցի նշանակության ներկայացում** – ծնողներին առաջարկել ծանոթանալ միմյանց հետ՝ ասելով անունը և այն համացանցային կայքը, որից առավել հաճախ են օգտվում: Այնուհետև ներկայացնել ծնողական ժողովի նպատակները և խնդիրները: (Slide 2, 3)

20-րդ դարի կեսերից սկսած՝ ինֆորմացիոն տեխնոլոգիաների արագ զարգացումը հիմք դրեց նոր տեսակի հասարակության՝ ինֆորմացիոն հասարակության ձևավորմանը: Աստիճանաբար համացանցը սկսում է ավելի մեծ դեր խաղալ հասարակության կյանքում: Մեր օրերում ինֆորմացիայի փոխանակումը, մարդկանց շփումը, աշխատանքի որոնումը, շատ դեպքերում նաև աշխատանքը և առևտուրը իրական կյանքից տեղափոխվում են վիրտուալ աշխարհ:

2. Մտագրոհ (ի՞նչ է համացանցը) (Slide 4, 5) – համացանցը համաշխարհային սարդոստայն է, որն իր բազմաթիվ առավելությունների կողքին պարունակում է նաև մի շարք վտանգներ, որոնք առաջին հերթին անդրադառնում են երեխաների և դեռահասների վրա:

3. Խաղ «Կիբերերկրագույներ և կիբերքննադատներ» (Slide 6) – նպատակը՝ քննարկել համացանցի դրական և բացասական կողմերը: Խումբը բաժանվում է երկու ենթախմբի, մի խումբը գունավոր թղթիկների վրա պետք է գրի համացանցի առավելությունները, մյուսը՝ թերությունները:

4. Տեսասահիկների և քննարկման միջոցով համացանցի առավելությունների ու թերությունների ներկայացում

Առավելությունները (Slide 7)

ա) Համացանցն անսպառ ինֆորմացիայի աղբյուր է: Եթե նախկինում ձեզ անհրաժեշտ գիրքը կամ տեղեկությունը գտնելու համար դուք պետք է երկար ժամանակ անցկացնեիք գրադարաններում, ապա այսօր դրա համար բավարար է միայն որոնման համակարգում անհրաժեշտ նյութի որոնումը:

բ) Համացանցի միջոցով դուք կարող եք սովորել և տեսնել այն, ինչը երբեք չեք կարողացել անել – կարող եք ինֆորմացիա ստանալ այլ երկրների մասին, դիտել նկարներ, սովորել լեզուներ, ձեռքի աշխատանքներ և այլն:

գ) Համացանցի միջոցով դուք կարող եք աշխարհին հայտնել ձեր մասին, զբաղվել ձեր գովազդով, ներգրավվել ձեզ հետաքրքրող խմբերի մեջ:

դ) Համացանցի միջոցով կարելի է շփվել աշխարհի տարբեր երկրներում գտնվող մարդկանց հետ, հաստատել նոր ծանոթություններ, դիտել նկարներ, տեսահոլովակներ, ծանոթանալ վերջին նորություններին:

ե) Համացանցը հնարավորություն է տալիս առանց տանից դուրս գալու աշխատանք գտնել կամ գնումներ կատարել, ամրագրել ավիատոմսեր, հյուրանոցային համարներ, կատարել վճարումներ և այլն:

Թերություններն ու վտանգները (Slide 8)

ա) *Կիբեռահանցագործություններ* – հանցագործները հիմնականում կապ են հաստատում երեխաների հետ գրուցարաններում՝ ակնթարթային հաղորդագրություններ փոխանակելիս, էլեկտրոնային նամակներով կամ ֆորումների միջոցով: Իրենց շատ խնդիրների լուծման ակնկալիքով դեռահասները հաճախ դիմում են օգնության, ինչը կարող է գրավել կիբեռահանցագործների ուշադրությունը, ովքեր փորձում են դեռահասին շրջապատել ուշադրությամբ, հոգատարությամբ, նույնիսկ նվերներով: Նրանք շատ լավ տեղեկացված են լինում երաժշտական նորություններից և դեռահասներին հետաքրքրող թեմաներից: Դեռահասի վստահությանն արժանանալուց հետո աստիճանաբար փոխում են խոսակցության թեման իրենց ցանկալի ուղղությամբ:

բ) *Վտանգավոր ծրագրեր* – սրանց են պատկանում վիրուսները, որդերը, «տրոյական ձիերը» և մի շարք այլ ծրագրեր, որոնք կարող են վնաս հասցնել ձեր համակարգչին և դրանում պահվող ինֆորմացիային: Դրանց միջոցով նույնիսկ հնարավոր է դանդաղեցնել ձեր համացանցի արագությունը, օգտագործել համակարգչում պահվող ինֆորմացիան կամ նույնիսկ ձեր համակարգիչ մուտք գործելու միջոցով վնասել ձեր ընկերների համակարգիչները:

գ) *Համացանցային խուլիգանություն և կրեդիտ քարտից տվյալների գողացում* – վերջին շրջանում հակերների կողմից մեծ տարածում է գտել «phishing» տեխնիկայի կիրառումը, որի էությունը հետևյալն է. հակերները ուղարկում են կեղծ էլեկտրոնային նամակ, որում հղում է արվում դեպի որևէ հայտնի կայք, որը, սակայն, իրականում կեղծ է: Օգտագործողին համոզելով, որ դա իրենց անհրաժեշտ պաշտոնական կայքն է, հակերները նրան դրդում են գրել իր գաղտնաբառը, կրեդիտ քարտի համարը և այլ գաղտնի ինֆորմացիա, որը կարելի է կիրառել հանցավոր նպատակներով:

դ) *Ազարտային խաղեր* – խաղային կայքերի և ազարտային խաղային կայքերի միջև տարբերությունն այն է, որ խաղային կայքերում սովորաբար ներկայացվում են սեղանի կամ բառային խաղեր, գլուխկոտորուկներ և այնպիսի խաղեր, որոնք հնարավորություն են տալիս միավորներ հավաքել: Մինչդեռ ազարտային խաղեր պարունակող կայքերը

մարդկանց հնարավորություն են տալիս խաղալ իրական կամ վիրտուալ գումարով, ինչի արդյունքում մարդը հաճախ ընկնում է կախվածության մեջ:

ե) *Օնլայն ծովահենություն* – սա հեղինակային իրավունքներով ստեղծված նյութերի (երգեր, ֆիլմեր, խաղեր, ծրագրեր և այլն) պատճենահանումն ու տարածումն է առանց թույլտվության:

զ) *Ոչ հավաստի և անցանկալի ինֆորմացիա* – համացանցը բացի նրանից, որ կարող է տալ սովորելու համար անհրաժեշտ ու կարևոր ինֆորմացիա, նաև տարածում է ոչ հավաստի ու անցանկալի շատ տեղեկություններ:

5. Տեսասահիկների և քննարկման միջոցով դեռահասների վրա համացանցի, մասնավորապես սոց. ցանցերի ունեցած բացասական ազդեցության վերլուծություն (Slide 9)

ա) *Մեկուսացում իրական կյանքից* – համացանցում երկար ժամանակ անցկացնելու արդյունքում դեռահասները քիչ ժամանակ են հատկացնում ընկերների, ընտանիքի անդամների հետ շփվելուն:

բ) *Անձնական ինֆորմացիայի փոխանակում* – դեռահասները, հետաքրքրված լինելով սոցիալական շփմամբ, չեն վերլուծում, թե որ ինֆորմացիան կարելի է հրապարակել, իսկ որը՝ ոչ: Ցանկացած նյութ, որը մեկ անգամ տեղադրվում է համացանցում, ընդմիջում մնում է այնտեղ: Նույնիսկ անձնական էջը ջնջելուց հետո այդ ինֆորմացիան ամբողջությամբ չի ջնջվում և ենթակա է վերականգնման:

գ) *Ապրումակցելու ունակության նվազում* - սոցիալական ցանցերում ոչ խոսքային հաղորդակցման բացակայության պատճառով անձը հեշտությամբ կարողանում է թաքցնել իր իրական ապրումները կամ ցույց տալ կեղծ ապրումներ:

դ) *Վարքագծի նոր մոդելի ձևավորում* - սոցիալական ցանցերի օգտագործողների մեծ մասը սկսում է ուրիշներին հաղորդել այնպիսի ինֆորմացիա, որը ոչ մեկին անհրաժեշտ

