



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

ФАКУЛЬТЕТ ИНКЛЮЗИВНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ
Кафедра социальной работы, педагогики и психологии

**Социальная профилактика интернет-аддикции в условиях
учреждения дополнительного образования**

Выпускная квалификационная работа
по направлению: 44.03.01 Педагогическое образование
Профильная направленность: «Социальная педагогика»

Проверка на объем заимствований:
53,65% авторского текста

Работа рекомендована к защите
«__» _____ 2019 г.
Зав. кафедрой СРПиП
_____ Н.А. Соколова

Выполнила:
Студентка группы ЗФ-506/107-5-1
Шихова Алена Евгеньевна

Научный руководитель:
к.п.н., доцент кафедры
СРПиП _____ С.В. Рослякова

Челябинск, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ У ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
1.1 Интернет-аддикция как социальная проблема.....	7
1.2 Профилактика интернет-аддикции у подростков в учреждении дополнительного образования	28
Выводы по главе 1	42
ГЛАВА 2 ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ У ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА БАЗЕ МБОУ ДО «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «РАДУГА» С. КОЕЛГА»	
2.1 Исследования склонности подростков к интернет-аддикции	47
2.2 Программа по реализации социальной профилактики интернетаддикции у подростков в учреждении дополниельного образовнаия	54
Выводы по второй.....	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	64
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	71
ПРИЛОЖЕНИЯ	78

ВВЕДЕНИЕ

В современном информационном обществе очень трудно представить жизнь человека без интернета. Особенно поглотил интернет подрастающее поколение, рожденное в эпоху информации. Дети с младенческого возраста прикованы к гаджетам и родителям очень часто это удобно, поскольку можно заниматься своими делами. Но чрезмерное пребывание в сети и пользование компьютером может привести к зависимости от этих устройств и виртуальной реальности, общения в сети и игр. В этом случае можно говорить об интернет-аддикции как социально опасном явлении, которое влияет на развитие, физическое и эмоциональное состояние ребенка.

В настоящее время придумывается множество способов отвлечения детей от интернета: от простых запретов, скандалов с детьми до изменения жизненной ситуации - отправить к бабушке в деревню, в лагерь на все лето – все для того, чтобы дети не пользовались интернетом.

Но такие меры неэффективны, нужно искать такие способы профилактики и коррекции интернет-аддикции, которые будут воздействовать на ребенка не запретом, а привлечением интереса, которые, поставив ребенка в ситуацию выбора, заставят его задуматься о том, что в жизни есть много более интересных и важных вещей, как общение со сверстниками, движение, развитие своих способностей и талантов.

Одной из сфер, способствующих как профилактике, так и коррекции интернет-аддикции у детей и подростков, является сфера дополнительного образования. Дополнительное образование привлекает детей возможностью добровольно выбрать занятие, дело по душе. Это образование создано для решения проблем с бездеятельностью, скукой. Дополнительное образование своей ненормативностью может переключить внимание ребенка с

бесцельного блуждания по просторам интернета на увлекательное занятие, увлечение на всю жизнь.

Проблема патологического использования сети Интернет привлекла внимание зарубежных исследователей Айвена Голдберга (I. Goldberg), Кимберли Янг (K. Young) еще в конце 80-х XX века. В нашей стране о ней заговорили к концу первого десятилетия XXI века. Самым известным ученым в этой области является В.А. Войскунский.

В последние годы проблема девиантного поведения стала очень актуальной а науке: изучены формы интернет-аддикции (О.Л. Перегожин), типология подростковой интернет-аддикция (Ф.А. Саглам), склонность подростков к интернет-аддиктивному поведению (Э.И. Асанова, О.В. Завалишина, Н.А. Загуменных, С.М. Мустаева, Ф.А. Саглам, В.Г. Соловьянюк-Кротова, и др.), психологические особенности подростков с аддиктивным поведением (Б. Сегал).

Появились исследования, посвященные решению этой проблемы. Профилактика как технология работы с интернет-аддикцией нашла отражение в исследованиях Е.В. Вороновой, Г.Г. Зайдуллиной, А.Р. Дроздиковой-Зариповой, М.А. Сироты, В.Г. Соловьянюк-Кротовой, Ю.А. Федосовой, В.А. Фролова, А.Р. Шакуровой, В.М. Ялконского, С.Ф. Ярмедовой и др.). Значимое место вреди этих работ занимают те, что посвящены предупреждению такого вида зависимости, профилактике данного социального явления (В.Г. Соловьянюк-Кротова, О.Ф. РогальЛевицкая, Н.Г. Оськина, С.Ф. Ярмедова, А.Р. Шакурова, А.Р. ДроздиковаЗарипова, Ю.Ф. Федосов, В.А. Фролов и др.

Многие ученые пришли к выводу о том, что возраст 12-18 лет является наиболее опасным в плане приобщения к каким-либо аддикциям. Поэтому в современных условиях, на наш взгляд, большую значимость имеет выявление причин возникновения интернет-аддикции, изучение

последствий злоупотребления современными информационными технологиями для того, чтобы открыть путь к первичной профилактике, психолого-педагогической коррекции и реабилитации интернет-аддикции у подростков.

Несмотря на усиливающийся интерес к проблеме интернетаддикции, действенных способов борьбы с ней не найдено, проблема остается актуальной и до конца не решенной. Данный факт обусловил выбор темы нашей квалификационной работы: **«Социальная профилактика интернет-аддикции в условиях учреждения дополнительного образования»**.

Цель исследования: на основе теоретического анализа научных источников и практической деятельности разработать программу социальной профилактики интернет-аддикции у подростков в учреждении дополнительного образования.

Для достижения цели были определены следующие *задачи*:

- 1) изучить сущность интернет-аддикции и причины ее возникновения у подростков;
- 2) изучить особенности социальной профилактики интернетаддикции у подростков в условиях дополнительного образования;
- 3) провести исследование по изучению склонности подростков к интернет-зависимости;
- 4) разработать программу социальной профилактики интернетаддикции у подростков.

Объектом исследования выступает интернет-аддикция как социально опасное явление.

Предмет исследования: особенности социальной профилактики интернет-аддикции у подростков в учреждении дополнительного образования

Методы исследования:

□ теоретические: анализ методической, психолого-педагогической, социальной литературы по проблеме исследования, сравнение; □ эмпирические методы: анкетирование, наблюдение.

База исследования: Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества «Радуга» с. Коелга».

Структура работы: выпускная квалификационная работа представлена введением, двумя главами, заключением, библиографический списком, приложением.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ

1.1 Интернет-аддикция как современная проблема

Интернет-аддикция(интернет-зависимость) – проблема современного информационного общества, поэтому ее терминология еще не устоялась. Используются следующие названия «зависимость от интернета», или «интернет-аддикция» (Internet Addiction Disorder, или IAD, Internet Behavior Dependency), а также «избыточное или патологическое применение интернета» (InternetOveruse, PathologicalInternetUse). Это связано с этим с разными подходами в изучении этого феномена, а в России – с разным переводом на русский язык зарубежных научных исследований. Но, несмотря на обилие названий, ученые едины в определении поведенческих характеристик, которые относятся к этому феномену.

Термин Internet-addiction (интернет-зависимость, интернет-аддикция) впервые использовал Айвен Голдберг в 1996 году. Он понимал под этим очень длительное пребывание в интернете. В это же время вопросом зависимости от интернета стала заниматься Кимберли Янг. Таким образом впервые об этой проблеме заговорили в США. Именно двое этих ученых являются основоположниками изучения данного вида аддикции. К. Янг одна из первых опубликовала первую монографию о интернетзависимости. Таким образом, к концу девяностых годов интернетзависимость стала объектом исследования для многих учёных.

Интернет-зависимость относится к психологической нехимической форме аддикции. «Аддикция – навязчивая потребность, ощущаемая человеком, подвигающая к определенной деятельности; зависимость, пагубная привычка. Слово происходит от английского «addiction» –

зависимость, пагубная привычка, которое в свою очередь восходит к латинским «addictio» – присуждение и «addictus» – преданный, обреченный. В этом этимологическом контексте аддикцию можно трактовать как обреченность. Аддикция является более широким термином по отношению к химической зависимости (наркологическая, алкогольная зависимость) и нехимической (эмоциональной, психологической) зависимости (игромания, интернет-зависимость, шопоголизм, психогенное переедание, фанатизм, трудоголизм, нарциссизм и др.). Можно констатировать, что на сегодняшний день аддикция рассматривается как синоним зависимости» [68].

Отечественный специалист Ц.П. Короленко пишет о таких формах следующее: «Аддиктивное поведение выражается в уходе от реальности посредством изменения психического состояния. Человек «уходит» от реальности, которая его не устраивает. Неудовлетворяющая реальность – это в каком-то смысле всегда внутренняя реальность, так, как и в случаях, когда речь идет о внешней «средовой» реальности, последняя воспринимается, осознается или производит эффект на подсознание, приводя к возникновению того или иного, вызывающего дискомфорт внутреннего психического состояния, от которого возникает желание избавиться» [33].

То есть интернет-аддикция является формой проявления зависимого поведения. Аддиктивное поведение – одна из форм разрушительного поведения, желание скрыться от реальности посредством изменения своего психического состояния приемом некоторых веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), сопровождающихся развитием интенсивных эмоций.

На данный момент времени интернет-зависимость не включена в МКБ-10. Задача современных исследователей – доказать состоятельность

этой аддикции как отдельного синдрома расстройства поведения. Это позволит включить данный вид аддикции в МКБ-10. А пока же интернетзависимость рассматривается согласно этой классификации как иные расстройства личности.

Существуют различные определения интернет-аддикции. Самое общее определяется как нехимическая зависимость от пользования сети Интернет [20, с. 246]. Также зависимость от интернета может пониматься как психическое расстройство, выражающееся через навязчивое желание подключиться к интернету и болезненной неспособностью вовремя от него отключиться [3, с. 4].

Кимберли Янг считает, что интернет-зависимость – форма замещения проблем реального мира. Зависимый уходит в виртуальную реальность, чтобы забыться. В результате таких уходов у человека формируется зависимость. В этом подходе прослеживается логика высказывания Ц.П.Короленко [33, 34]

В противовес Янг выступает Марк Гриффитс. Он предполагает, что пользователи сети Интернет не являются интернет-аддиктами. То есть интернет не может вызывать зависимость у человека. Человек использует интернет, чтобы удовлетворить другие свои аддикции. То есть интернет выступает как инструмент для доступа к объекту зависимости.

В ходе дальнейших исследований Р. Дейвис выдвинул предположение, что интернет-зависимость имеет две формы проявления. Первая форма – специфическое патологическое использование интернета. Вторая форма – генерализованное патологическое использование интернета. «Первая форма представляет собой зависимость от какой-либо специфической функции интернета (онлайновые сексуальные службы, онлайновые аукционы, онлайн-продажа акций, онлайн-гемблинг). Вторая форма представляет собой неспециализированное, многоцелевое

избыточное пользование интернетом и включает проведение большого количества времени в сети без ясной цели, общение в чатах, зависимость от электронной почты, т.е. в значительной степени связана с социальными аспектами Интернета».

Исходя из анализа теоретических подходов к пониманию интернетаддикции, мы пришли к выводу, что интернет-аддикции – это тип психологической зависимости от интернета, проявляющийся в своеобразном бегстве от реальности, при котором процесс навигации по сети в виртуальном мире затягивает человека настолько, что он оказывается не в состоянии полноценно функционировать в реальном мире.

Интернет-аддикция имеет много общего с другими видами зависимости. Ключевая общая особенность заключается в том, что не объект аддикции вызывает зависимость, а сам человек, склонный к зависимости, находит деятельность, вызывающую у него эту самую зависимость. Таким образом, интернет не является объектом зависимости абсолютно для каждого человека. Он будет таковым только для тех, кто сам склонен к тому, чтобы сделать его объектом зависимости. Чаще всего такие люди имеют пассивную жизненную позицию, избегают ответственности, не умеют говорить «нет» из-за страха быть отвергнутыми другими людьми. Они имеют проблемы с взаимоотношениями с другими людьми, боятся вступать в новые социальные контакты [21, с. 193]. Всё это приводит к тому, что человеку необходимо самоутвердиться в какой-то иной деятельности. И такой деятельностью может стать активное использование интернета в своей жизни. Таким образом, к интернетаддикции склонны люди с социальной дезориентацией.

Социальная дезориентация – психологический синдром, проявляющийся в асоциальном поведении, причиной которого служит невладение социальными нормами. Социальная дезориентация может

выражаться в низкой самооценке, наличием узкого круга общения, неумением высказывать свое мнение и переживания, импульсивностью, отсутствием должной ответственности за свою жизнь и т.д. И, конечно же, социальная дезориентация может сопровождаться любым видом зависимости.

К возникновению интернет-аддикции также склонны люди с сексуальной дезориентацией. По статистике примерно треть взрослых пользователей интернета вовлечены в сексуальную деятельность в интернете. Проявляется такая деятельность через просмотр порнографических фильмов, их распространение. Связано это с легкодоступностью этих фильмов, а также с возможностью анонимного просмотра.

Основная причина пристрастия к интернету — удовлетворение практически всех видов потребностей. Уход из реального мира в виртуальный позволяет человеку забыться и скрыться от своих проблем. Также одной из основных причин интернет-аддикции является полная анонимность. Возможность анонимного общения, создания в «сети» любого образа, от которого можно что-либо говорить, привлекает человека. Такая анонимность предполагает большую свободу и отсутствие ответственности за все слова и действия, производимые в интернете. Также в интернете легко найти нового собеседника по интересам, что часто привлекает одиноких подростков в поисках единомышленников. Именно в виртуальном мире образуются различные клубы по интересам, которые в реальном мире создать практически невозможно. И последняя причина – это большой поток информации. Для подростка имеющего статус исследователя этого мира, который пытается найти себя, интернет становится большой энциклопедией знаний, где он черпает ценности, смыслы и ориентиры.

Для предотвращения возникновения интернет-аддикции у подростков должно быть сформировано осознанное и взвешенное отношение к интернету, понимание своих целей и смысла нахождения в нем. Также важно самопонимание подростка в социальной среде. Причем не только в реальном пространстве, но и в виртуальном.

