

Влияние на заниманията със спорт и с компютърни игри върху социалните умения при ученици от прогимназиалния етап на основната образователна степен

Иванка Тошева, Дарина Величкова

The aim of the present study is to establish the impact of sports activities and computer games on forming social skills with adolescents. The object of the research is 70 students from schools in Sofia from the fifth to the seventh grade. The results show that sports activities stimulate the development of collaboration skill. The continuous playing computer games retard the development of the social skills empathy and self-control.

Key words: sports activity, social skills, computer games, pupils

Информационните и комуникационни технологии навлизат стремително във всички сфери на социалния живот, при което ги трансформират и структурират по нов начин. Компютърната техника промени съществено не само трудовото ежедневие на хората, но и начините за забавление и почивка. Тази тотална промяна обхваща всички професионални и възрастови групи.

Особена популярност сред младото поколение имат компютърните и видеоигри. Няма единно мнение по отношение на тези термини, които понякога се ползват като синоними, а в други случаи се прави известно разграничение, доколкото видеоигри могат да се играят и чрез други електронни носители, освен на персонални компютри.

„Компютърните игри в настоящият момент се очертават като един от основните избори, които прави юношата в медийната среда“ [1]. Те притежават специфични характеристики, които обясняват тяхната популярност – интерактивност, интелигентна ответна реакция, наративност, симулация, изкуствен интелект. Играчът може да участва в определена история, да променя характеристики, да определя цели и задачи. Чрез незабавната обратна връзка той може да бъде оценяван, да се обучава на всяка стъпка от игровия процес и да подобрява начина си на действие [9,3]. Голямото жанрово разнообразие от игри, дава възможност на играча за избор на виртуална обстановка и за демонстрация на специфични умения.

Масовото разпространение на компютърните игри сред юношите е една от причините, която насочва изследователите към проучване на влиянието им върху различни качества и способности на потребителите и върху развитието им. В нашата страна тези изследвания са твърде малко. Независимо от популярността на твърдението, че прекаленото задържане на младите хора пред компютрите е основна причина поради която те не спортуват, то не е подкрепено от изследователски резултати. Не достатъчно е проучен и въпросът доколко продължителното общуване във виртуална среда оказва влияние върху качеството на реалното общуване и формиране на социалните им умения.

Няма единно определение на понятието социални умения, но съществува съгласие относно негови характеристики. Това са уменията чрез които се улесняват междуличностните взаимодействия и комуникацията. Те се реализират чрез вербални и невербални средства, а процесът на овладяването им се нарича социализация. Социалните умения са практическата страна на социалната компетентност. Спенс и Донован ги определят като способност, чрез която се постигат успешни резултати при взаимодействията с други хора [10]. Други автори разглеждат социалната компетентност като организационен конструкт, който отразява способността за интегриране в поведението на когнитивни и емоционални умения, с цел гъвкава адаптация към социалните условия и изисквания [4].

Качеството на притежаваните социални умения се разглежда като фактор за благополучието на личността. При съвременните условия те имат не по-малка значимост от професионалната компетентност.

Спортните занимания стимулират развитието на социалните умения при подрастващите. Те „развиват комуникативните способности, възпитават съзнание за принадлежност към определена обществена група, формират навици за работа в екип“ [2]. Чрез заниманията с колективни спортове и физически упражнения в юношеска възраст се реализират ползи, които далеч надхвърлят подобряване на физическата годност. Участниците в тях отрано развиват лидерски умения, емпатия и по-силно изразена склонност да се грижат за здравето си през целия си живот [11]. Положителните резултати не са закономерност. Треньорите, родителите и учителите трябва да полагат специални усилия насочени към тяхното създаване, защото уменията за живота се овладяват чрез обучение [7,8].

За съжаление не могат да се опишат достатъчно точно дългосрочните ефекти от редовното играене на видеоигри върху социалните умения на децата и юношите, поради липса на достатъчно експериментални данни. Изявените любители на компютърни игри проявяват по-ниска социална чувствителност и способност за адекватно реагиране [6]. Поради липса на време и различие в интересите, геймарите стесняват силно социалните си контакти. Те поддържат взаимоотношения предимно със съмишленици, като предпочитаният вариант е чрез онлайн връзка, дори при наличие на възможност за контакт на живо.

Целта на проведеното експериментално проучване е да се установи оказват ли влияние заниманията със спорт и заниманията с компютърни игри върху социалните умения при ученици от прогимназиалния етап на основната образователна степен.

Задачи:

1. Да се установят количествените и качествените параметри на двата вида занимания;

2. Да се установят особеностите на социалните умения на учениците в зависимост от спортните занимания и заниманията с компютърни игри.

