



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ  
КАФЕДРА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ И  
ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Психолого-педагогические условия коррекции компьютерной  
зависимости подростков**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология и педагогика образования личности»  
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:  
*0,88%* авторского текста

Работа не рекомендована к защите  
«27» декабря 2022 г.  
Зав. кафедрой ПППО и ПМ  
 Корнеева Н.Ю.

Выполнил:  
Студент группы ЗФ-309-187-2-2  
Султанбекова Розалина Ермековна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент  
Лапчинская Ирина Викторовна  


Челябинск  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава1. Глава 1. Теоретические основы профилактики компьютерной зависимости у школьников-подростков	10
Понятие компьютерной зависимости и ее виды .....	
1.1. Понятие компьютерной зависимости и ее виды	10
..	
1.2. Объективные и субъективные факторы формирования аддиктивного поведения школьников.....	28
1.3. Деструктивная сущность виртуальной аддикции подростков	45
Выводы по теоретической части исследования.....	52
Глава 2. Эмпирическое исследование попрофилактике виртуальной аддикции подростков.....	55
2.1. Организация и методика экспериментальной работы.....	55
2.2. Описание программы направленной на профилактику виртуальной аддикции подростков.....	62
2.3. Анализ и интерпретация результатов исследования.....	73
Выводы результатам выполненного эмпирического исследования.....	82
Заключение.....	83
Список литературы.....	85
Приложения.....	91

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Аддиктивное поведение школьников как одно из проявлений отклоняющегося поведения, представляющее угрозу для общественного и личного благополучия, приобретает в последнее время признаки социальной болезни. Для российского общества проблема профилактики аддиктивного поведения связана с общим социально-экономическим и социально-культурным контекстом жизнедеятельности старших школьников, со спецификой стихийной социализации и ее противоречиями.

Феномен аддиктивного поведения следует рассматривать в качестве междисциплинарной проблемы, решение которой нуждается в совместных усилиях философов, социологов, юристов, биологов, медиков, психологов, педагогов и других специалистов. Человеческое поведение полидетерминированно, поэтому природа аддикций во многом скрыта от исследователей, что порождает споры, дискуссии, неоднозначные оценки факторов, провоцирующих зависимость. Успешность и эффективность практических мер по его профилактике зависит от теоретического понимания антропологических и культурно-средовых предпосылок девиантного поведения в целом [1].

В связи с многофакторным характером причин аддиктивного поведения необходимо учитывать социально-экономические аспекты (материальная необеспеченность, безработица родителей и т.д.), социально-культурные (деидеологизация, влияние СМИ, гедонистически-потребительская направленность рекламы, влияние интернета и др.), культурно-воспитательные (неполная семья, отчужденность в семье, нежелание учиться, отсутствие осознанной профориентации и т.д.).

Недовольство реальной жизнью и желание уйти от нее является одной из важнейших причин аддикции. Однако формы и способы ухода чрезвычайно разнообразны и нередко носят патологический характер.

Большой поток новой информации, применение компьютерных технологий, широкое распространение компьютерных игр оказывает большое влияние на воспитательное пространство современных школьников. А создание воспитательного пространства — это необходимое условие становления личности ребенка не только в стенах образовательного учреждения, но и за его пределами. Сегодня информационные технологии оказывают огромное влияние, как на общественное сознание, так и на формирование индивидуальности каждого человека [2].

**Проблема и тема исследования:** «Психолого-педагогические условия коррекции компьютерной зависимости подростков».

**Цель исследования:** теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической профилактики компьютерной зависимости подростков.

**Объект исследования:** процесс и результат профилактики виртуальной аддикции подростков.

**Предмет исследования:** профилактика виртуальной аддикции у подростков.

**Гипотеза исследования:** профилактика виртуальной аддикции школьников может быть успешно осуществлена в учебно-воспитательном процессе общеобразовательной школы, если реализовать следующие педагогические условия: использование комплексной диагностики личностной сферы и среды жизнедеятельности подростков, позволяющей выявить причины возникновения виртуальной аддикции; проведение программы направленной на профилактику виртуальной аддикции школьников будет способствовать устранению психологических причин зависимости, обеспечит комплексное систематическое воздействие на

самооценку, навыки саморегуляции, рефлексии и межличностного взаимодействия.

В соответствии с целью и гипотезой исследования в диссертации решались следующие **задачи**:

1. Выявить и теоретически обосновать причины возникновения виртуальной аддикции у подростков.
2. Составить и внедрить в практику тренинговую программу, направленную на профилактику виртуальной аддикции школьников.
3. Экспериментально проверить эффективность разработанной и внедренной в практику тренинговой программы.

**Теоретико-методологической основой** исследования являются:

- философские концепции российских мыслителей, определивших роль носителей духовной культуры в возрождении нравственных сил личности для противостояния кризисным и разрушительным тенденциям в социально-экономической жизни России (Н.А. Бердяев, Н.В. Гусева, В.В. Розанов); теории аддиктивного поведения, изложенные в трудах Б.С. Братуся, А.Ю. Егорова, Ц.П. Короленко, А.Е. Личко, Н.П. Фетискина; труды современных авторов, исследующих формирование медиакультуры (Д.Е. Григорова, Е.С. Полат, А.В. Федоров, Ю.Н. Усов, И.Ф. Сибгатуллина); биогенетические (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Берн, Э. Эриксон, Э. Фромм) и социогенетические (Дж. Уотсон, Э. Торндайк, А. Бандура, Р. Уолтере) концепции отклоняющегося поведения; теория и методика применения инфокоммуникационных технологий в образовании (Д.З. Ахметова, Г.В. Ившина, Г.М. Коджаспирова, К.В. Петров, Е.А. Машбиц, В.П. Дьяконов); работы о развитии, саморазвитии и самосовершенствовании личности (В.И. Андреев, Л.А. Казанцева, Л.М. Попов, Ф.Д. Ратнер и др.).

Особую роль в определении методологии исследования играла опора на педагогические взгляды таких ученых, как З.Г. Нигматов, О.С. Газман, Р.А. Валеева, Л.П. Буева, М.Н. Дудина, отмечавших роль гуманизации в образовательном процессе.

Значительный вклад в изучение аддиктивного поведения подростков внесли работы авторов, исследовавших отдельные аспекты этого явления: труды И.С. Кона, Л.И. Божович, Г.М. Бреслава, в которых аддиктивное поведение рассмотрено как нарушение процесса социализации; работы Ю.Е.Егошкина, В.В. Шабалиной, которые посвящены проблеме проявления аддиктивных форм поведения у подростков, вызванных неблагополучным положением ребенка в системе детско-родительских отношений; исследования Д.З. Ахметовой, А.В. Худякова, Ф.Е. Василюка о роли школьной среды в процессе профилактики зависимого поведения учащихся; вопросы воспитания аддиктивных подростков с выраженными акцентуациями характера (А.Е. Личко, М. Форвег, Б.С. Братусь, Н.Е. Буторина, Е.Д. Дедков).

**Методы исследования:** теоретические (анализ психолого-педагогической, социальной, философской, медицинской, методической литературы по проблеме исследования; классификация, систематизация, сравнение, обобщение, аналогия, синтез, интегрирование); эмпирические методы (анкетирование, тестирование, наблюдение); методы статистической обработки данных.

**Научная новизна и теоретическая значимость** исследования состоят в том, что уточнено понятие «виртуальная аддикция», которое представлено в работе как форма деструктивного поведения, выражающаяся в стремлении к уходу от фрустрирующей реальности посредством изменения своего психического состояния фиксацией внимания на Интернет-ресурсах.

Исследованы и выявлены причины возникновения виртуальной аддикции в школьном возрасте, среди которых основными являются низкий уровень социально-психологической адаптации, негативная «Я-концепция», трудности в коммуникативной деятельности.

Раскрыто понятие «информационная культура подростков» (медиакультура), представленное в диссертационном исследовании как педагогически направляемый процесс развития у ребенка знаний об

информационной угрозе и умения противостоять ей для минимизации негативных последствий виртуальной аддикции. Определены педагогические подходы к развитию медиакультуры, включающей осознание и определение подростком личностно-значимого смысла информации, стремление осознанно делать выбор, проявляя критическое отношение к информации.

Систематизированы показатели сформированности информационной культуры субъектов учебно-воспитательной деятельности (готовность к эффективному доступу и освоению практически неограниченного объема информации ресурсов сети Интернет, а также аналитической обработке этой информации; владение культурой получения, отбора, хранения, воспроизведения, представления, передачи и интеграции данной информации; умение использовать современные интерактивные телекоммуникационные технологии в качестве важного аспекта учебно-профессионального и личностного роста в постоянно меняющемся информационном обществе, умение рационально распределять время использования Интернет-ресурсов).

**Теоретически определены и экспериментально обоснованы педагогические условия, способствующие профилактики виртуальной аддикции у школьников (выявление причин возникновения Интернет-аддикции; создание педагогической модели коррекции Интернет-аддикции; формирование у субъектов учебно-воспитательной деятельности компетенций в области психолого-педагогической профилактики виртуальной аддикции; реализация программ в области развития информационной культуры школьников, их родителей и учителей).**

**Практическая значимость** исследования состоит в том, что в нем разработаны (и внедрены в учебно-воспитательный процесс) программы, направленные на профилактику виртуальной аддикции у подростков. Разработанные автором методические рекомендации для педагогов и родителей по профилактике виртуальной аддикции и сохранению здоровья школьников - пользователей Интернета - могут быть использованы в

практике общеобразовательных учреждений. Данными рекомендациями могут воспользоваться руководители и преподаватели дошкольных и общеобразовательных учреждений, методисты компьютерных залов, педагоги-психологи, социальные педагоги, родители, а также студенты педагогических учебных заведений. Отдельные положения могут применяться в организации воспитательной работы в досуговых учреждениях, в центрах реабилитации, приютах и др. Совокупность положений и выводов, содержащихся в диссертационном исследовании, позволяет повысить эффективность деятельности по профилактике виртуальной аддикции подростков.

#### **Положения выносимые на защиту:**

1. Под виртуальной аддикцией мы понимаем нарушение поведения, заключающееся в стремлении к уходу от действительности посредством изменения психического состояния, который осуществляется с помощью создаваемой компьютером реальности.

2. Психологические особенности возраста старшего школьника динамичны, непрерывно меняются, что связано как с непрерывным поступлением извне новой информации, так и с внутренними процессами самого сознания. Этот один из кризисных этапов в становлении личности школьников доказывает необходимость профилактики виртуальной аддикции у школьников.

3. Педагогическими условиями успешной профилактики виртуальной аддикции являются: обеспечение учебного процесса профилактическими программами; специально организованное взаимодействие педагогов, родителей и сверстников; ориентация на формирование навыков здорового образа жизни; создание альтернатив зависимому поведению, диагностика предрасположенности школьников к компьютерной зависимости.

4. Основными принципами педагогической профилактики виртуальных аддикций школьников являются: принцип комплексности, преемственности, непрерывности, системности, дифференцированности и аксиологичности,

легитимности, многоаспектности, и профессиональной компетентности специалистов, осуществляющих профилактическую работу.

5. Авторская программа профилактики виртуальной аддикции решает задачи по предотвращению виртуальной зависимости школьников. Основными результатами профилактической программы являются: формирование активной жизненной позиции, повышение адаптивных способностей, установки на здоровый образ жизни, повышение самооценки, стрессоустойчивости, развитие креативности и навыков конструктивного общения.

**Апробация результатов исследования:** Теоретические аспекты исследования компьютерной зависимости подростков. Учебный центр «Инфоурок» 2022г

**Обоснованность и достоверность результатов** исследования и научных выводов обеспечивается методологической и логической проработкой изучаемой проблемы, соответствием методов исследования его задачам, проверкой теоретических положений исследования в педагогическом эксперименте; корректной статистической обработкой результатов исследования.

Личный вклад автора в исследование состоит в раскрытии и конкретизации содержания понятия «виртуальной аддикция», классификации Интернет-зависимых школьников; обосновании педагогических условий, необходимых для осуществления эффективной коррекционной программы; разработке педагогической модели коррекции виртуальной аддикции у школьников.

**Структура и объем работы:** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы. В тексте работы представлено 2 таблицы схемы и 6 рисунков.

## ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ

### 1.1. ПОНЯТИЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ И ЕЕ ВИДЫ

ВПЕРВЫЕ ТЕРМИН «КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ» БЫЛ РАССМОТРЕН АМЕРИКАНСКИМИ УЧЕНЫМИ ЕЩЕ В НАЧАЛЕ 80-Х ГОДОВ XX ВЕКА, НО ДО СИХ ПОР НЕ СЧИТАЕТСЯ ОБЩЕПРИЗНАННЫМ.

ПО МНЕНИЮ Э. ФРОММА, КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПАТОЛОГИЧЕСКОЕ ПРИСТРАСТИЕ ЧЕЛОВЕКА К РАБОТЕ ИЛИ ПРОВЕДЕНИЮ ВРЕМЕНИ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ [36]. В 1996 ГОДУ АМЕРИКАНСКИЙ ПСИХИАТР АЙВЕН ГОЛДБЕРГ ПРЕДЛОЖИЛ НОВЫЙ ТЕРМИН ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ – *КОМПЬЮТЕРНАЯ АДДИКЦИЯ*.

*КОМПЬЮТЕРНАЯ АДДИКЦИЯ* – ЭТО НЕХИМИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЬЮТЕРОМ И ЕГО РЕСУРСАМИ, В ТОМ ЧИСЛЕ ИНТЕРНЕТОМ. Некоторые зависимости одобряются обществом, другие с течением времени начинают представлять личностную проблему для индивида, при этом не являясь социально опасными, третьи имеют статус социально опасных. В 1964 г. комитет ВОЗ впервые сформулировал определение злоупотребления наркотиками, которое опиралось на понятие зависимости. Аддикция определялась как «состояние психической, или физической, или и той и другой зависимости от наркотика, возникающее у человека после периодического или продолжительного употребления этого наркотика» [3].

В настоящее время принято разделять химические аддикции (то есть зависимость от алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ) и нехимические, или поведенческие, аддикции, связанные с зависимостью от

другого человека или определенного поведения (азартные игры, спортивные упражнения, покупки и т.п.) Общий признак аддиктивных нарушений в том, что они связаны с двойными состояниями: сначала сопряжены с удовольствием, а потом - с негативными переживаниями в случае прекращения приема вещества, что вызывает психофизический дискомфорт или абстиненцию. Химическая зависимость. К психоактивным веществам, чаще всего являющимся предметом зависимости, помимо алкоголя, относятся: 1) наркотики - опиум и его производные; 2) седативные препараты - барбитураты; 3) стимуляторы - кокаин и амфетамины; 4) успокаивающие препараты - бензодиазепины и 5) галлюциногены - ЛСД и РСР. Кофеин и никотин - это тоже вещества, вызывающие зависимость [4].

Поведенческие (нехимические) аддикции. В последние годы исследователи уделяют все больше внимания нехимическим аддикциям, при которых объектом зависимости становится поведенческий паттерн, а не психоактивное вещество. В западной литературе для обозначения этих видов аддиктивного поведения чаще используется термин «поведенческие аддикции». К нехимическим аддикциям относятся патологическое пристрастие к азартным играм, любовная и сексуальная аддикции, аддикция к работе, к покупкам, всевозможные компьютерные и интернетства пищевого поведения (нервную анорексию и булимию), зависимость от телевидения, «запойное» чтение, чрезмерное увлечение разного рода техническими устройствами (мобильным телефоном, игровыми приставками и т. п.). Маркс предложил следующие критерии для диагностики поведенческих (нехимических) зависимостей: 1) побуждение (тяга) к контрпродуктивной поведенческой деятельности; 2) нарастающее напряжение, пока деятельность не будет осуществлена; 3) осуществление данной деятельности ненадолго снимает напряжение; 4) повторная тяга и напряжение через часы, дни или недели (= симптомы абстиненции); 5) внешние проявления уникальны для данного синдрома аддикции; 6) воздержание от данной деятельности характеризуется негативными внешними и внутренними проявлениями

(дисфория, тоска); 7) гедонистический оттенок влечения на ранних стадиях аддикции [5].

Современные исследователи, как правило, включают в свой анализ обзор многих точек зрения на эти вопросы и подходят к проблеме с разных сторон. Как справедливо отметил Д.В. Четвериков: «В современной психологии нет ни одной теоретической ориентации, достижения которой не были бы применены для объяснения аддиктивного поведения» [6].

Аддиктивное поведение возникает не сразу, оно является непрерывным процессом, формируется с развитием зависимости. Аддикция имеет начальный момент, индивидуальный поток и конец. Например, зависимость от наркотиков может происходить в следующих стадиях:

1) Знакомство с наркотиком происходит на фоне эпизодического применения, при самоконтроле.

2) Постепенно формируется устойчивый индивидуальный ритм потребления, держа себя под контролем. Этот этап считается психологической зависимостью, так как здесь объект действительно улучшает психофизиологическую норму в определенный момент времени.

3) Увеличение времени с применением максимальной дозы. Физическая зависимость полностью теряет контроль над собой. остается приносить удовольствие, только использовать его, чтобы не чувствовать боль.

4) социальный спад (высокая доза, самоубийство, СПИД и т.д.) [3].

Особенность другого аддиктивного поведения заключается в его цикличности. Фазы одной цикличности:

- ✓ аддиктивного поведения подготовки в очной;
- ✓ рост интереса;
- ✓ активно искать аддикция объекта
- ✓ специфическая вариативность в получении и достижении объекта;
- ✓ расслабление;
- ✓ обретение спокойствия [7].

Один аддиктивный цикл длится один месяц или до одного дня. Аддиктивное поведение не обязательно приводит к болезни или смерти, но приводит к личностным изменениям и социальной дезадаптации. Аддиктивный феномен постоянно порождает высокоценное эмоциональное отношение к объекту аддикции. Например: анаша, следит за постоянным избытком курилки. Усиливается рациональный механизм, т. е. рождается стремление аддикции к интеллектуальности («все курят», «безалкогольный стресс невозможно снять») и «думать как хочет» («я могу контролировать себя», «все курильщики - хорошие люди»).

При этом у всех «других» возникает недоверие, особенно к специалистам («они меня не понимают, потому что сами не знают, что это такое»).

Аддиктивное явление трактует зависимый объект как цель существования, а его использование - как образ жизни. Наиболее негативным проявлением аддиктивного явления является анозогнозия-отрицание заболевания или его крайняя выраженность. Не признавать свою зависимость (я не алкоголик, если хочу поставить). Таким образом, аддиктивное (аддиктивное) поведение-это аутодеструктивное поведение, отклонение зависимости от психического состояния при использовании определенного вещества. Субъективная эта тревога не может существовать без того аддиктивного объекта [8].

Аддиктивный поступок (addictive behavior) – злоупотребление различными веществами, изменяющими психологическое состояние, в том числе алкоголем и курением, вплоть до возникновения зависимости от них. Аддиктивное поведение семья занимает основное место. В работах А. Фрейда, Д. Винникота, М. Балинты, М. Кляйна, Б. Спока, М. Маллера, Р. Спица показано, что матери не хватает понимания и удовлетворения потребностей своего ребенка, что отрицательно сказывается на развитии ребенка [6].