Для подростков с интернет-аддикцией характерны предвкушение аддиктивной реализации, проблема контроля времени в сети, проблемы с учебой, нарушение социально-психологической адаптации, низкая критика к собственному состоянию, сложности в установлении и удержании социальных контактов в реальной жизни, а также неудовлетворенность собой и низкая самооценка («комплекс недостаточности»). В сравнении с пребыванием в интернете реальная жизнь представляется подросткам с интернет-аддикцией скучной, безрадостной и пустой, они отдают предпочтение установлению новых социальных связей в интернетсреде [18, с.130].

Итак, перечислим основные причины возникновения интернетаддикции у подростков.

1. Отсутствие (недостаток) общения и тёплых эмоциональных отношений между подростком и родителями. Когда родители (или иные близкие родственники) не уделяют ребёнку времени, необходимого для ежедневного выражения искреннего участия в жизни ребёнка, не интересуются состоянием душевного мира, их мало интересуют его мысли и чувства, что действительно волнует и тревожит ребёнка, не слышат его. Конечно, по указанной причине может развиваться не только интернетаддикция, но и другие виды зависимости, а также девиантное поведение [32,с.18].

2. Отсутствие у подростка интересов, хобби, увлечений, привязанностей, не связанных с интернетом. К примеру, у подростка,

который особо ничем не увлекался, не любил гулять на улице, читать книги, помогать родителям по дому, учиться, появляется компьютер с выходом в интернет. Подросток осознает, что можно не напрягаясь, сидя дома, стать крутым бандитом в онлайн-игре, найти друга в виртуальном мире, с которым в любой момент можно прекратить общение, скачать реферат, ради которого раньше нужно было идти в библиотеку. Столь радужная перспектива «приковывает» подростка к экрану монитора. Конечно, не факт, что он станет интернет-аддиктом, но... все же это весомая предпосылка [42].

3. Отсутствие друзей, нежелание налаживать социальные контакты с субъектами реального мира. Например, подросток очень застенчивый и не может в себе это побороть, у него имеются какой-либо физический недостаток, который препятствует налаживанию контактов со сверстниками, имеются черты характера, которые препятствуют установлению дружеских привязанностей: агрессивность, замкнутость, обидчивость, злобность, мстительность, чрезмерная жадность. [44, с. 16].

4. Общая неудачливость подростка. Данная причина схожа с предыдущей. Например, подросток учится неважно, в компании сверстников не заводит, с родителями отношения не ладятся. При таких обстоятельствах у подростка может возникнуть интернет-аддикция. В какой-нибудь онлайн-игре подобный подросток может создать себе образ героя, противоположный своей личности: другое имя, другая внешность, другая, более «выгодная», самопрезентация.

5. Следующая причина схожа с двумя предыдущими. Психологи выделяют её как одну из первых, и обозначили эту причину как «наличие тяжёлой инвалидности, серьёзного заболевания». Если подросток-инвалид находится на домашнем обучении, если его круг общения очень ограничен, если он почти или совсем не выходит из дома, если тяжёлые увечья

препятствуют установлению контактов с окружающими или отвращают окружающих от подростка, то интернет может стать единственным средством общения, получения информации, единственным занятием и развлечением. Под физическими недостатками, препятствующими общению, мы подразумеваем ДЦП, отсутствие зрения, слуха, затруднённую речь, тяжёлую форму эпилепсии, тяжёлые пороки сердца, атрофию мышц и т.п. [39, с. 235].

Разумеется, нет ничего плохого в том, что компьютер позволяет таким подросткам «открывать мир», находить друзей – это абсолютное благо. Зависимость же наступает тогда, когда при появлении альтернативных возможностей обучения, общения, досуга, они (эти новые возможности) отвергаются, когда интернет используется лишь как средство получения удовольствия, но не информации и не пользы. Детская психика ещё не окрепшая, стержень характера ещё не сформировался, различных соблазнов очень много. [57, с.300].

Итак, зависимым от интернета, в принципе, может стать любой подросток, но шансы уменьшаются в том случае, если в семье присутствует атмосфера дружелюбия, комфорта, доверия, покоя; у подростка разносторонние интересы и увлечения; подросток умеет налаживать позитивные отношения с окружающими; подросток умеет перед собой ставить хотя бы маленькие цели [53, с.36].

Исследователи определяют различные критерии интернет-аддикции. Кимберли Янг выделяет четыре симптома: навязчивое желание проверить e-mail (к этому симптому относится желание проверить не только электронную почту, но и сообщения в социальных сетях и приложениях); жалобы окружающих, что человек почти все свое время проводит в интернете; постоянное ожидание следующего выхода в интернет; жалобы

окружающих на то, что человек тратит слишком много денег на интернет [11].

А. Голдберг утверждает, что наличие интернет-зависимости можно констатировать при наличии у человека хотя бы трех симптомов: хорошее самочувствие или эйфория за компьютером; невозможность остановиться; увеличение количества времени, проводимого за компьютером; пренебрежение общением в реальном мире с друзьями и семьей; ощущение пустоты, депрессии, раздражения при отсутствии выхода в интернет; ложь близким людям о своей деятельности; проблемы с работой или учёбой. Все эти симптомы относятся к психологическим. Голдберг выделяет также и физические симптомы: синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц); сухость в глазах; головные боли; пренебрежение личной гигиеной; расстройства сна, нарушение режима сна.

А.Е. Войскунский обобщил все поведенческие характеристики интернет-аддикции, описанные ранее:

- 1) нежелание и неспособность отвлечься даже на не продолжительное время от работы в интернете, и тем более прекратить работу;
- 2) навязчивые размышления об интернете, досада и раздражение, возникающие при вынужденных отвлечениях;
- 3) стремление проводить в интернете все больше и больше времени и неспособность спланировать время окончания конкретного сеанса времяпрепровождения в интернете;
- 4) побуждение тратить все больше денег на обеспечение работы в интернете, не останавливаясь перед расходом припасенных для других целей сбережений или влезанием в долги;
- 5) ложь членам семьи и друзьям о времени, проведенном в

интернете;

6) способность и склонность забывать при нахождении в интернете об учебе, домашних делах;

7) стремление и способность освободиться на время работы в интернете от ранее возникнувших чувств вины или беспомощности, от состояний тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории;

8) нежелание принимать критику подобного образа жизни со стороны близких;

9) готовность мириться с разрушением семьи, потерей друзей и круга общения из-за поглощенности работой в интернете;

10) пренебрежение собственным здоровьем и, в частности, резкое сокращение длительности сна в связи с систематической работой в интернете в ночное время;

11) избегание физической активности или стремление сократить ее, оправдываемое необходимостью выполнения срочной работы, связанной с применением интернета;

12) пренебрежение личной гигиеной из-за стремления проводить все без остатка «личное» время, работая в интернете;

13) постоянное «забывание» о еде, готовность удовлетворяться случайной и однообразной пищей, поглощаемой нерегулярно и не отрываясь от компьютера;

14) злоупотребление кофе и другими тонизирующими средствами;

15) подбор, просматривание и изучение специальной литературы о новинках интернета, обсуждение их с окружающими [18].

В отличие от химических видов зависимости, интернет-аддикция в меньшей степени вредит здоровью человека, однако она приводит к снижению эффективности функционирования в реальном социуме,

снижению трудоспособности. Общение в сети Интернет, как наркотик, может создавать иллюзию благополучия, кажущуюся возможность решения реальных проблем. Хотя, как показывают исследования, многие зависимые от интернета отдают себе отчет в том, что не получают реальной поддержки в сети, и не расценивают интернет как среду, гарантирующую общение.

Подросток – это лицо от 12 до 16 лет. Подростковый возраст является переломным в жизни человека. Именно в этом возрасте личность ищет ответы на вопросы «кто я?», «зачем я?». Формируется идентичность личности. В этот период формируется осознание себя, как части общества. Формируются ценности и установки, по которым человек будет жить в дальнейшем. Ведущим видом деятельности выступает общение. Причём общение со сверстниками, наличие положительных социальных контактов для подростка очень важно.

У подростков формируется самосознание, «я-концепция». В процессе общения с другими людьми подросток начинает усваивать права личности на уважение и определённую свободу, проявляющуюся в самостоятельной деятельности и выборе. Подросток думает о том, что есть в нём хорошего, что он умеет, что может дать другим людям. Именно здесь может возникнуть противоречие, заключающееся в том, что окружающие взрослые и сверстники видят в личности подростка только отрицательные стороны. Это негативно влияет на самосознание подростка как личности. Он усваивает эту негативную концепцию и начинает соответствовать ей, поскольку не видит смысла доказывать обратное. Поэтому в подростковом возрасте очень важно положительное отношение окружения подростка к нему самому, чтобы не возникло «отрицательной я-концепции», ведущей к различным видам девиантного поведения.

У подростков развивается стремление быть и что-то значить. Это влияет на их самооценку. Как правило, в подростковый период она не

адекватна. Или слишком завышена, или наоборот занижена. По этой причине подростку тяжело рационально осмыслить своё поведение, поступки и значимость в той или иной ситуации.

Также характерной чертой подросткового возраста является повышенный эмоциональный фон. То есть подросткам тяжело контролировать свои эмоции. Это происходит из-за перестройки организма и изменениями в работе эндокринной системы, нервной системы и т.д. Подросток обладает повышенной раздражительностью, возбудимостью, вспыльчивостью, постоянными сменами настроения. Причём смена настроения может быть беспричинна и молниеносна. От абсолютного состояния радости до суицидальных депрессивных настроений может пройти буквально полчаса.

В подростковом возрасте у подростка появляется чувство взрослости — подросток ставит себя на место взрослого в системе реальных отношений [54, с. 179]. То есть он начинает стремиться жить самостоятельно и противится попыткам контроля со стороны родителей, других взрослых. Подростка очень ранит, когда с его интересами, мнением не считаются. Стремление быть взрослым часто проявляется в желании попробовать как можно больше «взрослых вещей». Именно из-за этого и происходит употребление алкоголя, наркотиков и т. д. Подросток пытается самоутвердиться через эти атрибуты взрослости, поскольку других представлений об этой самой взрослости у него нет. Но всё же это не настолько частые случаи. Если подросток живет и воспитывается в хорошей семье, то родители своим собственным примером показывают положительный пример взрослости.

Конечно же, не стоит забывать и об успехе среди сверстников. Для подростка это очень важно занимать свою позицию в обществе сверстников. Остро стоит потребность в общении, дружбе, уважении.

Для личности подростков с интернет-аддикцией характерны следующие особенности:

- страх брать ответственность, неуверенность в себе и своих силах, ожидание «чуда», то есть иждивенческая позиция;
- желание самоутвердиться, стать героем хотя бы в виртуальном мире, если в реальном этого не получается;
- высокая степень доверия, внушаемости, отсутствие самостоятельности в принятии решений;
- недостаток общения, одиночество;
- стремление к лидерству в среде сверстников.

Как известно, на удовлетворение потребностей направлена любая деятельность. У современного подростка спектр базовых потребностей достаточно широк: помимо низших потребностей (физиологических и безопасности), среди них важное место занимают потребности уровня выше — социальные (признания, общения, любви) и высшие потребности, связанные с развитием личности (самореализации, познания, понимания) [6, с. 33].

Исследование «Фонда Развития Интернет», проведенное Г.В. Солдатовой, О.С. Гостимской, Е.Ю. Кропалевой позволило определить круг потребностей, которые подростки удовлетворяют с помощью сети Интернет [21]. Среди них: потребность в автономии и самостоятельности (в процессе социализации эта потребность предполагает, в первую очередь, стремление к независимости от родителей); потребность в самореализации и признании; потребность в познании; удовлетворение социальной потребности в общении, в принадлежности к группе по интересам; потребность в любви; потребность в обладании; познавательная потребность (новые знания), которая способствует достижению самореализации и признания со стороны сверстников. В результате

использования интернета возникает ощущение полного контроля и владения ситуацией, что удовлетворяет потребность в безопасности – одну из базовых потребностей человека.

Интернет-аддиктивные подростки пользуются интернетом для получения социальной поддержки (за счет принадлежности к определенной социальной группе: участия в чате или телеконференции); сексуального удовлетворения; возможности творения виртуального героя (создания нового «Я»), что вызывает определенную реакцию окружающих, получения признания окружающих. Под социальной поддержкой обычно понимают не только эмоциональную поддержку, но и ощущение принадлежности к определенной социальной группе, установление полезных контактов.

Для В.Л.Малыгина, Е.А.Смирновой и Н.С. Хомерики факторы риска формирования зависимости подростков от интернета связаны со определенными личностными особенностями, такими как: агрессивность, тревожность, эмоциональная отчужденность, низкие коммуникативные качества, склонность к поиску новых ощущений, асоциальные копинг-стратегии и др. Поэтому все подростки-пользователи сети Интернет «пойманы»единой сетью и находятся в одной группе риска [30].

Б. Сегал [52] выделяет следующие *психологические особенности подростков с аддиктивными формами поведения*:

- сниженная переносимость трудностей повседневной жизни;
- скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством;
- внешняя социальность, сочетающаяся со страхом перед стойкими эмоциональными контактами;
- стремление говорить неправду;
- стремление обвинять других, зная, что они невиновны;

- стремление уходить от ответственности в принятии решений;
- стереотипность, повторяемость поведения;
- зависимость;
- тревожность.

Американские психологи (К. Янг, И. Голдберг) выделили в процессе исследования пять основных типов зависимостей от сети Интернет:

- 1) киберсексуальная зависимость — непреодолимое влечение к посещению порносайтов;
- 2) пристрастие к виртуальным знакомствам — избыточность виртуальных друзей и знакомых;
- 3) навязчивая потребность в интернете— игра в онлайн-игры, участия в аукционах, постоянные покупки, «зависание» на форумах в различных обсуждениях;
- 4) информационная перегрузка (навязчивый интернет-серфинг) — бесконечные путешествия по сети Интернет, поиск информации по поисковым сайтам и базам данных;
- 5) игровая зависимость — навязчивая игра в компьютерные онлайн-игры[40].