չէ, և դա անում է այն պատճառով, որ հնարավորություն ունի: Մ.Գրինֆիլդը նշում է. «1999թ. սոցիալական ցանցում մարդիկ գրում էին, որ իրենք կատու ունեն, 2004-ին ցանցում տեղադրում էին այդ կատվի նկարներն ու վիդեոները, իսկ 2010-ին յուրաքանչյուր ժամը մեկ կարող են գրել, որ իրենց կատուն փռշտացել է»: Այդ մոդելը սկսում են կիրառել նաև իրական կյանքում: Անձը այնքան է սովորում, որ իրեն անընդհատ գնահատում և նկատում են, որ իրական կյանքում նրա համար բավականին դժվար է լինում շփվել:

ե) *Ոչ ֆորմալ խմբում հայտնվելու ոչիսկ* – սոցիալական ցանցում չվերահսկվող և անսահմանափակ ազատության պատճառով դեռահասները կարող են հայտնվել այնպիսի խմբերում, ինչպիսիք են թմրամոլների, սուիցիդեոսների, աղանդավորների, քրեական ուղղվածություն ունեցող և այլ խմբերը:

զ) *Փոխհարաբերությունների էթիկայի խախտում* – սոցիալական ցանցերը մարդկանց հնարավորություն են տալիս պահպանել անանունությունը, հանդես գալ կեղծ անուններով, ստեղծել իրենց վիրտուալ ես-ը և ներկայանալ այնպես, ինչպես ցանկանում են:

6. Նախապես անցկացրած հոգեբանական հետազոտության արդյունքների ներկայացում և մեկնաբանում (Slide 10) - հետազոտությունն անցկացվել է Չարենցավանի Մ.Մաշտոցի անվան ավագ դպրոցում: Հետազոտությանը մասնակցել է 9-րդ դասարանի 21 աշակերտ:

Հետազոտության **նպատակն** է ուսումնասիրել սոցիալական ցանցերի ազդեցությունը դեռահասի անձի ձևավորման վրա: (Slide 11)

Հետազոտության **խնդիրները** – առաջ են քաշվել հետևյալ խնդիրները.

- ուսումնասիրել դեռահասների դիրքորոշումները և առաջատար արժեքները,
- հետազոտել սոցիալական ցանցերում անցկացրած ժամանակի և դեռահասների արժեքների ու դիրքորոշումների միջև եղած կապը:

Հետազոտության **վարկածը** – ենթադրվում է, որ սոցիալական ցանցերում համեմատաբար երկար ժամանակ անցկացնելու դեպքում դեռահասի համար ավելի նշանակալի են դառնում նյութական արժեքները:

Հետազոտության **օբյեկտը** – դեռահասի անձի ձևավորման հոգեբանական ասպեկտները:

Հետազոտության **առարկան** – սոցիալական ցանցերի ազդեցությունը դեռահասի անձի ձևավորման վրա:

Հետազոտության ընթացքում կիրառվել են հետևյալ **մեթոդները. (Slide 12)**

➤ *Անձի սոցիալ-հոգեբանական դիրքորոշումների ուսումնասիրումը պահանջմունքա-դրդապատճառային ոլորտում՝ ըստ Օ.Ֆ. Պոտյոմկինի* – նպատակը՝ բացահայտել անձի սոցիալ-հոգեբանական դիրքորոշումների արտահայտվածության մակարդակը (կողմնորոշում դեպի գործընթացը, կողմնորոշում դեպի արդյունքը, կողմնորոշում դեպի ավտրուիզմը, կողմնորոշում դեպի էգոիզմը):

➤ *Արժեքային կողմնորոշիչների ախտորոշման մեթոդիկա՝ ըստ Մ.Ռոկիչի* – նպատակը՝ բացահայտել անձի առաջատար արժեքները:

➤ *Հարցաթերթիկ* – նպատակը՝ ուսումնասիրել հետազոտվողների վերաբերմունքը սոցիալական ցանցերի նկատմամբ:

Ամփոփելով բոլոր մեթոդիկաների արդյունքում ստացված տվյալները, հիմնվելով հետազոտվողների՝ սոցիալական ցանցում օրական անցկացրած ժամանակի, նրանց առաջատար արժեքների, սոցիալ-հոգեբանական դիրքորոշումների և վարքագծի առանձնահատկությունների վրա՝ առանձնացրել ենք դեռահասների չորս խումբ: Արդյունքները ներկայացված են աղյուսակ 1-ում. (Slide 13)