Основой формирования зависимости является шок в младенческом периоде (в форме тревоги до двух лет). Шок характеризуется физическим недугом, потерей матери или несоответствием темпераментов матери и ребенка. Родители даже не осознают, что оказывали психотравмирующее воздействие на своих детей, например: мучительное таяние, ограничение баловать своего ребенка и т.д. ребенок, переживший дистресс, засыпает, не имея возможности оказать себе помощь. Но, по мнению Г. Кристалла, повторение тяжелого удара может привести к нарушению развития и апатии. Впоследствии ребенок со страхом относится к любым аффектам, чувствует себя незащищенным и постоянно ждет неудач. Особенность такой зависимости устанавливается низкой аффективной толерантностью. В такие моменты каждый ищет себе симпатию, но, не найдя ее, неодушевленные объекты заменяют человеческие отношения. Таким образом, ребенок, перенесший психический шок, может быстро перейти в зависимость [9].

Одной из самых серьезных проблем для семьи являются эмоциональные отклонения родителей, которые могут быть связаны с алекситимией или неспособностью передать родительские чувства словами. Ребенок не просто «заражает» его, он учится скрывать свои чувства от родителей, считает, что его нет. Отсутствие границ между каждым возрастом, зависимость членов семьи друг от друга, гиперстимуляция-еще один негативный фактор. Семья играет роль не только в формировании зависимого поведения, но и в поддержании его. Кроме того, дети в одной семье могут проявлять различное поведение. Если родители употребляют алкоголь, у ребенка может не быть такого риска. Т.е. особое место занимают особенности индивидуальности. Поведение зависимости также зависит от индивидуальных половых различий. Например, пищевая аддикция чаще встречается у женщин, а гэмблинг-у мужчин. Одна из причин, вызывающих трудных в воспитании детей, заключается в том, что отсутствие у родителей чувства ответственности за обучение, воспитание своих детей порождает в характере ребенка доброту, т.е. жестокость, грубость, эгоизм.

Вторая причина-неудачи в доме, пьянство, драки, воровство, легкомысленное поведение родителей и других членов семьи, а хуже всего – развод, развод. Если отец алкоголик, дошкольники страдают от нервных расстройств, частых приступов эпилепсии (эпилепсии), их ум развивается медленно. Такие дети приходят пассивными, неустанными, раздражительными. Каждый родитель должен использовать свои силы, чтобы не попасть в безнравственность, и оказывать благотворное влияние на детей.

Третья причина заключается в том, что мальчику постоянно уделяется недостаточное внимание. Некоторые отцы не до конца осознают внутренний мир, желания, мысли, печаль ребенка.

Четвертая причина-это пробелы и недостатки в воспитательной работе классных руководителей. Деятельность классных руководителей по отношению к детям со сложным воспитанием в большинстве случаев ограничивается лишь некоторыми работами. Это: беседа, обсуждение на классных и ученических собраниях, приглашение родителей учащихся в школу. По таким общим и простым работам невозможно всесторонне познать детей, которых трудно воспитать [10].

В.Г. Степанов и В.А. Крутецкий, рассматривая проблему сложности в поведении, делят учащихся на два ряда [6]. К первым строкам относят учащихся с не очень большими отклонениями в нравственном развитии и поведении, в частности детей не дисциплинированных, ленивых, упрямых, грубых, лжецов. Дисциплинированность определяется такими показателями, как высокая требовательность к себе и другим, чистота и собранность в одежде и т.д. Из противоположных этому показателей можно выделить не дисциплинированное поведение: попытки уклониться от работы, невыполнение поставленной задачи, недобросовестность, попытки реализовать свои личные интересы среди друзей, постоянное нарушение дисциплины и др.

Ко второму ряду относят детей, имеющих затруднения в личной акцентуации и поведении [11].

Поведение зависимости иногда также зависит от наследственности. Дети семьи, страдающие алкоголизмом, часто выбирают один и тот же путь. Но иногда дети с родителями, употребляющими алкоголь, начинают употреблять анашу с раннего возраста. Зависимое поведение членов семьи со временем вступает в борьбу с самой зависимостью. Дело в том, что во время зависимости личность подвергается негативным изменениям, что приводит к расстройству поведения. К различным проблемам зависимости семья формирует разную систему защиты. Но члены семьи пытаются остановить своих детей, чтобы избавиться от аддикции. Но когда эта система достигает критического предела, она все равно выходит, и цикл аддикции повторяется. В семье, страдающей зависимостью, не будет той роли, которая берет на себя ответственность. Он закрывает происходящее на других. У семьи, склонной к зависимости, совершенно снижается чувство собственного достоинства. Члены семьи претерпевают следующие изменения:

- исчезает собственное «я».
- Эмоциональным состоянием других членов семьи определяется поведение аддикта.
- Угрызения совести, злость могут пританцовывать.
- Снижается самооценка и самоощущение. Например, возникает ощущение: «мы плохие, во всем виноваты-мы».
- Усиливается ложная роль: «зачем мне такие неприятности» и т.д. испытывает состояние эмоциональной апатии [12].

Во время стресса здоровье снижается: приводит к соматическим заболеваниям, развитию депрессии. Депрессия приводит к суицидальному поведению, кроме снижения мотивации к труду, подавления настроения. Таким образом, поведение зависимости приводит к разрушению семьи. К концептуальным моделям аддиктивного поведения относятся:

- 1) моральная модель (считает проступки грехом);

2) Модель болезни (аддиктивность считается болезнью, помощь в которой оказывает специальный специалист)

3) симптоматическая модель (рассматривает аддиктивное поведение как «симптомы» или привычку индивидуального поведения);

4) психоаналитическая модель (указывает на нарушение индивидуальной динамики);

5) индивидуально-системная модель (дисфункциональность зависимого поведения, нарушение систем в особом отношении личности);

6) биопсихосоциальная модель (проявляется как нарушение системы «социум-личность-организм») [13].

Аддикт защищает свой внутренний мир от проникновения негативного из окружающей среды. Как известно, обычные межличностные отношения характеризуются динамикой, в процессе контактов происходит обмен мнениями, взаимное обогащение, усвоение опыта. Человек встречается с новыми ситуациями, подходами, что стимулирует его развитие. Аддиктивные отношения с предметами-суррогатами лишены этих динамических особенностей, имеет место фиксация на заранее предсказуемой эмоции, которая достигается стереотипным способом. Таким образом, отношения аддиктивного типа оказываются сравнительно стабильными и предсказуемыми. Однако эта стабильность и предсказуемость содержит в себе что-то мертвое, застывшее, задерживающее развитие человеческой личности.

Выбор аддиктивной стратегии поведения обусловлен трудностями в адаптации к проблемным жизненным ситуациям: сложные социально-экономические условия, многочисленные разочарования, крушение идеалов, конфликты в семье и на производстве, утрата близких, резкая смена привычных стереотипов. Реальность такова, что стремление к психологическому и физическому комфорту не всегда возможно реализовать. Для нашего времени характерно и то, что происходит очень стремительное нарастание изменений во всех сферах общественной жизни [14].

Аддиктивная личность в своих попытках ищет свой универсальный и слишком односторонний способ выживания - уход от проблем. Естественные адаптационные возможности аддикта нарушены на психофизиологическом уровне. Первым признаком этих нарушений является ощущение психологического дискомфорта. Психологический комфорт может быть нарушен по разным причинам, как внутренним, так и внешним. Перепады настроения всегда сопровождают нашу жизнь, но люди по-разному воспринимают эти состояния и по-разному на них реагируют. Одни готовы противостоять превратностям судьбы, брать на себя ответственность за происходящее и принимать решения, а другие с трудом переносят даже кратковременные и незначительные колебания настроения и психофизического тонуса. Такие люди обладают низкой переносимостью фрустраций. В качестве способа восстановления психологического комфорта они выбирают аддикцию, стремясь к искусственному изменению психического состояния, получению субъективно приятных эмоций. Таким образом, создается иллюзия решения проблемы. Подобный способ борьбы с реальностью закрепляется в поведении человека и становится устойчивой стратегией взаимодействия с действительностью. Привлекательность аддикции в том, что она представляет собой путь наименьшего сопротивления. Создается субъективное впечатление, что, таким образом, обращаясь к фиксации на каких-то предметах или действиях, можно не думать о своих проблемах, забыть о тревогах, уйти от трудных ситуаций, используя разные варианты аддиктивной реализации.

Желание изменить настроение в соответствии с зависимым механизмом реализуется с помощью различных зависимых агентов. К таким средствам относятся вещества, изменяющие психическое состояние: алкоголь, наркотики, токсические вещества. Искусственной смене настроения способствует и участие в некоторых мероприятиях: азартные игры, компьютер, секс, переедание или голодание, работа, длительное прослушивание ритмичной музыки [15].

Основными критериями аддиктивного поведения в девиантной психологии считаются:

1. продуманное, пассивное общение с реальностью, поверхностное восприятие происходящего только на основе внешних признаков.

Игнорирование сущности явлений, цели действия.

2. внешняя социализация, сочетающаяся со страхом постоянных эмоциональных контактов.

3. желание лгать и уходить от ответственности при принятии решений.

4. предпочтение искусственной реальности, замещение ее всеми другими ценностями, событиями, явлениями жизни, которые игнорируются. Использование полета к искусственной реальности как основного способа решения проблем.

5. тревожность и агрессивность.

6. неудачные попытки сократить пребывание в искусственной реальности сопровождаются чувством вины.

7. стереотипность, повторяемость поведения.

8. распад прежних отношений и связей, их агрессивное восприятие как врага, скрытность, обман. Замена важной среды на новую, взаимодействие с которой осуществляется только для обеспечения доступа к искусственной реальности, происходит не вместе, а параллельно по принципу игры детей 2-3 лет [16].

Согласно существующим критериям, Главной особенностью личности, имеющей склонность к зависимым формам поведения, является несоответствие психологической устойчивости в условиях повседневных отношений и кризисов. Как правило, психически здоровые люди легко (автоматически) приспосабливаются к требованиям повседневной (повседневной) жизни и переносят кризисные ситуации. Они, в отличие от различных зависимостей, стараются избегать кризисов и интересных нетрадиционных событий. Это давление со стороны таких людей со стороны социума достаточно интенсивным, аддиктивным личностям, которые хотят

адаптироваться к нормам общества в роли своего чужого. В результате они учатся формально исполнять навязанные обществом социальные роли. Внешняя социализация, легкость установления контактов сопровождаются манипулятивным поведением и поверхностностью эмоциональных контактов. Такой человек боится постоянных и длительных эмоциональных контактов из-за быстрой потери интереса к одному человеку или виду деятельности и боязни ответственности за любой бизнес. Стремление лгать, обманывать других, а также обвинять других в собственных ошибках и заблуждениях возникает из структуры зависимого человека, который пытается скрыть от окружающих свой комплекс неполноценности, вызванный неспособностью жить в соответствии с основами и общепринятыми нормами, зависимое поведение имеет свои особенности и проявления, которые не совпадают с их последствиями. При вовлечении в какую деятельность развивается психологическая зависимость от более мягкого по своему характеру. Но все эти виды объединяют общие механизмы зависимости. Рассмотрим подробнее отдельные формы аддиктивного поведения [17].

Зависимые виды реализации:

Алкоголизм. Началом развития алкогольной зависимости может стать первая встреча с алкоголем, интоксикация сопровождается интенсивными эмоциональными переживаниями. Они сохраняются в памяти и побуждают к повторному употреблению алкоголя. Теряется символичность восприятия алкоголя, и человек начинает ощущать необходимость принимать алкоголь для достижения определенного желаемого состояния. В какой-то период под воздействием алкоголя повышается активность, повышается креативность, улучшается настроение и работоспособность, но эти чувства, как правило, кратковременны. Их могут заменить перепады настроения, апатия и психологический дискомфорт [16]. Появление такого состояния является одним из вариантов развития алкогольно-зависимого поведения, так как человек начинает стремиться к его «воспроизводству», для чего сильно

прибегает к алкоголю. Возникновение зависимых поведенческих механизмов, связанных с эффектом допинга, особенно опасно, если последнее проявляется в появлении психического состояния, субъективно облегчающего творческий процесс у людей, занимающихся рисованием, писателей, поэтов, музыкантов и др. Часто наркоманы навязывают свой стиль поведения друзьям и родственникам, не опасаясь возможности возникновения стойкой алкогольной зависимости. Традиционная антиалкогольная пропаганда неэффективна, так как может укрепить веру в зависимость от безопасности выбранного средства борьбы с зависимостью, поскольку собственная практика употребления алкоголя противоречит содержанию пропагандистских деклараций. В последнее время растет сеть учреждений, призывающих избавиться от алкогольной или никотиновой зависимости с помощью кодирования или других методов, которые не проводят серьезной психологической работы с причинно-следственными механизмами зависимости, соответствующей индивидуальной коррекцией и поддержкой. Реклама таких услуг достаточно интенсивна, но, во-первых, навязчива, что может вызвать реакцию отторжения, а во-вторых, поможет укрепить иллюзию, что в любой момент и без особых усилий можно избавиться от разрушительной зависимости.

Длительный прием алкоголя приводит к физической зависимости. Для него характерны следующие симптомы: явления отмены алкоголя (похмельный синдром), потеря ситуационного и количественного контроля, повышение толерантности к алкоголю в 8-10 раз от начального уровня (необходимость большой дозы для достижения прежнего эффекта). Постепенно нарушаются внутренние процессы, уменьшается круг интересов, наблюдаются частые перепады настроения, ригидность мышления, сексуальная дисинибия. Снижается критичность их поведения, чувство такта, наблюдается тенденция к обвинению в своих трудностях в неудачных браках, работе, ситуации в стране и т.д. По мере развития алкогольной

зависимости люди с таким стилем поведения замечают сходство действий, интересов, привычек и всего образа жизни [18].

Наркомания. В большинстве случаев прием наркотических веществ связан с новыми ощущениями, стремлением расширить их спектр. Для достижения максимального результата ищут новые способы введения, новые предметы и различные комбинации этих предметов. Самые распространенные мягкие лекарства (серия марихуаны). Они быстро вызывают психологическую зависимость: повышенное чувство, усиление воображения, гиподинамию, философию. Из легких наркотиков быстро возникает физическая зависимость от сильнодействующих веществ в виде ингаляторов (кокаин, экстази) и внутривенного введения (героин). Но путь от марихуаны до героина не всегда существует и т.д. Это не обязательно явление, часто начинается с алкоголя, героина или другого наркотика или марихуаны и остается наркотиком на всю жизнь. Длительное употребление марихуаны и многих других веществ вызывает психическое заболевание. Наркотическая зависимость более выражена, чем алкогольная. Все, что не поддается зависимости, очень быстро сменяется, быстрее становится пустым. Интровертность увеличивается. Круг общения в основном охватывает наркозависимых людей. Люди, злоупотребляющие наркотиками, стараются вовлечь в свой круг все больше людей, препятствуя выходу из этой среды. Наряду с расстройством личности развиваются серьезные нарушения как на органном, так и на психическом уровне. Увеличение потребности в увеличении дозы может привести к потере контроля и смерти от передозировки. Наркомания часто связана с преступной деятельностью, так как наличие средств на приобретение наркотиков всегда является актуальной проблемой [19].

Прием лекарственных средств в дозах, превышающих терапевтическую. Возникает впечатление, что прием транквилизаторов (элениум, реланиум и др.) приводит к определенному расслаблению, повышается сообразительность, способность контролировать свое состояние. Тогда

возникает риск возникновения зависимости, эти препараты начинают регулярно использоваться в качестве снотворных средств. Появляются признаки физической зависимости (частое потребление, прекращение приема и попытки срыва). Небольшой психологический дискомфорт вызывает прием транквилизаторов. Появляется ряд нарушений состояния: сонливость, трудности с концентрацией внимания, мышление и сознание человека (в связи с этим риск стать жертвой несчастного случая), кровотечения из рук и лица. Такие случаи иногда не диагностируются должным образом. Злоупотребление снотворным (барбитуратами) вызывает психоорганический синдром: головную боль, нарушение памяти, плохая переносимость тепла и помещений, головокружение, нарушение сна, явление потери контроля над дозой приема, в результате чего человек может погибнуть.

Психотропные препараты (психоделики) привлекают тем, что резко увеличивают восприятие, особенно зрительное. Эти препараты быстро вызывают длительные изменения: иллюзии, галлюцинации, длительные ощущения, повышенное настроение, резкие перепады настроения [20].

Прием препаратов бытовой химии. Желание принимать очень токсичные вещества, как правило, возникает в подростковом возрасте из любопытства и имеет коллективный характер. Чаще всего этими ингаляторами пользуются дети. Этот эффект заключается в том, что развивается ситуация, «напоминающая опьянение, головокружение, приподнятое настроение, апатия». Могут возникать видения (галлюцинации) типа быстро движущихся кадров мультипликаций. Вдыхание паров органических растворителей (бензин, аэрозоли, растворители, эфир, хлороформ, клеи и т.д.) вызывает «необратимые тяжелые поражения внутренних органов, головного и костного мозга, приводит к смертельным исходам». Возможны случаи смерти во время вдыхания в результате паралича дыхательного центра, асфиксии. Регулярные употребления приводят к стойким психическим нарушениям: ухудшение памяти,

нарушения эмоционально-волевой сферы, снижение сообразительности, задержка развития умственных способностей. Употребление ингалянтов сопровождается низкой успеваемостью, нарушением дисциплинарных норм, агрессией, противоправными действиями [21].

Сексуальное аддиктивное поведение характеризуется сверхценным отношением к сексу, восприятием лиц, к которым возникают сексуальные влечения, не как личностей со своими особенностями и стремлениями, а как сексуальных объектов. При этом очень значимым, целевым становится количественный фактор. Сексуальная аддикция может маскироваться в поведении нарочитой праведностью, целомудрием, порядочностью, становясь при этом теневой стороной жизни. Эта вторая жизнь постепенно приобретает все большую значимость, разрушая личность.

Формы проявления сексуальной аддикции различны: донжуанизм (стремление к сексуальным связям с как можно большим числом женщин), привязанность к порнопродукции во всем ее многообразии, разные виды извращения сексуальной активности. К последним можно отнести такие явления как фетишизм (интенсивная фиксация на каких-либо предметах, прикосновение к которым вызывает сильное сексуальное возбуждение), пигмалионизм (фиксация на фотографиях, картинах, скульптурах не порнографического содержания), трансвестизм (стремление к переодеванию в одежду противоположного пола), эксгибиционизм (интенсивное сексуальное желание обнажать половые органы напоказ лицам противоположного пола, детям), вуайеризм (стремление к подглядыванию за обнажёнными или вступающими в сексуальную связь людьми). При всех этих проявлениях происходит суррогатная подмена, нарушение настоящих эмоциональных отношений с людьми. Перед сексуальными аддиктами стоит опасность возникновения сексуальных расстройств. Их сексуальное поведение оторвано от личностного аспекта, оно притягивает и наносит вред. Кроме того, реален риск заболевания СПИД. Корни сексуальной аддикции закладываются в раннем возрасте в эмоционально холодных,

дисфункциональных семьях, в семьях, где сами родители являются аддиктами, где реальны случаи сексуальной травматизации в детском возрасте [22].

Азартные игры (компьютерные игры) не связаны с приемом изменяющих состояние веществ, но отличаются характерными признаками: постоянной вовлеченностью, увеличением времени, проводимого в ситуации игры. Вытеснением прежних интересов, постоянными мыслями о процессе игры и потерей контроля (неспособностью вовремя прекратить игру). Состоянием дискомфорта вне игровой ситуации, физическими недомоганиями, дискомфортом и постепенным учащением ритма игровой активности, стремлением к риску; снижением способности сопротивляться роковому пристрастию. Наряду с этим может происходить злоупотребление алкоголем, наркотическими веществами. Способствовать риску развития пристрастия к азартным играм могут дефекты воспитания в семье: гипоопека (недостаточное внимание родителей к воспитанию детей), эмоциональная нестабильность, излишняя требовательность, стремление к престижности и переоценка значимости материальных благ [23].

Работогольная аддикция представляет опасность уже потому, что считается важным звеном в положительной оценке личности и ее деятельности. В нашем обществе в сфере производственных отношений практически в любых трудовых коллективах очень ценятся специалисты, отдающиеся целиком своей работе. Таких людей всегда ставят в пример другим, их поощряют материально и на словах, закрепляя в их поведении свойственный им стиль. Работоголизм трудно распознается не только окружающими, но и самим работоголиком. К сожалению, за внешней общепринятой респектабельностью работоголизма стоят глубокие нарушения в эмоциональной сфере личности и в сфере межличностных контактов. Как и всякая аддикция, работоголизм является бегством от реальности посредством изменения своего психического состояния, которое в данном случае достигается фиксацией внимания на работе. Работа не

является здесь тем, что она представляет собой в обычных условиях: работоголик не стремится к работе в связи с экономической необходимостью, работа не воспринимается им лишь как одна из составных частей жизни – она заменяет собой привязанность, любовь, развлечения, другие виды активности. Развитие аддиктивного процесса при аддикции этого вида влечет за собой личностные изменения: эмоциональную опустошенность, нарушение процессов эмпатии и симпатии, предпочтение общения с неодушевленными предметами. Уход от реальности прячется за успешной деятельностью, преуспеванием в карьерных устремлениях. Постепенно работоголик перестает получать удовольствие от всего, что не связано с работой. Вне трудовой занятости возникает ощущение дискомфорта. Работоголиков отличают консерватизм, ригидность, болезненная потребность в постоянном внимании и положительной оценке со стороны, перфекционизм, излишняя педантичность, крайняя чувствительность к критике. Могут быть ярко выражены нарцисстические черты, манипулятивные стратегии взаимодействия с окружающими. При полной идентификации с работой из зоны внимания выпадают личностные качества и гуманистические ценности [24].

Аддикции к еде. О пищевой аддикции речь идёт тогда, когда еда используется не как средство утоления голода, когда компонент получения удовольствия от приёма пищи начинает преобладать и процесс еды становится способом отвлечения от чего-то. Таким образом, с одной стороны происходит уход от неприятностей, а с другой стороны фиксация на приятных вкусовых ощущениях [23]. Анализ этого явления позволяет отметить ещё один момент: в случае, когда нечем занять свободное время или заполнить душевную пустоту, понизить внутренний дискомфорт, быстро включается химический механизм. При отсутствии еды, даже если нет голода, вырабатываются вещества, стимулирующие аппетит. Таким образом, увеличивается количество съеданной пищи и возрастает частота приёма пищи, что влечет за собой нарастание веса, сосудистые нарушения. Эта

проблема особенно актуальна в странах с высоким уровнем жизни, наряду с которым в обществе наблюдается высокий уровень стресса. Реально развитие пищевой аддикции и в ситуации доступности еды в связи с особенностями профессии (бар, ресторан, столовая) [25].

Другая сторона пищевой аддикции – голодание. Опасность кроется в своеобразном способе самореализации, а именно в преодолении себя, победе над своей слабостью. Это специфический способ доказать себе и другим на что ты способен. В период такой борьбы с самим собой появляется повышенное настроение, ощущение лёгкости. Ограничения в еде начинают носить абсурдный характер. Периоды голодания сменяются периодами активного переедания. Отсутствует критика своего поведения. Вместе с этим происходят серьёзные нарушения в восприятии реальности и.

Мысли, эмоции, чувства и переживания преступника, реализованные в преступлении, есть в то же время проявления его личности.

Преступное поведение само по себе, прежде всего, длительное, многократное совершение преступления, может «подпитывать» себя, но только через личность, приобщая к определенному образу жизни, закрепляя в нем негативные внутренние качества, антиобщественные установки, установки и ориентиры, усиливая черты поведения в негативном направлении и т. важную роль в дальнейшей криминализации личности играет нахождение в местах лишения свободы и общение с другими преступниками. По полученным данным, чем дольше пребывание в этих местах и, что более важно, чем дольше длится преступное поведение, тем меньше вероятность исправления осужденных, «заваленных» вредными привычками и умениями, тем слабее они становятся, утрачивают способность устанавливать общественно полезные связи. Среди таких преступников есть люди с психическими расстройствами, обладающие тяжелым криминогенным зарядом, отрицательно изменяющие личность и препятствующие нормальному общению человека [26].

Для криминологии аксиомой стало утверждение, что причиной преступного поведения является сложное взаимодействие внешних, объективных условий и внутренних, субъективных факторов, то есть среды и личности. Таким образом, окружающая среда и личность получают одинаковую криминологическую оценку, а поведение проявляется только как следствие этого взаимодействия. Если придерживаться такой точки зрения и при этом быть последовательным, то ответственность за последствия преступного поведения должна быть возложена на обе стороны - на окружающую среду (конкретную ситуацию) и на самого преступника в равной степени. Фактическая ситуация-это свидетели, потерпевшие и обстоятельства совершения преступления и т.д. [27].

## **1.2 Объективные и субъективные факторы формирования аддиктивного поведения школьников**

Любое зло легче предотвратить, чем потом бороться. Поэтому профилактическую работу следует считать основным направлением противодействия зависимому поведению учащихся образовательного учреждения. Она должна проводиться систематически с полным охватом всех учащихся школы и учетом их индивидуальных особенностей. Социальный педагог не должен быть одинок в противостоянии злу. Он обязан, прежде всего, согласовать свои усилия со всеми специалистами службы социально-педагогической поддержки, установить тесные контакты с полицией, специалистами других социальных учреждений. Мы начинаем эту проблему с появления самого зависимого поведения и факторов, которые способствуют этому негативному явлению[28].

Нарушения семьи. Большинство отклонений в поведении учащихся: бесконтрольность, дезадаптация, употребление психоактивных веществ базируются на одном глазу-социальной адаптации, корни которой лежат в

неблагополучной семье. Социально незащищенный человек, оказавшись в трудной жизненной ситуации, является жертвой грубого нарушения права на полноценное развитие в детском возрасте. Согласно принятому определению, под социальной адаптацией понимается нарушение взаимодействия человека с окружающей средой, характеризующееся неспособностью реализовать положительную социальную роль, соответствующую его возможностям, в конкретных микросоциальных условиях.

Нас больше интересует возможность первичной диагностики предполагаемого поведения личности на этапе ее вхождения в классный коллектив. То есть определенную информацию о семье ребенка можно получить от него самого. В этом случае, исходя из полученной информации, можно учитывать различные особенности образовательного процесса в семье. Рассмотрим факторы риска и факторы защиты, классифицированные современными психологами [29].

Факторы риска:

- проблемы со здоровьем (физические или психические);
- употребление родителями психоактивных веществ;
- высокий уровень семейного стресса, семейная нестабильность, низкий уровень дохода в семье;
- личностные особенности (неуверенность в себе, низкая самооценка, перепады настроения, низкий уровень интеллекта, отказ от социальных норм и ценностей и др.);
- ранняя сексуальная активность;
- проблемы межличностных отношений в семье, школе, между сверстниками;
- постоянное общение со сверстниками, употребляющими психоактивные вещества, отсутствие толерантности к негативным воздействиям;
- низкое качество медицинской помощи;

- недоступность услуг социальной помощи;
- высокий уровень преступности в регионе.

Защитные факторы:

- стабильность и единство, адекватное воспитание и теплые, доверительные отношения в семье;
- средний и высокий уровень дохода в семье, обеспеченность жильем;
- высокая самооценка, навыки самостоятельного решения проблем, устойчивость к негативному воздействию сверстников, способность контролировать свое поведение;
- высокий уровень интеллекта и стрессоустойчивости, физического и психического благополучия;
- соблюдение общественных норм при употреблении психоактивных веществ;
- высокое качество медицинской помощи;
- доступность услуг социальной помощи;
- в регионе низкий уровень преступности [30].

Рассмотрим семью подробнее. Семья-основная клетка, в которой осуществляется социализация. Из всех недостатков социализации личности наиболее опасными являются семейные пороки. Процесс социализации в семье предполагает усвоение ребенком нормативных, социально одобряемых родителями моделей поведения. Их поведение до определенного возраста становится ролевым стандартом. Знание родительских норм-моделей и поведенческих паттернов позволяет подростку не искать повторного решения в стандартных ситуациях, а действовать автоматически в соответствии с образцами, принятыми в этой среде и усвоенными индивидом. Семейные церемонии (свадьба, семейные традиции, прием гостей и т. д.) часто связаны со стандартными образцами, так как степень повторяемости ситуаций в повседневной семейной жизни очень высока. Нестандартные ситуации регулируются с помощью норм-принципов, определяющих ценностную направленность действий ребенка и всех членов

семьи. Нормативное воздействие в семье принимается подростком для сохранения межличностного статуса и получения одобрения со стороны других членов семьи. Однако это не значит, что подросток обязательно делится своими мнениями во всех ситуациях. Семья закладывает основу способности быстро переключаться с «своего» на «чужого» и наоборот.

Следует также отметить функцию, структуру и динамику семьи. Функции подразделяются на: а) воспитательные; б) хозяйственно-бытовые; в) эмоциональные; г) духовные (культурные) отношения; д) первичные социальные наблюдения; е) сексуально-эротические [31]. Со временем в работе семьи происходят изменения: одни исчезают, другие появляются в соответствии с новыми социальными условиями. Качественно изменяются функции первичного социального контроля и повышается уровень толерантности к нарушениям норм поведения в сфере брачно-семейных отношений.

Нарушение определенных функций приводит к разрушению семейных отношений. Нарушению могут способствовать многие факторы: особенности личности его членов и отношения между ними, определенные условия жизни семьи. Например, причиной нарушения воспитательной функции семьи может быть отсутствие у родителей соответствующих знаний и навыков (конфликты по вопросам воспитания, вмешательство других членов семьи) и экономические и экономические отношения между членами семьи. Таким образом, нарушение функции семьи делает ее дисфункциональной, создает условия для социализации ребенка [32].

Процесс социализации в подростковом возрасте приобретает особенно острые формы. Требования и дисциплинарное влияние родителей оказывают сильное влияние на социализацию ребенка. Прежде всего, это проявляется в стремлении ребенка избавиться от родительской опеки в подростковом возрасте. Избавление от родительской опеки является универсальной целью подросткового возраста. В западной психологии отмечают, что эмансипация осуществляется путем последовательной замены роли родителей в процессе

социализации группы сверстников. Семья постепенно теряет свою привлекательность и привлекательность по сравнению с группой сверстников, которые являются носителями системы ценностей, норм поведения и источником определенного статуса [33].

Семьи, характеризующиеся глубочайшими недостатками социализации, вольно или невольно побуждают детей к раннему употреблению психоактивных веществ и совершению правонарушений. Криминологи выделяют следующие типы неблагополучных, неблагополучных семей:

1. ложная семья, использующая неправильные методы воспитания.
2. неполное семейство, характеризующееся дефектами структуры.
3. проблемная семья, характеризующаяся устойчивой конфликтной атмосферой.
4. аморальная семья, характеризующаяся алкоголизмом, безнравственностью и сексуальной деморализацией.
5. криминогенная семья [34].

Ложная семья. Ложная семья имеет ярко выраженный деспотический характер, безусловное доминирование одного из родителей, полное подчинение ему остальных членов семьи, наличие жестоких отношений (держат всех в «ежовых перчатках»), применение физического наказания как основного средства воспитания.

Часто физические наказания наносят особый вред развитию личности ребенка, особенно подростка. Психологически этот вред выглядит следующим образом:

1. родители (отец, мать, опекун, попечитель), систематически наказывающие ребенка, подростка физически, действуют на него как на антиидеала. Он никогда не уважает такого родителя, не берет с него пример, в результате чего ребенок, подросток откладывает формирование «идеального» себя.

2. частые физические наказания приводят к разочарованию ребенка, подростка. Накопившаяся в нем обида, злость, злость соответствуют тем, кто

ему доступен, и прежде всего сверстникам. В результате у него развивается агрессивное поведение во всех нарушенных ситуациях.

3. часто физическое наказание подрывает самооценку личности ребенка, подростка, в результате чего у него развивается болезненно чувствительное самосознание, легко ранимая самооценка [35].

В раннем детстве систематическое физическое наказание может привести к потере ответственности, сопереживанию и сопереживанию другим людям. По отношению к родителям часто развивается негативизм, который перерастает в враждебность.

Таким образом, отношения неблагополучной, неблагополучной семьи отражаются во всех сферах жизни ребенка: снижается успеваемость в школе, на смену родительской власти приходит уличная компания, в которой ребенок признается. Все это приводит к социальному и педагогическому безразличию ребенка, иногда к задержке умственного развития и психическим отклонениям, что приводит к употреблению психоактивных веществ и злоупотреблениям [36].

Неполная семья. В современных условиях дефекты в структуре родительской семьи могут негативно сказаться на формировании личности ребенка, подростка и способствовать его социализации. Одним из негативных факторов неполной семьи является эмоциональный дискомфорт, который испытывает ребенок, подросток в такой семье. Для него характерен комплекс психологических реакций и переживаний: чувство неполноценности, неполноценности, ревности, эмоционального голода и др. Такое состояние у детей, подростков, не принимая во внимание опыт взрослых, повышает интерес к собственным переживаниям, вызывает негативное, иногда агрессивное отношение к отцу или матери, покинувшей семью [37].

Наибольший эмоциональный дискомфорт испытывают мальчики, воспитывающиеся без отцов. Отец нужен мальчику, и прежде всего подростку, как образец для подражания, для формирования мужской роли

поведения. Именно у отца мальчик учится таким качествам, как мужество, смелость, решительность, благородство, уважительное отношение к женщине. В семьях без отца возрастает опасность феминизации мальчиков, которые бессознательно боятся этого и начинают демонстративно проявлять маскулинность в поведении: они склонны к агрессивности, драчливости, грубости.

Очень болезненно отражается на воспитании ребенка развод родителей. На подростка развод родителей действует сильнее, чем на детей всех других возрастов. Однако следует заметить, что факт расторжения семейных уз сам по себе не всегда означает вред. Ребенку не нужны жестокие, грубые родители, родители-алкоголики, отцы-деспоты. Поэтому нередко освобождение от жестокой, аморальной личности приносит ребенку облегчение, а оставшемуся с ним взрослому - отцу или матери - покой и нормальные условия для воспитания [38].

Разводу предшествует общее ухудшение семейных отношений. Ребенок становится свидетелем скандалов между родителями, видит сцены грубости, унижения, насилия. В этих условиях он чувствует себя отчужденным в семье и старается как можно больше времени проводить вне дома. Возникает бесконтрольная, криминогенно опасная ситуация, так как роль воспитателя берет на себя улица.

Проблемная семья. Проблемная семья-это тип неблагополучной семьи. Для него характерна конкуренция между родителями за доминирующее положение в семье, отсутствие сотрудничества между членами семьи, раздор между родителями и детьми, замкнутость. Конфликтная ситуация в семье создает атмосферу постоянного напряжения, невыносимого для детей и подростков, и они стараются как можно меньше находиться дома, "облизываться" на улице под любым предлогом, где проводят большую часть времени. Проблемные семьи во многих случаях создают условия для криминогенного формирования несовершеннолетних, так как в них

нарушается процесс социального контроля, отсутствует эмоциональная связь между родителями и детьми [39].

Азғын семьи. В нем содержатся такие негативные факторы, как правонарушения, совершенные родителями и другими членами семьи, пьянство и алкоголизм, систематические конфликты, приводящие к ссорам и дракам, неэтичное поведение родителей. Алкоголизм родителей провоцирует деградацию семьи, ухудшение жизни и полное искажение норм поведения. Дети оказываются без присмотра, у них пропадает в школе печень и уважаемые родители, развивается мрачный, озлобленный характер. Каждый из этих факторов в отдельности может исказить процесс социализации ребенка, но вместе они исключают полноценное развитие личности. Так, Исследования, проведенные среди осужденных несовершеннолетних, показали, что пьяных родителей этих детей в 6-7 раз больше, чем законопослушных [40].

Такие семьи разрушают детей не только морально, физически, но и интеллектуально. Дети не обеспечены оптимальными условиями для физического, интеллектуального и эмоционального развития. Исследователи отмечают, что в этих семьях формируются признаки психопатического поведения, своевременно не выявляются различные заболевания, родители травмируют детей в результате избиения и выводят их из дома. Подростки вынуждены гулять по улицам, подъездам и станциям. Они приходят в школу плохо или совсем не готовы. У них часто нет нормальных условий для подготовки домашних заданий из-за скандалов, организованных пьяными родителями. В результате они резко отстают в учебе. Часто в классе их называют "тупыми", что повышает их обидчивость, чувствительность и психическую уязвимость, приводит к раздражительности и агрессии, такие дети конфликтуют со сверстниками и учителями. В случае изоляции или пренебрежения они не могут найти поддержки среди своих одноклассников и учителей, семьи и школы, они начинают искать своих товарищей в уличных компаниях, где собираются те же сверстники [41].

Криминогенная семья-Семья, члены которой совершают преступления. Иногда приходится говорить о том, что преступная деятельность является основной деятельностью конкретного человека или семьи в целом. Согласно криминологическим исследованиям, судимость одного из членов семьи (чаще всего отцов или братьев и сестер) повышает вероятность совершения преступления другими членами семьи, прежде всего несовершеннолетними, в 4-5 раз. Каждый четвертый из осужденных несовершеннолетних проживал с осужденными братьями и сестрами.

Преступное поведение взрослых членов семьи проявляется в "нормах-образцах", "нормах-принципах" антиобщественного поведения детей, подростков, порождает или углубляет семейные конфликты, усиливает его преступный потенциал [42].

В криминогенных и безнравственных семьях недостатки социализации наиболее ярко проявляются в структуре отношений. Эмоциональные связи между родителями и детьми отсутствуют или искажены, социальный контроль практически отсутствует, процесс усвоения социальных ролей, норм и норм поведения искажен, что приводит к формированию у детей и подростков деформированной структуры потребностей, ее примитивизации, тем самым формируется противоправная, антиобщественная личность.

Формирование такой личности обычно происходит в форме протеста против родителей, учителей, школы и даже общества в целом. Это приводит к выбору референтной группы (референтной группы) или человека антиобщественной направленности, в общении с которым подросток вынужден овладевать ценностями, поведением, ролями, жаргоном и т.д. [43].

Провоцирующими факторами девиантного, зависимого поведения считаются нервно-психическая неустойчивость, акцентуация характера (гипертимный, неустойчивый, конформный, истероидный, эпилептоидный типы), поведенческие группировочные реакции, реакции эмансипации и другие особенности подросткового возраста. Эти факторы должны включать особенности, связанные с реакциями, характерными для этого периода:

эмансипация, группировка, увлечения (увлечения) и развивающиеся половые влечения. Ряд поведенческие стереотипы есть. К ним относятся реакция оппозиции, реакция подражания, реакция отрицательного подражания, реакция компенсации, реакция гиперкомпенсации, реакция эмансипации, реакция группировки и реакция увлечения. Рассмотрим каждый из них более подробно [44].

Реакция оппозиции обусловлена действиями и поведением подростка, чрезмерными ограничениями, отсутствием внимания к интересам окружающих взрослых. Реакция оппозиции может быть вызвана крайними требованиями к ребенку, чрезмерными учебными или другими нагрузками на него, конфликтами в семье, школьными неудачами, несправедливостью. Из-за характерных и эмоциональных особенностей подростка недовольство иногда активно проявляется в виде грубости, агрессивности, жестокости, демонстративных попыток самоубийства и др. п., или пассивно-в виде отказа от еды, отсутствия на занятиях и побега из дома.

Имитационная Реакция проявляется в подражании конкретному человеку, образцу. В детстве имитируется поведение родителей, близких родственников, воспитателей и др. Известно, какое влияние оказывает повышение Супермена на подростковую преступность. Пропаганда криминального романтизма может оказать негативное побочное влияние на самосознание подростка [45].

Реакция отрицательного подражания-это поведение, которое намеренно противостоит модели. Если модель отрицательная, то эта реакция положительная.

Компенсационная реакция-восполнение неудач в одной отрасли успехом в другой. Неудачи в учебе могут компенсироваться "смелым" поведением.

Реакция гиперкомпенсации-неустойчивое стремление добиться успеха в самой сложной для себя сфере деятельности. Застенчивость, присущая подростку, может подтолкнуть его к безнадежному поведению, к

провокационному поведению. Очень чувствительный и застенчивый подросток выбирает смелый вид спорта: бокс, каратэ и т. д. [46].

Реакция эмансипации-стремление освободиться от послания от опеки старшего, самоутвердиться. Крайний вид-отказ от стандартов, общепринятых ценностей, норм права, страстей.

Реакция группировки-объединение в группу сверстников. Подростковые группы отличаются Единой планированностью, равномерной ориентацией, территориальной общностью, борьбой за господство на своей территории (во дворе, на улице), примитивной символикой. Реакция группировки объясняет, почему подавляющее большинство подростков присоединяются к психоактивным веществам в группе сверстников [47].

Это реакция на группировку со сверстниками с учетом " тенденции несоответствия статусов " - " чем выше статус подростка спонтанной группы, тем ниже он находится в формальном коллективе " - позволяет подростку добиваться и выражать свою репутацию.

Реакция интереса проявляется в различных увлечениях подростков: поп-музыке, стиле одежды, стремлении получить легкую информацию, не требующую большого мышления и используемую в процессе общения (пустые часовые беседы у входа), хобби, связанное с чувством волнения; хобби, позволяющее сосредоточиться на универсальном успехе (артист, гитарист, чемпион, модельер и т.д.); хобби, связанное с физическим самоутверждением, приобретением престижных навыков (вождение, мотоцикл) [48].

Основной причиной поведения подростков, склонных к зависимым формам поведения, является бегство от невыносимой реальности. Но часто встречаются внутренние причины, такие как постоянные школьные неудачи и конфликты с родителями, учителями, сверстниками, чувство одиночества, потеря смысла жизни, полная невостребованность в будущем и личная беспомощность во всех видах деятельности. От всего этого мне хочется убежать и изменить свое психическое состояние, пусть временно, но в

"хорошем" направлении [49]. Личная жизнь, учебная деятельность и их окружение часто считаются "серыми", "скучными", "однообразными", "безразличными". Эти дети практически не могут найти ни одной сферы деятельности, которая могла бы привлечь их внимание, заинтересовать, порадовать, вызвать эмоциональную реакцию. Только после употребления различных психоактивных веществ они достигают высоких ощущений без реального улучшения состояния. Они в группе, их приняли, поняли. Далее ситуация в микро - и макросреде (семья, школа, Одноклассники и т.д.) становится еще более невыносимой, противоречивой. Таким образом, растет зависимость и неприятие реальности [50].

Синдромы зависимости составляют ядро клинических проявлений зависимости (морфинизм, барбитуромания, гашишизм), наркотической зависимости (бензин, ацетон и др.), наркотической зависимости (зависимость от психотропных препаратов), выражающих различные степени зависимости и зависимости от широкого спектра токсических веществ и лекарственных препаратов, обладающих психическими свойствами.

Зависимая деятельность носит избирательно-временный характер, но в тех сферах жизни, которые приносят человеку удовлетворение и выводят его из мира эмоциональной пустоты, застоя (бесчувственности). Они могут проявлять большую активность в достижении цели, связанной с приобретением алкоголя, наркотиков и т. д., вплоть до совершения аморального и уголовного правонарушения [51].

Люди с зависимыми формами поведения имеют следующие психологические особенности:

- наряду с хорошей переносимостью кризисных ситуаций, снижение переносимости трудностей повседневной жизни;
- скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне видимым достоинством;
- внешняя социализация, сочетающаяся со страхом постоянных эмоциональных контактов;

- стремление лгать;
- стремление обвинять других, зная, что они невиновны;
- стремление уйти от ответственности при принятии решений;
- поэтому организацию поведения, рецидив;
- зависимость;
- беспокойство [52].

Таким образом, главное в поведении зависимой личности-стремление уйти от реальности, страх перед повседневностью, регламентация обязательств и "скучной" жизни, склонность к поиску эмоциональных перенапряжений, хотя и представляющих серьезную угрозу для жизни, и отсутствие ответственности за свои поступки.

Школа оказывает огромное влияние на повседневную жизнь и перспективы развития растущего человека. На школу возложены важнейшие функции: передача знаний, культурных и нравственных ценностей, помощь в социальной адаптации и развитии соответствующего социального поведения, содействие личностному росту. Но школа не всегда выполняет свои функции. Кроме того, некоторые образовательные системы и подходы могут способствовать формированию и укреплению зависимых механизмов [53].

Нагрузка учебной деятельности и порой бесконечное стремление педагогов и родителей воспринимать детей таким образом, чтобы у них не оставалось времени на "все глупости" (по мнению взрослых) приводит к тому, что у детей не остается времени на то, чтобы принадлежать им, играть, общаться со сверстниками. Вместо разумного знакомства с действительностью существует отрыв от реальности. Таким образом, дети дистанцируются от осознания своих чувств, сознательных и бессознательных потребностей, самосознания в широком смысле этого слова. Так постепенно невозможно жить "здесь и сейчас". Не получая необходимого опыта столкновения с реальностью, при случайных и постоянных встречах с проблемами в реальном мире ребенок становится беспомощным. Трудности не становятся этапами развития, а явлениями, связанными со страхом,

неуверенностью и дискомфортом, которых хочется избежать любыми способами. Трудность возникает не только потому, что возникла проблема, но и потому, что возникла необходимость принимать решения, делать выбор, брать на себя ответственность за произошедшее событие и его последствия [54].

Школа не только препятствует одностороннему закреплению за учебной деятельностью или отдельными ее видами, но и может вызвать это закрепление, укрепить его как желаемую и одобряемую деятельность. Нередки случаи, когда бывшие ученики, одаренные дети становятся взрослыми, но выбирают тяжелые формы зависимого поведения, такие как алкоголизм или наркомания, избегая чувств и соблюдая привычную стратегию поиска.

Важную роль в процессе обучения играет личность учителя. К сожалению, профессия учителя может внести свой вклад в деформацию личности человека, который выбрал для себя эту профессию[55]. И такая деформированная личность, транслируя знания, транслирует часть своей деформации. Говоря о профессиональной деформации, мы имеем в виду полное отождествление с профессией, когда теряются личностные качества. Стратегии педагога переходят в сферу межличностных отношений, что иногда является одной из причин конфликтов в семье и с другими людьми. Работа учителя может быть агентом его зависимой реализации в силу различных обстоятельств. Зависимость от труда-очень распространенное явление в сфере образования. Есть зависимые организации образования. Вся работа в них строится исключительно в интересах учреждения. Сотрудники, которые проводят неограниченное время на рабочем месте, жертвуя собой, детьми и семьей в целом, одобряются и являются примером. Сотрудники работают на износ. План работы в таких учреждениях очень богат и затраты времени идут на контроль образовательного процесса, а также на сопровождение сотрудников. В таких группах царит нездоровая

психологическая атмосфера, много проблем с хроническими заболеваниями и нерешенных в семьях, личной жизни.

Важным институтом социализации являются средства массовой информации. Их труд во многих сферах общественной жизни: в культуре, политике, экономике, образовании и воспитании и т. Но при этом они вносят свой вклад в отделение людей от реальности, предлагая вместо полноценного общения целую индустрию чувств, дают готовые образцы мыслей и действий [56].

Телевидение сильно разделяет людей. Они учатся разговаривать. Члены семьи могут собираться на экране в течение нескольких часов вечером после работы и учебы, не обращая внимания на проблемы и интересы друг друга, давая предупреждения об увиденном. Многие люди находят эффективный способ лечения проблем по телевизору. Иногда герои на экране говорят, что реальность скучна, сложна, непредсказуема, поэтому нужно отвлечься, расслабиться и отдохнуть. Некоторые люди могут воспринимать это как формулу выживания, и делать какие-то действия для себя, перестраивать свой жизненный план - это большие расходы, это просто уйти [57].

Социально-экономические трудности усугубляют межличностные конфликты, что способствует расколу членов общества. Потеря чувства внутреннего комфорта, равновесия и безопасности во время кризиса становится для многих решающим фактором при выборе стратегии зависимого поведения в ответ на требования окружающей среды. Растет уровень алкоголизма и наркомании общества [58]. Молодежь больше тяготеет к этим зависимостям. Наряду с социально-экономическими факторами, некоторые ошибочные убеждения, устойчивые стереотипы и установки способствуют развитию и укреплению сети зависимого поведения. Во-первых, многие люди не склонны брать на себя ответственность за происходящее. Это часто приводит к бездействию или поиску ответственных лиц. Поэтому многие убеждены в том, что власть, власть, близкие и т.д. Некоторые уверены, что вся воля Божья, и от человека ничего не зависит.

Магическое мышление находит свое распространение, оно развивает веру в кармическое отчаяние, в "свой крест", в неприятие судьбы [59].

Нежелание и нежелание жить в настоящем проявляется в ценностном отношении к прошлому, когда люди постоянно вспоминают прошлое. Если прошлое является яркой точкой в их жизни, или если прошлое приносит много грусти и разочарований, они впадают в ностальгию. В противоположность этому явлению, когда человек погружается в фантазию о будущем, он воображает картины будущего, не задумываясь о том, может ли он сделать что-то реальное в данный момент, чтобы обеспечить будущее [60].

Чрезмерный интерес и уважение к студентам также вносят свой вклад в достижение разрыва в человеке. В своих романтических порывах люди становятся любителями природы. Это не относится к людям, которые иногда покидают города и отправляются в Чистый мир природной красоты и гармонии, чтобы отдохнуть и набраться сил. Опасность в том, что некоторые делают это своим образом жизни. Не решая неудобств и непредсказуемости реальности, проблем, они постоянно отправляются в лес, горы, море, на рыбалку, охоту, зная, что там царит гармония. Но эти люди зависят от такой гармонии. В семьях часто сталкиваются с непониманием и обидой, ведь нужно решать конкретные задачи - воспитывать детей, обеспечивать жильем, зарабатывать деньги, обращать внимание на супругов и т.д. [61].

Хотелось бы отметить такое явление, как социальная поддержка. Большинство тех, кто нуждается в поддержке, не обращаются за помощью или отказываются от нее из-за боязни расстаться с привычным способом ухода от реальности или низким уровнем восприятия социальной поддержки. Другая сторона этого явления заключается в том, что часто люди, окружающие наркомана, не знают, нуждается ли он в поддержке или не знают, какую поддержку он должен оказать, потому что в обществе принято издеваться или ненавидеть алкоголиков и наркоманов. Конечно, сами наркоманы часто делают жизнь своих близких невыносимой, но только в том

случае, если людям понятно и доступно о механизмах общей зависимости, об их происхождении, о том, как можно избежать многих осложнений, связанных с зависимым поведением [62].

### **1.3 Деструктивная сущность виртуальной аддикции подростков**

Деструктивный характер зависимости проявляется в том, что в этом процессе устанавливаются эмоциональные отношения, связи с неодушевленными предметами или явлениями, а не с другими людьми. Эмоциональное общение с людьми теряет свою значимость, становится поверхностным. Метод зависимой реализации постепенно превращается в цель. В сложных ситуациях всегда необходимо отвлечься от сомнений и переживаний, "но в случае зависимого поведения это становится образом жизни, в ходе которого человек постоянно уходит от реальности" [63]. Формы зависимости могут быть взаимозаменяемы, что делает иллюзию решения проблем еще более устойчивой и сильной. Это опасно не только для самого наркомана, но и для окружающих его людей. Зависимая реализация заменяет дружбу, любовь и другие занятия. Когда он поглощает силы, энергию и эмоции до такой степени естественных "оказывается неспособным поддерживать равновесие, включаться в жизнь в другие формы, активность, наслаждаться общением с людьми, увлекаться, расслабляться в развитии, с другой стороны, личности проявлять симпатию, жалость, эмоциональную поддержку даже самым близким людям".

Отношения между людьми слишком непредсказуемы для зависимого человека, они требуют больших усилий, значительных эмоциональных затрат, напряжения умственной деятельности и отдачи. Взаимодействие с неодушевленными предметами, предметами и мероприятиями всегда предсказуемо, эффект достижения комфорта почти всегда гарантирован. Неодушевленными предметами легко управлять, поэтому повышается уверенность в способности контролировать ситуацию. Страшно то, что

манипулятивный стиль переходит в сферу межличностных контактов. Таким образом, во взаимодействии зависимой личности с миром возникает определенная переориентация: «анимируются» объективные отношения с зависимыми агентами и «определяются» межличностные отношения [64].

Усваивается общечеловеческий опыт, социальные нормы, ценности, знания и способы деятельности, формируется личность во взаимоотношениях с другими людьми. Наркоман изолирует себя от этих процессов, перестает обогащать свой жизненный опыт, тем самым нарушая важнейшие функции общения. В процессе совместной деятельности наркомана с другими людьми возникают взаимные трудности. Потребность в самореализации, самоутверждении и аффирмации у человека с зависимыми чертами проявляется, прежде всего, в контакте с зависимыми агентами, но не в общении. О наркоманах нельзя сказать, что они «хотят показать себя в своей жизни и своей ценности», они ищут «опоры других людей» [65]. Поиск точки поддержки не выходит за пределы зависимой реализации. Наряду с дисфункциональными процессами в общении нарушаются, искажаются и теряют ценность такие важные механизмы межличностного восприятия, как идентификация, эмпатия, рефлексия. Следовательно, устраняется способность ставить себя на партнера и сопереживать тому, что воспринимает тебя окружающее.

Наркоман ограничивает основной потенциал, характеризующий личность: коммуникативный, познавательный, нравственный, творческий и эстетический. Таким образом, стремление избежать проблем и иллюзия комфорта обусловлены застоєм, неудачей или полным крахом человека. Окружающие его люди начинают проявлять недовольство таким поведением, конфликты становятся все чаще и сильнее. Стремясь избежать сложных конфликтных ситуаций, зависимость, напротив, расширяет зону конфликта и увеличивает долю нерешенных проблем, что усложняет жизнь себе и близким [66].

#### 4. этапы формирования зависимости

«Начало формирования процесса зависимости всегда находится на эмоциональном уровне». «Отправной точкой является приподнятое настроение, чувство радости, экстаз, особый подъем, драма, связанная с определенными действиями, чувство опасности (принятие вещества, изменяющего психическое состояние, переживание, связанное с состоянием опасности в азартной игре, особое чувство волнения при знакомстве с какой-либо коллекцией и т.д.) и фиксация в сознании этой связи». Испытывая такие эмоции, человек осознает, что есть способы изменить свое психическое состояние быстро и без особых усилий. К группе риска относятся люди с низкой адаптационной способностью, неустойчивые перед различными стрессорами, постоянно протестующие против себя, жизни и окружающей среды, не находящие поддержки в трудную минуту [67].

Следующий этап аддиктивного поведения «характеризуется формированием определенной последовательности обращения к средствам аддикции. Устанавливается определенная частота реализации зависимого поведения. Это обусловлено многими факторами: личностными качествами, предшествующими возникновению зависимости, установками, предшествующими зависимости, особенностями воспитания, культурным уровнем, окружающей социальной средой, важными событиями в жизни, изменением привычного стереотипа и т.д. наблюдается корреляция ритма зависимости с жизненными трудностями, и чем ниже порог толерантности к расстройствам, тем быстрее ритм. С увеличением случаев обращения к зависимой реализации межличностные отношения постепенно отстают. Любые события, вызывающие чувство психического беспокойства, тревоги, психологического дискомфорта, вызывают зависимость [68].

На третьем этапе зависимый ритм становится «стереотипным, типичным типом ответа, методом выбора при встрече с реальными жизненными требованиями», «неотъемлемой частью личности». Это делает наркоманов невосприимчивыми к «их критике, отрицанию на ментальном уровне». Формально-логические выводы зависимости подчиняются эмоциональному

состоянию и фактически в данном случае строятся в логической форме «рассуждения по желанию», направленной на выведение реальной ситуации из сознания, исключение возможности критического отношения к себе [69]. Мотивация искусственно меняет свое психическое состояние, становится настолько интенсивной, что проблемы в отношениях, включая окружающих людей, теряют самое близкое к тому, что есть в сущности.

Четвертая стадия-полная доминация зависимого поведения. Происходит полное погружение в зависимый процесс, окончательное отчуждение и изоляция от общества. Наркоман ничего не оставляет из своего внутреннего мира. «Остается только внешняя оболочка. Сама по себе зависимая реализация не вызывает прежнего удовлетворения, общение с людьми очень сложно не только на глубоко психологическом, но и на социальном уровне. Пропадает даже способность манипулировать другими людьми. На этом этапе доверие к зависимым исчезает, они начинают признаваться «законченными», хорошими для тех, кто не способен» [70].

Пятый этап уже носит катастрофический характер. Зависимое поведение разрушает как психику, так и биологические процессы. У наркозависимых людей развиваются очень серьезные последствия: интоксикация поражает органы и системы, вызывает истощение всех жизненных ресурсов. «Нефармакологические зависимости также нарушают физическое состояние из-за постоянного стресса», что приводит к заболеваниям сердечно-сосудистой и нервной систем.

Поскольку созависимая реализация не приводит к предыдущему удовлетворению и не имеет желаемых изменений настроения, состояние зависимости в целом характеризуется апатией и депрессией. Прежнее зависимое «я» разрушено, к нему невозможно вернуться, с такими людьми невозможно установить эмоциональный контакт. Наступает период тотального кризиса, период духовного краха, что затрудняет исправление или делает его полностью слабым [71].

Егоров А.Ю. считает, что при мирном сосуществовании нескольких возможных зависимостей, как правило, возникает полиаддиктивность человека, одна из которых, как правило, преобладает. Проблема возникает, когда один из зависимых начинает доминировать и вытеснять других. Более того, это может быть доминирующая зависимость или любая другая. Доминантная зависимость полностью заполняет сознание, вытесняет другие зависимости и менее реагирует на внешние воздействия [72].

Деструктивный характер зависимости проявляется в том, что в этом процессе устанавливаются эмоциональные отношения, связи с неодушевленными предметами или явлениями, а не с другими людьми. Эмоциональное общение с людьми теряет свою значимость, становится поверхностным. Метод зависимой реализации постепенно превращается в цель. Отвлечение от сомнений и переживаний в сложных ситуациях необходимо всем время от времени, «но в случае зависимого поведения оно становится образом жизни, в ходе которого человек постоянно уходит от реальности» [73].

Формы зависимости могут быть взаимозаменяемы, что делает иллюзию решения проблем еще более устойчивой и сильной. Это опасно не только для самого наркомана, но и для окружающих его людей. Зависимая реализация заменяет дружбу, любовь и другие занятия. Когда он поглощает силы, энергию и эмоции до такой степени естественных «оказывается неспособным поддерживать равновесие, включаться в жизнь в другие формы, активность, наслаждаться общением с людьми, увлекаться, расслабляться в развитии, с другой стороны, личности проявлять симпатию, жалость, эмоциональную поддержку даже самым близким людям». Все это ставит перед педагогикой комплексную задачу профилактики зависимого поведения, направленную прежде всего на гармонизацию развития личности [74]. Как правило, безопасными считаются компьютерная зависимость, изма и мания, при которых человек не зависит от алкоголя и наркотиков. Но специалисты не столь оптимистичны. Во-первых, нехимическая зависимость возникает на

фоне значительных личностных изменений. Например, от начала игры до формирования болезненного влечения обычно проходит очень мало времени - от полугода до года. Во-вторых, любая нехимическая зависимость является идеальной предпосылкой для любой «химии». Таким образом, последствия зависимости могут быть не менее разрушительными [75].

Зависимое поведение формируется постепенно, но в итоге зависимая часть личности полностью определяет поведение человека. Он отвлекается от общества, ему трудно общаться с людьми не только на психологическом, но и на социальном уровне, растет одиночество. Кроме того, возникает страх одиночества, поэтому зависимый человек предпочитает мотивировать себя поверхностными отношениями, в кругу большого количества людей. Но такой человек становится неспособным к полноценным отношениям, глубоким и длительным межличностным контактам, даже если к нему стремятся другие. Главное для него - вещи и действия, которые являются для него средством зависимости [76].

Наркоманы не адаптируются нормально в обществе. На самом деле, у зависимых могут быть два подхода к проблеме высокой тревожности: высокая тревожность как причина зависимости и высокая тревожность как следствие этой зависимости. И первое, и второе можно считать правильными: являясь одной из причин зависимости, высокая тревожность усиливается под влиянием длительного и постоянного пребывания в виртуальной реальности.

Отношения между людьми слишком непредсказуемы для зависимого человека, они требуют больших усилий, значительных эмоциональных затрат, напряжения умственной деятельности и отдачи. Взаимодействие с неодушевленными предметами, предметами и мероприятиями всегда предсказуемо, эффект достижения комфорта почти всегда гарантирован. Неодушевленными предметами легко управлять, поэтому повышается уверенность в способности контролировать ситуацию. Страшно то, что манипулятивный стиль переходит в сферу межличностных контактов. Таким

образом, во взаимодействии зависимой личности с миром возникает определенная переориентация: «анимируются» объективные отношения с зависимыми агентами и «определяются» межличностные отношения [77].

Усваивается общечеловеческий опыт, социальные нормы, ценности, знания и способы деятельности, формируется личность во взаимоотношениях с другими людьми. Наркоман изолирует себя от этих процессов, перестает обогащать свой жизненный опыт, тем самым нарушая важнейшие функции общения. В процессе совместной деятельности наркомана с другими людьми возникают взаимные трудности. Потребность в самопознании, самоутверждении и подтверждении людей с зависимыми чертами проявляется прежде всего в контакте с зависимыми агентами, но не в общении [78].

В зависимости нарушаются, искажаются и теряют ценность такие важные механизмы межличностного восприятия, как идентификация, эмпатия, рефлексия. Следовательно, устраняется способность ставить себя на партнера и сопереживать тому, что воспринимает тебя окружающее.

Высокий уровень психических состояний, таких как тревожность, раздражительность, агрессивность, ригидность, являются факторами нарушения баланса между человеком и окружающей средой, из-за чего ему трудно адаптироваться к изменениям в этой среде. Избегание трудностей, боязнь неудач, агрессивность, несдержанность, трудности в общении с людьми, трудности перехода, трудности в переменах - все это свойственно зависимому человеку. Изменения в поведении зависимых характеризуют ряд особенностей: низкая терпимость к трудностям проявляется в поведении школьника, ходьбе, уходе из дома, невыполнении домашних заданий. Формирование комплекса скрытой незрелости проявляется «частой сменой настроения, неуверенностью, избеганием ситуаций, в которых можно объективно проверить свои способности» [79]. Поверхностный характер социализации и ее ограниченное время сочетаются с острым желанием оказывать положительное влияние на окружающих. Наркоманы становятся

скучными, однообразными людьми в повседневной жизни. Отношения с ними поверхностны, к глубоким позитивным эмоциональным отношениям они не способны и избегают «связанных с ними» ситуаций [80].

## Выводы по теоретической части исследования

Аддикция (англ. Аддикция - зависимость, вредная привычка) - потребность человека в определенной деятельности. Также зависимость можно назвать патологической страстью, так как это действие часто приводит человека к психическим заболеваниям и личностным или социальным трудностям.

Этот термин часто используется для обозначения наркотической, наркотической зависимости. Однако в современном мире все больше других нехимических зависимостей, таких как интернет-зависимость, азартные игры, шопоголизм, психогенное переедание, фанатизм и т. д. Самые простые формы зависимости-курение и алкогольные напитки. Они приводят человека в состояние временного обмана. В современном мире зависимость является одной из актуальных проблем во всем мире.

Существуют также такие группы, как зависимое или зависимое поведение из категории «отклонения в личном поведении». Зависимое поведение порождает свою масштабную социальную проблему. Потому что в таком виде он попадает в такую неприятную ситуацию: теряет работоспособность, часто конфликтует с окружающей средой и совершает преступления. С незапамятных времен к чужеродным привычкам относят различные формы зависимого поведения, например: алкоголизм, переедание, азартные игры и др. Термин патологические привычки, широко используемый в современной медицине, указывает на чрезмерную зависимость или зависимое поведение при использовании определенного вещества (от английского addiction-склонный, означающий беспредел).

Зависимое поведение-это форма девиантного поведения личности. В настоящее время распространены следующие виды зависимости:

1. вещества, активно влияющие на психику.
2. алкоголь.
3. еда.

4. различные игры.
5. сексуальные отношения.
6. религиозные очаги

Из последовательных объектов получают следующие зависимые формы поведения:

- химическая зависимость (курение, таксикомания, анаша, наркотики, водка) ;
- расстройства пищевого поведения (питание выше допустимого, отказ от еды) ;
- азартная зависимость (компьютерная зависимость, игровая страсть);
- сексуальная зависимость (зоофилия, фетишизм, пигмалионизм, трансвестизм, выставка, вуайеризм, некрофилия, садомазохизм);
- религиозное деструктивное поведение (религ фанатизм, поход в секту);
- в связи с изменением времени появляются новые формы зависимого поведения: сегодня широко распространена компьютерная зависимость.

Половое поведение соответствует норме, если: - с обоюдным согласием;

- несовершеннолетние; - ориентированные на живого человека; - не имеющие признаков отклонения.

Там мы разделим отклонения в сексуальном поведении следующим образом:

- преступные сексуальные действия (Изнасилование, проституция, ориентация на детей)
- сексуальные отклонения (секс с животными, садомазохизм, фетишсекс и др.)
- маргинальное поведение (промиссуит, нудизм, гомосексуализм)
- общепринятое сексуальное поведение (гетеросексуальное поведение взрослых).

Зависимое поведение-это тип индивидуальных отклонений, заключающийся в использовании чего-то определенного в целях адаптации и саморегуляции. Различные формы зависимости вступают в контакт от одного

вида к другому или одновременно. Например: курильщик становится одержимым едой после многих лет отказа от курения. Зависимое поведение человека характеризуется изменением психофизиологической нормы. Внешне это проявление проявляется в самоконтроле, избавлении от самоконтроля.

## ГЛАВА 2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИРТУАЛЬНОЙ АДДИКЦИИ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ

### 2.1 Организация и методика экспериментальной работы

**Цель исследования:** теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической профилактики виртуальной аддикции подростков.

**Объект исследования:** процесс и результат профилактики виртуальной аддикции подростков.

**Предмет исследования:** профилактика виртуальной аддикции у подростков.

**Гипотеза исследования:** профилактика виртуальной аддикции подростков сможет быть успешно осуществлена в учебно-воспитательном процессе общеобразовательной школы, если реализовать следующие педагогические условия: использование комплексной диагностики личностной сферы и среды жизнедеятельности подростков, позволяющей выявить причины возникновения виртуальной аддикции; проведение программы направленной на профилактику виртуальной аддикции старших школьников будет способствовать устранению психологических причин зависимости, обеспечит комплексное систематическое воздействие на самооценку, навыки саморегуляции, рефлексии и межличностного взаимодействия.

В соответствии с целью и гипотезой исследования в диссертации решались следующие задачи:

1. Выявить и теоретически обосновать причины возникновения виртуальной аддикции у подростков.
2. Составить и внедрить в практику тренинговую программу, направленную на профилактику виртуальной аддикции подростков.
3. Экспериментально проверить эффективность разработанной и внедренной в практику тренинговой программы.

Исследование проходило в 3 этапа:

На первом этапе нами были подобраны методы и методики, направленные на решение поставленных целей и составлены бланки для проведения исследования.

На втором этапе нами было проведено исследование, направленное на психолого-педагогическое профилактике виртуальной аддикции старших школьников.

Экспериментальное исследование проходило на базе КГУ «Коржинкольская общеобразовательная школа отдела образования Федоровского района» Управления образования акимата Костанайской области. Экспериментальную выборку составили 20 учащихся 8-класса в возрасте 13-14 лет.

Исходя из выбранных критериев, констатирующий эксперимент был проведен на основе следующих диагностических методик:

1. «Выявления уровня проявления интернет-аддикции» К. Янг, адаптированная В.А. Буровой;
2. Котляров А.В. «Определение зависимости от компьютерных игр».
3. Методы математической и компьютерной обработки результатов исследования.

Для выявления уровня проявления интернет-аддикции использовалась методика **К. Янг, адаптированная В.А. Буровой** (Приложение 1). Опросник позволяет определить отношение к интернету в трех градациях — от отсутствия увлеченности интернетом до зависимости от него. В тесте содержалось 40 вопросов, на которые подростки должны были отвечать, так же им было позволено оставлять свои комментарии.

Инструкция: «Перед вами 40 вопросов, прочитайте их внимательно и выберите наиболее подходящий для вас ответ из шкалы справа». Метод выделяет три уровня компьютерной зависимости: До 10 баллов — 0% риска развития компьютерной зависимости;

10–30 баллов — стадия риска развития компьютерной зависимости. Более 30 баллов — наличие компьютерной зависимости. На стадии увлеченности подросток может остановиться в формировании тяги на одном из предшествующих периодов ее возникновения, таким образом, потребность исчезает быстрее. Но если этого не происходит и ребенок проходит все периоды формирования психологической потребности в виртуальной реальности, то, следовательно, данная стадия будет носить затяжной характер. Во время стадии риска развития зависимости ребенок начинает сравнивать мир реальный и виртуальный и отдает предпочтение последнему. Компьютерная реальность позволяет детям осуществить свои мечты. На этой стадии необходимо провести профилактические программы. Если более 30 баллов, то уже происходят серьезные изменения в ценностно-смысловой сфере ребенка. Происходит изменение самосознания и самооценки. Такие дети всегда, часто подолгу, играют без свидетелей, их потребность не изменяется и не исчезает с удовлетворением базовых физиологических потребностей. Для них компьютерная игра выступает в роли наркотика. Если в течение какого-то временного отрезка их тяга не замещается, то они впадают в состояние, близкое к своего рода ломке, испытывают отрицательные эмоции, становятся раздражительными и агрессивными, впадают в протрацию. Такие явления с клинической точки зрения называются психопатологией, или стилем существования, вызывающим данную патологию.

Вторая анкета **Котлярова А.В. «Определение зависимости от компьютерных игр»** также направлена на выявление киберзависимости у подростка.

**Тест-опросник изучения Интернет-зависимости** позволяет также диагностировать специфическое патологическое использование Интернета (СПИИ) подростками разного пола (гэмблинг, порнографические сайты), а также генерализованное патологическое использование Интернета (ГПИИ) — все виды компьютерных технологий, чаты.

Критерии оценки Интернет-аддикции заключаются в подсчете набранных баллов и соотнесение их с ключом для оценки полученных результатов. Интерпретация набранных баллов позволяет распределить испытуемых согласно 5-ти типам интернет-аддикции: – пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности); – навязчивая навигация по WWW, поиск в удаленных базах данных; – патологическая привязанность к опосредованным Интернетом азартным играм, онлайн-аукционам или электронным покупкам; – зависимость от социальных применений Интернета, т.е. от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными; – зависимость от «киберсекса», т. е. от порнографических сайтов в Интернете, обсуждения сексуальной тематики в чатах или закрытых группах «для взрослых». Интернет-зависимости могут переходить одна в другую и сосуществовать в различных комбинациях. Тест прост и лёгок, что позволяло подросткам наиболее четко отвечать на вопросы и получить достоверный результат.

**Группу математических методов** составляет компьютерная программа «STADIA», включающая в себя оптимальную статистику и Т-критерий Стьюдента.

Выборочное среднее значение как статистический показатель представляет собой среднюю оценку изучаемого в эксперименте психологического качества. Эта оценка характеризует степень его развития в целом у той группы испытуемых, которая была подвергнута психологическому обследованию.

Сравнивая непосредственно средние значения двух или нескольких выборок, мы можем судить об относительной степени развития у людей, составляющих эти выборки, оцениваемого качества.

Выборочное среднее определяется при помощи следующей формулы:

$$\bar{X} = \frac{X_1 + X_2 + X_3 + \dots + X_n}{N}$$

или

$$\bar{X} = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N X_i,$$

Где  $\bar{X}$  – выборочная средняя величина или среднее арифметическое значений по выборке;

где:  $\bar{X}$  - среднее значение выборки,

$X_1, X_2, \dots, X_n$  - величина наблюдаемого состояния у разных испытуемых,

$N$  – количество испытуемых в выборке или частных

психодиагностических показателей, на основе которых вычисляется средняя величина;

$X_i$  – частные значения показателей у отдельных испытуемых. Всего таких показателей  $N$ , поэтому индекс  $i$  данной переменной принимает значения от 1 до  $N$ ;

$\Sigma$  – принятый в математике знак суммирования величин тех переменных, которые находятся справа от этого знака. Выражение  $\Sigma X_i$  соответственно означает сумму всех  $X$  с индексом  $i$  от 1 до  $N$ .

Дисперсия, как статистическая величина характеризует, насколько частные значения отклоняются от средней величины в данной выборке. Она определяется следующим образом:

$$D = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N (x_i - \bar{x})^2,$$

где  $D$  – выборочная дисперсия;

$\sum (x_i - \bar{x})^2$  – выражение, означающее, что для всех  $X_i$  от первого до последнего в данной выборке необходимо вычислить разности между частными и средними значениями, возвести эти разности в квадрат и просуммировать;

$N$  – количество испытуемых в выборке или первичных значений, по которым вычисляется дисперсия.

Для выявления разброса частных данных относительно средней мы использовали производную от дисперсии величину, называемую стандартное отклонение. Он равно квадратному корню, извлекаемому из дисперсии.

$$\delta_x = \left| \sqrt{D_x} \right|,$$

где  $\delta_x$  - стандартное отклонение.

Для сравнения выборочных средних величин, принадлежащих к двум совокупностям данных и для решения вопроса о том, отличаются ли средние значения друг от друга, мы использовали t-критерий Стьюдента:

**Формула расчета t-критерия Стьюдента:**

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{M_1^2 + M_2^2}},$$

где T – значение t – критерия,

$\bar{x}_1$  - средняя величина по какому – либо признаку в одной группе,

$\bar{x}_2$  - средняя величина по этому же признаку в другой группе,

$M_1$  и  $M_2$  – соответствующие величины статистических ошибок средней величины выборки (ошибка среднего)

$$M = \frac{\delta}{\sqrt{N}},$$

Коэффициент асимметрии ( $A_s$ ) определяет – имеет ли изучаемое свойство тенденцию накапливаться или наоборот уменьшаться:

Если коэффициент асимметрии положительный, то изучаемое свойство имеет тенденцию уменьшаться,

Если коэффициент асимметрии отрицательный, то изучаемое свойство

имеет тенденцию набираться.

Коэффициент асимметрии вычисляется по формуле:

$$A_s = \frac{1}{N \delta D} \sum_{i=1}^N (x_i - \bar{x})^3,$$

где  $A_s$  - показатель асимметрии,

$N$  – число выборки,

$\delta$  - стандартное отклонение,

$D$  – дисперсия,

$X_i$  – зафиксированные варианты эксперимента,

–

$\bar{x}$  - среднее значение выборки.

После проведенной диагностической работы, количественного и качественного анализа полученных результатов респонденты принимали участие в тренинге социальных навыков, направленном на профилактику виртуальной аддикции старших школьников.

## **2.2 Описание программы направленной на профилактику виртуальной аддикции старших школьников**

Основной группой риска для развития кибераддикции являются дети в возрастном диапазоне 11 – 15 лет — подростки, так как данный возраст является сензитивным для воздействий различных сильных стимулов, у подростков повышается уровень тревожности, изменяется содержание и экспрессивная сторона эмоций, присутствует максимализм и желание выхода из-под влияния родителей. Формированию зависимости способствует стремительное развитие компьютерных технологий, техники как таковой, доступности интернета, а также различные конфликты в референтной для подростков группе, то есть в группе сверстников, отвержение, неопределенность будущего, проблемы в семейной среде и множество

подобных факторов. Необходимость проведения специальной работы с подростками с целью коррекции зависимо от компьютерных игр поведения обусловлена тем, что формирование зависимости препятствует развитию личности, способной к эффективному межличностному взаимодействию, к продуктивной творческой деятельности, развитию потенциальных способностей подростка, которые обусловят успешную социализацию, получение желаемой специальности. Киберзависимость является причиной фрустрации, невозможности реализации высших потребностей, нарушений восприятия и понимания собственных эмоциональных состояний, и эмоциональных проявлений других людей, агрессивного поведения. Коррекция зависимо от компьютерных игр поведения включает в себя формирование навыков эффективного решения проблемных ситуаций в реальной жизни, развитие навыков саморегуляции, способностей к творческой деятельности, формирование способов эффективного использования виртуального пространства и технологий (разработка сайтов, программирование, создание web-дизайнов и т.д.), формирование новых увлечений в других сферах, развитие навыков кооперации во взаимодействии со сверстниками, умения уважать позицию собеседника, выражать свое мнение, развитие эмпатии.

Была реализована коррекционно – развивающая программа «Из виртуальности в реальность» (Приложение 3).

**Цель программы** – уменьшение психологической зависимости обучающихся от компьютера.

Задачи программы:

1. Создание условий для отработки участниками занятий коммуникативных навыков, новых форм общения и поведения.

2. Формирование и развитие волевых качеств личности, навыков самоорганизации, управления собственным досугом.

3. Просвещение обучающихся в сферах компьютерной грамотности (в том числе правила техники безопасности и гигиены при работе на ПК), ЗОЖ, аддиктивного поведения и способов его профилактики.

4. Формирование у обучающихся навыков, жизненных установок и ценностных ориентаций, необходимых для противостояния компьютерной аддикции.

5. Поддержка развития позитивной самооценки, формирование уверенности в себе.

6. Восполнение коммуникативного «голода».

Форма проведения: тренинг.

Состав групп: группы должны комплектоваться на добровольной основе; занятия проводятся с разнополой группой; в группу включаются участники с небольшой разницей в возрасте.

Тренинг рассчитан на 8 занятий по 2 академических часа.

Каждое занятие состоит из трех частей: вводная часть (разминка), основная часть (рабочая), заключительная часть.

Вводная часть и завершение занимают примерно по четверти всего времени занятия. Около половины времени уделено собственно работе. Вводная часть занятия включает в себя вопросы о состоянии участников и одно-два разминочных упражнения. В начале каждого занятия важно почувствовать группу, диагностировать состояние участников, это необходимо, чтобы скорректировать план работы на день. Для этого используются вопросы к участникам: «Как вы себя чувствуете?», «Что нового (хорошего, необычного) случилось за это время?», «Назовите одно хорошее и одно плохое событие, которые произошли сегодня?», «Что запомнилось с предыдущего занятия?».

В качестве разминки используются и различные упражнения, которые позволяют участникам переключиться от своих забот к работе в группе, активизироваться, настроиться на дальнейшую работу по определенной теме, включиться в ситуацию «здесь и сейчас». Эти упражнения группой обычно

не обсуждаются. На первом занятии вводная часть занимает больше времени, поскольку необходимо объяснить правила, уделить внимание мотивации участников и рассказать, в чем будет заключаться работа. Первое занятие группы имеет решающее значение для выработки групповых норм, мотивирования и включения учеников в работу, а также определения дальнейшего направления движения.

Успех тренинга в большой степени определяется соблюдением специфических принципов работы группы:

- принцип активности участников: члены группы постоянно вовлекаются в различные действия;
- принцип исследовательской позиции участников: участники сами решают коммуникативные проблемы;
- принцип объективации поведения: средством объективации является обратная связь;
- принцип партнерского общения: взаимодействие в группе строится с учетом интересов всех участников;
- принцип «здесь и теперь»: члены группы фокусируют свое внимание на сиюминутных действиях и переживаниях и не апеллируют к прошлому опыту;
- принцип конфиденциальности: «психологическая закрытость» группы уменьшает риск психических травм участников.

- Содержание программы групповых занятий по педагогической коррекции компьютерной зависимости обучающихся «Из виртуальности в реальность»

Планируемые результаты Личностный результат: умение выстраивать межличностные отношения в значимом окружении, эффективно действовать в ситуации конфликта, ориентация на моральные нормы и их выполнение, эмпатия как понимание чувств других людей, мотивация конструктивного выражения чувств и эмоций в отношениях с собой и другими людьми, мотивация к продуктивной деятельности в новых увлечениях.

Метапредметный результат: умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане, вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, адекватное использование различных средств коммуникации, использование речи для регуляции своего действия и эмоционального состояния. Предметный результат: представления о кибераддикции, механизме её формирования, психологических особенностях кибераддиктов и последствиях зависимости, а также об эффективных способах использования виртуальной реальности и компьютерных технологий.

Данная программа носит компилятивный характер. На основе изучения литературных источников, коррекционных программ по зависимости от компьютерных игр (Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот, Н. Сирота, В. Ялтонский), а также с учетом психологических особенностей подростков была составлена программа коррекционных мероприятий зависимо от компьютерных игр поведения. Структура программы: Темы занятий тренинга отражают личные проблемы детей данного возраста. На занятиях обучающиеся получают знания о том, как лучше строить общение, упражняются в применении приемлемых способов поведения. Большое внимание уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию. Творческому самовыражению, самопроверке, рефлексии. Занятия по форме являются тренинговыми, где через специальные упражнения и ролевые игры корректируется зависимо от компьютерных игр поведение и формируются или развиваются полезные навыки. На занятиях у ребят была возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение. Структура занятий: Вводная часть: упражнения, направленные на взаимодействие между участниками тренинга. Предполагает общение

обучающихся, формирование умения вербализировать свои эмоции, навыка кооперации. Основная часть: информация о кибераддикции в интерактивной форме, вопросы для обсуждения, психологические игры и упражнения на формирование адекватной самооценки, развитие навыков конструктивного взаимодействия с окружающими, навыков поведения в конфликтных ситуациях.

Заключительная часть: освоение упражнений на снятие психоэмоционального напряжения, рефлексия. Данная структура позволяет реализовывать все поставленные программой задачи на каждом занятии и систематически развивать у детей навыки кооперации, действия, направленные на передачу своих чувств и мыслей в соответствии с социальными нормами, навыки саморегуляции поведения, корректировать самооценку, формировать навыки разрешения конфликтных ситуаций.

## **ЗАНЯТИЕ 1.**

Цель: мотивирование на работу и активное участие на коррекционных занятиях. Задачи: - создание рабочей атмосферы в группе; - знакомство участников группы; - выработка правил групповой работы; - знакомство участников программы с целями и задачами коррекции; - определение основных понятий работы (зависимость, компьютерная аддикция); - выявление ожиданий участников от посещения занятий; - ознакомление подростков и воспитателей со способами профилактики компьютерной зависимости и получения помощи в решении проблемы компьютерной зависимости; - создание атмосферы доверия и взаимопомощи.

Ход занятия: Знакомство участников друг с другом. В начале занятия ведущий должен кратко представиться.

1. Упражнение «Нарисуй свое имя».

2. Определение правил работы группы во время занятий. - соблюдать конфиденциальность, т. е. не разглашать все услышанное на занятии за его пределами; - регулярно посещать занятия; - говорить по очереди, не

перебивая; - отказаться от применения физического насилия. Правила записываются на листе ватмана, который постоянно висит на стене во время всех последующих занятий группы.

3. Просветительская беседа на тему «Компьютер и мое здоровье».

## **ЗАНЯТИЕ 2.**

Цель: осознание участниками своего жизненного сценария, своих установок, ценностных ориентаций.

Задачи: - создание рабочей атмосферы в группе; - осознание участниками собственных ресурсов (ценностных ориентаций, установок); - формирование позитивной самооценки; - осознание своего жизненного опыта; - развитие социальных навыков; - обсуждение проблемы коррекционной программы и своего отношения к ней.

Ход занятия: 1. Упражнение для разминки «Пересядьте те, кто...».

2. Упражнение «Формула самовнушения: психическая готовность к деятельности (работе, учебе)».

3. Упражнение «В детстве я хотел быть...».

4. Упражнение «Напиши себе письмо».

5. Релакс-минутка: Упражнения для ног.

6. Обсуждение проблемы коррекционной программы и своего отношения к ней.

7. Ритуал прощания.

## **ЗАНЯТИЕ 3.**

Дискуссия по фильму «Виртуальная агрессия»

Цель: формирование мотивации преодоления зависимого от компьютера поведения.

Задачи: - поддержание процесса формирования у участников позитивной самооценки; - способствование осознанию участниками собственных ресурсов; - создание рабочей атмосферы в группе; -

ознакомление подростков и воспитателей о воздействии западных мультфильмов и компьютерных игр на детскую психику; - создание атмосферы доверия и взаимопомощи.

Ход занятия:

1. Упражнение для разминки «Меняющаяся комната».
2. Упражнение «Прогноз погоды».
3. Просмотр фильма «Виртуальная агрессия».
4. Обсуждение в группе

#### **ЗАНЯТИЕ 4.**

Цель: осознание участниками своего жизненного сценария, своих установок, ценностных ориентаций и социального опыта.

Задачи: - поддержка рабочей атмосферы в группе; - формирование позитивного самоотношения; - ориентирование подростков на благоприятные межличностные отношения; - формирование установки на социальное взаимодействие и наличие мотивации аффилиации; - развитие социальных навыков.

Ход занятия.

1. Упражнение для разминки «Парафраз по кругу».
2. Тест «Вот же это слово».
3. Релакс-минутка: упражнение «Пересаживания».
4. Упражнение «Формула самовнушения: Успокоение, расслабленность».
5. Ритуал прощания.

#### **ЗАНЯТИЕ 5.**

Цель: формирование мотивации изменения.

Задачи: - поддержание рабочей атмосферы в группе; - развитие кругозора подростков; - формирование позитивной самооценки; - снятие страха не соответствовать ожиданиям других и переживания социального стресса; - осознание и проговаривание собственных проблем; - создание

условий для анализа подростками своего жизненного опыта; - формирование готовности к поиску решения возникающих проблем, к их творческому преобразованию;- формирование индивидуальной цели участия в данной коррекционной программе.

Ход занятия:

1. Упражнение разминки «Химия».
2. Релакс-минутка: упражнение «Новости информагентств».
3. Игра «Электрический стул».
4. Ритуал прощания.

## **ЗАНЯТИЕ 6.**

Цель: ознакомление участников с вредными последствиями компьютерной зависимости.

Задачи: - формирование положительного отношения к таким качествам характера, как самостоятельность, любознательность; - развитие навыков участия в дискуссии; - побуждение подростков к самовыражению, саморазвитию; - формирование осознанного отношения к компьютеру; - обсуждение причин и специфики проявления повышенного увлечения компьютером; - формирование представления о положительных сторонах использования компьютера и об информационной угрозе; - осознание степени включенности компьютера в жизни воспитанников и воспитателей.

Ход занятия:

1. Упражнение разминки «Внимательные слушатели».
2. Дискуссия «Компьютер – друг, помощник, враг».
3. Релакс-минутка: упражнение для мышц шеи, спины и плечевого пояса.
4. Упражнение «Виртуальный человек».
5. Упражнение «Формула самовнушения: устранение отрицательных эмоций».
6. Ритуал прощания.

## **ЗАНЯТИЕ 7.**

Цель: формирование позитивного отношения к компьютеру.

Задачи: - формирование и развитие навыков работы на компьютере; - осознание пользы от использования компьютера в работе и учебе.

Ход занятия:

1. Занятие с приглашенным специалистом - «компьютерщиком».
2. Финальная рефлексия.
3. Ритуал прощания.

## **ЗАНЯТИЕ 8.**

Цель: подведение итогов работы группы.

Задачи: закрепление достигнутых результатов.

Ход занятия:

1. Повторение основной информации о компьютерной зависимости.
2. Создание участниками в микрогруппах проектов на общую тему «Пути решения проблемы компьютерной зависимости среди подростков».
3. Защита проектов.
4. Вспомнить все успехи группы и каждого ее члена.
5. Медитация при использовании компьютера (техника независимого вхождения в виртуальную реальность, А.В. Котляров).
6. Этап рефлексии, ритуал прощания. Ведущий подытоживает цикл занятий, спрашивает у участников о впечатлениях, о том, что понравилось или не понравилось, о том, что запомнилось. Благодарит всех за работу и предлагает в последний раз провести традиционный ритуал прощания.

Занятия проводились после уроков в свободной аудитории, парты и стулья расставлялись кругом или освобождалось пространство, и использовались гимнастические коврики для сидения на полу. В качестве вступления и мотивационного аспекта к основному содержанию программы,

дети были в понятной форме ознакомлены с целью и задачами занятий. На первом занятии участники экспериментальной группы вели себя скованно, проявляли стеснение. Однако путем поощрения вербализации своих чувств и эмоций, сокращения критики и формализованных оценок признаки эмоционального дискомфорта были преодолены. Но сложившийся комфорт обусловил и негативные проявления, например, отсутствие способности к самоконтролю. Это выражалось в том, что некоторые дети отвлекались, отказывались участвовать в упражнениях, игнорировали других участников. Чтобы привлечь отвлекающихся детей, им предлагалось выйти в центр круга и поделиться своим мнением. Другие участники внимательно слушали, затем благодарили выступающего за искренность. В случае подавленного настроения участникам предлагалось подумать над тем, что его вызвало, что могло бы сейчас порадовать. Также ведущий отмечал положительные качества ребенка, проявленные им ранее, таким образом, вспоминая ситуацию успеха. Другие участники предлагали свои идеи, как можно ободрить товарища в данный момент, после чего предложенные идеи исполнялись. Тем самым в группе создавалась доверительная атмосфера, у обучающихся формировалась эмпатия. Когда обучающиеся начинали отвлекаться и не слушали выступающих, их предупреждали о том, что после выступления случайным образом будет выбран человек, задача которого дать обратную связь. Все дети очень быстро справлялись с заданиями, где необходимо было работать с Интернет-ресурсами, их полезными свойствами. Трудности вызывали упражнения, где необходимо проявлять положительное отношение к окружающим, говорить о достоинствах, а также, где нужно было говорить о своих недостатках и признавать наличие проблемы. В процессе разбора ситуаций подросткам было предложено актуализировать в памяти схожие из их жизни. С особенным удовольствием подростки делились успехами в решении трудностей, конфликтах. При этом всегда отмечались те положительные качества, которые подросток в данном случае проявил (решительность, смелость, сдержанность в чувствах, смекалка,

мудрость и др.). Особенно участникам понравились упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, в которых они абстрагировались от окружающего мира и могли полностью расслабиться, отпустить негативные эмоции. Подросткам предлагалось представить трудную, неприятную ситуацию из жизни, например, конфликт с одноклассником, осуждение родителей, а потом переключиться на действия в упражнении. После этого формировалась установка на благоприятное разрешение ситуации посредством позитивных мыслей и активных действий. В качестве домашнего задания подросткам предлагалось рассказать родителям то, что они узнали на занятии, показать запомнившиеся упражнения, обсудить спорные темы. Перед следующим занятием обучающимся предлагалось поделиться впечатлениями от взаимодействия с родителями. Опыт негативного взаимодействия обсуждался, давались рекомендации, акцент делался на возможные положительные варианты разрешения ситуации. Также с первого занятия в группе был отмечен один ученик, который своим поведением активно пытался привлечь внимание, часто перебивал, не признавал другого мнения. В процессе выполнения упражнения «Наши страхи в реальности» было выявлено, что его беспокоит изоляция в классе и безразличное отношение сверстников. Чтобы дать возможность данному ребенку проявить себя, ведущий назначил его ответственным помощником ведущего в организации занятий. В его обязанности входило следить за готовностью других ребят и рассказывать им важную информацию, а также при поддержке ведущего регулировать конфликтные моменты во взаимоотношениях подростков. Благодаря важности занимаемого положения, подросток стал лучше контролировать свое поведение, реже нарушать дисциплину, нашел общие интересы и подружился с другими участниками. Завершающим этапом программы стало Упражнение Джеффа, в котором обучающиеся смогли выразить свою жизненную позицию, найти единомышленников. А также большая рефлексия, где ребята вспоминали, как правильно вести себя в конфликтных ситуациях, как снимать напряжение,

как с пользой можно проводить время в Интернете и за играми, как общаться со сверстниками, как преодолеть страх перед реальностью. Таким образом, через таблицу ЗХУ был систематизирован и обобщен опыт деятельности.

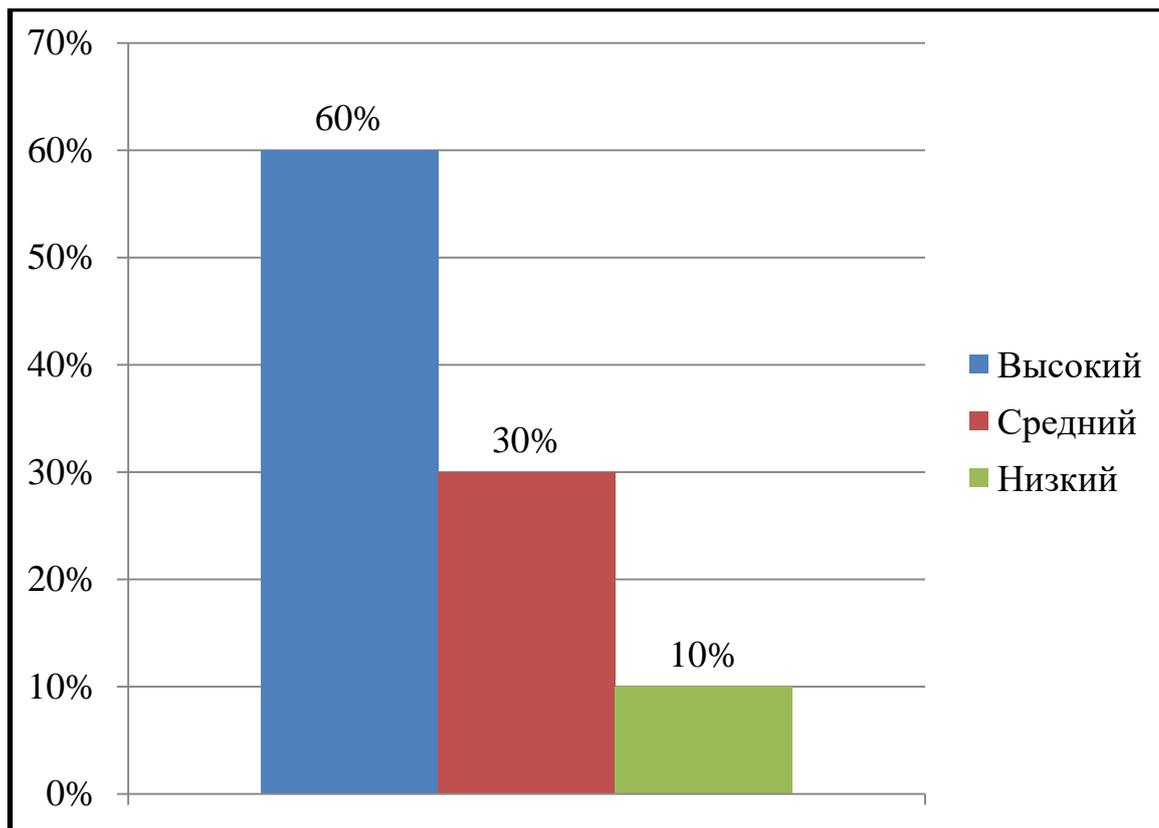
Таким образом, на основе результатов первичной диагностики нами была проведена программа коррекции зависимого от компьютерных игр поведения подростков.

После проведения тренинговой программы осуществлялась повторная диагностика уровня интернет-аддикции у подростков с использованием методики К. Янг, адаптированной В.А. Буровой, Котлярова А.В. «Определение зависимости от компьютерных игр». Обработка и интерпретация результатов осуществлялась таким же образом, как и на первом этапе эксперимента.

### **2.3 Анализ и описание результатов исследования**

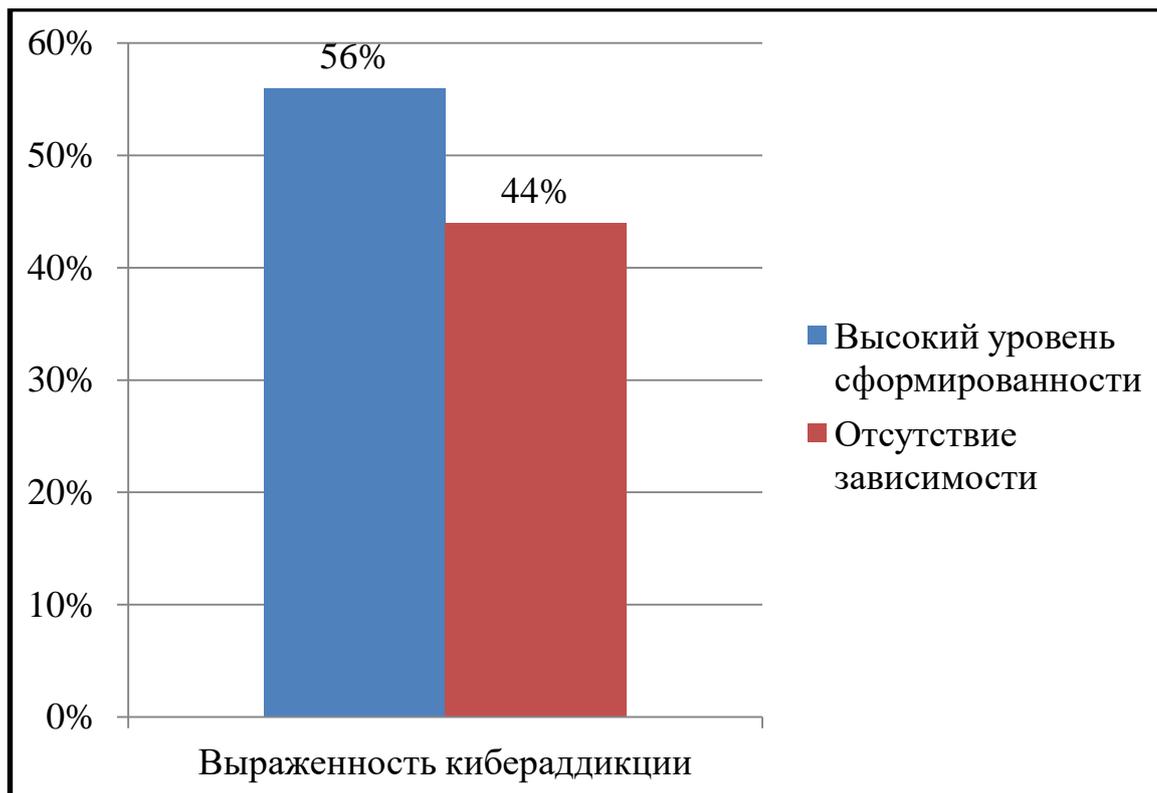
В результате проведения методики Тест-опросник изучения Интернет-зависимости К. Янг, адаптированной В.А. Буровой (Приложение 1) в группе испытуемых не выявлены респонденты с отсутствием интернет-зависимости. Для 60% опрошенных (12 человек) характерен высокий уровень Интернет-аддикции, который проявляется в навязчивом стремлении использовать интернет в избыточном пользовании им, проведение большого количества времени в сети. Средний уровень интернет-зависимости (аддикции) диагностирован у 30% испытуемых (6 человек), которые испытывают раздражение и беспокойство, если не имеют возможности зайти в сеть, данные подростки более свободно чувствуют себя в киберпространстве, постоянно находятся в поиске новых сайтов, часто занимают активную позицию на различных форумах. 10% (2 человека) подростков имеют низкий уровень интернетзависимости (аддикции) и являются приверженцами консервативных взглядов.

Результаты проведения диагностики представлены на рисунке 1 (Приложение 2).



**Рис-1. Оценка уровней проявления Интернет-аддикции у респондентов на констатирующем этапе эксперимента (N=20)**

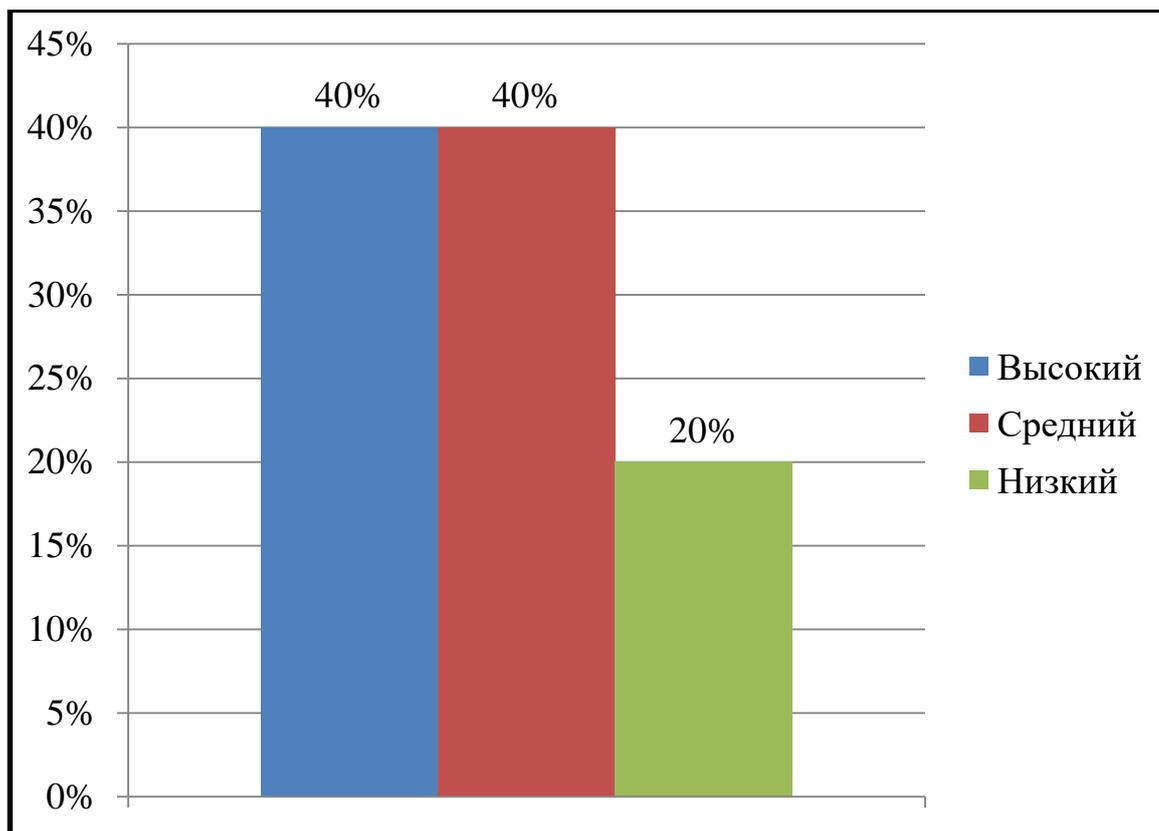
Таким образом, в группе испытуемых явление Интернет-аддикции представлено достаточно широко с формированием стремления к уходу от реальности путем постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций. Испытуемые разного пола не могут перебороть своё желание войти в сеть, так же испытуемые предпочитают времяпровождение в сети в ущерб личному общению с родными и друзьями. Установлено, что мальчики используют интернет, прежде всего, для поиска информации и игр, девочки - для общения и покупок. Таким образом, достаточно явной является необходимость психолого-педагогической коррекции отклоняющегося поведения с целью гармонизации личностного развития. Было сформулировано предположение эффективности тренинга социальных навыков в решении проблемы. Составлена и реализована программа занятий.



**Рис-2. Сформированность кибераддикции у испытуемых по методике Котлярова А.В. на констатирующем этапе эксперимента**

Исследование по методике Котлярова А.В. показало, что высокий уровень выраженности кибераддикции характерен для 56%, в свою очередь, у 44% обучающихся отсутствует данная зависимость. Таким образом, у 56% обучающихся присутствуют беспокойство, раздражительность, если их лишают возможности играть, навязчивые мысли об играх, потеря интереса к реальному миру, поверхностное отношение к другим делам, близким людям.

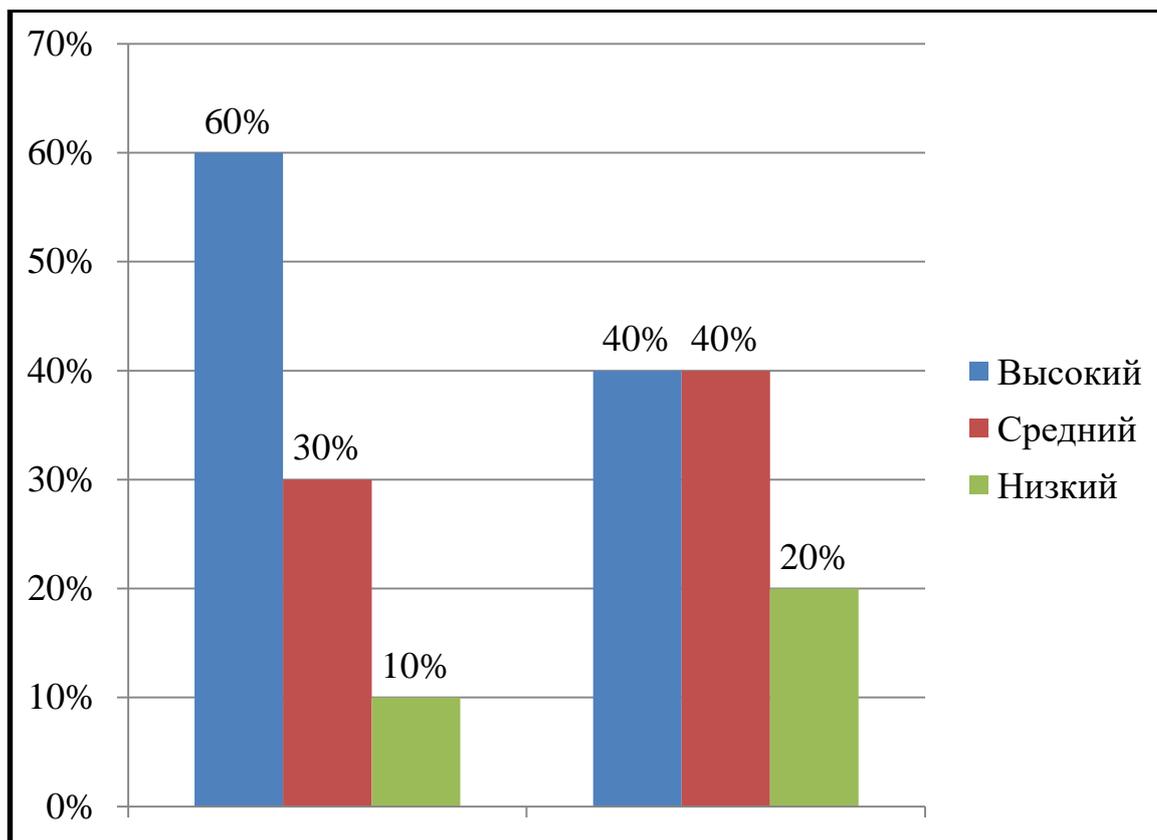
После проведения программы, направленной на профилактике психологической зависимости обучающихся от компьютера, повторно была проведена методика Тест-опросник изучения Интернет-зависимости К. Янг, адаптированная В.А. Буровой. Результаты показали положительную динамику и представлены на рисунке 3 и в Приложении



**Рис-3. Оценка уровней проявления интернет-аддикции у респондентов на контрольном этапе эксперимента (N=20)**

Как видно на рисунке, после участия в тренинге количество испытуемых с высоким уровнем проявления интернет-аддикции снизилось на 20% (было 60% - 12 человек, стало 40% - 8 человек). Количество испытуемых со средним уровнем зависимости увеличилось на 10% (было 30% - 6 человек, стало 40% - 8 человек). Можно предположить, что в эту группу испытуемых перешла часть подростков из группы с высоким уровнем интернет-аддикции. Количество испытуемых с низким уровнем зависимости стало составлять 20% (4 человека), как видим, произошло увеличение на 10%. В данную группу перешла часть подростков из группы со средним уровнем зависимости.

Сравнительные данные приведены на рисунке 4.



**Рис-4. Оценка уровней проявления интернет-аддикции у респондентов на констатирующем и контрольном этапах эксперимента (N=20)**

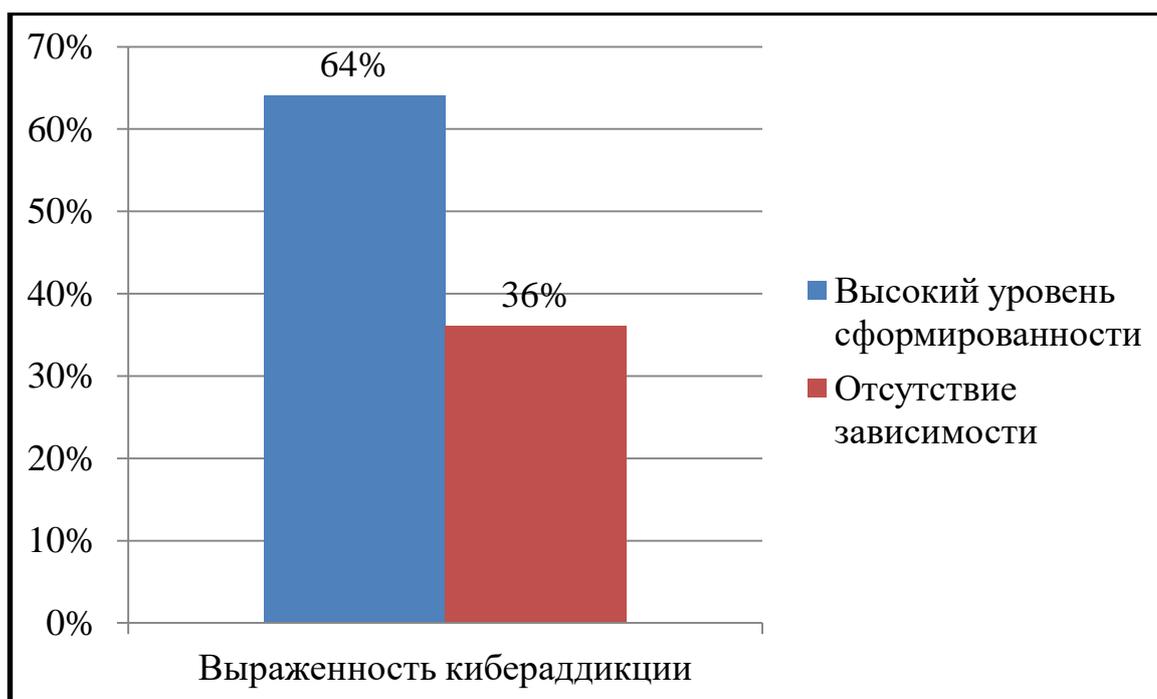
**Таблица 1**

Сравнительный анализ результатов изучения Интернет-зависимости К. Янг, адаптированная В.А. Буровой

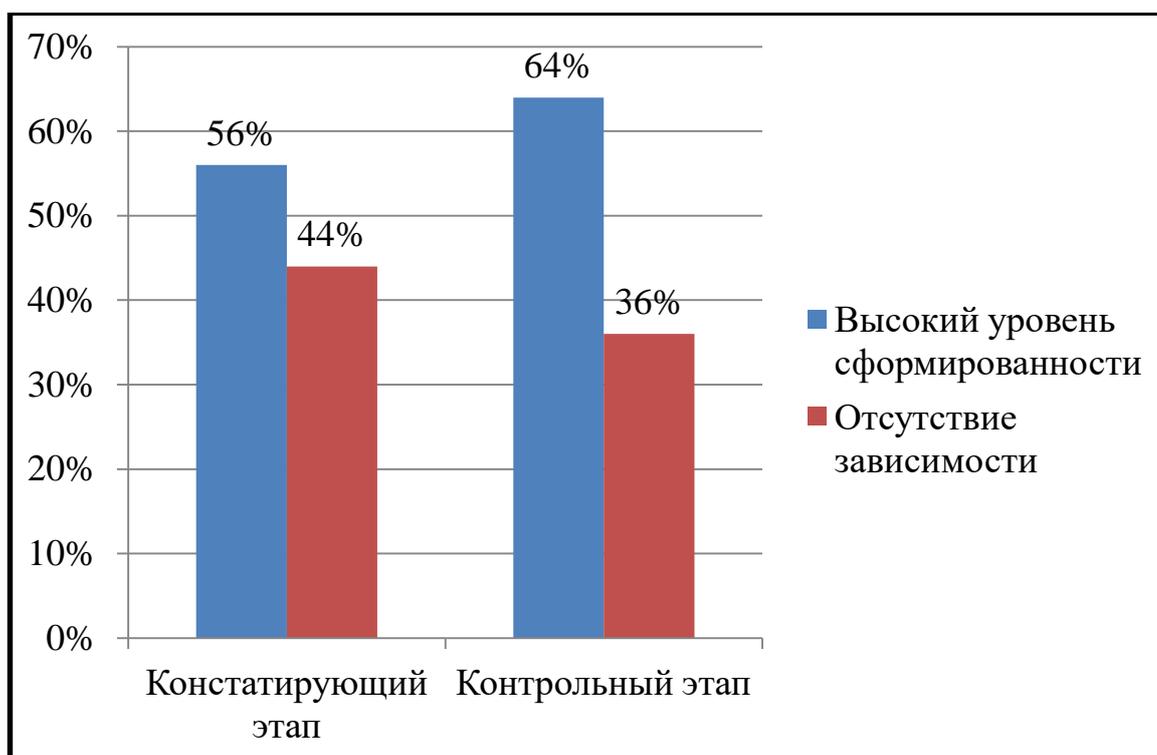
Выборка испытуемых	$\bar{X}$	$ D $	$A_s$	t-Стьюдента
Констатирующий этап	60,6	49,6	-0,229	7,57 есть различия
Контрольный этап	63	44,5	-0,318	

Как видно из таблицы 1, анализ результатов исследования по данной методике при помощи t-критерия Стьюдента ( $t$ -критерий=7,57) свидетельствует о том, что есть различия. Таким образом, мы делаем вывод, что итоговый уровень констатирующего этапа после проведения психологической тренинговой программы повысился положительно.

По результатам повторной диагностики по методике Котлярова А.В. «Определение зависимости от компьютерных игр» можно наблюдать качественные изменения в сформированности зависимости у обучающихся, участвовавших в работе по разработанной программе, которые представлены на рис. 5. Среди участников эксперимента появился процент детей, у которых зависимость не сформирована.



**Рис-5. Сформированность кибераддикции у испытуемых по методике Котлярова А.В. на контрольном этапе эксперимента**



**Рис-6. Сравнение показателей уровней сформированности кибераддикции.**

**Таблица 2**

Сравнительный анализ изучения сформированности кибераддикции у старших школьников

Уровень сформированности кибераддикции	$\bar{X}$	D	As	t-Стьюдента
Констатирующий этап	1,15	1,08	0,596	4,14
Контрольный этап	2,45	0,892	0,916	

Как видно из таблицы 2, анализ результатов исследования по данной методике при помощи t-критерия Стьюдента (t-критерий=4,14) свидетельствует о том, что есть различия. Таким образом, мы делаем вывод, что уровень сформированности кибераддикции понизился.

Подростки с высоким уровнем интернет-зависимости начинают ощущать, что их жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна. Они очень раздражаются когда кто-нибудь пытается отвлечь их от пребывания в сети, пренебрегают сном, засиживаются в интернете. Такие подростки часто испытывают депрессию, подавленность или нервозность, будучи вне сети, Они предпочитают прогулке с друзьями проводить время за компьютером. Интернет-зависимость является причиной формирования целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, хронические депрессии, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, трудности адаптации в социуме, потеря способности контролировать время пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования интернетом.

Подростки со средним уровнем зависимости находятся на стадии привязанности. На этой стадии подросток «держит дистанцию» с компьютером, но полностью избавиться от психологической привязанности к компьютерным играм или интернету не в состоянии. Стадия привязанности может длиться довольно долго, даже всю жизнь, в зависимости от скорости ослабления привязанности. Несмотря на их собранность, способность четко выполнять свои обязанности, у них наблюдается инертность психических процессов, что приводит к медлительности, заторможенности, избеганию творческих решений, малой продуктивности мыслительных процессов. Подросток не отрывается от социума и не полностью уходит в виртуальное пространство. Подростки с низким уровнем интернет-зависимости могут полностью контролировать время, проведенное за компьютером, легко переходят к другим видам деятельности. У них не возникает депрессии или тревоги при отсутствии интернета, они не испытывают необходимости засиживаться у компьютера, и проводить время в виртуальном пространстве.

## **Выводы по второй главе**

Для выявления уровня проявления интернет-аддикции использовалась методика К. Янг, адаптированная В.А. Буровой, Котлярова А.В. После проведенной диагностической работы, количественного и качественного анализа полученных результатов респонденты принимали участие в тренинге социальных навыков, направленном на профилактику интернет-аддикции подростков. Была реализована коррекционно – развивающая программа «Из виртуальности в реальность». После реализации программы, с целью определения ее эффективности, осуществлялась повторная диагностика. Результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента в количественном плане выглядят следующим образом. Количество испытуемых с высоким уровнем проявления интернет аддикции снизилось на 20% (было 60% - 12 человек, стало 40% - 8 человек). Количество испытуемых со средним уровнем зависимости увеличилось на 10% (было 30% - 6 человек, стало 40% - 8 человек). Можно предположить, что в эту группу испытуемых перешла часть подростков из группы с высоким уровнем интернет-аддикции. Количество испытуемых с низким уровнем зависимости стало составлять 20% (4 человека), как видим, произошло увеличение на 10%. В данную группу перешла часть подростков из группы со средним уровнем зависимости.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа посвящена изучению психологических особенностей виртуальной аддикции подростков.

В последние годы стремительно возрастает популярность сети Интернет. Интенсивнее всех пользуются Интернет-ресурсами лица детской и подростковой возрастных категорий. Вместе с очевидными преимуществами Интернет-среды, налицо обостряющаяся проблема, связанная с проявлениями массовой виртуальной аддикции. Лица подросткового возраста, из-за характерных возрастных особенностей уязвимее всего перед воздействием отрицательных влияний.

Проанализировав понятие аддикция, виды аддиктивного поведения, а также данный подход к игровой деятельности можно сделать вывод, что виртуальная аддикция - форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении компьютерными играми; подчиненность своего выбора внешней ложной цели – достижению прогресса в виртуальной игровой реальности. Впервые эта зависимость была описана в середине 1990-х годов психиатром Айвеном Голдбергом и клиническим психологом Кимберли Янг как одна форм интернет-аддикции. Наиболее нестабильными ситуациями для возникновения кибераддикции являются возрастные кризисы, особенно подростковый. Были выделены психологические факторы формирования зависимости, а также индивидуальные особенности личности зависимого старшего школьника. Проведенное теоретическое исследования проблемы позволяет сделать следующие выводы:

Таким образом, полученные результаты эксперимента говорят об эффективности проведенной работы. Цель и задачи работы достигнуты. Реализованная программа позволила снизить уровень проявления интернет-аддикции у испытуемых, что подтверждает гипотезу исследования: профилактика виртуальной аддикции школьников может быть успешно

осуществлена в учебно-воспитательном процессе общеобразовательной школы, если реализовать следующие педагогические условия: использование комплексной диагностики личностной сферы и среды жизнедеятельности подростков, позволяющей выявить причины возникновения виртуальной аддикции; проведение программы направленной на профилактику виртуальной аддикции старших школьников будет способствовать устранению психологических причин зависимости, обеспечит комплексное систематическое воздействие на самооценку, навыки саморегуляции, рефлексии и межличностного взаимодействия.

Проведенное исследование дает возможность обозначить перспективы дальнейшей работы по разрешению проблемы коррекции зависимости от компьютерных игр.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антропова К.А., Колесникова А.А. Проблема компьютерной зависимости школьников // В сборнике: Педагогика безопасности: наука и образование. Сборник материалов международной научной конференции. 2014. С. 10-14.
2. Бережнова Д.Б., Москаленко А.А. Влияние виртуальной среды на агрессивное поведение подростков // В сборнике: Теоретические и практические аспекты социальной педагогики и психологии девиантного поведения. 2017. С. 11-14.
3. Брагина О.А. Анализ научных представлений об отдельных индивидуально-личностных факторах, определяющих вовлеченность в массовые многопользовательские ролевые онлайн-игры // Журнал «Вестник Саратовского областного института развития образования». 2015. № 1. С. 94-101.
4. Брагина О.А. Современные научные взгляды на феномен психологической зависимости от онлайн-игр как один из видов интернетаддикции // В сборнике: Advances in Science and Technology. Сборник статей IX международной научно-практической конференции. 2017. С. 165-167.
5. Денисов А.А. Особенности ценностных ориентаций пользователей онлайн-игр. [Электронный ресурс] // Мед. психология в России: электрон. науч. журн. 2013. № 6. URL: <http://medpsy.ru>. (дата обращения: 20.02.2018).
6. Закаблукова А.А., Капустина Л.П. Психологические и физиологические признаки кибераддикции у подростков // Научный альманах. 2017. № 1-2 (27). С. 330-333.
7. Зарецкая О.В. Зависимость от компьютерных онлайн-игр как разновидность аддиктивного поведения // Социальная психология и общество. 2016. Том 7. № 3. С. 105–120.
8. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Избранные психологические труды: В 2 т.- М.: Педагогика, 1980. - 338 с.
9. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете: Под ред. А.Е. Войскунского. – М.: Можайск-Терра, 2000. - 431 с.
10. Собрание сочинений в 30 томах [Текст] / А.И. Герцен. - Акад. наук СССР, Ин-т мировой лит.им. А. М. Горького. - Москва: Наука, 1954-1965. - Том 9. - Ч.4.
11. Ступницкий, В.П. Психология [Текст]: Учебник для бакалавров / В.П. Ступницкий, О.И. Щербакова, В.Е. Степанов. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. — 520 с.
12. Тест-опросник изучения интернет-аддикций[Электронный ресурс] / В.А. Бурова // Источник: <http://netaddiction.ru/test/test-netaddiction>
13. Информационный портал по психологии [Электронный ресурс] // Научающе-бихевиоральное направление в теории личности Б.Ф. Скиннера.

2015. URL: <http://psychojournal.ru/psychologists/234-nauchayuschebiheviornalnoe-napravlenie-v-teorii-lichnosti-bf-skinnera.html> (дата обращения: 05.03.2018).

14. Каминская В.Г. Виртуальная зависимость в молодежной среде: девиация или реалии современности? // Образование и общество. 2014. Т. 6. № 89. С. 55-58.

15. Кириллова Д.С. Психологический аспект веномена игры в виртуальной реальности // Современные исследования социальных проблем. 2017. Т. 9. № 2-2. С. 34-46.

16. Книжникова С.В., Серая Ю.В. Компьютерные игры как фактор формирования агрессивных и аутоагрессивных установок личности подростка // Научно-методический электронный журнал Концепт. 2016. Т. 24. С. 82-87.

17. Кочетков Н.В. Социально-психологические аспекты зависимости от онлайн-игр и методика ее диагностики // Социальная психология и общество. 2016. Том 7. № 3. С. 148–163.

18. Кравцова Е.Е. Понимание игры в психологии Л.С. Выготского // Журнал «Современное дошкольное образование. Теория и практика». 2011. №1. С. 15-20.

19. Левушкин Р.Н., Скрипичникова И.В. Личностные особенности и жизнеспособность кибераддиктивной молодежи // В сборнике: Социальная компетентность и жизнестойкость личности в многополярном мире: интеграция научного знания. Исследование, практика, образование. 2010. С. 166-168.

20. Лихван А.В., Мозговая Н.Н. Особенности психологического пространства личности школьников, зависимых от компьютерных игр // Инновационная наука. 2017. № 1-2. С. 193-196.

21. Торн К., Маккей Д. Тренинг [Текст] Настольная Книга Тренера / К. Торн, Д. Маккей / Пер. С А.Маслов. – Спб.: Питер, 2012. – 208 с.

22. Максимов А.А. Особенности развития личности людей с компьютерно-игровой зависимостью // Журнал «Вестник РГГУ. Серия: психология, педагогика, образование». 2012. №7. С. 85-96.

23. Малыгин В. Л., Искандирова А. Б., Хомерики Н. С. Киберзависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика. М. «Мнемозина». 2010. С. 58-74.

24. Молокостова А.М., Дудова В.А. Личностные особенности пользователей ролевых онлайн-игр с разным уровнем склонности к зависимости // Журнал «A priori». Серия: гуманитарные науки». 2014. №4. С. 11-16.

25. Набойченко Е.С., Окунева Л.И. Типология подростков, склонных к кибераддикции // Журнал «Педагогическое образование в России». 2016. № 1. С. 94-98.

26. Окунева Л.И. Моделирование психолого-педагогического сопровождения подростков, склонных к кибераддикции // Журнал

«Современные тенденции развития науки и технологий». 2015. № 9-8. С. 112-116.

27. Чернов, А.А. Становление глобального информационного общества: проблемы и перспективы [Текст] / А.А. Чернов. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013.-311с.

28. Чистая, А. Интернет-зависимость – болезнь XXI века [Текст] / А. Чистая// Минская школа сегодня. – 2014. - № 6. – С. 22 – 27.

29. Шеффер, Д. Дети и подростки: Психология развития [Текст]: учеб.пособие / Д. Шеффер. – СПб.: Питер, 2013. – 976 с.

30. Шиянов, Е.Н. Интернет-зависимость и ее профилактика у подростков: учебно-методическое пособие [Текст] / Е.Н. Шиянов, М.И. Дрепа. - Ставрополь: Изд-во «Графа», 2013. – 238 с.

31. Юрьева, Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика/ Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. - М.: Днепропетровск: Пороги, 2014.-196 с.

32. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Для учащихся 1 - 11 классов / Ольга Кардашина, Мария Ступницкая, Вадим Родионов. – М.: Академия Развития, Академия Холдинг, 2013. – 224 с.

33. Янг, К. Диагноз - Интернет-зависимость [Текст] / К. Янг // Мир Интернет. - 2013. - №2. - С. 24 – 29.

34. Бабаева Ю. Д., Войскунский А. Е., Смыслова О. В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете. Под ред А.Е.Войскунского - М.: Можайск-Терра, 2000. - с. 11-39.

35. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1968. - 464 с.

36. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. - М.: Директ-Медиа, 2008. - 612 с.

37. Вересаева О. "Психология и интернет на пороге XXI века". Психологическая газета. – 1996. - №12. - с. 4-6.

38. Войскунский А.Е. Интернет-зависимость: психологическая динамика и тенденции развития. Ред.- сост. А.Е. Войскунский. - М.: Акрополь, 2009. - 279с.

39. Войскунский А. Е. Симпозиум по проблеме зависимости от Интернета. Вопросы психологии. - М.: Педагогика, 2009. - № 4. - с. 165–167.

40. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета. Психологический журнал. - М.: Наука, 2004 - т.25. № 1. - с. 90-100.

41. Войскунский А. Е. Направления исследований опосредствованной Интернетом деятельности. Вестник Московского университета. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2017. - №1. Серия 14: Психология - с. 51-66.

42. Войскунский А. Е. Исследования Интернета в психологии. Интернет и российское общество: Под ред. И. Семенова. - М.: Гендальф, 2002- с. 235-250.

43. Войскунский А.Е. Интернет - новая область исследований в психологической науке. Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. - М.: Смысл, 2002. - Выпуск 1. - с. 82-101.
44. Войскунский А.Е. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции. Тезисы докладов 2-й Российской конференции по экологической психологии. - М.: Экопсицентр РОСС, 2000. - с. 251-253.
45. Войскунский А. Е. Личность в сети: становление и современное состояние киберпсихологии. Образование и развитие личности в современном коммуникативном пространстве. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - Аспринт Иркутск, 2016. - с. 17-26.
46. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете. Под ред. А.Е. Войскунского. - М.: Можайск-Терра, 2000. - с.100-131.
47. Выготский Л.С. Педология подростка Т.4. Собр. соч.: В 6 Т. - М.: Педагогика, 1984. - 432 с.
48. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости. - СПб.: Речь, 2007. - 190 с.
49. Егоров А.Ю., Кузнецова Н., Петрова Е. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью. Вопросы психического здоровья детей и подростков. - т.5. № 2 - 2005 - с. 20-27
50. Егоров А.Ю. Психология девиантного поведения. - СПб.: СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2016. - 282 с.
51. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты. - СПб.: Речь, 2005. - 436 с.
52. Жичкина А.Е., Белинская Е.П. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета. Труды по социологии образования. - М.: ЦСО РАО, 2000. - Т.5. Вып.7. - с.431-460.
53. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития. Обзор психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева - СПб.: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт, 1991. - №1. - с. 8-15.
54. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Социодинамическая психиатрия. - М., Академический проект, 2000. - 460 с.
55. Кулагина И.Ю., Колуцкый В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. - М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 464 с.
56. Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Госохин А.В. Измененные состояния сознания: психологический анализ. Вопросы психологии. - М.: Педагогика, 1998. - № 3. - с. 70-78.
57. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Смысл, Академия, 2005. - 352 с.
58. Личко А.Е. Подростковая наркология: руководство для врачей/ А.Е. Личко, В.С. Битенский. - Л.: Медицина, 1991. - 301 с.

59. Личко А.Е. Подростковая психиатрия. - М.: Медицина, 1985. - 407 с.
60. Маслов, О.Р., Пронина Е.Е. Психика и реальность: типология виртуальности. Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте.- М.: Российская Ассоциация Искусств. Интеллекта, 1998 - с. 211-225.
61. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. - М.: АН СССР, 1957. - 328 с.
62. А.А. Рукавишников, М.В. Соколова; под науч. ред. В.И. Чиркова. Методическое руководство по применению личностного опросника Р. Кеттелла 16 РФ. - СПб.: ИМАТОН, 2002. - 95 с.
63. Рыбалтович Д.Г., Зайцев В.В. Интернет-зависимость: реальная патология или норма развития информационного человечества? Вестник психотерапии. - СПб.: МИРВЧ, 2011. - №40 (45). - с. 23-34.
64. Столин В.В. Самосознание личности. - М.: Издательство Московского Университета, 1983. - 284 с.
65. Толстых Н.Н. Изучение мотивации подростков имеющих пагубные привычки. Вопросы психологии. – М.: Педагогика, 1989. - №2. - С. 35- 38.
66. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. - М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002. - 432 с.
67. Чудова И.В. Особенности образа "Я" "Жителя Интернета" Психологический журнал, 2002. -т. 22. № 1. - с.113-117.
68. Эльконин Д.Б. Возрастные и индивидуальные особенности младшего подростка. - М.: Просвещение, 1967. - 360 с.
69. Эриксон Э. Детство и общество. - М.: Летний сад, 2000. - 416 с.
70. Юсупов Р.М., Заболотский В.П. Научно-методологические основы информатизации. - СПб.: Наука, 2000. – 455 с.
71. Янг К. Диагноз - Интернет-зависимость. Мир Интернет. 2000. - №2. - с.24-29.
72. [Griffiths M. Internet addiction: Fact or fiction? // Psychologist. 1999. V.12. N.5. P.246-250.].
73. Методологические подходы к раннему выявлению Интернет-зависимого поведения. В.Л. Малыгин, К.А. Феклисов, А.Б. Искандирова, А.А. Антоненко [Электронный ресурс] Мед.психология в России : электрон. науч. журн. - 2011. - № 6. – Режим доступа: <http://medpsy.ru>. – Загл. с экрана – Яз.рус.
74. Егоров А.Ю. Современные представления об интернет-аддикциях и подходах к их коррекции // Медицинская психология в России: электрон.науч. журн. – 2015. – N 4(33). – с. 4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mprj.ru>– Загл. с экрана – Яз.рус.
75. Интернет в России: динамика проникновения. Интернет газета Фонд Общественное Мнение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fom.ru> – Загл. с экрана – Яз.рус.

76. Узорова Т.М., Клинкхаммер Д. Изучение уровня осведомленности подростков об игровой компьютерной и Интернетзависимости // В сборнике: Актуальные проблемы социальной работы. Сборник статей по итогам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2013. С. 128-133.

77. Устинова Н.А. Детерминанты девиантного поведения современных подростков // Сборник научных трудов «Актуальные проблемы развития личности». 2016. С. 148-157.

78. Устинова Н.А. Швецов П.В. Профилактика девиантного поведения подростков в условиях общеобразовательной школы // Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Современная психология образования: проблемы и перспективы». 2017. С. 349-357.

79. Устинова Н.А., Щербачева П. П. Влияние кибераддикции на личность подростка // Гуманитарный научный журнал. 2017. № 1 (6). С. 93-99.

80. Фоменко А.И., Семенцова И.А. Профилактика кибераддикции как основа предотвращения преступного поведения подростков с пограничным состоянием психики // Известия высших учебных заведений. Северо-Кавказский регион. Серия: Общественные науки. 2015. № 2. С. 113- 118.