Согласно данной классификации типологии интернет-аддикции можно сделать вывод, что чаще всего подростки используют интернет через три вида деятельности. Это информационная, коммуникативная и игровая деятельность. Однако к зависимости они ведут тогда, когда увлеченность данной деятельностью становится чрезмерной. И именно здесь начинает проявляться девиантное поведение в сети. К такому поведению относятся хакерство, чрезмерная увлеченность игровой деятельностью и повышенный уровень коммуникативной деятельности, порой проявляющейся в троллинге.

Хакерство — чрезмерное увлечение поиском информации и ей применение[11, с. 26]. Чаще всего к хакерству склонны подростки с неразвитыми социальными навыками, с проблемами в нравственно-моральной сфере. Часто подростки, увлеченные хакерством, страдают от одиночества и отсутствия друзей. Через этот вид деятельности они пытаются самоутвердиться и показать свою значимость. Этот вид деятельности является аномальным и асоциальным.[12]

Чрезмерная увлеченность компьютерными играми — одна из острых проблем в среде подростков, преимущественно юношей. Современные игры неразрывно связаны с интернетом, поскольку игровой процесс часто происходит через всемирную паутину. Большинство игр несут в себе целью уничтожить как можно больше врагов, своровать как можно больше золота и т.д. Все это негативно влияет на развивающуюся психику подростка. Подросток может попытаться перенести виртуальный образ своего персонажа в реальный мир. Это может привести к проявлению у него агрессивного поведения. Также компьютерные игры выступают хорошим заменителем реального мира. Подросток, которого принижают сверстники из-за отсутствия значимых, на их взгляд, достоинств, уходит в игру. Там он реализует себя в новой виртуальной жизни, добивается больших успехов и находит уважение и признание среди сверстников-геймеров. Подросток начинает отождествлять себя с персонажем игры, понимать все успехи и неудачи в игре как свои собственные. Приоритетом для него становится компьютерная игра, поскольку он считает ее делом своей жизни. Данный вид зависимости очень серьезен. На данный момент в практике известны случаи, когда зависимость от чрезмерной увлеченности компьютерной игрой приводит к летальному исходу среди подростков.

Одной из наименее ясных проблем является принципиальная возможность переноса виртуального опыта в реальную жизнь. Например,

когда игроки постепенно принимают на себя роль своего игрового персонажа. Опираясь на имеющиеся материалы, можно утверждать, что очевидные проявления переноса у игроков могут носить негативный характер — уход в иллюзорную виртуальность взамен активного преобразования реальности или адаптации к ней. Например, попытка игроков идентифицировать себя с агрессивным персонажем может переноситься в реальный мир, в реальные отношения [53].

Повышенный уровень коммуникативной деятельности в интернете самый безобидный вид поведения из трех представленных. Но, с другой стороны, этот вид несет влияние на морально-нравственную сторону личности подростка. Отсутствие ответственности за свои слова и действия подросток может перенести из виртуального мира в реальный. Также немало важно то, что подросток в виду удобства виртуального общения, может вытеснить живое общение из своей деятельности и минимизировать его. От этого страдают коммуникативные навыки.

В 2009 году Ф.А. Саглам[50; 51] в своем диссертационном исследовании предложила следующую типологию подростков, склонных к Интернет-зависимости.

1. Интернет-коммуникаторы – аддикты, которые проводят огромное количество часов в чатах, форумах, дневниках, блогах, через короткие промежутки времени проверяют электронную почту и т.д., то есть заменяют реальное общение со сверстниками на виртуальное.

2. Интернет-эротоманы – аддикты, посещающие разнообразные сайты сексуального и порнографического характера, заводящие любовные романы и знакомства посредством Сети и занимающиеся виртуальным сексом.

3. Интернет-агрессоры – аддикты, значительную часть времени

проводящие за посещением сайтов агрессивного характера, демонстрирующих сцены насилия и жестокости.

4. Интернет-когнитиваторы, реализующие свои познавательные интересы посредством Сети (поиск баз данных, составление программ, посещение учебно-образовательных сайтов, участие в телеконференциях и т.д.).

5. Интернет-гемблеры, увлекающиеся сетевыми играми, тотализаторами, аукционами, лотереями и т.д.

6. Интернет-покупатели, реализующие непреодолимую склонность к трате денег посредством многочисленных покупок в режиме реального времени (on-line) [51, с. 11].

Другие исследователи, не преследуя цели оспорить предложенную автором классификацию, не согласились с ней полностью, так как среди подростков, склонных к интернет-аддикции, с их точки зрения, почти нет тех, кто совершает покупки в сети Интернет, имеет склонность к интернетэротомании, обращается в подростковом возрасте к аукционами, лотереями в интернете.

На основании результатов собственного исследования О.В. Завалишина и др. предложили такую типологию подростков, склонных к интернет-аддикции: «Интернет-контакты», «Интернетигроки», «Интернет-гедонисты», «Интернет-исследователи», смешанный тип. Рассмотрим данную типологию [27].

«Интернет-контакты» (от англ. общение – contact) — это подростки, главный мотив обращения к Интернету у которых — виртуальное общение, осуществляемое ими во время посещения социальных сетей, форумов, чатов. Основная цель для них состоит в поиске людей, с которыми им будет интересно общаться в Сети. «Интернет-игроки» – подростки, которые значительную часть свободного времени играют в различные по жанру

онлайн игры. Чаще всего — это «одиночки», не имеющие друзей в реальной жизни, ищущие способ личностной реализации в виртуальном пространстве компьютерной игры, желая достичь превосходства, продемонстрировать свое «могущество», «подчинить» своей воле других.

«Интернет-гедонисты» — подростки, не получающие удовольствия от реальной жизни, использующие Интернет для развлечения с целью — скачать музыку, фильмы, посмотреть онлайн спортивные соревнования и пр. Как и онлайн-игроки — они тоже одиночки, но их мотивы более социабельны, поскольку не сопряжены с потребностью проявлять агрессию.

«Интернет-исследователи» — малочисленная группа. Это обучающиеся, которые используют Интернет только в учебных целях, посещая образовательные порталы, информационные ресурсы для выполнения учебных заданий, самостоятельной исследовательской работы, проектной деятельности.

Смешанный тип — обучающиеся, которым просто нравится находиться в Сети, независимо от вида занятий — общение, скачивание информации, игры, просмотр фильмов, слушание музыки и пр.

Для выявления типов подростков, склонных к интернет-аддикции, исследователями был проведен опрос среди обучающихся 6–10-х классов (общая выборка составила 575 человек). В результате обработки полученных данных было выявлено, что к типу «Интернет-контакты» относится 40–45% респондентов; «Интернет-игроки» составляют 30–35% от общего числа опрошенных; «Интернет-гедонисты» — 20–25% участников опроса; «Интернет-исследователи» — 5–7% респондентов; смешанный тип характерен для 15–20% подростков. Анализ полученных данных показал, что большинство подростков предпочитают общаться в Интернете, обмениваться информацией, новостями, оценками событий, но чаще всего, просто болтать (чатиться) [27].

Выделяются следующие социально-психологические особенности личности подростка с интернет-аддикцией:

- большую часть свободного времени (6-10 часов) подросток проводит за компьютером;
- у подростка практически нет реальных друзей, зато много виртуальных;
- подростку нужны значительные суммы денег на постоянное обновление программного обеспечения и устройств компьютера;
- подросток пренебрегает собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером;
- подросток часто обманывает, пропускает школу, чтобы посидеть за компьютером, теряет интерес к школьным предметам;
- подросток трудно встаёт по утрам, находится в подавленном настроении, ощущает эмоциональный подъем только тогда, когда садится за компьютер.

Те, кто попадают в группу риска, представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Подростки, попадающие в группу риска

№	Группа риска	Устранение причин
1.	Подростки, полагающие, что от них мало что зависит в жизни. В неудачах они винят других. Мечтают о чуде, которое избавит их от любых проблем. Не прикладывают усилия для достижения цели или бросают начатое дело на полпути.	Необходимо воспитывать в детях ответственность, настойчивость, решительность.
2.	Подростки с низкой самооценкой, которые с помощью игры стремятся самоутвердиться, либо почувствовать себя героем-победителем в виртуальной битве, либо выиграть огромную сумму денег.	Повышать самооценку ребёнка, чаще его хвалить, помочь быть успешным
3.	Подростки с высокой степенью внушаемости (т.е. готовностью подчиниться чужой воле), подростки, которым не хватает самостоятельности, решительности	Воспитывать в ребёнке самостоятельность, критичность к рекламе, поощрять инициативу

Окончание таблицы 1

4.	Если ребёнок не контактен, у него мало друзей, часто бывает одинок. Такие дети часто компенсируют недостаток реального общения с виртуальным.	Таким подросткам необходима помощь в налаживании реальных отношений
5.	Дети, мечтающие стать лидерами, но так и не ставшие ими. Именно они могут сутками просиживать за компьютером, воображая себя властителями галактик.	Им непременно необходима помощь реализовать свой потенциал, поддерживать любые их начинания, развивать их таланты и способности.

Существует мнение, что интернет-аддикция вероятнее всего является симптомом других серьезных проблем в жизни личности (например, трудности в общении, депрессия и т.д.). А если учесть, что подростковый возраст наиболее подвержен разного рода отклонениям в поведении, то, следовательно, можно сделать вывод, что формирование интернетаддикции наиболее вероятно у подростков, и она будет оказывать разрушающее воздействие на личность подростка. Таким образом, психологические механизмы воздействия информационных технологий на человека должны стать предметом тщательного анализа.

Исследователи обращаются к вопросу влияния интернета на подростков и его *последствиях*. Ученые указывают на то, что применение интернета может способствовать аутизации детей и подростков, вести к неадекватным эффектам в процессах социальной перцепции и др. (Бабаева, Войскунский, 1998) [4]. О.В. Завалишина отмечает, что неразумное интенсивное использование интернета не только причиняет вред психологическому и физическому здоровью человека, но и оказывает пагубное влияние на его межличностные отношения [27]. Интернет-среда как сложная знаковая система и психологическое орудие опосредует основные виды деятельности в сформировавшемся сообществе пользователей [68].

В связи с вышеизложенным, необходимо разрабатывать программы профилактики и коррекции зависимости от Интернета, начиная с младшего школьного возраста, особенно в подростковом [18].

Подведем итоги материалам, отраженным в параграфе:

1) интернет-аддикция (зависимость) – это нехимическая зависимость, которая характеризуется сильным влечением к использованию интернета, проявляется в своеобразном уходе от реальности, при котором процесс пребывания в виртуальном мире затягивает субъекта настолько, что он не в состоянии полноценно функционировать в реальном социуме;

2) интернет-аддикция – это одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности и искусственному изменению своего психического состояния посредством фиксации внимания на Интернет-ресурсах;

3) аддиктивное поведение характеризуется беспредельным увлечением каким-либо объектом или деятельностью, «которые становятся определяющим вектором поведения человека, оттесняющим на второй план или полностью блокирующим любую иную деятельность, и входит в состав аддиктивного, патохарактерологического типов девиантного поведения»;

4) к основным формам интернет-аддикции относят: хакерство, создание вредоносных программ, интернет-пресупность, геймерство;

5) причины обращения подростков к интернету: внутренние трудности переходного возраста; неопределенность социального положения; противоречия, обусловленные перестройкой механизмов социального контроля (детские формы контроля, основанные на соблюдении внешних норм и послушании взрослым, уже не действуют, а взрослые способы, предполагающие сознательную дисциплину и самоконтроль, еще не сложились или не окрепли);

6) Психологические особенности подростков с аддиктивными формами поведения: сниженная переносимость трудностей повседневной жизни; скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством; внешняя социабельность, сочетающаяся со страхом перед стойкими эмоциональными контактами; стремление говорить неправду; стремление обвинять других, зная, что они невиновны; стремление уходить от ответственности в принятии решений; стереотипность, повторяемость поведения, зависимость, тревожность;

7) существуют разные типологии интернет-зависимых подростков («Интернет-контакты», «Интернет-игроки», «Интернет-гедонисты», «Интернет-исследователи», смешанный тип; интернет-коммуникаторы, интернет-эротоманы; интернет-агрессоры; интернет-когнитиваторы, интернет-гемблеры, интернет-покупатели);

8) последствия зависимости от интернета выражаются в появлении проблем в семье, потерянной работе, плохой успеваемости в учебе, нарушении режима питания, развитии различных патологий в организме и др.

1.2. Профилактика интернет-аддикции у подростков

Информатизация общества имеет множество социальных последствий и отдельные социально-психологические аспекты этого процесса порождают ряд явлений и проблем, которые препятствуют достижению основных целей социально-личностного воспитания школьников, что вызывает особую тревогу у педагогов и психологов. Прежде всего, требует решения задача поиска и совершенствования средств борьбы с развивающимися по эпидемической модели компьютерной и (или) интернет-аддикциям [55].

Проблему интернет-аддикций рассматривали как зарубежные исследователи (К. Мюррей, М. Griffiths, J. Kandell, К. S. Young, С. Surratt), так и отечественные ученые (А.Е. Войскунский, Н.Д. Бабаева [2–9], И.В. Чудова [10, 11]. Е.В. Зеркина, В.А. Лоскутова, Г.Н. Чусавитина и др.). И в современных исследованиях ей отводится значительное место (А.Р. Шакурова, А.Р. Дроздикова-Зарипова). Значимое место вреди этих работ занимают те, что посвящены предупреждению такого вида зависимости, профилактике данного социального явления: работы В.Г. Соловьянюк-Кротовой, О.Ф. Рогаль-Левицкой, Н.Г. Оськиной, С.Ф. Ярмедовой, А.Р. Шакуровой, А.Р. Дроздиковой-Зариповой, Ю.Ф. Федосова, В.А. Фролова и др.

Как справедливо отмечает В.А. Фролов, наметившаяся тенденция к широкому распространению интернет-аддикции среди обучающихся доказывает необходимость поиска путей её профилактики в условиях работы различных учреждений системы образования [57].

Рассмотрим сущность понятия «профилактика».

Термин «профилактика» пришел из медицины и означает предотвращение. Профилактика (от греч. prophylaktikos— предохранительный) — это 1) превентивная деятельность по предотвращению нежелательных проявлений в психикесубъекта; 2) область психологии, задачей которой является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям с целью предотвращения нервнопсихических и психосоматических заболеваний [1]. По мнению В.А. Фролова, профилактика — это система комплексных государственных и общественных, социально-экономических и медикобиологических, психолого-педагогических и психогигиенических программ, направленных на предупреждение заболеваний, на всемерное укрепление здоровья.

По содержанию профилактика бывает социальной, педагогической, психологической, медицинской. Существуют также промежуточные формы.

Социальная профилактика – это сознательная целенаправленная, социально организованная деятельность по предотвращению возможных социальных, психолого-педагогических, правовых и других проблем, по достижению желаемого результата [69].

Социальная профилактика – одна из основных технологий работы с подростками аддиктивного поведения, в том числе и с подростками, подверженными интернет-аддикции.

Профилактика аддиктивного поведения подростков — актуальная проблема общества, стремящегося обеспечить себе здоровое будущее. Профилактика аддиктивного поведения рассматривается как комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих возникновению аддиктивного поведения, предупреждения развития и ликвидация негативных личностных, социальных и медицинских последствий такого поведения.

Под профилактикой в социальной педагогике понимаются, прежде всего, научно обоснованные и своевременно предпринятые действия, направленные на:

- сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья ребенка;
- содействие ребенку в достижении социально значимых целей и раскрытие его внутреннего потенциала.

Сам термин «профилактика» обычно ассоциируется с запланированным предупреждением какого-то неблагоприятного события, т.е. с устранением причин, способных вызвать нежелательные последствия.

Социальная профилактика включает создание благоприятных социальных условий, реализацию воспитательных функций образовательными организациями всех типов, обеспечение полноценного развития интересов и способностей у подростков, занятость общественнополезной деятельностью во внеурочное время, защиту подростков от невнимания родителей, жестокости, насилия и негативного влияния асоциальной среды.

Социальная профилактика интернет-аддикции направлена на формирование следующих навыков: коммуникативных, конструктивного разрешения возникающих конфликтов и трудностей, саморегуляции как умения справляться со стрессами и негативными эмоциями и умения выражать их в социально приемлемой форме.

Профилактика интернет-аддикции бывает трех видов: первичная, вторичная и третичная.

Первичная профилактика направлена на улучшение психической адаптации обучающихся, их межличностных отношений, на ознакомление с признаками развития интернет-аддикции и возможными ее последствиями. В первичной профилактике применяются следующие технологии работы: информационные, образовательные, технологии занятости, технологии коррекции семейных отношений и религиозные технологии. Цель информационных технологий – предоставление подросткам информации о причинах, последствиях, симптомах интернетаддикции. Здесь важно своевременно проводить классные часы, использовать информационные стенды и т.д. Также рекомендованы тренинги личностного роста с элементами коррекции отдельных личностных особенностей и форм поведения, которые включают формирование и развитие навыков работы над собой. Образовательные технологии направлены на обучение школьников рациональному использованию компьютера и Интернета.

Образовательное направление включает в себя программы обучения педагогов, психологов и социальных педагогов, работающих в образовательных организациях, обучение работников компьютерных клубов, установления норм и правил (суточная нагрузка, возрастные нормы) работы с компьютером. Технологии занятости – одни из наиболее эффективных. К ним относится, в первую очередь, клубная деятельность. Подростки, как правило, пытаются найти себя в чем-то и реализоваться. И поэтому очень важно предоставить различные формы досуга: спортивные секции, музыкальные школы, различные клубы и кружки по интересам. Все это занимает определенное время в жизни подростка и позволяет ему проводить свой досуг рационально, не уходя за общением и эмоциями в виртуальную реальность. Большое значение имеют семейные технологии. Формирование гармоничных взаимоотношений в семье, доверительные отношения между родителями и детьми, общие интересы всех членов семьи — неотъемлемая часть полноценного развития ребенка. Подросток нуждается в умеренном контроле над его действиями и умеренной опеке с тенденцией к развитию самостоятельности и умения принимать ответственность за свою личную жизнь. Религиозные технологии включают в себя работу с внутренним миром ребенка, приданию смысла, ценности его жизни. Помощь ему в самопонимании самого себя, раскрытие внутренних скрытых резервов личности. Духовное развитие также имеет значение для формирования почтительного отношения к своей личности и окружающим, что выступает крепким фундаментом для построения межличностных отношений.

Во вторичной профилактике следует применять такие меры как индивидуальные беседы, проведение совместных групповых занятий с обсуждением проблемы интернет-аддикции. Возможно, проведение занятий

с элементами тренинга. Организация группы для участия в клубной деятельности различной направленности и т.д.

Третичная профилактика представляет собой коррекцию поведения. На этом этапе уже важна работа психологов, психотерапевтов. Как правило здесь проводятся психотерапевтические сеансы. Как групповые, так и индивидуальные.

Принципы и стратегии профилактики интернет-аддикции схожи с общими принципами профилактики любого аддиктивного поведения. Поэтому специалисту не стоит пугаться отсутствия знаний по профилактике интернет-аддикции. Стоит вспомнить общие рекомендации, стратегии, относящиеся в целом к аддиктивному поведению, которые также справедливы и по отношению к интернет-аддикции.

Профилактическая работа проводится по следующим направлениям: изучение и выявление причин интернет-аддикции у подростков, предупреждение развития асоциального развития личности подростка, организация психолого-педагогической деятельности с подростками из группы риска и взаимодействие с другими специалистами и социальными службами, участвующими в профилактике аддиктивного поведения. Исходя из данных направлений можно выделить следующие функции в деятельности специалиста: исследовательская, профилактическая, коррекционно-развивающая и реабилитационная.

Исследовательская функция заключается в выявлении интернет-аддикции у подростков. Также специалист собирает информацию о личности подростка, его окружении в школе, вне школы, об отношениях в семье. Выясняет, каким образом подросток проводит свободное время. Если говорить в контексте уже выявленной интернет-аддикции, то выявляется каким именно из форм и видов интернет-аддикции подросток увлечен.

К формам профилактической работы относятся просветительская деятельность, консультирование, беседы, социальная терапия и организация досуговой деятельности.

В просветительской деятельности главной целью становится донесение информации о вреде аддикций до подростков. Чаще всего данная форма деятельности реализуется в процессе классного часа.

Консультирование же, как форма деятельности, в разы шире просвещения. Специалист может консультировать не только подростка, но также классного руководителя, учителей и родителей. Все эти консультации должны быть направлены на профилактику интернетаддикции. Например, специалист может провести консультирование родителей обучающегося, предложить им рекомендации по организации досуга и свободного времени их ребенка вне интернета. Консультирование весьма распространенная форма работы.

Под социальной терапией чаще всего понимается организация досуговой деятельности для подростков. Однако весь спектр социальной терапии велик. Она может быть как индивидуальной, так и групповой. Среди групповых форм наиболее популярными являются следующие формы работы: игротерапия, драмотерапия, тренинги, различные виды клубной деятельности.

В исследованиях последних десятилетий все активней стали рассматривать проблему профилактики непосредственно интернетаддикций, интернет-девиаций. Рассмотрим, что предлагают ученые для предотвращения данной типа отклоняющегося поведения.

По мнению Ю.А. Федосова, одним из возможных путей профилактики интернет-аддикции в школьной среде является реализация развивающей и воспитательной функций информационной образовательной среды (ИОС). По мнению данного автора, развивающая функция ИОС проявляется в

решении задач формирования личной культуры обучающегося, его информационной культуры, в создании условий для проявления его индивидуальности, личных деятельностно-познавательных интересов, развитии интеллектуальных способностей, стремления к саморазвитию, удовлетворению индивидуальных информационных потребностей [55, с. 99].

Использование потенциала развитой ИОС позволяет учитывать индивидуальные особенности каждого обучающегося за счет применения средств обучения и реализации учебного информационного взаимодействия, основанных на ИКТ, электронных ресурсах образовательного назначения, новых возможностей в осуществлении интерактивного диалога между субъектами образовательного процесса и ресурсами ИОС. В ИОС появляется возможность сформировать у обучающихся отношение к Интернету как средству получения информации и среде реализации индивидуальных информационных образовательных потребностей, а не как к отдельной реальности. Реализация потенциала развитой ИОС способствует повышению самооценки и самоосведомленности обучающихся. При реализации индивидуальной образовательной траектории осуществляется саморазвитие обучающегося, происходит существенное расширение его личной информационно-образовательной среды и формированию личной образовательной культуры [66].

Воспитательная функция ИОС проявляется в решении задач формирования навыков совместного познания, воспитания коммуникативных навыков, чувства партнерства и ответственности, соблюдения нравственно-этических норм и правил поведения в окружающей среде; комплекса правовых и этических знаний, умений, навыков и рефлексивных установок во взаимодействии с информационной

средой (информационно-правовая культура), в создании условий для гражданского становления и самореализации личности, в решении проблемы социализации обучающегося, в предоставлении возможности обучающемуся проявить свою сознательную гражданскую и социальную активность.

Одним из наиболее перспективных направлений в реализации *развивающей и воспитательной функций ИОС, по мнению автора*, является проектирование, в частности социальное проектирование, которое служит приобщению обучающихся к осмыслению и определению социальных перспектив, нахождению путей решения существующих социальных проблем. Особое значение социальное проектирование имеет для вовлечения обучающихся в сферу социального творчества, духовного и гражданского воспитания, повышения социальной адаптации. Возможность участия обучающихся в учебно-воспитательных проектах на базе интернет-ресурсов экологической, гражданско-патриотической направленности, которые содействуют активизации их творческой, исследовательской деятельности, конструированию новых знаний, способствует более эффективному решению задач школьного воспитания и, как следствие, профилактике интернет-аддикции обучающихся.

Данный автор предлагает: поскольку интернет-аддикты чаще испытывают чувство одиночества в реальной жизни, а социальные связи преимущественно устанавливаются посредством интернета, А.Ю. Федосов предлагает включать обучающихся в совместную деятельность с окружающим социумом. Эта работа должна осуществляться с самого раннего школьного возраста, так как именно в практическом преодолении трудностей взаимодействия с социальной средой у детей формируется чувство долга, ответственности, сопричастности к делам своего района, города, страны [55, с. 100].

А.Ю. Федосов считает, что важно привлекать к участию обучающихся в учебно-воспитательных проектах на базе интернетресурсов экологической, гражданско-патриотической направленности, которые содействуют активизации их творческой, исследовательской деятельности, конструированию новых знаний, способствует более эффективному решению задач школьного воспитания и, как следствие, профилактике интернет-аддикции учащихся [55].

А.Р. Шакурова, А.Р. Дроздикова-Зарипова считают, что профилактика должна быть направлена на предупреждение поведенческих аддикций и развитие конструктивных форм поведения. Они также отмечают, что негативное влияние на личность подростка может быть снижено при проведении системно диагностируемой коррекционно-профилактической работы на основе педагогической модели, включающей цель, задачи, технологии, контент, критерии и показатели эффективности педагогической коррекции. По мнению данных авторов, критериями сформированности свободного от аддикции поведения подростков являются ценностный, адаптационный, коммуникативно-организаторский, рефлексивный [49].

А.Р. Шакурова, А.Р. Дроздикова-Зарипова предлагают при разработке модели педагогической коррекции и профилактики компьютерной аддикции у подростков, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, включить следующие направления: обеспечение многостороннего характера и гуманистической направленности, оказываемой педагогической поддержки, работу с педагогами, воспитателями.

При работе с подростками эффективны такие формы коррекции и профилактики, как психологический тренинг, сюжетно-ролевые игры, мозговой штурм, эвристические беседы, исследовательские проекты и др. Данные формы профилактико-коррекционной работы способствуют

успешной компенсации и адаптации подростков к требованиям социальной среды (что имеет особое значение при работе с воспитанниками приютов) и созданию благоприятных условий для восстановления личности и получения желаемых результатов.

В научной литературе представлен проект С.Ф. Ярмедовой по предупреждению зависимости от Интернета в молодежной среде. Он включает рекомендации по внедрению модели профилактики интернет-аддикции, состоящей из этапов:

I этап. Выявление психологических характеристик интернет-аддиктов.

II этап. Использование психологических характеристик в качестве индивидуальных «мишеней» воздействия для превенции аддиктивного поведения. **I**

II этап. Проведение тренингов, направленных на обучение необходимым навыкам адаптивного поведения.

IV этап. Мастер-классы для повышения стрессоустойчивости.

V этап. Тренинги развития коммуникабельности.

VI этап. Развитие творческих способностей.

VII этап. В формате альтернативной деятельности активное привлечение интернет-пользователей к участию в спортивных мероприятиях, флеш-мобах, волонтерской деятельности [69].

По замыслу автора, предполагаемым контингентом участников должны стать интернет-аддикты, их родственники, близкий круг общения друзей, а также лица из группы риска по развитию интернет-зависимости. Для их привлечения возможно осуществление прямой рекламы через СМИ, совместная и преемственная работа с такими службами, как: Агентство по делам молодежи области, Молодёжное правительство области», «Служба реализации социальных программ для молодёжи города, Комитет по

физической культуре, спорту и охране здоровья администрации города. Необходимыми условиями для реализации проекта являются наличие помещений, оснащенных мультимедийным оборудованием, площадей и транспортных средств для проведения флешмобов, а также привлечение квалифицированных специалистов (клинических психологов, психотерапевтов, психиатров-наркологов).

Богатый практический материал по профилактике интернетаддиктивного поведения представлен в работе Оськиной. Данный автор предлагает перечень форм работы по профилактике данного социального явления: цикл бесед, специальных элективных творческих уроков, классные часы, упражнения, игры, техники, цикл групповых консультаций, специальных элективных творческих уроков, проектов, классных часов, конференций и др. специальные практические комплексные занятия, освоение специальной компьютерной программы «ТАЙМЕР», лекции, семинары, беседы, тематические выступления на методических совещаниях, «круглые столы», родительские собрания, «круглые столы», дискуссии, групповые консультации, создание и работа педагогической мастерской, тренинги, специальные практические комплексные занятия и др.

Для успешной деятельности социального педагога по профилактике аддиктивного поведения С.В. Шик предлагает проводить следующие мероприятия: профилактические уроки для выделения себя из аддиктивной среды, обсуждение аддиктивных ситуаций и получение опыта противодействия аддиктивной среде в процессе профилактических уроков, организация работы клуба общения с целью конструирования собственного жизненного пути без аддикций, информирование родителей по проблемам аддикций и обучение их навыкам понимающего общения.

Раскроем суть и содержание предложенных методов работы. Профилактический урок – это форма организации педагогического

процесса, заключающаяся в предъявлении такого материала, который позволяет по-новому взглянуть на привычную среду жизни подростка и обнаружить аддиктивные опасности, исходящие из среды. Социальный смысл профилактического урока заключается в отношении аддикций: превращении существующего смутного неопределенного представления подростка об аддиктивной среде в яркий чувственный негативный образ.

Обсуждение аддиктивных ситуаций и получение опыта противодействия аддиктивной среде в процессе профилактических уроков осуществляется через дискуссию. Дискуссия как педагогически организованная речевая форма характеризуется проблемным взаимодействием, актуализирует жизненный опыт обучающихся.

Клуб – сообщество людей с едиными интересами, объединенное в организацию или ассоциацию. Обычно обучающиеся увлечены различной внеурочной деятельностью. Поэтому организация клуба общения выглядит весьма приемлемой формой работы по профилактике для социального педагога. Социальный педагог выступает как заинтересованный собеседник. Основная форма речевой работы – глубинное общение. Глубинное общение – это встреча двух разных людей, которым есть, что сказать друг другу. Социальный смысл такого общения заключается в том, чтобы извлечь из информации об аддикциях и аддиктах личностноценностное содержание для собственной жизни.

Еще одна форма работы — организация профилактического родительского тренинга-семинара. Здесь социальный педагог выступает в роли ведущего. Он не навязывает своего мнения, создает условия для активности родителей, которым есть что сказать и у которых есть свое мнение. Результативность такой работы должна проявиться в снижении количества детей, зависимых от интернета.

Исходя из этих форм работы, можно сделать вывод, что в первую очередь необходимо работать со становлением ценностно-смысловых ориентиров у подростка. Ведь как показывает практика, у подростков со сформированными убеждениями риск аддиктивного поведения в разы меньше.

Подводя итоги сказанному в параграфе отметим, что:

1. Профилактика — это система мероприятий, направленных на предупреждение развития социального явления, отклонений в развитии и здоровье человека. Она бывает разной: первичной, вторичной и третичной в зависимости от целевой аудитории и задач, преследуемых разработчиком. Первичная профилактика понимается как комплекс условий, направленных на формирование устойчивых, положительных форм поведения подростков, имеющих предрасположенность к совершению противоправных поступков, а также изменение уже сформированных, отклоняющихся от нормы форм поведения. Вторичная профилактика направлена на подростков, относящихся к «пограничному» уровню отклоняющегося поведения, ее цель — снижение поведенческих девиаций. Третичная профилактика — система целенаправленного воздействия, имеющая своей целью уменьшение риска возобновления отклоняющегося поведения.

2. Решение проблемы профилактики отклоняющегося поведения как правило связано с диагностикой, анализом, прогнозированием, предупреждением, коррекцией и контролем отклоняющегося поведения; погружением подростка-девианта в позицию субъекта посильного самообучения, самовоспитания с учетом особенностей его интеллектуального развития; привлечением положительного влияния ближайшего, значимого окружения; участия в посильной деятельности с целью адаптации в обществе; индивидуальным и дифференцированным

подходом к подросткам указанной категории всех членов микро- и макроокружения; их вовлечением в систему дополнительного образования.

3. Для профилактики интернет-аддикции предлагается: выявление психологических характеристик интернет-аддиктов, использование психологических характеристик в качестве индивидуальных «мишеней» воздействия для превенции аддиктивного поведения, проведение тренингов, направленных на обучение необходимым навыкам адаптивного поведения, организация мастер-классов для повышения стрессоустойчивости и тренингов развития коммуникативности, развитие творческих способностей, в формате альтернативной деятельности активное привлечение интернет-пользователей к участию в спортивных мероприятиях, флеш-мобах, волонтерской деятельности.

4. В качестве основных форм профилактики интернет-аддикции авторы предлагают использовать циклы бесед, специальные элективные творческие уроки, классные часы, упражнения, игры, техники, циклы групповых консультаций, проекты, конференции, специальные практические комплексные занятия, освоение специальной компьютерной программы «ТАЙМЕР», лекции, семинары, тематические выступления на методических совещаниях, «круглые столы», родительские собрания, дискуссии, групповые консультации, создание и работа педагогической мастерской, тренинги и др.

5. Условиями для предупреждения отклоняющегося поведения подростков должны являться: диагностика, анализ, прогнозирование, предупреждение, коррекция и контроль отклоняющегося поведения; погружение подростка-девианта в позицию субъекта сильного самообучения, самовоспитания с учетом особенностей его интеллектуального развития; привлечение положительного влияния ближайшего, значимого окружения; участие в сильной деятельности с

целью адаптации в обществе; индивидуальный и дифференцированный подход к подросткам указанной категории всех членов микро- и макроокружения; их вовлечение в систему дополнительного образования

6. Способы профилактики: вовлечь подростка в процессы, не связанные с компьютерами, привлечь родителей, администрацию и педагогов образовательных организаций, вовлечение в просоциальные референтные группы взрослых и сверстников.

7. Результатом профилактики должно явиться снижение склонности к интернет-аддикции; развитие коммуникативных навыков и качеств личности; развитие эффективных поведенческих стратегий и волевой саморегуляции; осознание важности своей информационной безопасности и сохранения психологического здоровья при посещении Интернета.

Выводы по первой главе

1. Интернет-аддикция – сложный научный феномен, который характеризуют

□ во-первых, как вид девиантного поведения, поскольку отличается непреодолимым неразумным влечением к использованию интернета, которое не только причиняет вред психологическому и физическому здоровью личности, но и оказывает пагубное влияние на межличностные отношения;

□ во-вторых, как нехимическую зависимость, которая характеризуется сильным влечением к использованию интернета, проявляется в своеобразном уходе от реальности, при котором процесс

пребывания в виртуальном мире затягивает субъекта настолько, что он не в состоянии оторваться и полноценно функционировать в реальном социуме;

□ в-третьих, беспредельным увлечение каким-либо объектом или деятельностью, «которые становятся определяющим вектором поведения человека, оттесняющим на второй план или полностью блокирующим любую иную деятельность, и входит в состав аддиктивного, патохарактерологического типов девиантного поведения».

2. К основным формам интернет-аддикции относят: хакерство, создание вредоносных программ, интернет-пресупность, геймерство. Существуют разные типологии интернет-аддиктивных подростков («Интернет-контакты», «Интернет-игроки», «Интернет-гедонисты», «Интернет-исследователи», смешанный тип; интернет-коммуникаторы, интернет-эротоманы; интернет-агрессоры; интернет-когнитиваторы, интернет-гемблеры, интернет-покупатели).

3. Последствиями зависимости от интернета являются в появлении проблем в семье, потерянная работа, плохая успеваемость в школе, нарушении режима питания, развитие различных патологий в организме и др.

4. К причинам обращения подростков к интернету следует отнести: 1) внутренние трудности переходного возраста; 2) неопределенность социального положения; 3) противоречия, обусловленные перестройкой механизмов социального контроля (детские формы контроля, основанные на соблюдении внешних норм и послушании взрослым, уже не действуют, а взрослые способы, предполагающие сознательную дисциплину и самоконтроль, еще не сложились или не окрепли).

5. Психологические особенности подростков с аддиктивными формами поведения: сниженная переносимость трудностей повседневной жизни; скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне

проявляемым превосходством; внешняя социальность, сочетающаяся со страхом перед стойкими эмоциональными контактами; стремление говорить неправду; стремление обвинять других, зная, что они невиновны; стремление уходить от ответственности в принятии решений; стереотипность, повторяемость поведения, зависимость, тревожность.

6.К последствиям влияния интернета на подростков следует отнести аутизацию, неадекватные эффекты в процессах социальной перцепции; вред психологическому и физическому здоровью человека, пагубное влияние на его межличностные отношения (особенно на невербальную коммуникацию).

7. Под профилактикой следует понимать систему мероприятий, направленных на предупреждение развития социального явления, отклонений в развитии и здоровье человека. Она бывает первичной, вторичной и третичной в зависимости от целевой аудитории и задач, преследуемых разработчиком и различается качеством аудитории, на которую направлена и целями, усложняющимися от одного вида к другому: откомплексам мероприятий, направленных на формирование устойчивых, положительных форм поведения (первичная) к снижению поведенческих девиаций (вторичная) и к системе целенаправленного воздействия, по уменьшению риска возобновления отклоняющегося поведения.

8. Решение проблемы профилактики отклоняющегося поведения как правило связано с диагностикой, анализом, прогнозированием, предупреждением, коррекцией и контролем отклоняющегося поведения; погружением подростка-девианта в позицию субъекта активного самообучения, самовоспитания с учетом особенностей его интеллектуального развития; привлечением положительного влияния ближайшего, значимого окружения; участия в активной деятельности с целью адаптации в обществе; индивидуальным и дифференцированным

подходом к подросткам указанной категории всех членов микро- и макроокружения; их вовлечением в систему дополнительного образования.

9. Для профилактики интернет-аддикции предлагается: выявление психологических характеристик интернет-аддиктов, использование психологических характеристик в качестве индивидуальных «мишеней» воздействия для превенции аддиктивного поведения, проведение тренингов, направленных на обучение необходимым навыкам адаптивного поведения, организация мастер-классов для повышения стрессоустойчивости и тренингов развития коммуникативности, развитие творческих способностей, в формате альтернативной деятельности активное привлечение интернет-пользователей к участию в спортивных мероприятиях, флеш-мобах, волонтерской деятельности.

10. В качестве основных форм профилактики интернет-аддикции авторы предлагают использовать циклы бесед, специальные элективные творческие уроки, классные часы, упражнения, игры, техники, циклы групповых консультаций, проекты, конференции, специальные практические комплексные занятия, освоение специальной компьютерной программы «ТАЙМЕР», лекции, семинары, тематические выступления на методических совещаниях, «круглые столы», родительские собрания, дискуссии, групповые консультации, создание и работа педагогической мастерской, тренинги и др.

11. Представленные в науке программы профилактики интернет-девиаций в основном носят разрозненный характер, проблему предупреждения интернет-аддикции у современных подростков предлагают решать посредством повышения волевых качеств детей, психологической грамотности родителей; развития коммуникативных навыков школьников. Но в то же время в программах не учитывается потенциал интернета как современного источника информации, без которого в современном мире

уже не обойтись и который становится новым универсальным орудием деятельности человека, пользование которым обеспечивает такое важное качество как

мобильность, успешность человека в информационном мире, его адекватность запросам времени и информационного общества.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ У ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА БАЗЕ МБОУ ДО «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «РАДУГА» С. КОЕЛГА»

2.1. Исследование склонности к интернет-аддикции современных подростков

Цель практической части – изучить практические основы социальной профилактики интернет-аддикции на базе МБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества «Радуга» с. Коелга» Задачи:

- 1) изучить опыт работы учреждения дополнительного образования по профилактике интернет-аддикции у подростков;
- 2) разработать программу по профилактике интернет-аддикции у подростков.

В рамках данной выпускной квалификационной работы было разработано и проведено исследование на базе МБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества «Радуга» с. Коелга» (далее – МБОУ ДО ЦРТДЮ).

МБОУ ДО ЦРТДЮ расположен по адресу: Челябинская область, Еткульский район, с. Коелга, ул. Хохрякова, д.17.

Возглавляет МБОУ ДО ЦРТДЮ директор Куш Елена Юрьевна.

В своей деятельности МБОУ ДО ЦРТДЮ руководствуется Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом № 273—ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», законодательными и иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации, Челябинской области, муниципальными правовыми актами, решениями органов,

осуществляющих управление в сфере образования всех уровней, настоящим уставом.

МБОУ ДО ЦРТДЮ был образован в 1987 году, когда профком ЗАО «Коелгамрамор» открыл в цокольном этаже жилого пятиэтажного дома комнату школьника. Работа велась в нескольких кружках прикладного, спортивного, танцевального и театрального творчества.

Сегодня МБОУ ДО ЦРТДЮ — развивающаяся система, которая состоит из профессионального педагогического коллектива, талантливых обучающихся, внимательных родителей, характеризуется стабильностью образовательного процесса. В 18-ти творческих коллективах художественной, физкультурно-спортивной и социально-педагогической направленности занимаются 420 обучающихся в возрасте от 4 до 18 лет. Учреждение расположено с июня 2013г. в двухэтажном здании в центре села. Педагогический коллектив из 17-ти человек помогает детям реализовать себя в творческой деятельности с опорой на собственные склонности и интересы, возможности и способности, ценностные ориентации и субъективный опыт. МБОУ ДО ЦРТДЮ реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы и услуги в интересах человека, семьи, общества и государства на селе.

В МБОУ ДО Центр развития творчества детей и юношества «Радуга» с. Коелга» представлена возможность выбора направлений деятельности:

- 1) художественная направленность — коллектив художественной обработки древесины «Самоделкин», хореографический коллектив «Радуга», вокальный коллектив «Хрустальные голоса», коллектив декоративно-прикладного творчества «Разноцветные узоры», коллектив декоративно-прикладного творчества «Светлячок», коллектив дизайна и моды «Эксклюзив», коллектив рисунка и живописи «Магия рисунка»,

театральный коллектив «Зазеркалье», цирковой коллектив «Грация», детская мультстудия «Радуга чудес»;

2) социально-педагогическая направленность – детский пресс-центр «Радуга», коллектив дошкольников «Золотой ключик», коллектив организаторов досуга «Вдохновение», коллектив «Английский клуб», коллектив «Логика» для дошкольников;

3) физкультурно-спортивная направленность — коллектив «Стэпаэробика», спортивный коллектив «Бриз», спортивная секция «Вольная борьба».

Порядок приема обучающихся в МБОУ ДО ЦРТДЮ определен в Уставе учреждения. Специальной подготовки для приема в детские творческие коллективы не требуется. Прием детей проводится по заявлениям родителей.

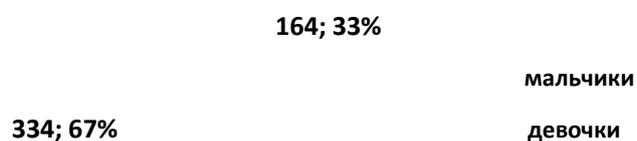
Характеристика контингента учащихся

Всего в МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» обучается 420 учащихся, 40 групп (данные в соответствии с «Сетевым городом» на 26.11.2018)

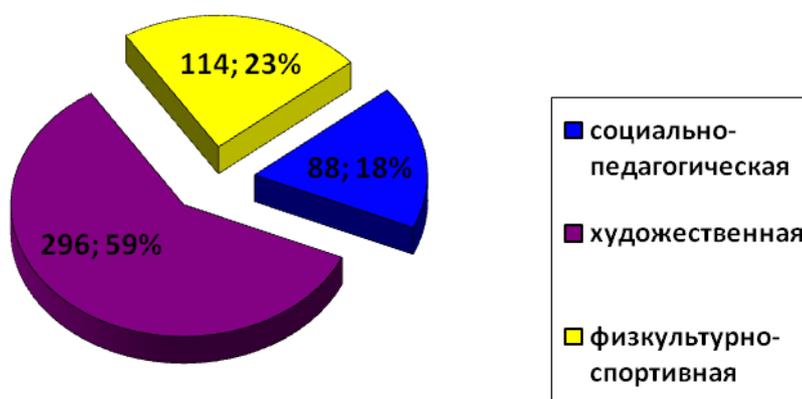
Возрастной состав учащихся

	11; 4%	
54; 17%		
	102; 33%	дошкольники
		1-4 классы
144; 46%		5-9 классы
		10-11 классы

Гендерный состав учащихся



Распределение учащихся по направленностям



На протяжении многих лет приоритетным направлением в деятельности ЦРТДЮ «Радуга» является художественное. Здесь охвачено 60% учащихся, более 23% детей заняты физкультурно-спортивным

творчеством, и наиболее малочисленная 18% - социально-педагогическая направленность.

Педагогический коллектив включает в себя 17 человек. Коллектив Учреждения работоспособен, стабилен, педагогически грамотен. Наибольшее количество педагогов в возрасте от 40 до 60 лет. Педагоги работают на основании трудовых договоров, трое являются совместителями, текучести кадров нет.

Все представленные направления позволяют детям реализовать свои способности, интересы и тем самым отвлечь их от компьютера и интернета.

Изучение опыта работы МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» с. Коелга показало, что занимаясь в учреждении дополнительного образования дети не склонны к интернет-зависимости, они свободное время занимаются творчеством, самореализуются, забыв о компьютере и виртуальной реальности.

Для того чтобы выявить склонность подростков к интернет-аддикции, мы провели исследование. В нем приняли участие обучающиеся 11-16 лет. Общая выборка составила 41 человек (8 мальчиков, 33 девочки). В исследовании использовалась разработанная нами анкета (Приложение 1).

Критерии оценки склонности к интернет-аддикции: нельзя ребенка ничем увлечь, бежит после школы домой, более 50% свободного времени проводит за компьютером, проявляет раздражительность, если его задерживают в школе; не замечает времени, когда находится за компьютером.

По результатам анкетирования и наблюдения за подростками было выявлено две категории:

1 группа — подростки, у которых не выявлены признаки интернет-аддикции — 21 человек (51%);

2 группа — подростки, имеющие склонность к интернет-аддикции — 20 человек (49%).

По гендерному признаку результаты оказались следующими: у мальчиков зависимость наблюдается чаще (из 8 мальчиков 7 (87%) указали в анкете на то, что раздражаются, если их заставляют выйти из игры, чем у девочек (12 из 33 респондентов - 36%).

После того, как нами были обработаны анкеты, мы сделали следующие выводы. 68% обучающихся (28 человек) не контролируют время, проведенное в сети Интернет. В ходе дискуссии выяснилось, что подростки не замечают времени, проведенного за компьютером. Им кажется, что прошел, например, всего один час, когда на самом деле прошло часа два, а то и больше. Глобальная сеть затягивает их в свою «паутину» настолько, что для них составляют определенные сложности отследить время.

Также выяснилось, что 20% обучающихся (8 человек) не представляют свою жизнь без интернета, он плотно вошел в их жизнь. Другие 20% обучающихся испытывают ежедневную необходимость выйти в интернет для того, чтобы проверить сообщения в социальных сетях, поиграть в онлайн-игры, полистать новости. У 37% обучающихся (15 человек) лишь иногда возникает потребность выйти в интернет. 10 подростков (24%) относятся равнодушно к интернету.

5% обучающихся (2 человека) испытывают беспокойство, когда долго не заходят в интернет, 15% (6 человек) — беспокойство, 22% (9 человек) — чувство дискомфорта, 7% (3 человека) — чувство пустоты.

66% обучающихся (27 человек) используют интернет для личных целей, т.е. для общения в социальных сетях, прослушивания музыки, просмотра фильмов и игры в онлайн-игры. 34% обучающихся (14 человек) используют интернет в качестве помощника по учебе и для поиска информации.

51% обучающихся (21 человек) предпочитают общение в социальных сетях и серфинг в интернете общению с друзьями в реальной жизни. Во время дискуссии обучающиеся объяснили это тем, что общение в интернете в разы удобнее, потому что им не приходится выходить за пределы квартиры, тратить деньги и время на встречу, когда можно воспользоваться мессенджерами и социальными сетями.

5% обучающихся (2 человека) указали, что из-за регулярного нахождения в интернете появляются проблемы с учебой. Обучающиеся объяснили это тем, что периодически они пропускают занятия, не выполняют домашние задания из-за позднего нахождения в интернете, попросту находят на просторах интернета готовые решения домашних заданий. 39% обучающихся (16 человек) интернет помогает учиться, так как там они находят нужную информацию, а иногда и готовые решения.

78% обучающихся (32 человек) указали, что предпочитают в интернете социальные сети. 36% обучающихся (15 человек) предпочитают в интернете сетевые игры, 7% обучающихся (3 человека) — виртуальную реальность. 17% обучающихся (7 человек) в приоритете используют интернет для того, чтобы подготовиться к учебе или же посмотреть ролики на YouTube.

71% обучающихся (29 человек) указали, что в большинстве случаев

выходят в интернет с мобильного устройства, 27% обучающихся (11 человек) — с компьютера/ноутбука, 2% обучающихся (1 человек) — с планшета.

98% обучающихся (40 человек) способны бросить игру или серфинг в интернете, если зовут гулять, в кино или кафе, 2% (1 человек) не готовы резко бросить пребывание в интернете.

71% обучающихся (29 человек) указали, что у них есть навязчивая идея проверки сообщений в социальных сетях. Обучающиеся объяснили это тем, что они боятся пропустить важные сообщения от друзей, поэтому часто они обновляют профиль в социальных сетях на статус онлайн.

Из проведенного исследования среди подростков, обучающихся в общеобразовательной школе мы выявили, что все дети привязаны к интернету: есть телефоны с выходом в интернет, есть компьютеры почти у всех, за исключением единиц, дети часто играют в интернет-игры (все мальчики; девочки чаще общаются на форумах, в Контакте, ведут блоги и др. Жизнь детей уходит в экранную плоскость и остается мало времени на реальную жизнь. Часть детей (не более 10%) очень зависимы от интернета и чаще всего эта зависимость в сельской местности проявляется в зимнее время.

Вывод можно сделать следующий: дети, занимающиеся в МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» с.Коелга, участвуя в различных мероприятиях, реже используют компьютер, находятся в зависимом от него положении, а больше развиваются, участвуя в мероприятиях центра.

2.2 Программа по профилактике интернет-аддикции в учреждении дополнительного образования

Актуальность программы обусловлена результатами проведенного анкетирования и изучения опыта деятельности МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» с. Коелга» по профилактике интернет-аддикции. Было выявлено, что, во-первых, учреждения дополнительного образования имеют реальные ресурсы для профилактики интернет-аддикции; во-вторых, проблема интернет-аддикции существует у детей, не занятых во внеурочное время. Учитывая данные результаты, была сформулирована цель программы, направленной на профилактику интернет-аддикции в учреждении дополнительного образования.

Цель программы — использование возможностей дополнительного образования для профилактики зависимого от интернета поведения.

Задачи программы:

- 1) расширение спектра предлагаемых детям видов деятельности; 2) создание площадок для общения и самореализации подростков.

Направления программы:

- 1) создание кружка по виртуальному туризму; 2) создание клуба для развития лидерских качеств.

Содержание первого направления.

«Виртуальный туризм».

Данное направление способствует содействию познавательному, культурному и духовному развитию подростков, а именно: приобщение их к региональному и мировому культурному наследию, расширение кругозора; развитию познавательных навыков, развитию образного мышления; формированию интереса к окружающему миру, культуре и истории; а также улучшению эмоционального состояния.

Темы:

- «Третьяковская галерея»;

- «Прогулка по Италии»;
- «Музей искусств (г. Актобе, Республика Казахстан)»;
- «Нью-Йорк»;
- «Венеция»;
- «Прогулка по Санкт-Петербургу и Москве».

Формы организации:

□ беседы – педагог красочно рассказывает об истории, культуре, окружающем мире по заявленным темам, обучающиеся делятся своими знаниями.

□ виртуальные экскурсии – будут проводиться при помощи использования YouTube и сайта <https://www.airpano.ru/>, где представлены виртуальные туры в режиме 360°.

□ проектная деятельность – создание экскурсий своими силами всеми возможными способами; проекты будут защищаться ближе к окончанию реализации программы;

□ конкурс – дети выставляют на конкурс свои проектные работы, рисунки, графические картинки, созданные видео-экскурсии.

Ожидаемые результаты реализации программы: подростки начнут с пользой использовать интернет, расширят свой кругозор, культурно обогатятся, сформируют интерес к окружающему миру, истории и культуре.

Работа осуществляется в течение года. Каждый год имеет свою тематику.

Содержание второго направления

«Клуб для развития лидерских качеств»

Цели: развития лидерских и коммуникативных качеств у подростков, формирования навыков эффективного взаимодействия в команде, а также развитие активной жизненной позиции.

Задачи:

1) способствовать формированию лидерских качеств, способности к рефлексии, психологической и коммуникативной культуры.

2) способствовать развитию навыков творческих и интеллектуальных способностей; работы в команде; эмоциональной устойчивости в сложных жизненных ситуациях.

3) создать условия для мотивации к социально значимой деятельности, активизации ученического самоуправления, создания благоприятного психологического климата, снижения уровня тревожности в коллективе и отвлекать от компьютерной зависимости

Формы работы:

анкетирование – поведятся с целью выявления лидерских качеств, уровня тревожности, определения уровня самооценки;

тренинг;

дискуссии;

деловые и ролевые игры; конкурсы.

Методы: диагностический, развивающий, образовательный, воспитательный (таблица 2).

Таблица 2 –Программа мероприятий

Тема занятия	Теория	Формы работы
Содержание программы первого года обучения:		

Первое занятие	Знакомство детей. Знакомство с деятельностью в рамках программы	Игры на знакомство Рассказ педагога Беседа
Портрет лидера	Кто такой лидер Типы лидеров. Формальный и неформальный лидер. Лидерские качества у успешных людей. Рейтинг лидерских качеств.	Тест «Я - лидер». Ранжирование качеств лидера. Устное рисование портрета лидера. Шифровка «ЛИДЕР»
Организация детского самоуправления	Что такое детское самоуправление. Роль лидера в самоуправлении. Уровни развития школьного самоуправления. Обязанности членов детского самоуправления. Поручения.	Лекция или беседа Мозговой штурм Игры на взаимодействие Игра «Дом самоуправления» Разработка модели самоуправления детской группой
Портфолио лидера	Что такое «портфолисмысл, цель составлен Как строится портф Разновидности. Требования портфол предьявляемого конкур	Игра-моделирование структуры портфолио Беседа на тему "Где брать материалы для портфолио" Портфолио - это документ (практикум)

Коллективная творческая деятельность	Что такое коллектив? Нужен ли современным школьникам коллектив? Стадии КТД.	Дискуссия Проектирование КТД Игра на сменного лидера
Коммуникативные навыки и умения. Общение	Как слушать? Как понять другого? Виды общения (бытовое, деловой разговор). Вербальные и невербальные средства общения. Культура диалога и речи лидера	Игры на взаимодействие (откровенный разговор знатоков). Упражнения «Какой слушатель мешает». Индивидуальная работа «Что внутри меня мешает и помогает общению. Что снаружи меня (поведение окружающих людей) мешает и помогает
Основы организаторской работы	Я - организатор: что это такое. Качества организатора. Правила организации мероприятия. Планирование работы. «Управляющая пятерня». Анализ проделанной работы. Ресурсы	Игровая деятельность Диагностика - лидерских качеств - организационных умений. Обучающий семинар по планированию
Участие в конкурсах, мероприятиях	Конкурс «Лидер группы» среди лидеров ДОО. Акция «Новогодний подарок бабушке» (на проверку организационных умений)	- Акция - Праздник - Конкурс

Продолжение таблицы 2

Итоговое занятие	Подведение итогов работы за год.	Тестирование, анкетирование
------------------	----------------------------------	-----------------------------

Содержание программы второго года обучения:		
Вводное занятие	Совместное планирование занятий	Мозговой штурм Игры на ознакомление с темами,
Лидер во всех аспектах	Особенности лидерства. Великий и достойный лидер. Проявления лидерства. Лидеры - созидатели. Лидеры – разрушители. Организаторы, генераторы, инициаторы, эрудиты, умельцы. Абсолютные лидеры. Лидерство в семье	Игры и упражнения на выявление лидерских качеств. Определение типа лидерства на примерах. Тестирование на выявление лидерских навыков. Игра «Чемодан лидера»
Взаимодействие. Работа в команде.	Умение работать в команде. Конструктивные командные роли. Деструктивные командные роли	Игры и упражнения на образование команды. Определение командных ролей на примерах

Продолжение таблицы 2

Формирование толерантных отношений. Разрешение конфликтов	Что такое толерантность? Что такое толерантное поведение. Милосердие. Принятие. Терпимость и др. Умение разрешать конфликты. Как вести себя в споре. Как избежать конфликтную ситуацию	Упражнения. Игры «Пойми меня», «Шляпа и др. Тренинг «Мы вместе». Проигрывание конфликтных ситуаций
Здоровый образ лидера.	Основные элементы ЗОЖ. Кто такой здоровый человек? Здоровье - психическое, социальное, физическое. Формула здоровья. Разработка режима дня. Вредные привычки. Питание	Игры и упражнения на взаимодействие. Антирейтинг "вредных привычек" Подвижные игры.
Социальное проектирование	Что такое социальное проектирование? Способы составления проектов. Основные этапы реализации проектов. Выбор темы. Оформление. Презентация. Подведение итогов	Составление социального проекта. Участие в акции «Я – гражданин России»

Продолжение таблицы 2

<p>Слагаемые успеха. Конкурентноспособная личность</p>	<p>Что такое успех? Секреты успеха. Условия успеха (время, цель, знания). Нацеленность: на успех или избегание неудач. Конкурентоспособность. Понятие. Качества конкурентно-способной личности. (КСЛ) Мировоззрение КСЛ. Отношение к людям, к делу, к миру и природе, к риску, к духовным ценностям и др. Самосовершенствование и личностный рост</p>	<p>Игры и упражнения на взаимодействие. Анкетирование, тестирование. Работа в группах.</p>
------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

Окончание таблицы 2

Формы массовых мероприятий в школе	Формы массовых мероприятий. Конкурсы, интеллектуальные турниры, выставки, эстафеты, лектории, диспуты, экскурсии, походы, ток-шоу и др. Этапы организации массовых мероприятий. Конструирование. Подготовка. Проведение. Анализ.	Игры и упражнения на взаимодействие. Работа в группах. Разработка собственных вариантов проведения мероприятий. Рекомендации
Участие в конкурсах, мероприятиях	Школьные конкурсы. Районный конкурс «Ученик года» среди лидеров ДОО. Акция «Новогодний подарок сироте». День счастья для детей-сирот.	Подготовка и участие
Итоговое занятие	Подведение итогов работы Школы лидера.	Игры и упражнения на взаимодействие. Итоговое тестирование, анкетирование

Программа рассчитана на 2 года. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

Ожидаемые результаты реализации программы

- обучающиеся будут иметь представления об эффективном взаимодействии лидера с коллективом;
- будут сформированы личностные, и коммуникативные качества;

- будут иметь мотивацию к участию в социально-значимой деятельности;
- будут уметь договариваться или приходить к компромиссу в совместной деятельности;
- будут уметь работать в команде.
- будут проводить меньше времени в сети .

Таким образом, делая выводы по программе, отметим, что цель ее: использование возможностей дополнительного образования для профилактики зависимого от интернета поведения. Задачи программы: 1) расширение спектра предлагаемых детям видов деятельности; 2) создание площадок для общения и самореализации подростков. Направления программы: 1) создание кружка по виртуальному туризму; 2) создание клуба для развития лидерских качеств.

Первое направление «Виртуальный туризм» связано с использованием возможностей интернета для познавательного развития детей, направлено на обучение школьников использованию интернетпространства на пользу, а не во вред. Второе направление связано с общением детей и формированием у них лидерских качеств, что позволяет ориентировать их на реальную жизнь и взаимодействие в ней.

Особенность программы в том, что для детей не запрещается использование интернет-пространства, потому что это их будущая сфера деятельности и в то же время осуществляется помощь в том, что они учатся взаимодействовать с людьми, управлять ими, а главное осваивают навыки реального общения.

Вывод по второй главе

Из проведенного исследования среди подростков, обучающихся в общеобразовательной школе мы выявили, что все дети привязаны к интернету: есть телефоны с выходом в интернет, есть компьютеры почти у всех, за исключением единиц, дети часто играют в интернет-игры (все мальчики; девочки чаще общаются на форумах, в Контакте, ведут блоги и др. Жизнь детей уходит в экранную плоскость и остается мало времени на реальную жизнь. Часть детей (не более 10%) очень зависимы от интернета и чаще всего эта зависимость в сельской местности проявляется в зимнее время.

Вывод можно сделать следующий: дети, занимающиеся в МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» с. Коелга, участвуя в различных мероприятиях, реже используют компьютер, находятся в зависимом от него положении, а больше развиваются, участвуя в мероприятиях центра.

Для достижения цели квалификационной работы была разработана программа, цель которой - использование возможностей дополнительного образования для профилактики зависимого от интернета поведения. Задачи программы: 1) расширение спектра предлагаемых детям видов деятельности; 2) создание площадок для общения и самореализации подростков. Направления программы: 1) создание кружка по виртуальному туризму; 2) создание клуба для развития лидерских качеств.

Первое направление «Виртуальный туризм» связано с использованием возможностей интернета для познавательного развития детей, направлено на обучение школьников использованию интернетпространства на пользу, а не во вред. Второе направление связано с общением детей и формированием у них лидерских качеств, что позволяет ориентировать их на реальную жизнь и взаимодействие в ней.

Особенность программы в том, что для детей не запрещается использование интернет-пространства, потому что это их будущая сфера деятельности и в то же время осуществляется помощь в том, что они учатся взаимодействовать с людьми, управлять ими, а главное осваивают навыки реального общения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В современном информационном обществе очень трудно представить жизнь человека без интернета. Особенно поглотил интернет подрастающее поколение, рожденное в эпоху информации. Дети с младенческого возраста прикованы к гаджетам и родителям очень часто это удобно, поскольку можно заниматься своими делами. Но чрезмерное пребывание в сети и пользование компьютером может привести к зависимости от этих устройств и виртуальной реальности, общения в сети и игр. В этом случае можно говорить об интернет-аддикции как социально опасном явлении, которое влияет на развитие, физическое и эмоциональное состояние ребенка.

В настоящее время придумывается множество способов отвлечения детей от интернета: от простых запретов, скандалов с детьми до изменения жизненной ситуации - отправить к бабушке в деревню, в лагерь на все лето – все для того, чтобы дети не пользовались интернетом.

Но такие меры неэффективны, нужно искать такие способы профилактики и коррекции интернет-аддикции, которые будут воздействовать на ребенка не запретом, а привлечением интереса, которые, поставив ребенка в ситуацию выбора, заставят его задуматься о том, что в

жизни есть много более интересных и важных вещей, как общение со сверстниками, движение, развитие своих способностей и таланов.

Одной из сфер, способствующих как профилактике, так и коррекции интернет-аддикции у детей и подростков, является сфера дополнительного образования. Дополнительное образование привлекает детей возможностью добровольно выбрать занятие, дело по душе. Это образование создано для решения проблем с бездеятельностью, скукой. Дополнительное образование своей ненормативностью может переключить внимание ребенка с бесцельного блуждания по просторам интернета на увлекательное занятие, увлечение на всю жизнь.

Из актуальности была сформулирована цель исследования: на основе теоретического анализа научных источников и практической деятельности разработать программу социальной профилактики интернет-аддикции у подростков в учреждении дополнительного образования.

Для достижения цели были определены следующие задачи:

5) изучить сущность интернет-аддикции и причины ее

возникновения у подростков;

6) изучить особенности социальной профилактики интернетаддикции у подростков в условиях дополнительного образования;

7) провести исследование по изучению склонности подростков к интернет-зависимости;

8) разработать программу социальной профилактики интернетаддикции у подростков.

В первой главе исследования изучался феномен интернет-аддикции и социальной профилактики.

При решении первой задачи было выявлено, что интернет-аддикция – сложный научный феномен, который характеризуют:

□ во-первых, как вид девиантного поведения, поскольку отличается непреодолимым неразумным влечением к использованию интернета, которое не только причиняет вред психологическому и физическому здоровью личности, но и оказывает пагубное влияние на межличностные отношения;

□ во-вторых, как нехимическую зависимость, которая характеризуется сильным влечением к использованию интернета, проявляется в своеобразном уходе от реальности, при котором процесс пребывания в виртуальном мире затягивает субъекта настолько, что он не в состоянии оторваться и полноценно функционировать в реальном социуме;

□ в-третьих, беспредельным увлечением каким-либо объектом или деятельностью, «которые становятся определяющим вектором поведения человека, оттесняющим на второй план или полностью блокирующим любую иную деятельность, и входит в состав аддиктивного, патохарактерологического типов девиантного поведения».

К основным формам интернет-аддикции относят: хакерство, создание вредоносных программ, интернет-пресупность, геймерство. Существуют разные типологии интернет-аддиктивных подростков («Интернет-контакты», «Интернет-игроки», «Интернет-гедонисты», «Интернет-исследователи», смешанный тип; интернет-коммуникаторы, интернет-эротоманы; интернет-агрессоры; интернет-когнитиваторы, интернет-гемблеры, интернет-покупатели).

Последствиями зависимости от интернета являются в появлении проблем в семье, потерянная работа, плохая успеваемость в школе,

нарушении режима питания, развитие различных патологий в организме и др.

К причинам обращения подростков к интернету следует отнести: 1) внутренние трудности переходного возраста; 2) неопределенность социального положения; 3) противоречия, обусловленные перестройкой механизмов социального контроля (детские формы контроля, основанные на соблюдении внешних норм и послушании взрослым, уже не действуют, а взрослые способы, предполагающие сознательную дисциплину и самоконтроль, еще не сложились или не окрепли).

Психологические особенности подростков с аддиктивными формами поведения: сниженная переносимость трудностей повседневной жизни; скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством; внешняя социабельность, сочетающаяся со страхом перед стойкими эмоциональными контактами; стремление говорить неправду; стремление обвинять других, зная, что они невиновны; стремление уходить от ответственности в принятии решений; стереотипность, повторяемость поведения, зависимость, тревожность. К последствиям влияния интернета на подростков следует отнести аутизацию, неадекватные эффекты в процессах социальной перцепции; вред психологическому и физическому здоровью человека, пагубное влияние на его межличностные отношения (особенно на невербальную коммуникацию).

Решая вторую задачу квалификационной работы, мы выявили, что под профилактикой следует понимать систему мероприятий, направленных на предупреждение развития социального явления, отклонений в развитии и здоровье человека. Она бывает первичной, вторичной и третичной в зависимости от целевой аудитории и задач, преследуемых разработчиком и различается качеством аудитории, на которую направлена и целями,

усложняющимися от одного вида к другому: откомплексамероприятий, направленных на формирование устойчивых, положительных форм поведения (первичная) к снижению поведенческих девиаций (вторичная) и к системе целенаправленного воздействия, по уменьшению риска возобновления отклоняющегося поведения.

Решение проблемы профилактики отклоняющегося поведения как правило связано с диагностикой, анализом, прогнозированием, предупреждением, коррекцией и контролем отклоняющегося поведения; погружением подростка-девианта в позицию субъекта посильного самообучения, самовоспитания с учетом особенностей его интеллектуального развития; привлечением положительного влияния ближайшего, значимого окружения; участия в посильной деятельности с целью адаптации в обществе; индивидуальным и дифференцированным подходом к подросткам указанной категории всех членов микро- и макроокружения; их вовлечением в систему дополнительного образования.

Для профилактики интернет-аддикции предлагается: выявление психологических характеристик интернет-аддиктов, использование психологических характеристик в качестве индивидуальных «мишеней» воздействия для превенции аддиктивного поведения, проведение тренингов, направленных на обучение необходимым навыкам адаптивного поведения, организация мастер-классов для повышения стрессоустойчивости и тренингов развития коммуникабельности, развитие творческих способностей, в формате альтернативной деятельности активное привлечение интернет-пользователей к участию в спортивных мероприятиях, флеш-мобах, волонтерской деятельности.

В качестве основных форм профилактики интернет-аддикции авторы предлагают использовать циклы бесед, специальные элективные творческие

уроки, классные часы, упражнения, игры, техники, циклы групповых консультаций, проекты, конференции, специальные практические комплексные занятия, освоение специальной компьютерной программы «ТАЙМЕР», лекции, семинары, тематические выступления на методических совещаниях, «круглые столы», родительские собрания, дискуссии, групповые консультации, создание и работа педагогической мастерской, тренинги и др.

Представленные в науке программы профилактики интернет-девиаций в основном носят разрозненный характер, проблему предупреждения интернет-аддикции у современных подростков предлагают решать посредством повышения волевых качеств детей, психологической грамотности родителей; развития коммуникативных навыков школьников. Но в то же время в программах не учитывается потенциал интернета как современного источника информации, без которого в современном мире уже не обойтись и который становится новым универсальным орудием деятельности человека, пользование которым обеспечивает такое важное качество как мобильность, успешность человека в информационном мире, его адекватность запросам времени и информационного общества.

В практической части была поставлена цель – изучить практические основы социальной профилактики интернет-аддикции на базе МБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества «Радуга» с. Коелга».

Задачи: 1) изучить опыт работы учреждения дополнительного образования по профилактике интернет-аддикции у подростков; 2) разработать программу по профилактике интернет-аддикции у подростков.

Из проведенного исследования среди подростков, обучающихся в общеобразовательной школе мы выявили, что все дети привязаны к

интернету: есть телефоны с выходом в интернет, есть компьютеры почти у всех, за исключением единиц, дети часто играют в интернет-игры (все мальчики; девочки чаще общаются на форумах, в Контакте, ведут блоги и др. Жизнь детей уходит в экранную плоскость и остается мало времени на реальную жизнь. Часть детей (не более 10%) очень зависимы от интернета и чаще всего эта зависимость в сельской местности проявляется в зимнее время. Вывод можно сделать следующий: дети, занимающиеся в МБОУ ДО ЦРТДЮ «Радуга» с. Коелга, участвуя в различных мероприятиях, реже используют компьютер, находятся в зависимом от него положении, а больше развиваются, участвуя в мероприятиях центра.

Для достижения цели квалификационной работы была разработана программа, цель которой – использование возможностей дополнительного образования для профилактики зависимого от интернета поведения. Задачи программы: 1) расширение спектра предлагаемых детям видов деятельности; 2) создание площадок для общения и самореализации подростков. Направления программы: 1) создание кружка по виртуальному туризму; 2) создание клуба для развития лидерских качеств. Первое направление «Виртуальный туризм» связано с использованием возможностей интернета для познавательного развития детей, направлено на обучение школьников использованию интернет-пространства на пользу, а не во вред. Второе направление связано с общением детей и формированием у них лидерских качеств, что позволяет ориентировать их на реальную жизнь и взаимодействие в ней. Особенность программы в том, что для детей не запрещается использование интернет-пространства, потому что это их будущая сфера деятельности и в то же время осуществляется помощь в том, что они учатся взаимодействовать с людьми, управлять ими, а главное осваивают навыки реального общения.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Агеева, Л.Ф. Организация психолого-педагогического сопровождения в образовательном учреждении с целью предупреждения компьютерной зависимости школьников: методическое пособие / Л.Ф. Агеева, А.В. Вольтов, Т.В. Купреничева, Е.В. Матюхина. / Серия «Здоровье в школе». – СПб: ГБС(К)ОУ школа-интернат № 9, 2013. – 58 с.
2. Арестова, О.Н. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия / О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, А.Е. Войскунский // Вестник МГУ. – Сер.14.– Вып.4, 1996.
3. Арестова, О.Н. Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете / О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, А.Е. Войскунский./ Под ред.А.Е. Войскунского. –М.: Можайск-Терра, 2000. – 431 с.
4. Бабаева, Ю.Д Психологические последствия информатизации / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский // Психологический журн. – Т. 19. – № 1,1998. – С.89-100.

5. Бабаева, Ю.Д. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский, О.В. Смыслова / Под ред. А.Е. Войскунского. – М.: Можайск-Терра, 2000. – 431 с.
6. Балонов, И.М. Компьютер и подросток / И.М. Балонов. – М., 2002. – С.32-58.
7. Бирюков, В. Сеть и наркомания. Компьютерный еженедельник «Компьютерра». / В. Бирюков. – № 16, 1998. – С.13-15.
8. Боровкова, Н. Виртуальное зависание / Н. Боровкова/ журнал «Человек и наука». – Февраль 2002.
9. Бэнкс, М. Психи и маньяки в Интернете / Под ред. М.Бэнкс // СПб.: Символ-плюс, 1998. – С.12-39.
10. Варламова, С.Н. Интернет-зависимость молодёжи мегаполисов: критерии и типология / С.Н. Варламова, Е.Р. Гончарова, И.В. Соколова // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены, 2015. – № 2 (125). – С. 165-182.
11. Вейценбаум, Дж. Возможности вычислительных машин и человеческий разум // От суждений к вычислениям. / Пер. с англ.А.Л. Горелика / Под ред. А.Л. Горелика. – М: Радио и связь,1982.
12. Вересаева, О. «Психология и интернет на пороге XXI века». / О. Вересаева. / Психологическая газета № 12, 1996. – С.4-6.
13. Войскуновский, А.Е. Интернет – новая область исследований в психологической науке. Статья из: Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. – Выпуск 1. / А.Е. Войскунский. – М.: Смысл, 2002.– С. 82-101.

14. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета / А.Е. Войскунский. // Психологический журнал, 2004. –Т. 25. – № 1. –С.90-100.
15. Войскунский, А.Е. Исследования Интернета в психологии // Интернет и российское общество / А.Е. Войскунский. / Под ред. И. Семенова. – М., 2002.– С. 235-250
16. Войскунский, А.Е. Общение, опосредованное компьютером/ Диссертация кандидата психологических наук. – М.,1990.
17. Войскунский, А.Е. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции // Тезисы докладов 2-й Российской конференции по экологической психологии. / А.Е. Войскунский. – М.: Экопсицентр РОСС, 2000. – С. 251-253.
18. Войскунский, А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. – М.: Можайск-Терра, 2000. – С. 100-131.
19. Выготский, Л.С. Педология подростка // Собр. соч.: В 6 Т. / Л.С. Выготский. – М.: Издательство: Педагогика, 1984. – Т. 4. – 432 с.
20. Гриффитс, М. Интернет-зависимость: факт или выдумка? / М. Гриффитс. – М.: Психолог. – № 5, 1999. – С. 246-250
21. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. – М., 2000. – 431 с.
22. Егоров, А.Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции/ А.Ю. Егоров. // Аддиктология, 2005. – № 1. – С.65-77.
23. Егоров, А.Ю. Нехимические зависимости. / А.Ю. Егоров. – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.

24. Егоров, А.Ю. Особенности личности подростков с интернетзависимостью / А.Ю. Егоров, Н. Кузнецова, Е. Петрова // Вопросы психического здоровья детей и подростков, 2005. – Т. 5.– № 2.– С. 20-27
25. Егоров, А.Ю. Расстройства поведения у подростков: клиникопсихологические аспекты. / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов // СПб.: Речь. – 2005. – 436 с.
26. Жичкина, А.Е. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета / А.Е. Жичкина, Е.П. Белинская // Труды по социологии образования. – М., 2000.– Т. 5.– Вып. 7.
27. Завалишина, О.В. Интернет-аддикция одна из актуальных проблем современности / О.В. Завалишина, Н.А. Загуменных, Е.С. Постоева // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета, 2015. – № 105. – С. 1-10.
28. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: учеб. пособие / Под ред. В.Л. Малыгина. – М: МГМСУ, 2011. – 32 с.
29. Калинина, Ю.А. Интернет-зависимость – болезнь нового поколения / Ю.А. Калинина, Е.А. Заплата, Е.А. Еремина, Д.В. Лопатин // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус, 2012. – № 2. – С. 129-131.
30. Ковалева, Е.В. «Я – житель интернета»: явление интернетзависимости у детей и подростков / Е.В. Ковалева // Молодой ученый, 2015. – № 21. – С. 788-790.
31. Конаржевский, Ю.А. Педагогический анализ учебновоспитательного процесса и управление школой (для директоров и

заместителей директоров школ) / Ю.А. Конаржевский. – М.: Педагогика, 1997. – 144 с.

32. Корнеева, Е. Компьютерная зависимость: «бермудский

треугольник» за углом / Под ред. Е. Корнеевой // Мир семьи, 2004. – С. 1318

33. Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития. / Ц.П. Короленко // Обозр. психиат. и мед. психол., 1991/1.

34. Короленко, Ц.П. Социодинамическая психиатрия. /

Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева // М., Екатеринбург, 2000.

35. Крайг, Г. Психология развития. / Г. Крайг, Д. Бокум // 9 -е изд. – СПб: Питер, 2008. – 940 с.

36. В.В. Измененные состояния сознания: психологический анализ /

В.В. Кучеренко, В.Ф. Петренко, А.В. Госохин // Вопросы психологии, 1998.– № 3.– С. 70-78.

37. Малыгин, В.Л. «Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики»: Учебное пособие. / В.Л. Малыгин. – М.: МГМСУ, 2011. – 32 с.

38. Малыгин, В.Л. Интернет-зависимое поведение: биологические, психологические и социальные факторы риска формирования у подростков / В.Л. Малыгин, Ю.А. Меркурьева, Н.С. Хомерики, А.А. Антоненко, Е.А. Смирнова // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – № 2, 2015. – С. 16-19.

39. Маслов, О.Р. Психикаиреальность:типология виртуальности. /О.Р. Маслов, Е.Е. Пронина // Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте. – М.: Российская Ассоциация Искусств.

Интеллекта, – 1998. – С. 211-225.

40. Менделевич, В.Д. Специфика девиантного поведения подростков в интернет-пространстве / В.Д. Менделевич // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – № 2, 2015. – С. 19-21.

41. Моисеенков, И. Оно / Под ред. И. Моисеенко // М.: Компьютера, 1996. – С. 43.

42. Мустафьева-Гюнай, Надир Гызы. Социальные аспекты интернетзависимости / Надир Гызы Мустафьева-Гюнай // Национальный психологический журнал. – № 2, 2012. – С. 95-99.

43. Новосельцев, В.И. Компьютерные игры: детская забава или педагогическая проблема? / В.И. Новосельцев // Директор школы. – № 9, 2003. – С. 13-18.

44. Обжорин, А.М. Профилактика компьютерной и интернетзависимости в современной школе / А.М. Обжорин // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – № 1 (6), 2011. – С. 79-84.

45. Оськина, Н.Г. Профилактика интернет-аддикции у детей младшего школьного возраста / Н.Г. Оськина // Начальная школа: плюс до и после, 2012. – № 12. – С.12–19.

46. Панкова, Т.В. Исследование интернет-зависимости подростка / Т.В. Панкова, Н.В. Сергеева // Электронный научно-практический журнал «Современная педагогика». – 2014. – № 5.

47. Репина, М.А. Проблема интернет-зависимости среди подростков /

М.А. Репина, А.Ф. Федоров // Молодой ученый. – № 20, 2014. – С. 662-664.

48. Рослякова, С.В. Педагогика в социальной работе /

С.В. Рослякова, Т.Г. Пташко, Н.А. Соколова. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – 387 с.

49. Саглам, Ф.А. Интернет-аддикция подростков как форма проявления отклоняющегося поведения / Ф.А. Саглам // Педагогическое образование и наука, 2009. – № 5. – С. 89.

50. Саглам, Ф.А. Педагогические условия коррекции Интернетаддикции у подростков: Автореф. дис. канд. пед. наук / Ф.А. Саглам. – Казань, 2009. – 23 с.

51. Сегал, Б. Девиантность подростков: Теория, методология, эмпирическая реальность / Б. Сегал. – СПб., 2001. – 331 с.

52. Семпси, Дж. Психонетическая психология: обзор литературы по психологическим и социальным аспектам многопользовательских сред (MUD) в киберпространстве // Гуманитарные исследования в Интернете / Дж. Семпси / Под ред. А.Е. Войскунского. – М., 2000. – С.77-99.

53. Тихомиров, О.К. Информационный век и теория Л.С. Выготского / Под ред. О.К. Тихомирова // Психологический журнал. – № 1, 1993. – С. 35-36

54. Тончева, А.В. Диагностика киберкоммуникативной зависимости /

А.В. Тончева // Интернет-журнал Науковедение. – № 4 (13), 2012. – С. 1-5.

55. Федосов, А.Ю. Реализация развивающей и воспитательной функций информационно-образовательной среды школы в аспекте профилактики интернет-аддикции учащихся / Информатизация образовательной среды / А.Ю. Федосов // Вестник Герценовского университета. – 2013. – № – 3. – С. 98 –101.

56. Фельдштейн, Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. / Д.И. Фельдштейн. –

М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002. – 432 с.

57. Фролов, В.А. Педагогические условия профилактики виртуальной аддикции старших школьников: Автореф. дисс. /

В.А. Фролов. – М., 2010. – Режим доступа: <http://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-01/dissertaciya-pedagogicheskie-usloviyaprofilaktiki-virtualnoy-addiktsii-starshih-shkolnikov#ixzz3umzpuQOw> (дата обращения: 20.03.2019).

58. Чудов, Г.С. Современная форма виртуальной реальности / Г.С. Чудов // Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте. – Москва, 1998. – С. 295-305.

59. Чудова, И.В. Особенности образа «Я» «Жителя Интернета» / Г.С. Чудов // Психологический журнал, 2002. – Т. 22. – № 1. – С. 113-117.

60. Шавамиш, В.В. Зависимое поведение школьников / В.В. Шавамиш. – СПб, 2001.

61. Шаталина, М.А. Анализ факторов, влияющих на формирование интернет-аддикции / М.А. Шаталина // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – Том 15. – № 1, 2009. – С. 188-192.

62. Шик, С.В. Дефициты самопонимания как факторы риска аддиктивного поведения старших подростков / С.В. Шик // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева, 2011. – С. 175-179.

63. Шик, С.В. Психология девиантного поведения подростков: учебное пособие. / С.В. Шик. – Красноярск: филиал НОУ ВПО «СПб ИВЭСЭП» в г. Красноярске, 2014. – 254 с.

64. Шик, С.В. Становление самопонимания как средства социальнопедагогической профилактики аддиктивного поведения у старших подростков / С.В. Шик // Известия ВГПУ, 2010. – С. 119-124.

65. Шик, С.В. Становление самопонимания у старших подростков как средства социально-педагогической профилактики аддиктивного поведения: Монография. / С.В. Шик. – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2011. – 280 с.

66. Юрьева, Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография. / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот / Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

67. Янг, К. Диагноз – Интернет-зависимость / К. Янг // М.: Мир Интернет, 2000. – № 2. – С. 24-29.

68. <http://azps.ru/articles/neblago/addiction.html> (Дата обращения: 12.03.2019)

69. <http://www.univer5.ru/sotsialnaya-rabota/osnovnyie-tehnologiisotsialnoy-raboty-192/Page-23.htm> (Дата обращения: 12.03.2019)

Приложение 1 Анкета для изучения интернет-аддикции

1. Ваш пол?

1) Мужской 2)
Женский

2. Возраст _____

3. Чем, помимо учёбы, Вы любите заниматься?

4. С какого устройства Вы чаще всего заходите в интернет?

1) Мобильный телефон.
2) Компьютер/ноутбу
к. 3) Планшет.

5. Для какой цели Вы пользуетесь интернетом? 1)

Для учебы, поиска информации.

2) Для личных целей (социальные сайты, игры, музыка и т. д.). 3)
Вообще не пользуюсь.

6. Контролируете ли Вы время, проведенное в интернете?

1) Да. 2)

Нет.

7. Что вы испытываете, когда долго не играете или не находитесь в интернете?

1) Беспокойство.

2) Раздражительность.

3) Чувство дискомфорта.

4) Чувство подавленности.

5) Ощущение пустоты. 6) Другое _____.

8. Предпочитаете ли Вы живому общению общение в интернете?

1) Да. 2)

Нет.

9. В интернете Вы предпочитаете (выбрать не больше двух):

1) Виртуальную реальность;

2) Социальные _____ сети
(_____); 3) Сетевые игры

(нужное подчеркнуть: бродилки, аркады, квесты, гонки, стрелялки, РПГ, стимуляторы);

4) _____.

10. Способны ли Вы бросить игру или серфинг в интернете, если зовут гулять, в кино или кафе?

1) Да. 2)

Нет.

11. Влияет ли интернет на Вашу учебу? 1)

Не влияет.

2) Интернет помогает мне учиться. 3)

Мешает учебе.

12. Считаете ли Вы себя интернет-зависимым человеком?

- 1) Да.
- 2) Нет.