Обект на изследване са 70 ученици от столични училища от пети (20%), шести (31,4%) и седми клас (48,6%). Броят на момичетата е 32 (45,7%), а на момчетата 38 (54,3%). Изследваните лица са на възраст от 11 до 15 години ($M=12,6$), като най-голям е относителният дял на 13-годишните (35,7%).

Методи:

1. *Анкета*. Въпросите са насочени към събиране на информация относно: особеностите на физическата и спортна активност на учениците; особеностите на заниманията им с компютърни и видеоигри; мнението им за ползите от игрите.

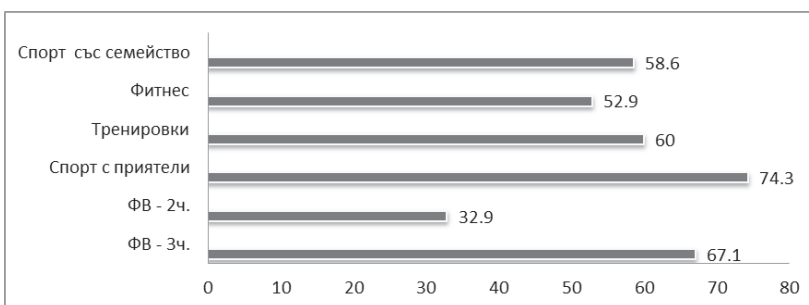
2. *Тест за социални умения при ученици*. Тестът е разработен съобразно теоретичните основи и модела приложен при създаване на методиката Social Skills Rating System (Gresham, & Elliott, 1990). Той съдържа 21 айтеми, обособени в 4 субскали: емпатия, самоконтрол, сътрудничество и асертивност. Тестът притежава добри психометрични показатели по отношение вътрешната съгласуваност на айтемите. Отговорите на изследваните лица се отразяват в тристепенна скала, тип Ликерт: 1 – никога; 2 – понякога; 3 – винаги.

Количествената обработка на данните включва алтернативен анализ, вариационен анализ, корелационен анализ и сравнителен анализ (Mann-Whitney).

Анализ на резултатите:

Резултатите относно двигателната активност на учениците показват, че най-масовата форма са уроците по физическо възпитание и спорт в училище, като 67,1% имат по 3 часа, а 32,9% - по 2 часа седмично. Тези занимания имат задължителен характер, но осигуряват на учениците ритмично двигателно

натоварване под ръководството на спортен педагог. На второ място е спортуването с приятели в свободното време. Само ¼ от изследваните лица не са посочили участие в такъв тип занимания. Продължителността е твърде различна – от 1 до 30 часа седмично (M=5,63), но преобладаващата част от учениците (82,7%) са посочили между 1 и 7 часа. Това е привлекателна форма за юношите поради което е необходимо в градската среда да се поддържат достъпни и в добро състояние спортни площадки и съоръжения. Над половината ученици са посочили че се занимават с някакъв спорт, като средната продължителност на тренировките е около 4 часа (M=3,83). Почти еднакъв е броят на момчетата и момчетата, но момчетата отделят повече време. Най-голям е броят на седмодокласниците, които тренират. С наръстване на възрастта се увеличава броят на учениците, които проявяват интерес към фитнес-занимания, аеробика и танци. Също над половината ученици участват в спортни занимания и туризъм заедно със семейството, като относителният дял на момчетата е по-висок –56,1%. (Фиг.1). Някои от учениците (18,6%) са посочили, че по време на ваканциите се занимават с плуване, тенис, бадминтон и снежни спортове.



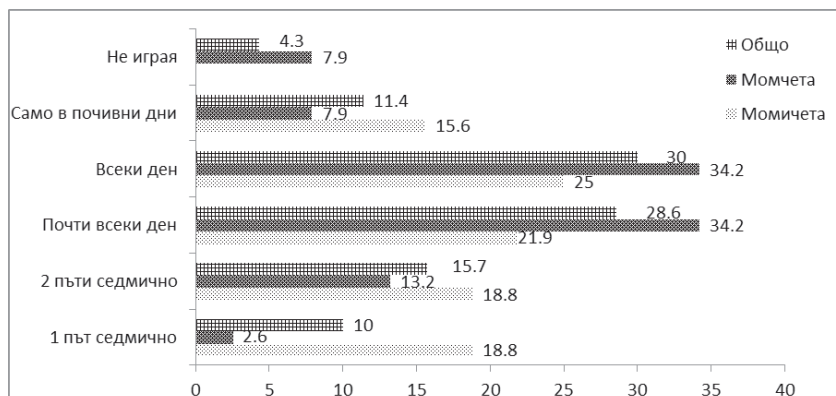
Фиг. 1. Видове спортна активност при учениците

Спортната активност на много малка част от учениците (7,1%) се изчерпва с уроците по физическо възпитание. Преобладаващата част от тях се включват в поне още 3 вида активност, което показва, че те имат потребност от разнообразни форми както и желание за спортуване.

Количествените параметри на заниманията с компютърни игри са проучени по отношение на броят на дните от седмицата, в които учениците играят и броят на часовете във всеки ден. Преобладаващата част от учениците попадат в групите, които играят всеки ден или почти всеки ден (Фиг. 2). В тези две групи относителният дял на момчетата е по-голям, докато момчетата са повече в групите които играят 1 - 2 пъти седмично или само в почивните дни. Само 4,3% от всички ученици (които са момчета) са посочили, че не играят. Всеки ден играят най-много от петокласниците (42,9%), най-много седмодокласници играят почти всеки ден, а при шестокласниците е еднакъв броят на тези, които играят почти всеки ден и само в почивните дни (22,7%).

Разпределението на учениците според часовете, които отделят дневно за игра е следното: до 2 часа дневно – 32,9%; между 2 и 3 часа – 30%; между 3 и 4 часа – 5,7%; между 4 и 6 часа – 4,3% и неопределено време – 22,9%. Според учениците двете най-значими ползи от игрите са приятното забавление и подобряване бързината на реакциите. Над 10 пъти повече са момчетата в сравнение с момчетата, които смятат, че игрите им помагат да мислят по-добре и да откриват

решения за различни проблеми и 7 пъти повече са момичетата, които преценяват, че в игрите научават нови неща, които са им полезни за обучението.



Фиг. 2. Седмични занимания на учениците с компютърни игри

Най добре развито умение при всички изследвани ученици е емпатията – умението за разбиране на другия, за съпреживяване на неговите чувства и за оценка на нещата от негова гледна точка ($M=2,50$). На следващите места за нареждат уменията за сътрудничество ($M=2,35$), самоконтрола ($M=2,31$) и асертивността ($M=2,21$).

При учениците които се занимават системно със спорт под ръководството на треньор умението за сътрудничество е по-силно развито ($u=2,15$; $\alpha = 0,05$). Учениците, които ежедневно играят компютърни игри показват по-ниски средни стойности по отношение на емпатията ($u=2,08$; $\alpha = 0,05$) и самоконтрола ($u=2,73$; $\alpha = 0,01$).

Възпитателите трябва да оценяват спецификата във въздействието на различни фактори от социалната среда върху формиране на социалните умения през юношеската възраст. Заниманията с различни видове спорт и физическа активност оказват стимулиращо въздействие върху развитието на умението за сътрудничество, докато ежедневните занимания с компютърни игри задържат развитието на емпатията и самоконтрола.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Божинова, Р., К.Цанов. Упражняване на компютърните игри – възрастови и личностни предпоставки. Българско списание по психология, бр.2/2006; 87– 97.
- [2] Иванов, С., Д. Томова. Социализация на личността в мултикултурна среда чрез спорт в извънкласни дейности. В: Личност, мотивация, спорт, Том 15/2010; С., НСА ПРЕС, 26 – 32.
- [3] Кардалев, Я. Използване на компютърните и видеоигри в образованието. *Списание на СУ за електронно обучение; Бр. 4/2011.*
- [4] Bierman, K., & Welsh, J.A . Assessing social dysfunction: The contributions of laboratory and performance-based measures. *Journal of Clinical Child Psychology* , 29 ,2000; 526– 539.
- [5] Gresham, F.M., & Elliott, S.N . *Social Skills Rating System* . Circle Pines, Minnesota: American Guidance Service, 1990
- [6] Griffiths, M. D. Computer game playing and social skills: a pilot study, 2010.

[7] Holt, N.L., Tink, L.N., Mandigo, J.C., & Fox, K.R. Do youth learn life skills through their involvement in high school sport? *Canadian Journal of Education*, 3(2),2008; 281 – 304.

[8] Holt, N.L., Tamminen, K.A., Tink, L.N., & Black, D.E. An interpretive analysis of life skills associated with sport participation. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1(2),2009; 160 – 175.

[9] Ritterfeld, U., Weber, R. Video Games for Entertainment and Education. In P. Vorderer & Brayant (Eds.), *Playing Video Games Motives, Responses and Consequences* (pp.399 – 413) Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. Inc., 2006.

[10] Spence, S. H. & Donovan, C. Interpersonal problems. In Graham, Phillips Jeremy (Ed.) *Cognitive behavior therapy for children and families* (217 – 245) NY; Cambridge University Press, 1998

[11] Интернет източник 1: www.Psychcentral.com/news/2010/03/15

За контакти:

Доц. Иванка Алипиева Тошева, доктор, Катедра Психология, педагогика и социология, НСА „В. Левски“, e-mail: tosheva@mail.bg

Дарина Иванова Величкова, бакалавър, Учителски факултет, НСА „В. Левски“, e-mail: dari_velichkova@abv.bg

Докладът е рецензиран.