Խումբ	Ժամ/օր	Առաջատար արժեքներ	Սոց. հոգեբ. դիրքորոշումներ	Վարքագծի ձևը
1-ին խումբ	մինչև 1 ժամ	առողջություն, լավ ընկերների առկայություն, երջանիկ ընտանեկան կյանք, պատասխանատվություն, ազատություն, սեր, զարգացում	Կողմնորոշում դեպի գործընթացը - նրանց համար խթանիչ ուժ է համարվում աշխատանքի նկատմամբ հետաքրքրությունը:	Ստեղծագործական - նրանց գործունեությունն ունի ներքին մոտիվացիա: Բնորոշ է ստեղծագործական ակտիվությունը, որն առաջ է բերում ձգտում ստեղծագործաբար վերախմբավորել ստացվող ինֆորմացիան: Նախաձեռնող են, հակված են խնդիրների լուծման ուղիների ինքնուրույն որոնմանը:
2-րդ խումբ	1-2 ժամ	ազատություն, զարգացում, վստահություն սեփական անձի նկատմամբ, ուժեղ կամք, երջանիկ ընտանեկան կյանք, սեր	Կողմնորոշում դեպի արդյունքը – ձգտում են հասնել արդյունքի՝ անկախ անհաջողություններից և խոչընդոտներից:	Արդյունավետ - նրանց բնորոշ են ինքնակատարելագործման մոտիվները, դժվարությունները հաղթահարելու ձգտումը: Գործունեության մեջ դրսևորում են նախաձեռնողականություն, ընդունակ են իրականացնել ինքնուրույն որոշումներ: Ինքնաքննադատ են և պահանջկոտ սեփական անձի նկատմամբ:
3-րդ խումբ	2-4 ժամ	նյութապես ապահովված կյանք, ազատություն, առողջություն, վստահություն սեփական անձի նկատմամբ	Կողմնորոշում դեպի արդյունքը	Վերարատադրողական - նրանց վարքագծում գերակշռում են նեղ անձնական մոտիվները, նրանց բնորոշ են նաև պարտքի և պատասխանատվության մոտիվները: Գործունեության նախաձեռնողականությունը և ինքնուրույնությունը բարձր չէ, աչքի են ընկնում կատարողականությամբ:
4-րդ խումբ	4 ժամից ավելի	նյութապես ապահովված կյանք, անկախություն, զվարճանքներ, վստահություն սեփական անձի նկատմամբ, ուժեղ կամք	Կողմնորոշում դեպի արդյունքը	Իներտ - հետաքրքրություն են դրսևորում նյութական արժեքների ձեռքբերման նկատմամբ, իրադարձությունների և մարդկանց գնահատման չափանիշ է հանդիսանում անձնական օգուտի ստացումը: Չեն կարողանում ինքնուրույն պլանավորել և իրականացնել որևէ աշխատանք, նախաձեռնող չեն: Ունեն եսասիրական հակումներ, անտարբեր են շրջապատող իրականության նկատմամբ:

Այսպիսով՝ հետազոտության արդյունքների վերլուծությունից կարելի է եզրակացնել. (Slide 14)

- Սոցիալական ցանցերը բացասաբար են անդրադառնում հատկապես դեռահասների անձի ձևավորման և զարգացման վրա:

- Դեռահասը մի կողմից սոցիալական ցանցերը օգտագործում է նոր ընկերներ, հետաքրքրություններ գտնելու համար, մյուս կողմից չկարողանալով շփվել իրական կյանքում՝ հեռանում է դեպի վիրտուալ կյանք:

- Սոցիալական ցանցերում շփումը դեռահասների համար շատ կարևոր է և զբաղեցնում է նրանց ազատ ժամանակի հիմնական մասը:

- Սոցիալական ցանցերը դեռահասներին անհրաժեշտ են հիմնականում զվարճանքների, ընկերների հետ շփվելու համար:

- Սոցիալական ցանցերում երկար ժամանակ անցկացնելու դեպքում փոփոխությունների են ենթարկվում դեռահասների արժեքային համակարգը (նրանց համար ավելի նշանակալի են դառնում նյութական արժեքները), ինչն էլ իր հերթին անդրադառնում է նրանց դիրքորոշումների և վարքագծի վրա:

- Սոցիալական ցանցերից օգտվողների սոցիալ-հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից անհրաժեշտ է վերահսկել ստացվող ինֆորմացիայի բովանդակությունը, ցանցում անցկացրած ժամանակը:

7. Տեսահոլովակների դիտում և քննարկում՝ (Slide 15) - «Ապահով համացանց. 9-12 տարեկան» և «Ապահով համացանց. 12+ տարեկան»

8. Տեսասահիկների և քննարկման միջոցով համացանցային անվտանգության կանոնների ներկայացում (Slide 16)

- Գաղտնի՝ պահեք ձեր անձնական տվյալները:
- Մի՛ բացեք կասկածելի էլեկտրոնային նամակները և դրանց կցված ֆայլերը:
- Սովորե՛ք քննադատաբար վերաբերել համացանցում հանդիպած տեղեկություններին: Որևէ աղբյուրից ստացած ինֆորմացիան փորձեք ճշտել առնվազն երեք աղբյուրից: Ստուգեք, թե ով է նյութի հեղինակը, արդյոք նա այդ ոլորտում համարվում է մասնագետ, նշված է կոնտակտային ինֆորմացիա, որով հնարավոր լինի ճշտել, արդյոք ինֆորմացիան ներկայացված է գրագետ, առանց սխալների, արդյոք վերնագիրը համապատասխանում է բովանդակությանը, նշված է ինֆորմացիայի տեղադրման ժամկետը:
- Պարբերաբար թարմացրե՛ք ձեր համակարգչի հակավիրուսային ծրագիրը:
- Տեղյակ եղեք, թե Ձեր երեխան ինչով է զբաղվում համացանցում, փորձեք ճանաչել նրա ընկերներին, ընկերների ծնողներին, ուսուցիչներին:
- Համացանցի անվտանգության կանոններին առավել մանրամասն կարող եք ծանոթանալ www.safe.am կայքում:
- Հաճախ շփվեք Ձեր երեխայի հետ, օգնեք նրան սովորել շփվել մարդկանց հետ իրական կյանքում:

9. **Խմբային աշխատանք.** հորինել «Ապահով համացանց» վերնագրով ակրոստիքոս սովորած կանոնների վերաբերյալ: (Slide 17)

Համատեղ աշխատանքի արդյունքում հորինեցինք հետևյալ ակրոստիքոսը. (Slide 18)

Անձնական տվյալները միշտ պահեք գաղտնի,

Պահապան եղեք ձեր ծածկագրերին:

Անձանոթ նամակները մի՛ բացեք երբեք,

Հակերներից էլ ապահով եղեք:

Որքան էլ տարվեք հրաշքով դարի,

Վիրտուալ կյանքում եղեք խելացի:

Հավաստի աղբյուրներից միայն օգտվեք,

Այն, ինչ ձեզ պետք է, այդտեղից բեռնեք:

Միշտ հարգեք նրանց, ում հետ շփվում եք:

Առցանց ժամանակն իզուր մի վատնեք,

Ցանկացած մարդու դուրք մի՛ վստահեք:

Այս կանոնները թե միշտ պահպանեք,

Նախքան գործելը մի լավ մտածեք,

Ցանցը ապահով դուք կօգտագործեք:

10. Նախապես պատրաստած բուկլետների բաժանում՝ (Slide 19) «Անվտանգ համացանց. ուղեցույց ծնողների համար» - ներկա գտնվող բոլոր ծնողներին բաժանվեցին բուկլետներ, որոնցում նշված են համացանցային անվտանգության հիմնական կանոնները:

11. Ամփոփում, հետադարձ կապ (Slide 20) – համացանցը հսկայաձավալ տեղեկատվություն պարունակող պաշար է: Այդ ինֆորմացիայի բնույթը և որակը խիստ տարբեր են, և միայն դուք եք որոշում օգտագործել համացանցը ի օգուտ, թե ի վնաս ձեզ:

ՇՆՈՂԱԿԱՆ ԺՈՂՈՎԻՑ ՆԵՏՈ

- ուժեղ և թույլ կողմերի բացահայտում,
- անդրադարձ ժամանակի բաշխման ճշտությանը,
- անդրադարձ նպատակների իրականացման և խնդիրների լուծման մակարդակին,
- ընտրված մեթոդների արդյունավետության գնահատում,
- դիդակտիկ նյութերի մատչելիության գնահատում,
- չլուծված խնդիրների (առկայության դեպքում) պատճառների բացահայտում,
- ծնողական ժողովի ուժեղ կողմերի ամրապնդմանն ու թույլ կողմերի վերացմանն ուղղված միջոցառումների իրականացում: