



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

Т.А. Безенкова
К.Е. Безенков
О.А. Андриенко

**ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-
КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Монография

Магнитогорск
2021

Рецензенты:

кандидат педагогических наук,
заместитель директора по социальным вопросам,
МУ «Комплексный центр социального обслуживания населения»
Правобережного района г. Магнитогорска
Н.А. Андрусяк

кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры педагогического образования и документоведения,
ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический
университет им. Г.И. Носова»
Е.Н. Кондрашова

Безенкова Т.А., Безенков К.Е., Андриенко О.А.

Профилактика аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий [Электронный ресурс] : монография / Татьяна Александровна Безенкова, Кирилл Евгеньевич Безенков, Оксана Александровна Андриенко ; ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова». – Электрон. текстовые дан. (1,99 Мб). – Магнитогорск: ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», 2021. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). – Систем. требования : IBM PC, любой, более 1 GHz ; 512 Мб RAM ; 10 Мб HDD ; MS Windows XP и выше ; Adobe Reader 8.0 и выше ; CD/DVD-ROM дисковод ; мышь. – Загл. с титул. экрана.

ISBN 978-5-9967-2092-7

В монографии представлены теоретические и практические основы изучения проблемы профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий. Практическая значимость работы заключается в возможности использования ее материалов и результатов исследования в процессе социальной реабилитации подростков с аддиктивным поведением.

УДК 364.043.4

ISBN 978-5-9967-2092-7

© Безенкова Т.А., Безенков К.Е., Андриенко О.А., 2021

© ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им. Г.И. Носова», 2021

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	7
1.1. Анализ состояния проблемы профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий.....	7
1.2. Основные направления профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий.....	29
1.3. Виды и формы внеклассных мероприятий для школьников	36
2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ.....	43
ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	43
2.1. Методика профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий.....	43
2.2. Эмпирическое исследование, направленное на изучение уровня развития аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий.....	54
2.3. Программа реализации цикла внеклассных мероприятий по профилактике аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий.....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	70
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	73

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Одним из самых значимых процессов в современной России является переход к информационному обществу, в котором Интернет является ключевой технологией.

Информатизация и компьютеризация современного общества приобретает все более глобальные масштабы. Современное образование, как часть современного общества, также сопровождается глобальными процессами в отношении использования информационных ресурсов. Все это отражено в государственных документах, регулирующих отношения в сфере образования: Федеральный Закон РФ «Об образовании», президентская программа «Наша Новая школа» и др. Одним из важных требований современной школы является «воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества». Вместе с тем, один из метапредметных результатов освоения основной образовательной программы общего образования – это способность к «использованию различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета...».

Широкое внедрение информационных технологий в жизнь современного человека имеет как позитивные, так и негативные последствия.

С одной стороны, с активизацией роли Интернета в образовании учащиеся получили доступ ко многим образовательным ресурсам. С другой стороны, сознание современного школьника далеко не всегда информация из Интернета используется для учения и развития. Эта информация не имеет структурно-содержательной логической связи и подается бессистемно, ломано вписывается в жизнь ребенка, в процесс его образования и развития (Д.И. Фельдштейн).

Осознавая необходимость обеспечения безопасности учащихся от средств массовой информации, многие исследователи обращают внимание именно на отрицательные стороны внедрения Интернета в образование. Одной из них является развитие Интернет-зависимости учащихся как одного из видов отклоняющегося поведения.

Отрицательными последствиями длительного использования информационных технологий являются сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир и развитие зависимости. Неуклонно растущая компьютеризация российского общества актуализирует проблему патологического использования Интернета. При стремительном увеличении количества пользователей Интернета школьного возраста, появлении новых программ общения и виртуального взаимодействия, комплексные меры, включающие педагогическую и психологическую профилактику, отсутствуют, что нередко приводит к росту Интернет-зависимости.

Широкое распространение Интернет-зависимости в современном обществе подтверждает необходимость выявления зависимых личностей, изучения

психологических характеристик их личности и разработки эффективных профилактических мероприятий.

Состояние и степень разработанности проблемы исследования. За рубежом проблема Интернет-зависимости изучается более 20 лет. Появляются научные исследования, посвященные данному виду зависимости, в которых дается ее описание с точки зрения различных психологических направлений и школ. Американским психологом К. Янг были выделены основные предпосылки и стадии развития данного вида зависимости. В ее центре была разработана трехуровневая модель, объясняющая приверженность к применению Интернета. И. Голдбергом, К. Янг были предложены диагностические критерии Интернет-зависимости. Доктор М. Орзак выделила физические и психологические симптомы, характерные для Интернет-зависимости. М. Гриффитсом была рассмотрена возможность формирования Интернет-зависимости на базе других форм зависимого поведения. Р. Дэвисом была предложена когнитивно-поведенческая модель патологического использования Интернета.

В России проблема Интернет-зависимости начала изучаться позднее. Так, А. Е. Войскунским были разработаны собственные критерии данной зависимости. В. Д. Менделевич выделил типы интернет-зависимых личностей. В. А. Лоскутовой были изучены культуральные особенности у пользователей русскоязычного Интернета. А. Е. Жичкиной, А. Ю. Егоровым, Н. А. Кузнецовой, Е. А. Петровой, И. В. Чудовой были исследованы особенности личности интернет-зависимых пользователей. Однако психолого-педагогические характеристики личности интернет-зависимых школьников, а также наиболее эффективные направления профилактики Интернет-зависимости исследованы недостаточно.

Актуальность разработки темы исследования подтверждается наличием следующих противоречий:

– между ростом среди пользователей Интернета лиц среднего и старшего школьного возраста (от 11 до 17 лет) и отсутствием исследований по выявлению среди них интернет-зависимых школьников, определению степени их зависимости и психолого-педагогических характеристик личности;

– между возрастающим количеством интернет-зависимых пользователей школьного возраста и отсутствием эффективных мер профилактики данного вида зависимости;

Объект: Интернет-зависимость школьников.

Предмет: профилактика Интернет-зависимости у школьников среднего звена как «группы риска» развития данной аддикции.

Цель исследования: теоретически обосновать и разработать цикл внеклассных мероприятий, направленный на профилактику Интернет-зависимости школьников.

Задачи:

– провести анализ состояния проблемы профилактики Интернет-зависимости;

– определить основные направления профилактики Интернет-зависимости школьников;

- изучить виды внеклассных мероприятий для школьников, направленных на решение проблемы профилактики Интернет-зависимости;
- определить содержание методики профилактики Интернет-зависимости школьников;
- описать ход и результаты эмпирического исследования по выявлению уровня Интернет-зависимости школьников;
- разработать цикл внеклассных мероприятий по профилактике Интернет-зависимости школьников среднего звена с использованием технологии наставничества и принципа «равный-равному».

Гипотеза исследования: профилактика Интернет-зависимости школьников будет осуществляться более успешно, если:

1) будет разработан и реализован во внеурочной деятельности цикл внеклассных мероприятий, направленный на первичную и вторичную профилактику Интернет-зависимости;

2) будет реализована технология наставничества и принцип «равный-равному», основанный на взаимопомощи школьников.

Теоретическая значимость исследования состоит в определении механизмов реализации технологии наставничества в профилактике Интернет-зависимости у школьников среднего звена.

Практическая значимость состоит в разработке цикла внеклассных мероприятий для школьников среднего звена, направленных на профилактику Интернет-зависимости.

Методы исследования: теоретические (анализ философской, социальной, медицинской, психолого-педагогической, методической литературы; классификация, систематизация, сравнение, обобщение, аналогия, синтез; эмпирические методы (анкетирование, беседа, тестирование, наблюдение).

База исследования: сеть Интернет, гугл-формы.

Структура работы: введение, два раздела, выводы по разделам, заключение, список использованных источников, приложения

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1.1. Анализ состояния проблемы профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий

Проблема физического и социального здоровья народонаселения страны актуальна при любых социально-экономических, политических ситуациях в любом обществе, так как она определяет генофонд нации, научный и экономический потенциал общества, будущее государства. Духовное и физическое здоровье молодежи являются точным барометром социально-экономического развития страны [40].

Понятие «зависимость» заимствовано из медицины. В широком смысле под зависимостью понимается «стремление полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации» [32].

Условно выделяют нормальную и чрезмерную зависимость.

1. Нормальная зависимость – это зависимость от жизненно важных объектов (воздух, вода, еда, привязанность к родителям, супругам, друзьям).
2. Склонность к чрезмерной зависимости порождает проблемные симбиотические отношения или зависимое поведение [2].

В русском языке сильная склонность, привязанность, слепое безотчетное предпочтение чего-либо, страсть к чему-либо обозначается словом «пристрастие». Оно очень часто в литературе встречается как синоним иностранного слова «аддикция». Зарубежные исследователи считают аддикцию синонимом зависимости, а аддиктивное поведение синонимом зависимого поведения. В отечественной литературе аддиктивное поведение чаще означает нарушение поведения в отсутствие физической и индивидуальной психической зависимости [42].

В большом психологическом словаре дается следующее определение аддиктивного поведения (от англ. addiction - склонность, пагубная привычка; лат. addictus – рабски преданный) – «особый тип форм деструктивного поведения, которые выражаются в стремлении к уходу от реальности посредством специального изменения своего психического состояния» [15, с.27].

В работе Г.А. Костенко аддиктивное поведение определяется как «злоупотребление одним или несколькими химическими веществами, протекающие на фоне измененного состояния сознания» [42].

Рассмотрим модели зависимых форм поведения.

1. Моральная модель. Объясняет развитие аддиктивного поведения как результат бездуховности и морального несовершенства.
2. Модель болезни. В соответствии с данной моделью зависимость представляется заболеванием и требует специализированной помощи. При этом аддикт частично освобождается от ответственности за происхождение болезни.
3. Симптоматическая модель. Данная модель предлагает изучать аддиктивное поведение как отдельные поведенческие симптомы или привычки

(например, курение подростка - соответствующая субкультура, значимая для него компания, нежелание быть среди «своих» «белой вороной»). Эти симптомы или привычки не рассматриваются как болезнь и не связываются с серьезными личностными проблемами.

4. Психоаналитическая модель. Менее распространена. В соответствии с данной моделью, аддиктивное поведение - одно из проявлений нарушенной личностной динамики. Индивидуальная склонность к зависимому поведению определяется в первые годы жизни, а вызывается и поддерживается бессознательными мотивами и особенностями характера личности.

5. Системно-личностная модель. Согласно этой модели, зависимое поведение - дисфункциональные расстройства жизненно важных функций организма, а также в системе значимых отношений личности (например, неуспех на работе - повышение употребления алкоголя; развод родителей – употребление наркотиков подростком с целью предотвратить этот развод).

6. Биопсихосоциальная модель. Ей отдается приоритет. Зависимость - это следствие нарушений в функционировании сложной многоуровневой системы «социум - личность - организм».

Можно сказать, что зависимое поведение должно рассматриваться в нескольких аспектах - социальном, правовом, культурологическом, медико-биологическом, психологическом [2].

Зависимое (аддиктивное) поведение как вид девиантного поведения личности имеет большое число подвидов, которые дифференцируются по объекту аддикции (зависимости).

Большой психологический словарь к основным видам зависимого поведения относит:

- 1) злоупотребление одним или несколькими веществами, изменяющими психическое состояние, например, алкоголь, наркотики, лекарства, различные яды (наркомания);
- 2) участие в азартных играх, в т. ч. компьютерных;
- 3) сексуальное аддиктивное поведение;
- 4) переедание и голодание;
- 5) «работоголизм» («трудооголизм»);
- 6) длительное прослушивание музыки, основанной на ритмах» [15, с.27].

Такие авторы, как Л. А. Азарова, В. А. Сятковский в своем пособии выделяют следующие формы зависимого поведения в соответствии с объектом зависимости:

- 1) химическая зависимость (курение, токсикомания, наркомания, алкогольная зависимость, другая лекарственная зависимость);
- 2) нарушение пищевого поведения (анорексия, булимия);
- 3) гэмблинг (игровая зависимость - компьютерные, азартные игры);
- 4) сексуальные аддикции;
- 5) религиозное деструктивное поведение (религиозный фанатизм, вовлеченность в секту) [2].

Доктор психологических наук А.В. Смирнов в своей статье указывает, что сегодня официально выделяют девять форм аддиктивного поведения: алко-

гольная и наркотическая аддикции, адрениномания, игромания, сексуальная и любовная аддикции, зависимость от людей и отношений, интернет- и компьютеромания, трудовоголия.

Природа зависимого поведения достаточно сложна. Зависимость – многофакторное явление.

Рассмотрим наиболее общие и важные факторы развития аддиктивного поведения. Условно их можно подразделить на внешние социальные факторы и внутренние (индивидуальные) особенности личности.

1. Внешние социальные факторы:

1) технический прогресс во всех областях промышленности - пищевой, фармацевтической, медицинской;

2) деятельность наркоторговцев – вовлечение молодежи в употребление различных химических веществ;

3) урбанизация - ослабление межличностных связей, стремление к независимости, утрате поддержки, замена межличностных связей достижениями цивилизации (компьютер, Интернет);

4) субкультура;

5) семья - имеется определенная связь между поведением родителей и поведением детей (гипер- или гипопека, зависимое поведение самих родителей - курение, алкоголизм и пр.).

2. Внутренние (индивидуальные) особенности личности:

1) половая избирательность зависимого поведения. Одни виды зависимого поведения наиболее характерны для женщин, другие - для мужчин;

2) возрастной фактор - наркоманией страдают преимущественно лица в возрасте от 14 до 25 лет. Алкоголизм характерен для более старшего поколения, хотя сегодня нередки случаи не только подросткового, но и детского алкоголизма;

3) психофизиологические особенности человека могут существенно влиять на выбор объекта зависимости, темп ее формирования, степень выраженности и возможность преодоления;

4) наследственная предрасположенность. Хорошо известно, что зависимое поведение может формироваться в любой семье и говорить надо не о наследственной предрасположенности, а о семейной предрасположенности к зависимому поведению;

5) стрессоустойчивость - предполагается, что аддиктивное поведение развивается при нарушении копинг-стратегии, т. е. нарушения механизмов совладания со стрессом [2].

В.И. Колесов, занимаясь проблемой аддиктивного поведения, его причинами и профилактикой, в одной из своих статей пишет о том, что главными причинами зависимого поведения являются

а) общее ухудшение социально-экономической обстановки в стране;

б) рост безработицы среди молодежи;

в) рост детской беспризорности и социального сиротства;

г) увеличение интереса международной наркомафии к российскому рынку.

Что касается причин, обуславливающих возникновение аддиктивности у

подростков, то они следующие:

1) социально-экономические: причины глобального характера (интеграция России в мировую рыночную систему) и традиционные причины (причины, свойственные только нашей стране, отдельным ее регионам, слоям и группам населения);

2) конституционально-биологические (наследственная отягощенность подростка нервно-психическими заболеваниями);

3) социальные (влияние на детей и подростков семейной обстановки, референтной группы, в целом социальной среды);

4) индивидуально-психологические (подражание более старшим подросткам или авторитетным сверстникам, стремление соответствовать значимой для подростка группе сверстников, аномальные черты личности, протестные реакции, любопытство, подчинение давлению других людей и др.) [Колесов].

А.В. Смирнов наглядно приводит процентные показатели негативных последствий аддикций среди людей, страдающих поведенческими и химическими зависимостями (рис.1.1).



Рис. 1.1. Виды и процентные показатели ущерба от аддиктивного поведения

Хочется отметить, что существуют и защитные факторы, способствующие противостоять возникновению зависимого поведения.

Они включают в себя

- 1) крепкие семейные узы;
- 2) положение, когда родители следят за своими детьми, постоянно вовлечены в их жизнь и преподают им ясные правила поведения внутри семьи;
- 3) успех в школьных мероприятиях;
- 4) крепкая связь с социальными - например, семьей и школой, религиозными общинами;

5) соблюдение окружающими общепринятых норм в употреблении психоактивных веществ [39].

Следует отметить, что главная роль в возникновении аддиктивного поведения принадлежит переживанию подростком своей жизненной ситуации.

Мы рассмотрели понятие аддиктивного поведения, основные его виды, модели, а также факторы, способствующие его возникновению.

Всевозможные сетевые сообщества и разнообразные сайты стали едва ли не самыми важными атрибутами современного мира. С каждым годом в геометрической прогрессии растет число интернет-пользователей, в большей степени практикующих интернет-коммуникацию. Наиболее активными интернет-пользователями являются подростки, которые достаточно быстро «переходят» в класс интернет-зависимых. Исследования последних лет указывают на то, что интернет играет огромную роль в жизни современных подростков, оказывая значительное влияние на формирование их самосознания и системы ценностей.

Так, опрос, проведенный Всероссийским центром изучения общественного мнения (ВЦИОМ) в марте 2019 года, показал, что 98% россиян в возрасте 14-17 лет ежедневно пользуются интернетом, в то время как, только 69% взрослых выходят в сеть каждый день. Современные подростки, прежде всего, пользуются социальными сетями. Каждый день в них заходят 89% опрошенных. И только 1% респондентов из этой возрастной группы сообщили, что не пользуются социальными сетями вообще. ВЦИОМ опубликовал следующие результаты исследования: «Согласно опросу, основные причины интереса к подобным группам находятся за пределами онлайн-среды – психологические проблемы самих подростков (49% среди подростков, 33% среди опрошенных старше 18 лет), отсутствие контроля со стороны родителей (29% и 38% соответственно) и конфликты со сверстниками (31% и 24% соответственно). Участие в опасных группах рассматривают как следствие проблем подростков в реальной жизни 53% среди респондентов старше 18 лет и 60% в группе 14-17-летних» [66].

Е.В. Чернова и Г.Н. Чусавитина, характеризуя современную действительность, справедливо отмечают: «Очевидно, что различные виды использования информационно-коммуникативных технологий влияют на поведение, процесс формирования моральных норм, на психику и жизнь будущих поколений» [81, С. 5].

Необходимо отметить, что бесконтрольное использование Интернета детьми, отсутствие должной цензуры за информацией, размещенной на сайтах, в социальных сетях может привести к непредсказуемым изменениям личности обучающегося. Возникает угроза отделения виртуальной жизни ребенка от жизни реальной, а не способность противостоять заманчивости глобальной сети Интернет может провоцировать формирование отклоняющегося поведения.

Анализируя опасности интернета, Н.А. Цой говорит, что «имеет место взаимообуславливающий характер развития Интернет-зависимости и чувства одиночества». «При этом происходит постепенная социальная дезадаптация. В таком состоянии возникает необходимость “ухода от проблем” в виртуальный мир, поскольку уже имеется некоторый опыт легкого необременительного общения, удовлетворения коммуникационных, информационных и других по-

требностей посредством глобальной сети», – отмечает автор [80].

М.В. Лунюшкина, Д.В. Зеленская, И.А. Твелова к основным негативным последствиям воздействия Интернета относят следующие: создание иллюзии вседозволенности; отрицательное воздействие на неокрепшую психику подростка; Эго-распад на «Я реальное» и «Я виртуальное», приводящий к нервным срывам и частым вспышкам гнева; сложности в установлении контакта с окружающими людьми [48, С.73].

Нельзя не сказать и о том, что Интернет – это эффективное средство обучения и дополнения к образовательному процессу. Ведь модернизация российского образования ориентирована на активное внедрение интернет-технологий, обеспечивающих свободный доступ к разнообразным источникам информации, образовательным ресурсам, позволяющим «приблизить» удаленные образовательные порталы и «сократить» расстояния между собеседниками, получить удовольствие от просмотра интересного фильма и «сразиться» на виртуальном игровом поле.

О.В. Завалишина отмечает, что современное школьное образование немислимо без применения Интернет-технологий, которые могут быть успешно использованы в учебном процессе и должным образом регулируются педагогом, в противном случае их безнадзорное использование обучающимися чревато весьма серьезными последствиями – формированием Интернет-зависимости [29, С. 605].

Проводя ретроспективный анализ проблемы Интернет-зависимости, А. Денисов говорит, что она начала изучаться в зарубежной психологии с конца 80-х годов прошлого века. Данное понятие было предложено И. Голдбергом в 1995 году, эмпирическое исследование этого феномена было начато К. Янг на год раньше [24]. Интернет-зависимость долгое время не рассматривалась как существенная проблема, и глобальных научных исследований в данной области длительное время не проводилось. В настоящее время Интернет-зависимость называют «болезнью 21 века». Долгое время зависимость понималась только как медицинский термин, как навязчивая потребность, ощущаемая человеком, подвигающая к определенной деятельности.

Анализируя существующие исследования, ученые выделяют два подхода к феномену Интернет-зависимости. Например, Л.О. Пережогин, следуя первому, считает, что это заболевание [60, С. 46]. Другие исследователи, в частности, А. Денисов, говорят, что это – психолого-педагогическая проблема, которая требует внимания со стороны педагогов и психологов [24, С.195].

Сейчас в психолого-педагогической литературе достаточно часто стали использовать термин «аддикция» – это состояние сознания человека, характеризующееся уходом от реальности с помощью искусственных (химических) средств, постоянное и устойчивое употребление которых формирует аддитивное отклоняющееся поведение, проявляющееся в различных формах. Как определенный вид аддикции многие авторы выделяют – нехимическую зависимость, к которой и относится Интернет-зависимость.

Интернет-зависимость – это, по мнению С.Е. Атапиной, «нарушение поведения в результате взаимодействия с компьютером и интернетом, оказываю-

щее негативное воздействие на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую и психологическую сферы деятельности человека» [7, С.432]. С точки зрения О.А. Богдановой, это, в первую очередь, «навязчивое и неконтролируемое желание выйти в глобальную Сеть с дальнейшей неспособностью вовремя выйти из нее» [13, С. 55]; по определению Н.С. Гилевой, – неоправданно долгое, возможно патологическое, пребывание в Интернете [19, С. 138]. Ю.М. Баранова и Н.В. Шутова считают, что это «форма деструктивного поведения, выражающаяся в стремлении к уходу от фрустрирующей реальности посредством изменения своего психического состояния фиксацией внимания на Интернет-ресурсах» [7, С.143].

Интернет-зависимость может принимать различные формы: зависимость от социальных сетей, от сервисов по обмену сообщениями, мессенджеров, помогающих быть всегда на связи, от игр, от поиска информации в Сети [13, С.55].

М.Б. Колесниченко, В.В. Колупаева рассматривают социальные аспекты Интернет-зависимости и считают, что «предвестниками Интернет-зависимости являются следующие симптомы: навязчивое стремление проверить электронную почту, предвкушение следующего сеанса онлайн, увеличение времени, проводимого онлайн, увеличение количества денежных средств, расходуемых онлайн» [44, С. 99].

Наряду с другими исследователями Т.В. Иванова выделяет признаки наступившей интернет-аддикции: 1) всепоглощенность Интернетом; 2) потребность проводить в Сети все больше и больше времени; 3) повторные нерезультативные попытки уменьшить использование Интернета; 4) проблемы с окружением (семья, школа, работа, друзья); 5) ложь по поводу времени, проведенном в Сети [35, С. 49.].

Интернет-зависимость у подростков является еще не до конца изученной областью, которая вызывает много споров и вопросов.

Ю.Е. Водяха, анализируя причины возникновения Интернет-зависимости у школьников, отмечает, что это, в первую очередь, «чувство взрослости», приводящее к отрицательному реагированию на всевозможные ограничения со стороны взрослых; дисгармоничность семейных отношений [18, С.120]. Н.С. Гилева выделяет такие причины, как недостаточное внимание родителей; неуверенность в себе и своих силах, застенчивость; недостаток общения со сверстниками и значимыми людьми; комплексы и трудности в общении; склонность подростков к быстрому «впитыванию» всего нового, интересного; отсутствие увлечений или хобби, любых привязанностей, не связанных с компьютером; желание быть «как все» сверстники [19, С. 121].

Интернет-зависимость (или интернет-аддикция) – навязчивое стремление использовать Интернет и избыточное пользование им, проведение большого количества времени в сети. Интернет-зависимость не является психическим расстройством по медицинским критериям.

Кимберли Янг полагает, что «Интернет-зависимость» – «это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечениями» [35].

К. Янг и Д. Гринфилд утверждают, что зависимость от Интернета — это явление, основанное на проявлениях эскейпизма (т.е. бегства в «виртуальную реальность» людей с низкой самооценкой, тревожных, склонных к депрессии, ощущающих свою незащищенность, одиноких или не понятых близкими, тяготящихся своей работой, учебой или социальным окружением), а наряду с этим – поиск новизны, стремление к постоянной стимуляции чувств, эмоциональную привязанность (возможность выговориться, быть эмпатийно понятым и принятым, освободиться тем самым от острого переживания неприятностей в реальной жизни, получить поддержку и одобрение), а также удовольствие ощутить себя «виртуозом» в применении компьютера для работы в Интернете [82].

Американский психиатр и психофармаколог Айвен Голдберг ввел понятие «Интернет-зависимость», описав состояние долгого и неосознанного нахождения в сети [3]. Он выделил основные симптомы этого состояния, которые ведут к негативным последствиям:

- пребывание в сети вызывает негативное стрессовое состояние, депрессию;
- пребывание в сети причиняет ущерб здоровью на физическом и психологическом уровне;
- может наноситься ущерб социальному статусу человека и экономическому состоянию.

Таким образом, под Интернет-зависимостью мы подразумеваем состояние, которое характеризуется долгим и неконтролируемым пребыванием в сети. К сети мы относим все разновидности времяпрепровождения в интернете (поиск информации, просмотр видео, онлайн игры и т.д.)

Американский доктор М. Орзак занималась исследованием данной проблемы и определила характерные проявления зависимости от интернета (таблица 1) [58].

Таблица 1.1

Характерные проявления зависимости от интернета

Психологические признаки	Физиологические признаки
<ul style="list-style-type: none"> – эйфория при работе в Сети; невозможность контролировать количество времени, проводимого в Интернете; – пренебрежение прежними увлечениями; нарушение эмоциональных связей с родственниками и друзьями; – ощущение бессмысленности, раздражение, возникающее во время совершения любой другой деятельности, не связанной с Интернетом; – стремление говорить неправду членам семьи о времени, проводимом в Сети и посещаемых сайтах; ухудшение учебной и трудовой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> – туннельный синдром – нарушение, проявляющееся болью в запястье и возникающее от неудобных условий работы с клавиатурой и мышью; – сухость и покраснение в глазах; – частые головные боли, мигрени; боли в спине и позвоночнике; – нерегулярное питание, пропуск приемов пищи; – снижение иммунитета; пренебрежение личной гигиеной; – расстройства сна, изменение режима сна.

А.Е. Войскунский [19] выделяет следующие поведенческие характеристики интернет-зависимой личности:

- неспособность и нежелание отвлечься даже на короткое время от работы в Интернете;
- склонность забывать при работе в Интернете о домашних делах, учебе или служебных обязанностях;
- стремление освободиться от тревоги или депрессии с целью обретения ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории;
- нежелание принимать критику подобного образа жизни со стороны близких или начальства;
- готовность мириться с разрушением семьи, потерей друзей и круга общения из-за поглощенности работой в Интернете;
- пренебрежение собственным здоровьем и, в частности, резкое сокращение длительности сна.

Учёные выделяют несколько стадий формирования данной зависимости.

1. Стадия лёгкой увлечённости.

На первой стадии пользователь знакомится с интернетом, узнает о его возможностях и выбирает подходящий для себя вариант виртуальной реальности. Постепенно у человека формирует собственный стиль в сети, восполняющий ему тот недостаток общения или информации, которого ему не хватает в реальной жизни.

Отличительная особенность данной стадии заключается в том, что посещение интернета носит ситуационный характер. Человек еще не поглощён им, а только временами посещает сайты для своего удовольствия. Он еще не пренебрегает своими обязанностями и другими увлечениями в пользу сети. Устойчивой потребности в сети нет, а процесс не является значимой ценностью.

2. Стадия увлеченности.

Далее происходит отдаление от настоящей жизни, пользователь все больше времени начинает проводить в той реальности, которую он выбрал на предыдущей стадии. Время нахождения в онлайн увеличивается. Происходит формирования Интернет-зависимости, человек перестает использовать интернет для достижения жизненных целей, ставятся другие цели, связанные с сетью. На данной стадии появляется негативная потребность в сети. Посещение интернета принимает систематический характер. Появляется агрессия, раздражительность на вмешательство в процесс, пользователь начинает прибегать к активным действиям для удовлетворения потребности, связанные с сетями.

3. Стадия зависимости.

Третья стадия стабилизирующая. Проблема очевидна, признаки и симптомы ярко выражены, зависимость плавно переходит в хроническую форму. Через некоторое время страсть к выбранному взаимодействию становится не такой выраженной, активность в сети гаснет. Человек возвращается в реальность, однако делает он это без всякого желания. Зависимость от интернета сохраняется, но уже в неактивной форме, и усиливается при стрессе или при появлении новых интересных тем.

Причины Интернет-зависимости могут быть социальными или/и психо-

логическими.

К психологическим причинам Интернет-зависимости можно отнести следующее:

1. Чувство одиночества. Человек ожидает понимания и признания своей личности, испытывает потребность в любви и внимании. Если этого не происходит, он осознает свою отчужденность от окружения и переживает ее как чувство одиночества. Такое чувство становится толчком к уходу в виртуальный мир. Через него человек «гасит» свое чувство путем достижений, признания, общения в сети. Такое «гашение» подталкивает человека возвращаться в сеть т.к. после завершения сеанса чувство одиночества возвращается и продолжает терзать.

2. Чувство неудовлетворенности. Будучи неудовлетворенным реальной жизнью, человек ищет пути компенсации и приходит к сети. Возбудителем этого чувства может быть что угодно, от внешних факторов до желания ощутить «остроту» в своей жизни. Сеть может зацепить общением, перспективами, одобрением и псевдо лёгким получением славы и признания, личностными достижениями в виде очков, лайков, классов и т.д.

3. Душевные травмы, связанные с потерей близких, развод родителей (для ребенка), пережитый негативный опыт.

4. Предрасположенность к зависимостям. Современные ученые считают, что зависимость имеет генетическую и физическую предрасположенность. Интернет-зависимость является одним из таких заболеваний.

5. Наличие психических расстройств. Ученые-психологи отметили, что люди, которые проходили или проходят лечение от различных психологических расстройств, больше подвержены зависимости.

Социальные причины возникновения Интернет-зависимости ребенка многочисленны и разнообразны, но довольно часто они связаны с тесным кругом общения ребенка. На сегодняшний день чаще всего причиной ухода ребенка в сеть являются сами родители. В состоянии стресса не до конца сформированная личность ищет пространство, в котором ей будет тепло и уютно. Сеть предоставляет эту возможность. Из-за отсутствия внимания, понимания и должного воспитания со стороны родителей, дети зачастую испытывают чувство одиночества, потребность во внимании и признании из-за чего «уходят в сеть».

Помимо родителей причиной могут стать друзья. В определенного момента друзья становятся одним из главных агентов социализации. Отсутствие друзей в реальности или чрезмерная увлеченность ими может стать причиной ухода в сеть. Ребенок использует сеть для обмена информацией, сообщениями и модными трендами с друзьями, погружаясь в нее, забывая о реальном мире, где не так интересно для него.

Чрезмерная увлеченность сетью может привести к физическим последствиям: нарушение работы органов, искривление позвоночника, атрофия мышц, потеря массы, нарушение метаболизма, нарушение пищеварения, нарушение зрения и т.д. В зависимости от сферы увлеченности, ребенок может пострадать от действий, направленных на увеличения популярности в сети. Пытаясь до-

биться легкой популярности, ребенок способен совершить на камеру опасные и аморальные вещи, ведущие к летальному исходу.

В том или ином виде образовательных учреждениях ведется профилактическая работа, направленная на решение проблемы Интернет-зависимости. Далее мы рассмотрим основные направления профилактики Интернет-зависимости школьников среднего звена в условиях образовательной организации.

Рассмотрим некоторые аспекты формирования характера в подростковом возрасте.

Особенности подросткового возраста заключаются в том, что именно в этот период черты характера начинают складываться и закрепляться. Однако, характер формируется и корректируется на протяжении всей жизни. Намечаются первые контуры будущего характера еще в дошкольном возрасте, а так же складываются некоторые привычные способы и формы поведения. При этом продолжается интенсивное формирование характера продолжается и в период ранней юности. При этом, подростковый возраст уникален тем, что в данный период формирование характера приобретает заметное место в процессе развития.

Характер представляет собой сложившийся и укрепившийся под влиянием жизненных факторов и воспитания определенный стиль отношения и поведения человека в целом. Именно в практической деятельности закрепляются различные черты характера. На формирование характера влияют взаимоотношения интеллектуальных черт, особенности эмоциональной сферы и воспитание [28]. Большая часть особенностей характера не сводится к типичным особенностям психических процессов: трудолюбие, откровенность, коммуникабельность и т.д.

В своих исследованиях К.К. Платонов отмечает, что «все черты характера – это свойства личности, которые выражены отчетливее других, тесно взаимосвязаны. Определяют друг друга и свойственный данному человеку стиль действий и отношений к окружающему». Для того, что бы определить структуру характера нужно выделить в характере главные компоненты и установить своеобразные черты, обусловленные ими.

Структура характера включает в себя форму и содержание. В форме индивидуально-волевой активности, потребностей, привязанностей, интересов и убеждений проявляется содержание характера. А в специфичности способов действия и поступков человека – форма. Интенсивность, тонус поступков и действий будет зависеть от особенностей темперамента, привычек и волевой регуляции. Следовательно, форма помогает развитию содержания характера.

Убеждения являются системой твердых взглядов на жизнь, которые сложились у человека под влиянием определенных условий жизнедеятельности и особенностей воспитания. Интересы и потребности человека определяют избирательность отношений к разным сторонам жизни. Главенствующие потребности и интересы определяют направленность человека.

Так же, придают характеру определенное своеобразие и накладывают на него отпечаток интеллектуальные свойства человека, характеризуя при этом личность с качественной стороны.

Воля представляет собой сознательное регулирование человеком своей деятельности, связанной с преодолением каких-либо внешних и внутренних препятствий. Она находит свое выражение в решительности, выдержке, самостоятельности и настойчивости.

Чувства определяются как эмоциональное отношение человека к разнообразным сторонам жизнедеятельности. Структура характера человека претерпевает изменения на протяжении всей жизни. По мере развития человека меняются и обстоятельства его жизнедеятельности, соответственно меняются и требования, предъявляемые к личности, что в конечном итоге приводит к качественному изменению структуры характера человека.

Наиболее характерной особенностью подросткового возраста является ярко выраженное стремление подростка к самостоятельности. В этот период ребенок отстаивает свои взгляды и суждения, считает себя достаточно взрослым и стремится быть с окружающими «на равных».

Это взаимосвязано с тем, что подросток осознает, что его знания, умения и навыки становятся более обширными и в некоторой степени превосходят взрослых. Так, например, технические знания, умения и навыки дают ему возможность справляться с теми задачами, с которыми не могут справиться многие взрослые. Подросток ощущает, что его участие в жизни взрослых стало большим, чем раньше. Так же, он начинает активно принимать участие и в общественной жизни.

Учитывая эти особенности подросткового возраста, у ребенка появляется ярко выраженное стремление в независимости, которое они пока не могут реализовать, в связи с чем, появляется болезненное самолюбие и обидчивость. У него появляются некие требования к взрослым, которые свидетельствуют о формировании у ребенка сознания своей «взрослости». Они становятся крайне чувствительны к отношению, которое проявляют к ним взрослые. Эти особенности говорят о том, что отношения со взрослыми очень важны для подростка, а так же они считают что взрослые их постоянно недооценивают.

Для подросткового возраста так же характерен общий подъем жизнедеятельности и рост жизненных сил, что влечет за собой повышенную активность и энергичность. Они не могут сидеть без дела, в следствие чего подростки постоянно чем то заняты, стремятся к познанию и овладению новыми умениями и навыками. Если же в этот период его жизненная энергия не находят правильного выхода, то она проявляется через шалости, беготню и т.д., и зачастую приводит к тяжелым случаям нарушения дисциплины.

Отметим, что для подросткового возраста характерна повышенная возбудимость, неуравновешенность характера, постоянные смены настроений.

В литературе зачастую акцентируют внимание на том, что подросткам свойственна неустойчивость поведения и повышенная эмоциональность, они склонны действовать по первому побуждению [52].

Данные особенности поведения подростка определяется некоторой «внутренней ломкой», изменениями в организме, в нервной системе, обусловленными половым созреванием. При этом возбудимость, упрямство и грубость не обязательно спутники подросткового возраста. В семьях, где хорошо организован правильный режим труда и отдыха, доброжелательные отношения и твердые требования, период полового созревания проходит безболезненно. Внутренняя перестройка организма подростка в таких условиях протекает мягче, а разного рода проявления несущественны.

В данный период значительное развитие приобретают волевые черты характера. Это обусловлено сложностью учебной и трудовой деятельности, повышением требований, которые предъявляются подростку. При регуляции поведения подростка основная роль принадлежит сознанию, а именно сознательные волевые усилия, которые помогают управлять своим поведением и эмоциями [9].

Подростки способны как к отдельным волевым актам, так и к волевой деятельности в целом. Однако, воля у подростков находится еще на стадии развития. Зачастую настойчивость подростков еще не зрелая, так как они еще не умеют достигать поставленных целей во всех видах деятельности. Большинство из них проявляют свою волю сугубо в одном виде деятельности. В зависимости от развития у подростков настойчивости, условно выделяют три группы [17]:

1. Подростки, которые проявляют настойчивость в нескольких видах деятельности. Их настойчивость основана на высоконравственных мотивах и целях. При этом мотивы и цели учения у них преобладают над всеми остальными.

2. Подростки, которые проявляют свою настойчивость сугубо в учении. Основано на требовании родителей от ребенка хорошей успеваемости и ничего больше.

3. Подростки, у которых слабо развита настойчивость во всех видах деятельности и подростки, у которых слабо развита настойчивость в учебной деятельности, но хорошо развита настойчивость в остальных видах деятельности.

При этом, значение побуждений и эмоций, как стимула к действию, остается значительным, что проявляется через импульсивность и нетерпеливость подростков.

Следует отметить, что весомое влияние на формирование характера в подростковом возрасте оказывает атмосфера в семье. Особенности взаимоотношений в семье, род занятий, уровень жизни и образование родителей определяют жизненный путь ребенка. Родители оказывают влияние на ребенка посредством целенаправленного воспитания, которое в последствие сводится к организации жизни ребенка, как в семье, так и в учебе.

Так как в подростковом возрасте происходит резкое обострение черт характера, родителям следует перестроить свои отношения с детьми и корректировать стиль их воспитания. Недостаточный уровень педагогической культуры родителей, своеобразие их личностей и ценностные ориентации семьи могут сыграть главную роль в нарушении взаимоотношений родителей и детей.

В исследованиях психологов отмечается, что отрицательные качества у детей зачастую возникают при недооценке их самостоятельности, игнорировании

мнения подростков, при требовании от него полного подчинения и т.д. Они являются следствием плохого воспитания, при котором родители не уделяют достаточно внимания психологическим особенностям подросткового возраста [34].

В этот период так же происходит формирование направленности личности, так как у подростков наиболее высокий уровень развития самосознания, по сравнению с остальными периодами детства. В следствие чего, возникает резкая потребность понять черты своего характера, осознать свои возможности и найти то, что отличает подростка от окружающих его людей.

Таким образом, семья оказывает колоссальное влияние на формирование характера подростка. Она может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания. В семье ребенок обязан получить любовь и заботу, почувствовать себя защищенным. Поэтому тактика сотрудничества – самая благоприятная для формирования духовно и нравственно здоровой личности. Кроме того, родителям необходимо обратить особое внимание на свое поведение, поступки, манеру общения, поскольку именно они являются примером для подражания для ребенка. От них зависит, чем будет руководствоваться ребенок – грубостью и агрессией или добротой и отзывчивостью.

Проблема психологических особенностей аддиктивных подростков отражена в исследованиях таких авторов как: П.Б. Ганнушкин, В.С. Битенский, А.Е. Личко, Б.Г. Херсонский Э.В. Леус, Е.В. Гиляровская, И.М. Завельская, А.А. Абрамян и др.

Е.В. Гиляровская и И.М. Завельская в своей статье отмечают, что в подростковом возрасте возникновение неудовлетворенных потребностей провоцирует уход последних от реальности такими способами, как компьютерные игры, употребление алкоголя, наркотиков. Подросткам кажется, что такими способами решаются все их проблемы, а на самом деле происходит деградация личности, вызываемая зависимостями [Гиляровская].

А.А. Абрамян также указывает, что аддиктивная личность в своих попытках ищет свой универсальный и слишком односторонний способ выживания – уход от проблем [1].

Проблема психологических особенностей аддиктивных подростков отражена в исследованиях таких авторов как: П.Б. Ганнушкин, В.С. Битенский, А.Е. Личко, Б.Г. Херсонский Э.В. Леус, Е.В. Гиляровская, И.М. Завельская, А.А. Абрамян и др.

Е.В. Гиляровская и И.М.Завельская в своей статье отмечают, что в подростковом возрасте возникновение неудовлетворенных потребностей провоцирует уход последних от реальности такими способами, как компьютерные игры, употребление алкоголя, наркотиков. Подросткам кажется, что такими способами решаются все их проблемы, а на самом деле происходит деградация личности, вызываемая зависимостями [22].

А.А. Абрамян также указывает, что аддиктивная личность в своих попытках ищет свой универсальный и слишком односторонний способ выживания – уход от проблем [1].

Рассмотрим особенности аддиктивных подростков, выявленные в исследованиях различных авторов.

Еще в прошлом веке П.Б. Ганнушкин в качестве личностей наиболее предрасположенных к зависимостям, в частности наркомании, выделял эпилептоидов, неустойчивых и циклотимиков.

По данным более поздних исследований В.С. Битенского, А.Е. Личко, Б.Г. Херсонского наиболее высок риск развития наркомании для эпилептоидного и истероидного типов акцентуаций характера.

Доминирование неустойчивых и истероидных черт при полинаркоманиях с употреблением опиатов и психостимуляторов отмечает в своей работе также Н.В. Стрелец [69].

Э.В. Леус и его коллеги в ходе исследования темперамента обнаружили, что в группе аддиктивных подростков преобладают холерики, причем это относится как к мальчикам, так и к девочкам, на втором месте по распространенности находятся сангвиники, и только потом флегматики и меланхолики.

Также в статье данных авторов было указано на то, что у старшие подростки со склонностью к зависимому поведению обладают следующими чертами: «повышенная тревожность, подавленность, озабоченность, пониженный фон настроения, зависимость поведения от одобрения или неодобрения окружающих, напряженность и возбуждение, выраженные явления фрустрированности, замкнутость, индивидуализм и прохладное отношение к общегрупповым нормам, легкое отношение к жизни и слабое беспокойство о будущем, вера в удачу и стремление получать удовольствие. Вместе с тем для них характерны сдержанность и хорошее владение собой даже в неблагоприятных ситуациях.

В статье С.Е. Алтыновой указывается, что чертами личности, мешающими социализации, способствующими проявлению аддиктивного поведения, являются: гедонизм, неадекватная самооценка, проявляющаяся в завышенности или заниженности, авантюризм, повышенная конформность, акцентуации характера, протесты различного рода против старших, попытки справиться с эмоциональным переживанием, любопытство и подчинение угрозам и давлению [4].

С.А. Корнеева и А.В. Локтева, занимаясь проблемой изучения личностных особенностей аддиктивных подростков, в своем исследовании обозначили следующие клинико-психологические детерминанты алкоголизации в подростковом возрасте: снижение показателя интеллекта, низкая устойчивость к эмоциональным нагрузкам, импульсивность поведения, внешне обвиняющая реакция, повышенный уровень агрессивности, доминирование негативных эмоций в психическом статусе подростков. Недостаточная интегрированность в социуме, трудности социально-психологической адаптации, низкая устойчивость к эмоциональным нагрузкам, повышенная тревожность, импульсивность [41].

В статье А.А. Абрамян отмечается, что к алкоголизму, как одной из форм аддиктивного поведения, склонны подростки, основу характера которых составляет агрессивность как отличительная черта [1].

Итак, мы видим, что аддиктивные подростки обладают определенными личностными чертами, имеющими свои особенности.

В рамках нашей темы, необходимо рассмотреть роль семейных взаимоотношений в формировании характера подростков

На протяжении всей своей жизни человек формирует и совершенствует черты своей личности. Все люди обладают определенным типом темперамента. При этом врожденный тип темперамента почти не поддается какой-либо корректировке. Однако очень редко встречаются чистые типы темперамента, зачастую человек в некоторой степени обладает свойствами всех типов нервных систем [72]. В итоге формируется определенный тип характера, который оказывает весомое влияние на успешность человека.

В свою очередь характер формируется под влиянием социума и воспитания [79]. Характер представляет собой устойчивые свойства личности, определяющие способ взаимодействия человека с окружающими людьми и особенности реакции на различного рода ситуации. Характер включает в себя эмоциональные, моральные и волевые свойства.

Большинство исследователей утверждают, что как положительные, так и отрицательные черты характера человека формируются, в основном, под влиянием воспитания в семье [46].

Особенности семейного воспитания влияют на адекватное и не адекватное поведение ребенка. Так, ребенок с заниженной самооценкой зачастую недоволен собой, это связано с тем, что родители постоянно порицают его или ставят перед ребенком слишком большие задачи. Неадекватность может проявляться и в завышенной самооценке, что основано на том, что родители часто хвалят ребенка, дарят подарки за любые мелочи и достижения, при этом очень редко его наказывают.

Для того, что бы воспитать у ребенка адекватное представление о себе требуется гибкая система наказаний и поощрений ребенка. В таких семьях дети имеют высокую, но не завышенную самооценку, так как внимание к нему сочетается с достаточной требовательностью. При этом личностной особенностью такого ребенка может стать повышенная тревожность [50].

Нарастающая тревожность приводит к снижению уровня самооценки. Вследствие чего появляется неуверенность в себе, которая включает в себя: желание действовать по указке взрослых, желание применять в основном образцы и шаблоны в своих действиях, боязнь проявлять инициативу, механическое усвоение знаний и различных способов действий. Вторым вариантом проявляется в наличии у ребенка демонстративности. Демонстративность берет свое начало в недостатке внимания взрослых к ребенку, из-за чего он чувствует себя заброшенным и нелюбимым [23].

Имеют место ситуации, когда ребенку оказывается достаточное внимание со стороны родителей, но при этом оно его не удовлетворяет из-за чрезмерно повышенной потребности в эмоциональных контактах. Именно такой ребенок впоследствии будет добиваться внимания любыми доступными способами [65].

Третий вариант заключается в уходе ребенка от реальности. Данный исход наблюдается, когда у ребенка демонстративность сочетается с повышенной тревожностью. То есть ребенок имеет повышенную потребность во внимании к себе, но не имеет возможности реализовать ее ввиду своей тревожности. По-

требность во внимании ведет к тому, что нарастает пассивность и незаметность ребенка [27].

Особенностями подросткового возраста является стремление к самостоятельности, отделению от родителей, освобождение от их контроля. Не смотря на это они все еще нуждаются в любви и заботе со стороны родителей, хотят быть со взрослыми на равных. Особенности взаимоотношений детей с родителями в этот период зависит от сложившегося стиля воспитания.

Большая часть сложностей, имеющих в данный период, возникают вследствие повышенного контроля над ребенком [43]. Наиболее неблагоприятные случаи бывают либо при наличии тотального контроля, который характерен для авторитарного стиля воспитания, либо при полном отсутствии контроля, если подросток предоставлен сам себе. При этом имеется множество промежуточных вариантов.

В семейных взаимоотношениях главенствующее место занимают принятие и эмоциональная близость [57]. Они определяют авторитет родителей, удовлетворенность взаимоотношениями родителей и детей, а так же специфичность делового взаимодействия.

Эмоциональное принятие детей родителями является начальным этапом и основой развития сотрудничества и кооперации в семье. Взаимоотношения в семье «на равных», поощрение активности подростка выступают условием и следствием формирования продуктивного сотрудничества в детско-родительских отношениях, при этом определяя особенности и гармоничность семейного воспитания [67].

Главная задача семейного воспитания заключается в том, чтобы помочь ребенку стать полноценной личностью и проявить себя. Именно в семье у ребенка формируется самооценка, здесь он принимает свои первые решения и развивается его социальная природа. В психологии и педагогике имеются убеждения о том, что даже грубые ошибки педагогов и воспитателей не так сильно сказываются на развитии личности детей, как неправильное воспитание. В семье следует формировать прочные нравственно-эстетические связи между детьми и родителями, посредством установления атмосферы взаимопонимания, сотрудничества, эмоциональной сопричастности.

Также нами были проанализированы исследования, посвященные изучению личностных особенностей девиантных, в частности аддиктивных, подростков [73].

В исследовании применялись следующие методики:

1. Личностный опросник Г. Айзенка.
2. Опросник суицидального риска.
3. Тест-опросник «Выявление акцентуаций личности» Г. Шмишека.
4. Тест-опросник уровня субъективного контроля (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкин, А.М. Эткинд).

В исследовании приняли участие две группы испытуемых: 1) подростки, состоящие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних (экспериментальная группа); 2) подростки с нормативным поведением (контрольная группа).

Среди испытуемых экспериментальной группы больше тех, у кого выражена экстравертированность (73,3 %). Несовершеннолетние подростки с девиантным поведением в большей степени стремятся к общению, любят компанию, имеют больше друзей и приятелей, беззаботны. Они любят оживление и суету вокруг себя, испытывают дискомфорт, если оказываются в одиночестве. Для ряда испытуемых данной группы, которые имеют высокий уровень экстравертированности, характерна тенденция к агрессивности, вспыльчивости, импульсивности, действия под влиянием момента, их эмоции и чувства не имеют строгого контроля.

50% испытуемых контрольной группы также относятся к числу экстравертов, которые ориентированы на общение и стремятся в той или иной степени к взаимодействию с другими.

50% испытуемых контрольной группы и 26,7% испытуемых экспериментальной группы имеют разную степень выраженности интроверсии. Этим несовершеннолетним свойственна сосредоточенность на своем внутреннем мире, спокойствие. Они стремятся держать свои чувства под контролем, не вспыльчивы, не стремятся вступать в конфликты с окружающими. Они предпочитают деятельность, требующую сосредоточенного напряженного внимания и малой подвижности.

Для большего числа испытуемых экспериментальной группы (73,3%) и 50% испытуемых контрольной группы свойственна эмоциональная неустойчивость, это приводит к тому, что они плохо управляют своими отрицательными эмоциями. Им свойственны резкие колебания настроения, подъемы и спады энергии. Они быстро утомляются, что приводит к возникновению раздражительности, неуверенности в себе, тревожности и т.д.

Представляется интересным, что испытуемые контрольной группы в большей степени стремятся показать себя лучше (23,3%), чем они есть на самом деле, возможно, переоценивают свои положительные качества. Возможно, это связано с тем, что несовершеннолетние, совершившие преступление (20%), и уже имеющие негативную оценку со стороны окружающих, не рассчитывают на позитивное отношение со стороны других людей, им нет необходимости приукрашивать себя.

Оценка различий по данным показателям при помощи t-критерия показала следующее (табличные значения $t_{0,05} = 2,00$ и $t_{0,01} = 2,66$): значимыми являются различия по шкале «нейротизм» (2,3), что позволяет утверждать, что поведение несовершеннолетних с девиантным поведением связано с эмоциональной возбудимостью, неуравновешенностью, неспособностью контролировать импульсивность своих действий.

После исследования суицидального риска у подростков двух исследуемых групп были получены следующие результаты.

Несовершеннолетние с девиантным поведением (73,3%) в большей степени склонны привлекать внимание окружающих к своим несчастьям, добиваться сочувствия и понимания. Испытуемые данной группы, демонстрируя суицидальное поведение или говоря о нем, переживают это изнутри как «крик о помощи», тогда как окружающие оценивают это как «шантаж», «истероидное вы-

пячивание трудностей». В контрольной группе менее половины испытуемых (43,3%) считают, что их не понимают, что их в жизни случались события, которые мало кому пришлось пережить, и это дает им основание для получения сочувствия со стороны окружающих.

По субшкале «Аффективность» у 70,0% испытуемых экспериментальной группы выявлено доминирование эмоций над интеллектуальным контролем. В стрессовых и психотравмирующих ситуациях эти несовершеннолетние готовы реагировать непосредственно эмоционально. У 16,6% возможно наступление аффективной блокады интеллекта. В контрольной группе только 26,6% испытуемых склонны чрезвычайно эмоционально реагировать в ситуациях, выходящих за привычные рамки. Подростки с нормативным поведением в большей степени отличаются самоконтролем, рациональным отношением к происходящему.

Результаты, полученные по шкале «Уникальность», свидетельствуют, что 63,3% испытуемых контрольной группы и только 20,0% испытуемых экспериментальной группы воспринимают себя, ситуации, в которых они оказываются, как исключительные, непохожие на другие, которые могут приводить к исключительным, нетипичным вариантам выхода из сложных жизненных ситуаций. Эти подростки считают, что они все чувствуют острее, чем большинство других, что другие их не понимают, что жизнь и окружающие к ним часто несправедливы.

Как свидетельствуют полученные результаты, несовершеннолетние с нормативным поведением чаще оказываются неспособными использовать свой и чужой жизненный опыт, отличаются недостаточным умением учиться на своих и чужих ошибках. Такие особенности восприятия себя и своей жизни могут приводить к тому, что несовершеннолетние единственным выходом из сложной ситуации могут видеть исключительные варианты, к которым относится суицид.

Результаты по субшкале «Несостоятельность» свидетельствуют, что больше половины несовершеннолетних с девиантным поведением (60,0%), имеют отрицательную концепцию собственной личности. Для них характерно представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Представление о себе, как о «плохом» возможно, связано с тем, что большинство несовершеннолетних, совершивших противоправные действия, воспитывались в семьях, характеризующихся конфликтными и дисфункциональными отношениями. В таких семьях родители не стремятся выделять и отмечать достоинства и достижения своих детей, подчеркивать их ценность и значимость. Такое родительское отношение, а также негативные результаты сравнения с другими детьми, с которым дети из неблагополучных семей сталкиваются в школе, во дворе, зачастую приводит к возникновению и развитию комплекса неполноценности. Только 36,6% испытуемых из контрольной группы считают себя несостоятельными и имеют низкий уровень своей значимости.

Результаты, полученные по субшкале «Социальный пессимизм» свидетельствуют, что такое отношение к самому себе тесно связано с концепцией

принятия окружающего мира. 80,0% испытуемых экспериментальной группы и 43,3% испытуемых контрольной группы воспринимают окружающий мир как враждебный, который не соответствует представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими людьми.

63,5% несовершеннолетних с девиантным поведением и только 15,0% несовершеннолетних с нормативным поведением, склонны искать культурные ценности и нормативы, оправдывающие суицидальное поведение. В крайних вариантах слом культурных барьеров может приводить к инверсии ценностей жизни и смерти. Одной из возможных внутренних причин культа смерти может быть доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самостоятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».

По субшкале «Максимализм» четвертая часть испытуемых обеих групп характеризуется инфантильным максимализмом ценностных установок. У этих испытуемых преобладает значимость малейших потерь над значимостью имеющихся достижений. Такая установка мешает реализовывать свои возможности и внутренний потенциал, так как страшно и невозможно отказаться от того, что уже имеешь на данный момент.

Интересным представляются результаты, полученные по субшкале «Временная перспектива». 30,0% испытуемых контрольной группы и 23,3% испытуемых экспериментальной группы ориентированы на настоящее, не стремятся конструктивно планировать будущее. Такое отношение к будущему и настоящему может быть связано с сильной погруженностью в настоящую ситуацию, наличием чувства неразрешимости текущей проблемы и мыслях о неудачах, поражениях и проблемах в будущем. Такое отношение к будущему со стороны несовершеннолетних с нормативным поведением, возможно, связано с тем, что они стоят перед выбором своего места в жизни, профессии, учебного заведения. Очень много старшеклассников в настоящее время оказываются под гнетом этой проблемы, принимая ее значимость для всей последующей жизни. Несовершеннолетние с девиантным поведением чаще всего об этом не задумываются, к тому же распорядок их жизни на некоторое время уже определен, и они предпочитают о будущем не задумываться.

Результаты, полученные по субшкале «Антисуицидальный фактор», свидетельствуют, что на 33,3% несовершеннолетних с нормативным поведением и на 23,3% несовершеннолетних с девиантным поведением действуют факторы, снижающие глобальный суицидальный риск. К числу таких факторов относятся глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга, боязнь боли и физических страданий, наличие представлений о греховности самоубийства и т.д.

Оценка различий по данным шкалам при помощи t-критерия показала следующее: значимые различия наблюдаются по шкалам «Аффективность» (4,4), «Уникальность» (4,9), «Несостоятельность» (2,4), «Социальный пессимизм» (3,6). Несовершеннолетние с девиантным поведением в большей степени склонны руководствоваться эмоциями в большинстве жизненных ситуаций, воспринимают окружающий мир как враждебный, а себя как несостоятельных

и никому ненужных. Несовершеннолетних с нормативным поведением значимо отличает неумение использовать свой и чужой жизненный опыт.

После проведения опросника Г. Шмишека нами были получены следующие результаты.

У 16,6% испытуемых экспериментальной группы в качестве выраженных отмечаются тревожно-боязливый и циклотимный типы акцентуации характера. Это значит, что несовершеннолетним с девиантным поведением в равной степени свойственны как низкая контактность, обидчивость, чувствительность к критическим замечаниям окружающих, что присуще испытуемым с тревожным типом акцентуации характера, так и смена гипертимных и дистимных состояний. В этом случае несовершеннолетним свойственны раздражительность, грубость, гнев в ответ на замечания окружающих, которые сочетаются с унынием, депрессией, вялостью, упадком сил.

У 10% испытуемых данной группы и 16,6% испытуемых контрольной группы отмечается возбудимый тип акцентуации характера. Для несовершеннолетних с таким типом акцентуации характерна повышенная импульсивность, гневливость, склонность к хамству и брани, угрюмость, низкая контактность. Такие испытуемые легко вступают в конфликты, в которых к тому сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, равнодушны к будущему, ориентированы на развлечения. Вероятно, именно повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения, которые гасятся с трудом, и могут приводить к совершению противоправных действий, направленных против окружающих.

У 20% испытуемых контрольной группы отмечается выраженный аффективно-экзальтированный тип акцентуации характера. Это проявляется в высокой контактности, словоохотливости, способности восторгаться, восхищаться. Такие несовершеннолетние часто спорят, но не доходят до открытых конфликтов. В случае возникновения конфликтов они могут быть как активными, так и пассивными участниками. Испытуемые с данным типом акцентуации подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

По 16,6% испытуемых данной группы имеют педантичный и гипертимный типы акцентуации характера. При доминировании педантичного типа акцентуации испытуемые отличаются ригидностью, инертностью психических процессов, длительным переживанием травмирующих событий. Они пунктуальны, аккуратны, склонны следовать плану, сильно реагируют на любые проявления нарушения порядка.

Доминирование гипертимного типа акцентуации проявляется в большой подвижности, общительности, выраженности мимики и пантомимики, склонности к озорству и недостатке чувства дистанции в отношениях с другими. Как правило, для таких испытуемых характерны хорошее настроение и самочувствие, высокий жизненный тонус, повышенная самооценка. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов, которые могут сопровождаться вспышками гнева и раздражения.

Для несовершеннолетних с девиантным поведением не свойственны демонстративный, педантичный, эмотивный и эаффективно-экзальтированный типы акцентуации. У несовершеннолетних с нормативным поведением не выявлены застревающий, дистимичный, циклотимный, тревожный и эмотивный типы акцентуации характера.

Оценка различий по данным шкалам при помощи t-критерия показала следующее: значимые различия наблюдаются по показателям демонстративности (2,1), застревания (6,7), гипертимности (7,7), дистимности (6,1), циклотимности (5,7), аффективно-экзальтированности (7,9), тревожности (8,9), эмотивности (2,1). У несовершеннолетних с девиантным поведением проявляются застревающий, дистимический, циклотимический, тревожно-боязливый и эмотивный типы акцентуаций характера. Подросткам с нормативным поведением свойственны демонстративный, гипертимный, аффективно-экзальтированный типы акцентуаций характера.

Результаты изучения уровня субъективного контроля подростков выглядят следующим образом.

Несовершеннолетние с девиантным поведением имеют экстернальный локус контроля. Это свидетельствует о том, что для них не свойственна вера в то, что они могут влиять на свою жизнь. Скорее наоборот, они уверены в том, что от их активности мало что зависит, это дает основание чувствовать себя страдающим, но не способным как-то изменить свою жизнь. Подростки с нормативным поведением отличаются интернальным локусом контроля, что определяет их уверенность в том, что они могут влиять на то, что с ними происходит.

Результаты, полученные по шкале интернальности в сфере достижений свидетельствуют, что несовершеннолетние контрольной группы считают что их достижения зависят только от них самих и от их готовности предпринимать усилия для достижения положительных результатов в будущем (средний балл – 4,2). Тогда как несовершеннолетние экспериментальной группы не верят в то, что они могут существенно повлиять на успешность собственной жизни и деятельности (средний балл – 3,0). Возможно, такое представление о своих достижениях у испытуемых данной группы связано с тем, что они не получали в достаточной степени одобрения и подкрепления в случае успешного выполнения какой-либо деятельности. Они скорее сталкивались с неодобрением или безразличием со стороны значимых взрослых и сверстников.

Результаты по шкале интернальности в сфере неудач позволяют говорить, что несовершеннолетние экспериментальной группы в большей степени склонны возлагать ответственность за собственные неудачи на внешние силы, независимо от того, кто или что это будет – какие-то люди, просто невезение или «не судьба».

Результаты по шкале интернальности в профессиональной деятельности свидетельствуют, что несовершеннолетние с нормативным поведением в большей степени склонны принимать ответственность на себя как в учебной, так и в любой другой активности.

Такая же ответственность свойственна несовершеннолетним контрольной группы в выстраивании межличностных отношений. Проявляемая ими актив-

ность позволяет им достигнуть результат в той мере, в какой они их будут устраивать. Несовершеннолетние с нормативным поведением склонны видеть свою роль в тех отношениях, которые у них складываются с близкими и мало-знакомыми людьми. В отличие от испытуемых данной группы, несовершеннолетние экспериментальной группы часто не способны изменить характер своего общения с окружающими людьми, даже если он оказывается неэффективным.

Оценка различий по данным шкалам при помощи t-критерия показала следующее: значимые различия наблюдаются по шкалам «Общая интернальность» (5,8), «Интернальность в сфере достижений» (4,6), «Интернальность в сфере здоровья» (3,3), «Интернальность в межличностных отношениях» (5,4). Несовершеннолетних с нормативным поведением значительно отличает наличие внутреннего локуса контроля, что определяет уверенность в результатах собственной активности, веру в возможность достижения успеха в различных учебных и профессиональных ситуациях, представление о себе как о компетентном в общении человеке, который готов брать на себя ответственность за результат взаимодействия с другими людьми.

Таким образом, в данном параграфе мы раскрыли особенности формирования характера в подростковом возрасте, а также рассмотрели, основываясь на исследованиях, проведенных в разные годы, некоторые типичные черты подростков, страдающих зависимым (аддиктивным) поведением.

1.2. Основные направления профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий

Для определения основных направлений профилактики Интернет-зависимости школьников рассмотрим научные подходы к содержанию понятия «профилактика».

Под профилактикой понимаются «научно обоснованные и своевременно предпринимаемые действия, направленные на: предотвращение возможных физических, психологических или социокультурных коллизий у отдельных индивидов группы риска; сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья людей; содействие им в достижении поставленных целей и раскрытие их внутренних потенциалов» [53].

Е.В. Змановская дает следующее определение: превенция девиантного поведения – «воздействие с целью предупреждения (профилактики) нежелательного явления» [32, С. 164].

Я.И. Гилинский под превенцией различных форм девиаций понимает «...такое воздействие общества, институтов социального контроля, отдельных граждан на криминогенные (девиантогенные) факторы, которое приводит к сокращению и/или желательному изменению структуры преступности (девиантности) и к несовершению потенциальных преступных (девиантных) деяний» [21, С. 223].

Е.В. Чернова и Г.Н. Чусавитина считают, что «превенция девиантного поведения в сфере ИКТ включает в себя:

– диагностику девиантного поведения в сфере ИКТ, которая позволит выявлять индивидуальные особенности и потенциальные возможности школьника, устанавливать особенности классных коллективов и тем самым научно обоснованно управлять учебно-воспитательным процессом;

– педагогическую профилактику, направленную на разработку мер по предупреждению отклоняющегося поведения школьников в сфере ИКТ» [84, С. 26].

Под психолого-педагогической профилактикой И.П. Подласый понимает – систему предупредительных мер, связанных с устранением внешних причин, факторов и условий, вызывающие те или иные недостатки в развитии детей. А социально-педагогическая профилактика, по мнению ученого, – это система мер социального воспитания, направленных на создание оптимальной социальной ситуации развития детей и подростков и способствующих проявлению различных видов его активности [64].

Н.С. Гилева пишет: «Профилактика Интернет-зависимости 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» [20, С. 138]. Большую роль в первичной профилактике Интернет-зависимости у детей она отводит детско-родительским отношениям и говорит, что «благоприятная эмоциональная обстановка в семье способствует тому, что ребёнок не чувствует одиночества и непонимания со стороны близких людей, следовательно, вероятность развития зависимости меньше

Д.С. Сафонова анализируя методы профилактики девиантного поведения, особое место уделяет активным методам, обращая внимание на то, что они позволяют «воспитуемому усваивать и закреплять на практике навыки поведения, побуждающие к положительно направленным проявлениям мыслительной, творческой, исследовательской, спортивной активности в процессе жизнедеятельности». К признакам активных методов исследователь относит следующие: активность всех участников, опора на интересы и способности участников, равенство, партнёрство участников, сочетание общественно значимых и личных интересов [71, С. 123].

Для определения основных направлений профилактики Интернет-зависимости у школьников на основе анализа научной литературы, посвященной определению особенностей проявления данной зависимости, а также выявления механизмов ее формирования, мы сформулировали основные принципы определения направлений, выбора методов и форм профилактической работы.

1. Принцип возрастной сообразности. Подростковый возраст имеет свои психологические особенности, особенности социализации и так называемые «возрастные задачи». Интернет позволяет подростку упростить решение возрастной задачи, с одной стороны, но при этом исказит ее решение в реальной жизни. В связи с этим в профилактической работе нужно учитывать возрастные особенности ребенка, что особенно актуально в подростковый период.

2. Принцип личностной сообразности. При разработке профилактиче-

ских мероприятий следует учитывать личностные особенности ребенка, потребности личности и другие аспекты. Важно учитывать, насколько предрасположен человек к появлению Интернет-аддикции. Важными показателями в данном контексте являются готовность к постановке цели деятельности в Интернете, способность ориентироваться в большом количестве информации и умение достигать поставленной цели, а также различение основного и второстепенного.

3. Принцип динамической изменчивости предполагает, что в профилактической работе мы должны опираться на актуальные данные и возможности Интернета, поскольку он постоянно обновляется, развивается.

4. Принцип адаптивности. Особенностью интернета является большой поток информации с переключением внимания пользователя с одного объекта на другой. Поэтому важной особенностью личности является способность адекватно реагировать на поток информации и выбирать лишь то, что действительно необходимо.

5. Принцип виртуальной социализации. Как известно, социализация включает в себя процесс «индивидуализации», то есть формирования собственных взглядов. Принцип виртуальной социализации предполагает формирование устойчивости по отношению к влияниям аддитивных агентов при взаимодействии с ними.

В качестве основных видов профилактики Всемирная организация здравоохранения выделяет: первичную, рассматриваемую как комплекс социальных, образовательно-воспитательных и психолого-медицинских мероприятий, предупреждающих зарождение поведенческих отклонений у несовершеннолетних; вторичную – комплекс социальных, образовательно-воспитательных, психологических и правовых мер, направленных на предупреждение формирования отклоняющегося поведения несовершеннолетних и перехода к уголовно наказуемым; третичную – комплекс социальных, образовательно-воспитательных, психологических и нормативно-правовых мер, направленных на предотвращение рецидивных отклонений в поведении и способствующих восстановлению личностного и социального статуса несовершеннолетнего, имевшего проблемы с отклонениями в поведении и возвращении его в семью, образовательное учреждение и к общественно-полезной деятельности.

На основе этого представляется возможным определить систему мер и содержание мероприятий по профилактике Интернет-зависимости.

Профилактика Интернет-зависимости

Виды профилактики	Основные меры и содержание работы	Содержание работы по профилактике Интернет-зависимости
Первичная профилактика	Комплекс социальных, образовательно-воспитательных и психолого-медицинских мероприятий, предупреждающих зарождение поведенческих отклонений у несовершеннолетних	Система мер предварительного ознакомления человека с мерами безопасности в Интернет-пространстве; фронтальное предупреждение дезадаптации личности в Интернете правилами взаимодействия с аддитивными агентами в Интернет-среде: изучение экологических технологий работы с информацией в Интернет-среде; режимы и периодичность работы с информацией в среде Интернета; развитие способностей личности безопасного использования Интернетом и др.
Вторичная профилактика	Комплекс социальных, образовательно-воспитательных, психологических и правовых мер, направленных на предупреждение формирования отклоняющегося поведения несовершеннолетних и перехода к уголовно наказуемым	Комплекс мероприятий, направленных на усвоение технологий и методов безопасного взаимодействия в среде Интернета, устранение выраженной привязанности личности к определенным аддитивным агентам: личностный рост и профилактика искаженного развития; изучение и освоение механизмов самовоспитания; изучение и освоение механизмов самоуправления и др.
Третичная профилактика	Комплекс социальных, образовательно-воспитательных, психологических и нормативно-правовых мер, направленных на предотвращение рецидивных отклонений в поведении и способствующих восстановлению личностного и социального статуса несовершеннолетнего, имевшего проблемы с отклонениями в поведении и возвращении его в семью, образовательное учреждение и к общественно-полезной деятельности	Комплекс мероприятий, по реабилитации Интернет-зависимых, имеющий целью восстановить способность и готовность личности к деятельности в Интернет-среде: коррекция эмоционально нестабильных состояний при работе в Интернет; развитие критичности восприятия информации; когерентность Я-концепции: соответствие Я-реальному и Я-виртуальному и прочее. Структура многофакторного феномена Интернет-зависимости в контексте динамической квазисоциальной «природы» Интернета обнаруживает его системность и многомерность, что обусловило использование многомерной логико-смысловая модели проектирования программ профилактики Интернет-аддикции

Профилактика Интернет-зависимости может осуществляться в различных направлениях: формирование коммуникативных навыков, умений конструктивного разрешения возникающих конфликтов и трудностей, умений справляться со стрессами и негативными эмоциями, выражать их в социально при-

емлемой форме.

К формам профилактической работы относятся просветительская деятельность, консультирование, беседы, социальная терапия и организация досуговой деятельности. Так, Е.В. Доценко предлагает осуществлять социальную профилактику Интернет-зависимости средствами киноискусства [26, С. 237]

О.В. Завалишина особое место выделяет тренинговой работе, методами которой выступают психогимнастика, дискуссии, игра, проективный рисунок, музыкотерапия и др. [29, С. 16].

Анализ научной литературы позволил сделать выводы о том, что первичная профилактика направлена на улучшение психической адаптации учеников, их межличностных отношений, на ознакомление с признаками развития Интернет-зависимости и возможными ее последствиями. В первичной профилактике применяются следующие технологии работы: информационные, образовательные, технологии занятости, технологии коррекции семейных отношений и религиозные технологии [59].

Цель информационных технологий - предоставление подросткам информации о причинах, последствиях, симптомах Интернет-зависимости. 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 работников, работающих в учебных заведениях, обучение работников компьютерных клубов, установления норм и правил (суточная нагрузка, возрастные нормы) работы с компьютером.

Т.Н. Кильмашкина отмечает, что 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 [35, С.27].

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. «Развитие гармоничных доверительных отношений в семье, общие интересы – это залог целостного развития личности», – пишет Ф.Г. Ловпаче [47, С. 126].

Во вторичной профилактике следует применять такие меры как индивидуальные беседы, проведение совместных групповых занятий с обсуждением

проблемы Интернет-зависимости. Возможно проведение занятий с элементами тренинга. Организация группы для участия в клубной деятельности различной направленности и т.д.

Третичная профилактика представляет собой уже 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-зависимости схожи с общими принципами профилактики любого аддиктивного поведения. Поэтому специалисту не стоит пугаться отсутствия знаний по профилактике Интернет-зависимости. 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-зависимости 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-зависимости 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-зависимости, то выявляется каким именно из форм и видов Интернет-зависимости 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 Интернет-зависимости. Например, специалист может провести консультирование родителей школьника, 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: тренинги, игротерапия, драмотерапия, различные виды клубной деятельности.

Для успешной деятельности социального педагога по профилактике аддиктивного поведения Шик С.В. 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. Социально-педагогический 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 учащихся.

Клуб - сообщество людей с едиными интересами, объединенное в организацию или ассоциацию. Обычно школьники 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. Социально-педагогический смысл такого общения заключается в том, чтобы извлечь из информации об аддикциях и аддиктах личностно-ценностное 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.

Профилактическая работа может осуществляться в разных формах. Задача исследования – выявить наиболее эффективные виды внеклассных мероприятий, на основе учета возрастных и психологических особенностей школьников среднего звена. Связи с этим в следующем подразделе мы рассмотрим названные выше особенности данной возрастной группы и проанализируем наиболее эффективные виды внеклассных мероприятий.

1.3. Виды и формы внеклассных мероприятий для школьников

Цель данного подраздела проанализировать виды и формы внеклассных мероприятий в аспекте эффективности и целесообразности их использования в профилактике Интернет-зависимости школьников.

Внеклассные мероприятия в образовательном учреждении реализуются в рамках внеурочной деятельности. В психолого-педагогическом словаре под редакцией А.В. Петровского, под внеурочной деятельностью понимаются «организованные и целенаправленные занятия с учащимися, проводимые школой во внеучебное время для расширения и углубления знаний, умений и навыков, развития самостоятельности, индивидуальных способностей учащихся, а также удовлетворения их интересов и обеспечения активного и разумного досуга» [63].

Именно внеурочная деятельность позволяет решать задачи воспитания и социализации, а значит, осуществлять первичную профилактику Интернет-зависимости школьников в том числе.

Эффективность внеурочной деятельности обеспечивает выбор нестандартных форм деятельности, которые, как пишет А.А. Бокова, «отличаются от традиционных уроков не только по форме и содержанию, но и по стилю общения учителя с детьми» [9].

Внеурочная деятельность позволяет выявлять интересы и способности детей, создавать условия для развития ребенка, помогает адаптироваться и социализироваться. Кроме того, именно средствами внеурочной деятельности можно решить ряд важных задач в области воспитания ребенка, так как благодаря ей создается особая социально-культурная среда учреждения, в которой формируются ценности и нормы обучающегося.

В науке нет единого подхода и существуют разные типологии относительно видов внеурочной деятельности. Так, например, Е.Ю. Потапенко выделяет игровую деятельность, социальное творчество, проблемно-ценностное общение, познавательную деятельность и др. [68].

Внеурочная деятельность осуществляется посредством реализации внеклассных мероприятий.

Традиционно в педагогической науке и практике рассматриваются и реализуются виды внеклассных мероприятий: учебно-воспитательные, досуговые и спортивно-оздоровительные.

Учебно-воспитательные внеклассные мероприятия направлены на активизацию познавательной деятельности учащихся, на расширение круга их интересов, углубление знаний, формирование гражданской позиции школьника.

Досуговый тип внеклассных мероприятий направлен на приобретение учениками новых умений и навыков, потребность в которых возникает вне традиционной учебной деятельности. Развлекательные события помогают разнообразить школьные будни и сплотить учащихся за пределами школы.

Спортивно-оздоровительная внеурочная деятельность способствует физическому развитию и укреплению здоровья школьников, воспитанию здоровой соревновательности и личных амбиций, учит взаимодействию с командой еди-

номышленников и соперников.

Вид внеклассной деятельности предопределяет выбор формы проведения мероприятия и место действия: в школе или за ее пределами.

Учебно-воспитательные внеклассные мероприятия имеют такие формы исполнения как беседа, викторина, встреча с интересными людьми, дискуссия, тренинг, посещение театра, организация конференции, экскурсия, олимпиада, смотр, конкурс.

Досуговые внеклассные мероприятия имеют более прикладные цели - обучение новым навыкам и умениям. Их реализация может проходить в формах мастерской (кройки и шитья, кулинарии, рисования, фото, моделирования), мастер-класса, на пленэре, в формате театральной студии, конкурса или интеллектуальной игры.

Кружки, творческие объединения, факультативы, мастерские - ведущая форма творческой деятельности учащихся. Системообразующим компонентом при проведении этого типа внеклассных мероприятий в школе является направляемое и развиваемое педагогом детское творчество.

Спортивно-оздоровительные открытые мероприятия в школе проводятся в форме конкурсов, соревнований, спортивных игр или походов.

Для определения содержания и специфики методики профилактики Интернет-зависимости школьников необходимо проанализировать виды внеклассных мероприятий, оценить их потенциал и определить наиболее эффективные для решения нашей задачи.

Поскольку объектом нашего исследования являются школьники среднего звена, мы будем рассматривать мероприятия с учетом принципа возрастных и психологических особенностей младших и старших подростков, так как ставим задачу разработать в рамках методики цикл мероприятий, рассчитанный на работу с обучающимися с 5го по 9й классы общеобразовательной организации.

Обучающиеся среднего звена общеобразовательной школы – это дети от 10 (11) до 15 (16) лет. Данный возрастной промежуток традиционно определяется как подростковый период, в котором обычно выделяют младших и старших подростков. В психологии и педагогике данная возрастная категория определяется как довольно сложная, требующая внимания и учета тех изменений, которые происходят в детском организме. В связи с этим очень важным является вопрос выбора методов и форм работы.

Отметим основные особенности подросткового возраста.

1. Перестройка организма в результате полового созревания.
2. Наличие противоречия: быть как все и отличаться от других.
3. Чувство взрослости, потребность быть самостоятельным.
4. Формирование Я-концепции.
5. Активное формирование творческого мышления.

В связи с описанными особенностями интересующей нас возрастной группы остановимся на наиболее эффективных видах внеклассных мероприятий и формах работы.

Рассмотрим особенности подросткового возраста, повышающие вероятность обращения подростков к сети Интернет и формирования у них Интернет-

зависимости.

1. Эмоциональность, склонность к тревоге, заниженная самооценка, резкие колебания настроения, импульсивность, негативизм, конфликтность, желание быть признанным и оцененным другими. Интернет позволяет оставаться анонимным, подросток без труда может разжигать конфликты, задевать других людей, не опасаясь последствий.

2. Чувство взрослости, стремление занимать значимую социальную позицию. В виртуальной жизни подростки могут общаться на равных со взрослыми людьми.

3. Склонность к группированию со сверстниками. Интернет это позволяет сделать виртуально.

4. Потребность в самоуважении. Поиск групп, принадлежность к которым способствует удовлетворению потребности в самоуважении.

5. Возрастная сегрегация. Интернет позволяет реализовать подросткам желание казаться старше.

6. Экспериментирование с социальными ролями для определения своих личностных возможностей, своего собственного Я. Интернет позволяет подросткам успешно решать данную возрастную задачу в виртуальной жизни.

Кроме того, интернет-коммуникация привлекает безопасностью, анонимностью, доступностью и безграничностью [44].

Для интернет-зависимых подростков характерны следующие личностные особенности: недостаточный уровень развития коммуникативных навыков, низкая самооценка, отсюда склонность к избеганию проблем и ответственности, уход от себя настоящего в виртуальный мир. Перечисленные особенности являются факторами риска социальной дезадаптации [20].

Рассмотрим, что интересует российских подростков в сети Интернет. Согласно докладу «Детский Рунет», среди россиян 12-17 лет наибольший охват у «ВКонтакте», YouTube, Instagram. 76% российских подростков в соцсетях слушают музыку, просматривают ленту новостей, общаются с друзьями. 80% респондентов смотрят короткие смешные видео, 48% – обучающие материалы, 31% – обзоры товаров и брендов. Около трети подписаны на каналы блогеров [51].

Культура молодежного сообщества насыщена цифровыми технологиями, и уже невозможно представить подростка за пределами компьютерных игр, социальных сетей, различных форумов.

Посещение интернет-сайтов с целью самообразования на сегодняшний день происходит все реже. Е.В. Доценко утверждает, что основным намерением подростков чаще всего является общение в социальных сетях, прослушивание музыки, просмотр фильмов и т.д. Пребывание в Интернете несет развлекательный характер [17]. Родители, педагоги и психологи обеспокоены влиянием видеоигр, онлайн-общения и информационного пространства на интеллектуальное, эмоциональное и коммуникативное развитие подростков.

К основным негативным последствиям воздействия Интернета можно отнести следующие: создание иллюзии вседозволенности; отрицательное воздействие на неокрепшую психику подростка; Эго-распад на «Я реальное» и «Я

виртуальное», приводящий к нервным срывам и частым вспышкам гнева; сложности в установлении контакта с окружающими людьми [51]. Проводя практически все свободное время за компьютером, подростки меньше бывают на свежем воздухе, меньше двигаются, что влечет за собой ухудшение здоровья [66].

Довольно часто в настоящее время во внеурочной работе используют такую социально-психологический тренинг, который признается эффективной формой внеклассной работы. Наиболее часто данная форма используется в работе с подростками, поскольку это определяется их возрастными особенностями, потребностями и интересами. Тренинг считается эффективной формой в профилактике различных девиаций, и особенно в первичной, и уже на протяжении нескольких лет активно внедряется в воспитательную работу образовательных учреждений.

А.Ю. Арифова и Е.Ю. Кольчик справедливо отмечают: «Социально-психологический тренинг является одной из эффективных форм занятий для расширения социального опыта, формирования морально-волевой саморегуляции поведения, критического мышления, самопознания, практического формирования нравственных умений и навыков у подростков» [2].

Л.А. Петровская рассматривает социально-психологический тренинг как «средство психологического воздействия», направленное на получение и развитие знаний, социальных установок, приобретение опыта в области межличностного общения [62, С.45].

В тренинге можно выделить несколько основных форм обучения и воспитания. Это, в первую очередь, дискуссия, ролевая и деловая игра, мозговой штурм, кейс-метод и др. [10].

Все это позволяет выстроить субъект-субъектные отношения, где информация исходит не от тренера, а от группы, ее получают в результате совместного поиска, обсуждений, переживаний и проживания ситуаций. Всё это является положительными аспектами в работе со школьниками среднего звена.

С целью профилактики девиантного поведения и повышения уровня информационно-психологической безопасности используются такие формы тренинга, как тренинг асертивности, тренинг резистентности, тренинг формирования жизненных навыков. Результатом такой работы являются сформированные жизненные навыки, и, в первую очередь, коммуникативные. Кроме того, подростки учатся выражать свои эмоции социально одобряемым способом, справляться со стрессом и др. С точки зрения информационной безопасности тренинг позволяет получить знания и умения в аспекте распознавания негативного влияния, манипулирования, умения распознавать различные технологии и др.

Далее рассмотрим те формы внеклассной работы, которые могут использоваться и как самостоятельные, и составной частью входить в тренинг.

Одной из таких форм является дискуссия.

П.И. Пидкасистый развивает важную для нас мысль о том, что «учебная дискуссия, с одной стороны, предполагает наличие у обучаемых умения ясно и точно формулировать свои мысли, строить систему аргументированных доказа-

тельств, с другой - учит их мыслить, спорить, доказывать свою правоту» [59, С. 267].

По мнению Н.А. Моревой, дискуссия позволяет человеку реализовать потребность в самоутверждении и дает возможность представить личную позицию по тому или иному обсуждаемому вопросу. В то же время происходит формирование способности понять точку зрения другого человека, постепенно человек уходит от эгоцентрического мышления. [51, С. 176].

А.П. Панфилова справедливо отмечает, что именно дискуссионная форма взаимодействия обучаемых формирует их коммуникативную и интерактивную культуру, развивает навыки вербализации и умения слушать, учит вести свою линию целенаправленно, но корректно, за счёт веской аргументации и контраргументации [58, С. 142].

Следующим видом внеклассных мероприятий, позволяющих успешно реализовать методику профилактики Интернет-зависимости будут выступать мероприятия, проводимые в игровой форме.

Пахомова говорит о возможностях игры: «Являясь трудным и одновременно увлекательным занятием, она настаивает на огромной концентрации внимания, тренирует память, развивает речь, позволяет учащемуся открыться.» [58, С. 88]

Клокова Е.А. и Трубникова К.Д., рассматривая место и роль игровых технологий в педагогическом процессе, отмечают, что «игровая деятельность опирается, прежде всего, на потребности личности, то есть потребность в самовыражении, самоутверждении, самоопределении и саморегуляции».

М.М. Точиева пишет о психокоррекционных возможностях игры и делает вывод о том, что с помощью игры можно успешно корректировать тревожность детей, которая во многом отрицательно влияет на социальное функционирование ребенка [77, С.151].

К игровым методам, которые можно продуктивно использовать во внеклассных мероприятиях по профилактике Интернет-зависимости, следует отнести ролевые, деловые, интерактивные, интеллектуальные игры, квесты, конкурсы, викторины, турниры и др.

Организация и проведение мероприятий с использованием игровых и дискуссионных методов и форм позволяет создать такую социально-культурную среду, в которой профилактика Интернет-зависимости будет протекать более успешно, чем при традиционном информационном подходе, поскольку такие мероприятия позволяют создать положительную мотивацию и формировать положительную Я-концепцию у школьника, что и будет являться основными задачами при проведении первичной профилактики Интернет-зависимости.

По мнению И.А. Джидарьян, мотивация «выступает тем сложным механизмом соотнесения личностью внешних и внутренних факторов поведения, который определяет возникновение, направление, а также способы осуществления конкретных форм деятельности. Именно благодаря мотивации, которая предусматривает не только наличную ситуацию, но и некоторую предвидимую в будущем, приводится в соответствие цель деятельности и средства её дости-

жения, достигается целесообразность и осмысленность действий в целостном поведенческом акте личности [24, С. 149].

Таким образом, анализ научной литературы и обобщение педагогического опыта позволили выявить основные виды внеклассных мероприятий, которые позволяют эффективно осуществлять профилактику Интернет-зависимости школьников. Это мероприятия с использованием игровых технологий: деловая, ролевая и другие виды игр; дискуссионные формы, тренинговые занятия. Внеклассные мероприятия, проводимые в данной форме, позволяют удовлетворить потребности личности ребенка и сформировать важные качества, которые помогут избежать формирования зависимости. Благодаря им создается благоприятный психологический климат, формируются положительная мотивация, коммуникативные навыки обучающихся.

Таким образом, обобщая все вышесказанное, можно заключить следующее.

Интернет-зависимость является в настоящее время сложной социальной, педагогической и психологической проблемой. Особенно опасно чрезмерное увлечение интернетом для детей, подростков и молодежи, чья личность еще не сформирована.

Долгое время данная зависимость понималась только как медицинский термин, как навязчивая потребность, ощущаемая человеком, подвигающая к определенной деятельности. В наши дни есть два основных подхода: Интернет-зависимость – это заболевание и Интернет-зависимость как психолого-педагогическая проблема.

Ученые выделяют несколько стадий формирования Интернет-зависимости: стадия легкой увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости. О сформированной Интернет-зависимости можно говорить, если есть следующие признаки: 1) всепоглощенность Интернетом; 2) потребность проводить в сети все больше и больше времени; 3) повторные нерезультативные попытки уменьшить использование Интернета; 4) проблемы с окружением (семья, школа, работа, друзья); 5) ложь по поводу времени, проведенном в сети.

Поскольку Интернет-зависимость формируется не сразу, то целесообразной является профилактика, которую мы понимаем как комплексный процесс развития психологических характеристик личности, которые позволят обеспечить устойчивость личности ребенка к зависимому поведению, а также процесс формирования навыков здорового образа жизни с целью предупреждения развития и прогрессирования Интернет-зависимости.

Профилактическая работа базируется на принципах возрастной соответственности, личностной соответственности, динамической изменчивости, адаптивности и виртуальной социализации.

Традиционно в науке и практике выделяется первичная, вторичная и третичная профилактика.

Особенно актуальной для образовательной организации является первичная профилактика, которая представляет собой систему мер, которые позволяют не допустить возникновения и формирования Интернет-зависимости у детей и подростков.

Данная профилактическая работа может успешно осуществляться в рамках внеурочной деятельности посредством различных воспитательных мероприятий. Виды и формы мероприятия следует выбирать, исходя из возрастных и психологических особенностей детей, в рамках нашего исследования – это школьники среднего звена, то есть младшие и старшие подростки. Наиболее эффективными формами мы считаем ролевые, деловые и другие игры, дискуссии, тренинги. Именно их использование позволит сформировать те качества личности, которые не позволят в дальнейшем сформироваться Интернет-зависимости.

2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

2.1. Методика профилактики аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий

В современной научно-педагогической литературе понятие «методика» рассматривается в широком и узком смыслах. В широком смысле методика – это отрасль педагогической науки, предметом которой является сложный педагогический феномен, интегрирующий процессы обучения-самообучения, воспитания-самовоспитания, развития-саморазвития, образования-самообразования личности. Методика как наука исследует закономерности функционирования различных методических систем. Понимание методики в узком смысле этого слова связано с конкретной педагогической деятельностью, имеющей в своей основе целенаправленный комплекс методов, приемов и средств, обеспечивающих эффективное решение педагогических проблем (З.А. Абасов, В.И. Андреев, В.И. Загвязинский, А.Ю. Коджаспиров, Г.М. Коджаспирова и др.). Под методической системой или целостной методикой понимают единство целей, содержания, внутренних механизмов, методов и средств конкретного способа или типа обучения-самообучения, воспитания-самовоспитания, развития-саморазвития. В методической системе методы, приемы и средства выступают способами (методическими механизмами) реализации цели и содержания на конкретных этапах педагогического процесса (монография).

Е.В. Чернова, Г.Н. Чусавитина, рассматривая проблему подготовки будущих учителей к превенции девиантного поведения школьников в сфере информационно-коммуникативных технологий отмечают, что ее решение «заключается не в изолированном подборе методических механизмов для каждого условия, а в построении целостной методики, т.е. определенной методической системы» [84]. Данное положение является одним из основополагающих в решение проблемы разработки методики профилактики Интернет-зависимости школьников.

Изучение научной литературы по вопросам профилактики Интернет-зависимости у детей и молодежи позволяет определить ее как комплексный процесс развития психологических характеристик личности, которые позволят обеспечить устойчивость личности ребенка к зависимому поведению, а также процесс формирования навыков здорового образа жизни с целью предупреждения развития и прогрессирования Интернет-зависимости.

В связи с этим необходимо разработать методику долгосрочной профилактики Интернет-зависимости школьников среднего звена, поскольку именно они, и в частности, дети подросткового возраста, являются «группой риска» формирования данной девиации.

Приоритетным направлением в решении проблем Интернет-зависимости школьников является первичная профилактика, которая предполагает работу со всем контингентом образовательного учреждения до момента появления признаков проявления или формирования Интернет-зависимости.

Методика профилактики выстроена на следующих методологических подходах: системном, междисциплинарном, аксиологическом, деятельностном. Междисциплинарный подход в настоящее время чрезвычайно актуален. При существовании множественности взаимодополнительных понятий и терминов: «междисциплинарность», «трансдисциплинарность», «кросс-дисциплинарность», «междисциплинарные исследования», «междисциплинарное исследование», «междисциплинарный подход» и другие, главным является то, что сочетание методов и технологий разных наук позволяет получить результаты на другом качественном уровне.

Воспитание в современных социокультурных условиях будет более продуктивным, если будут использованы ресурсы разных областей научного знания.

Междисциплинарный подход предполагает использование методов различных наук в методике профилактики Интернет-зависимости школьников.

Аксиологический подход

Согласно аксиологическому подходу, воспитанник является высшей ценностью, с одной стороны, а с другой, данный подход предполагает освоение и присвоение детьми необходимых для эффективной социализации ценностей. Ценностные ориентации, сформированные в процессе обучения, определяют направленность личности, являясь устойчивыми элементами ее сознания.

Аксиологический подход позволяет выделить направление работы, предполагающее формирование представлений о здоровом образе жизни и формирующее ценностные ориентации школьников.

С точки зрения деятельностного подхода профилактику Интернет-зависимости школьников нужно рассматривать как организацию деятельности по формированию личности, способной ориентироваться и принимать решения в условиях современной информационной среды, владеющей приемами творческой деятельности.

Деятельностный подход предполагает включение школьников в позитивную и социально одобряемую деятельность, в процессе которой будут формироваться такие качества личности, благодаря которым можно будет избежать Интернет-зависимости.

Принципы:

- принцип междисциплинарной интеграции (знания в области педагогики, психологии, информационных технологий, физиологии, философии);
- принцип креативности (раскрепощение личности, ориентация на творческую деятельность);
- принцип единства рационального и эмоционального начал;
- принцип непрерывности;
- принцип учета возрастных и психологических особенностей детей;
- принцип самостоятельной активности ребенка;

Основная цель методики – развитие системного подхода к профилактике Интернет-зависимости у обучающихся 5-9 классов, который предполагает разработку цикла внеклассных мероприятий, направленных на создание условий для формирования мотивации здорового образа жизни, формирование навыков безопасного поведения и Интернете, подготовкой к самореализации в обществе. В современных научных исследованиях вводится понятие «комплексных антиаддиктивных компетенций», формирование которых позволяет получить положительные результаты в профилактике различных зависимостей, в том числе и Интернет-аддикции.

Задачи методики:

- 1) формирование компетенций успешной и безопасной учебы с использованием сети Интернет;
- 2) развитие личностных качеств школьника, способных нивелировать факторы, ведущие к Интернет-зависимости;
- 3) создание социально-культурной среды, включающей пропаганду здорового образа жизни, развитие социальной активности;
- 4) формирование интереса к различным видам досуга.

Методика включает в себя несколько компонентов, которые представлены в таблице 1.

Таблица 2.1

Компоненты методики профилактики Интернет-зависимости у школьников

Образовательный компонент	Психолого-педагогический компонент	Социальный компонент
Цели:		
Повышение информированности	Выявление положительных качеств и выстраивание взаимодействия, которое ориентировано на развитие положительного в ребенке. Сотрудничество и взаимодействие, которое способствует сплочению, формированию доверительной обстановки.	- формирование социально активной личности - стремления к здоровому образу жизни - развитие коммуникативных навыков; - умение принимать решение
Содержание и результат		
Получение знаний о безопасном поведении в сети, о признаках и последствиях Интернет-зависимости	Формирование коммуникативных навыков и навыков взаимодействия со сверстниками	Вовлечение в альтернативную деятельность Волонтерская деятельность по профилактике Интернет-зависимости на основе модели «равный-равному»

Образовательный компонент направлен на получение знаний о безопасном поведении в сети, представлений о том, какое влияние может оказать Интернет-зависимость на личность человека и его жизнь. Мероприятия данного блока будут представлять из себя информационно-просветительскую работу, осуществляемую в различных формах, выбранных в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями школьников.

Психолого-педагогический компонент.

Направления методики

1. Информационно-просветительская работа.
2. Организация педагогической поддержки. Выявление положительных качеств и выстраивание взаимодействия, которое ориентировано на развитие положительного в ребенке. Сотрудничество и взаимодействие, которое способствует сплочению, формированию доверительной обстановки.
3. Активное включение в различные виды социально значимой и социально ориентированной деятельности.
4. Формирование ценностных ориентаций.

Содержание методики мы выстраиваем, опираясь на психологические проблемы, выявленные у Интернет-зависимых людей и описанные в научной литературе (статья Зарецкая О.В.). Выделим наиболее значимые: во-первых, это недостаточная сформированность коммуникативных навыков и проблемы в общении; во-вторых, чувство одиночества, в-третьих, наличие негативной Я-концепции, в-четвертых, наличие одной или более фрустрированных потребностей, в-пятых, тревожность и ее компенсация в виде отказа от общепринятых норм.

В связи с высоким уровнем показателей наличия интернет-зависимости у подростков на территории России, проблема приобрела новый статус в работе социальных педагогов.

По всей территории России существуют центры реабилитации, направленные на решение проблемы интернет-зависимости, особенно зависимости от онлайн игр. Помимо этого, в центрах социальной защиты, социальные педагоги проводят профилактические и реабилитационные мероприятия по данной проблеме.

Многие специализированные центры реабилитации, такие как «Центр когнитивного коучинга и психотерапии», «Клиника Маршака», «Возрождение», «Вита» и т.д., отмечают, что лечение интернет-зависимости во многом схожа с лечением алкогольной и наркотической зависимости. Следовательно, некоторые методы позаимствованы из опыта лечения иной зависимости. Так же стоит отметить, что основой программ реабилитации стал опыт Англии, чья проблема была наименее актуальной.

Специалисты отмечают, что большинство подростков не признают проблему и не имеют мотивацию ее решать. Следовательно, социальному педагогу с группой других специалистов, при наличии серьезной зависимости, необходимо убедить подростков, что им нужна помощь. В дальнейшем идет самостоятельная работа подростка совместно с персоналом. Задача социального педагога при такой работе заключается в наставлении и поддержке.

«Клиника Маршака» в Москве, предлагает услуги по лечению интернет-зависимости. Клиника проводит медико-психологические тестирования человека для оценки его морального и физического состояния. По его результатам разрабатывается индивидуальный план лечения и реабилитации. Схема лечения интернет-зависимости включает в себя:

- индивидуальную, групповую и семейную психотерапию;
- работу с психологом;
- физиотерапию;
- метаболическую и лекарственную терапию (по показаниям);
- лечебную физкультуру.
- групповая терапия

Этапы коррекции интернет-зависимости включают в себя:

- преодоление возражений о наличии зависимости.
- осознание проблемы.
- преодоление тяги и негативных эмоциональных реакций. Выработка навыков самоконтроля.
- коррекция социальных и семейных отношений.
- ..преодоление последствий в профессиональной, учебной, межличностной сфере.

Профилактика расстройства включает в себя:

- контроль времени нахождения в сети. Используются таймеры, специальные экранные заставки и т. п.;
- постепенное уменьшение времени нахождения онлайн;
- организацию интересного и увлекательного для человека досуга.

Программа лечения и реабилитации в Клинике Маршака направлена на восстановление всех жизненно важных функций организма (ЦНС, печень, сердечно-сосудистая система, ЖКТ и т.д.), работу с первопричиной зависимости (генетическая предрасположенность, проблемы в психоэмоциональной сфере), обучение человека эффективным именно для него способам поддержания душевного равновесия и комфорта. Каждый пациент клиники проходит комплексное обследование, включающее анализ ДНК, направленное на оценку фактического состояния здоровья и психоэмоционального состояния. По его результатам консилиум специалистов разрабатывает индивидуальный план лечения (лекарственные препараты и процедуры, витамины, аппаратные методики, массаж, физические упражнения, групповые и индивидуальные занятия с психологами, диета).

Специалисты центра когнитивного коучинга и психотерапии в Санкт-Петербурге руководствуются принципами доказательной медицины и используют единственную психотерапевтическую парадигму, эффективность которой научно доказана и признана профессиональным сообществом. Основной метод их работы – когнитивно-поведенческая терапия, которая приводит к положительным результатам за несколько сеансов.

Когнитивно-поведенческая терапия основана на когнитивной модели. Это значит, что в центре внимания находится не подсознание, а сознание пациента, его мысли и фантазии, которыми, в отличие от подсознательных образов, мож-

но управлять. В этом главное отличие когнитивно-поведенческой терапии от психоанализа.

От того, как человек воспринимает обстоятельства, зависит его эмоциональное состояние. Одни и те же происшествия у разных людей вызывают разную реакцию. Это значит, что влияние на жизнь человека имеют зачастую не сами события, а то, как он к ним относимся. Когда человек испытывает стресс или иные психологические расстройства, он склонен видеть ситуацию в более мрачных тонах. Когнитивно-поведенческая терапия помогает людям вовремя обратить внимание на негативные мысли и оценить, какое отношение они имеют к реальности.

Следующий этап – изменение этих мыслей и улучшение эмоционального состояния. Понимание этих процессов позволяет людям, страдавшим от депрессии, фобий или расстройств, менять свое поведение и избавляться от психологических проблем.

Наставничество также выступает методом профилактики. Введу того, что наставник выступает в роли поддержки и опоры для подростка, подросток больше доверяем ему, чем посторонним людям с традиционными методами профилактики.

Метод наставничества является новым методом профилактики и большинство образовательных учреждений еще не используют его, но есть учреждения, практикующие этот метод в России.

Национальный ресурсный центр наставничества МЕНТОРИ в Москве занимается наставнической деятельностью по разработанным программам. Центр имеет сайт, через который можно стать частью программы и заступить на должность наставника (для взрослых) или подобрать себе наставника (для подростков). Программы наставничества для подростков, позволяют ребенку получить поддержку взрослого волонтера, который поможет ему сформулировать мечту и достичь целей. Для образовательных учреждений центр предоставляет информационные ресурсы, стартовый методический пакет и учебный центр для подготовки и повышения квалификации участников проекта, а также консультирует учреждение по организационным и методическим вопросам.

Такая программа наставничества как «Плюс один» разработана для образовательных организаций, центров развития ребенка, НКО и культурно-досуговых учреждений, направленных на работу с детьми и подростками.

Их программа помогает формализовать наставнические отношения для большей безопасности, отслеживания динамики развития отношений и влияния наставничества на успехи и достижения подростка.

В программе имеются важные критерии:

- продолжительность – цикл программы составляет один год за который можно отследить качество и эффективность наставнических отношений;
- регулярность – рекомендуемая частота встреч – 1 раз в неделю по 1 часу, что позволит построить доверительные отношения;
- безопасность – все наставники в программе проходят тщательную проверку;
- оценка эффективности – куратор может оценить развитие наставляемого

го по выбранным им критериям;

– научная обоснованность – программа была разработана ведущими специалистами в области педагогики и психологии.

Помимо подростков, центр работает с сотрудниками компании и студентами. Наставничество в профессиональных учебных заведениях во всем мире показало свою эффективность. Студент, у которого есть наставник, получает доступ не только к бесценным знаниям человека, находящегося уже внутри рынка, но и заряд мотивации, так необходимый всем, кто собирается строить свою жизнь успешно и самостоятельно.

Программы наставничества в профессиональных учебных заведениях, создают для студента “социальный лифт” через эффективное университетское сообщество, помогает более мотивированно и осознанно выстраивать траекторию собственного развития и трудоустройства. Несмотря на то, что основной целью не является профилактика интернет-зависимости, программа центра осуществляет ее через взаимодействия между наставником и наставляемым. Помогая наставляемым сформировать жизненные цели и добиваться их, наставник помогает уйти от зависимости и не допустить ее развития, поскольку основные факторы риска устраняются через взаимодействия.

По России происходят семинары и мастер-классы по наставничеству. Елена Альшанская провела семинар, на котором познакомила участников с наиболее эффективными программами при работе с подопечными организаций для детей-сирот, ответила на такие вопросы, как: для чего нужны программы наставничества, каковы риски и возможности волонтерского участия в жизни детей-сирот и как грамотно выстроить работу с командой волонтеров-наставников. Это свидетельствует о развитии программ по наставничеству и их распространению в учреждения и организации.

В России используют метод наставничества и активно проводят мероприятия связанные с деятельностью. Благотворительный фонд «Счастливые дети» в Иркутске получили дипломы победителям конкурса лучших практик наставничества по Сибирскому федеральному округу. Церемония награждения прошла на окружном форуме «Наставник – 2018».

Согласно новостям образования учительского портала в национальном проекте “Образование”, утвержденном президентом и раскрывающем деятельность всех образовательных организаций до 2024 года, наставничество фигурирует повсеместно. Методология наставничества не просто отражена, но имеет стратегическое значение для решения таких вопросов как: профессиональная подготовка, работа с трудными подростками, поддержка талантливой молодежи и еще более широкий круг воспитательных и культурных задач. Теперь школам, техникумам, колледжам и организациям дополнительного образования предстоит серьезно задуматься о создании моделей наставнических программ.

Таким образом, можно сделать вывод, что проблема актуальна и требует решения. Как отмечают специалисты, лучше всего не допускать усугубления зависимости путем профилактики. Социальный педагог имеет возможность воздействовать на подростка и семью, особенно при работе в образовательных учреждениях, через информацию и рекомендации, тем самым предотвращать

развития интернет-зависимости у подростков.

Социальные педагоги учебных заведений взаимодействуют с МУ «Центр социальной помощи семье и детям города Магнитогорска», приоритетным направлением деятельности которого является профилактика и выявление детского и семейного неблагополучия и активизация внутреннего потенциала семьи для сохранения семейного окружения ребенка.

МУ «Центр социальной помощи семье и детям г. Магнитогорска» осуществляет свою деятельность с целью снижения социальной напряженности, вызванной кризисными ситуациями, которые неизбежно случаются в жизни семей. Обеспечение психологической поддержки населения создание благоприятных условий для семейного воспитания, гармоничных внутренних и межличностных отношений. Центр социальной помощи семье и детям имеет традиционную структуру: отделение приема граждан; консультативное отделение, включающее консультативную помощь по телефону доверия; организационно-методическое отделение; отделение психолого-педагогической помощи; отделение дневного пребывания несовершеннолетних; отделение профилактики безнадзорности несовершеннолетних

Работа по решению проблем семейного неблагополучия осуществляется по двум направлениям:

– первичная профилактика семейного неблагополучия – работа с семьями на ранней стадии;

– реабилитационная работа с асоциальными семьями.

Направления деятельности выделяются следующие.

Диагностическое – направлено на определение личностной и эмоциональной сферы у несовершеннолетних, выявление причин деструктивного и девиантного поведения несовершеннолетнего и членов семьи.

Правозащитное – заключается в осуществлении социальной защиты несовершеннолетних (их прав): направлено на обеспечение сохранности жизни детей, их безопасности от внешних угроз, правовую защиту законных прав и интересов ребенка, оказание ему экстренной помощи; предусматривает противодействие разрушению его физического, психического, нравственного здоровья.

Профилактическое направление реализуется в сотрудничестве с другими учреждениями, организациями. Центр ведет работу по раннему выявлению неблагополучных семей, оказывает своевременную помощь в разрешении внутрисемейных конфликтов, дает рекомендации по оздоровлению условий семейного воспитания, осуществляет квалифицированную правовую, психологическую помощь, что позволяет предотвратить необратимые процессы отторжения ребенка от родителей, распада семьи как института его социализации. Социальный патронаж семей, в которые каждый день возвращаются несовершеннолетние, не менее важен как средство предупреждения рецидива кризисных ситуаций. Профилактическая работа направлена и на коррекцию отклонений в поведении и развитии детей, находящихся в неблагополучных семьях.

Реабилитационное направление предполагает, что, осуществляя меры по оздоровлению условий жизнедеятельности детей в семье, специалисты отделе-

ния способствуют восстановлению социального статуса ребенка, укреплению его связей с основными институтами социализации, поддерживают усилия семей, проявляющих готовность к преодолению своей функциональной несостоятельности.

Коррекционно-развивающее направление базируется на том, что на основе комплексной диагностики в Центре определяется система мер медико-социальной, психолого-педагогической работы с детьми, ориентированной на коррекцию их психического, личностного развития, восстановление утраченного или формирование недостающего социального опыта, а также на возрождение и развитие важнейших форм жизнедеятельности детей – игры, познания, труда, общения.

Первоначальным этапом работы с социально опасными семьями является их активное выявление на ранней стадии неблагополучия.

Выявление происходит по следующим направлениям:

- проведение рейдов совместно с другими органами профилактики в ходе проведения городских межведомственных акций – 3 % семей;
- сверка банка данных семей в социально опасном положении и семей «группы риска» с другими органами профилактики (1 раз в квартал) – 3 % семей;
- по информации, полученной от населения города, в т.ч. по «Телефону доверия», в центре – выявлено 19% семей;
- по картам экстренного извещения муниципальных учреждений здравоохранения – 47% семей (наиболее эффективная форма выявления);
- по информации полученной из учреждений социальной защиты – 20%;
- по картам персонифицированного учета СОШ города – 8 %.

Последующий этап в работе – оказание своевременной помощи детям и семьям, который заключается в оказании мер социальной поддержки; содействии в оформлении мер государственной социальной поддержки; оказании психологической помощи; оказании социально-юридической помощи.

Работа с семейным неблагополучием – это система взаимодействия ведомств и учреждений системы профилактики. В нашем городе она основывается на взаимодействии органов внутренних дел, социальной защиты, опеки и попечительства, здравоохранения, образования. Для того чтобы работа была слаженной и эффективной необходимо осуществлять оперативный обмен информацией.

С 2009 г. согласно постановлению главы города, информация о выявленных неблагополучных семьях передается в Городскую комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав для формирования единого городского банка данных. Формирование и использование единого банка данных предполагает решение следующих задач:

- создание единого межведомственного информационного поля для учета семей и детей, находящихся в социально опасном положении;
- создание механизма оперативного выявления семей и детей, находящихся в социально опасном положении;
- осуществление оперативного обмена информацией между органами и

учреждениями профилактики.

Социально значимой в профилактике семейного неблагополучия является работа службы «Телефон доверия», который существует и в Центре, обеспечивающий круглосуточное консультирование по психологическим и социально-правовым вопросам различных категорий населения.

В рамках проведения общенациональной информационной кампании по противодействию жестокому обращению с Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, телефон доверия ЦСПСиД подключен к единому общероссийскому номеру детского телефона доверия. Работает круглосуточно и в выходные, и праздничные дни.

В зависимости от имеющихся проблем семьям оказывают:

1) экономическую помощь в материальной и натуральной форме – это единовременная материальная помощь, новогодние подарки, санитарно-гигиенические наборы, одежда и обувь и т.д.

2) консультации о мерах социальной поддержки, правовую помощь;

3) психолого-педагогическую помощь родителям и детям (психологическое консультирование, диагностика, реабилитация и психокоррекция);

4) помощь в организации отдыха и оздоровления детей в загородных, городских лагерях, санаториях и в отделение дневного пребывания несовершеннолетних на базе Центра;

5) содействие в лечении от химической зависимости (направление и сопровождение в ГУЗ «Наркологический диспансер»).

6) содействие в трудоустройстве (направление в ОКУ «Центр занятости населения»);

7) содействие в оформлении документов: восстановление утерянных документов; оформление свидетельств о рождении; получение страхового свидетельства Пенсионного фонда; оформление полисов медицинского страхования; помощь в установлении гражданства; оформление временной регистрации.

По окончании программы реабилитации членами комиссии на основе акта обследования семьи решается вопрос о снятии ее с учета.

Все усилия сотрудников отделения профилактики безнадзорности несовершеннолетних в работе с семьями направляются на достижение главной задачи – добиться того, чтобы вывести социально опасную семью из трудной жизненной ситуации, по возможности максимально разрешить имеющиеся проблемы либо смягчить воздействие неблагоприятных факторов и мобилизовать усилия членов семьи на преодоление кризиса. Основной причиной признания статуса «семья, находящаяся в социально опасном положении» или «трудной жизненной ситуации», является ненадлежащее исполнение родительских обязанностей в отношении несовершеннолетнего и употребление психоактивных веществ родителями. В 98 % семей, состоящих на социальном обслуживании, один или оба родителя страдают бытовым пьянством.

Специалистами отделения за 2019 год было выявлено и поставлено на обслуживание 179 таких семей, в которых проживает 325 детей, из них: 76 семей, находящихся в социально опасном положении, в которых 133 ребенка; 103 семьи, находящихся в трудной жизненной ситуации, в которых 192 ребенка.

Межведомственное взаимодействие в вопросах укрепления института семьи и профилактики семейного неблагополучия было реализовано через совместные рейды и патронажи с учреждениями системы профилактики: органами внутренних дел – 146, образования – 413, здравоохранения 366, опеки и попечительства – 185, КДНиЗП районов города – 379.

Администрация центра тесно сотрудничает со СМИ, привлекая внимание населения города к проблемам детской безнадзорности и беспризорности, призывая коллег к более четкому взаимодействию в сфере профилактики детской безнадзорности и беспризорности.

Нами была представлена деятельность наиболее крупных центра города, осуществляющих свою работу с неблагополучными семьями, основывая ее на межведомственном взаимодействии. Кроме данных учреждений социальные педагоги города сотрудничают и с другими учреждениями, подведомственными управлению социальной защиты населения.

Кроме того, важным в их деятельности является взаимодействие с педагогическим коллективом учебного заведения, семьей и самим ребенком. Деятельность социального педагога неразрывно связана с работой педагогов школы и носит системный характер. Индивидуальная работа по проблеме учащегося строится с классным руководителем, преподавателем-предметником, с администрацией, со специалистами школы.

Взаимодействие с педагогическим коллективом осуществляется в следующих направлениях. С классными руководителями выстраивается наиболее тесное взаимодействие, так как этот специалист оказывает первичную помощь ребенку в решении его проблем. Преподаватели-предметники имеют непосредственное общение с ребенком в учебно-воспитательном процессе. Администрация школы взаимодействие строит на основе решения учебных проблем ребенка, контроля успеваемости и посещаемости.

Формы работы педагога-психолога с педагогическим коллективом:

– методическое объединение классных руководителей (МО), школьный факультет повышения квалификации (ШФПК) направлен на оказание помощи педагогам-предметникам, классным руководителям в работе с родителями по решению социально-педагогических проблем ребенка;

– тренинги, дискуссии, деловые игры, педагогические мастерские;

– учителям предлагается большой практический материал по повышению педагогической грамотности родителей и активные формы взаимодействия семьи и школы;

– социально-педагогические консультации включают в себя вопросы социального и педагогического характера, направленные на решение конкретной проблемы;

– выступление на педагогических советах, на них рассматриваются актуальные вопросы, касающиеся социализации личности учащегося;

– социально-психолого-педагогический совет – его деятельность направлена на выработку алгоритма решения проблемы учащегося и роль социального педагога заключается в выработке стратегии решения проблемы в интересах ребенка.

2.2. Эмпирическое исследование, направленное на изучение уровня развития аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий

В работе использовались теоретические методы исследования проблемы профилактики Интернет-зависимости у подростков; эмпирические методы педагогического исследования (наблюдение, опрос, тестирование, изучение и обобщение педагогического опыта).

Для выявления склонности к зависимому поведению подростков, а также и выявление обучающихся группы риска, нами была проведена методика Г.В. Лозовой «Методика диагностики склонности к различным зависимостям» и получены следующие результаты.

1. По шкале «Алкогольная зависимость» было выявлено, что у 3,4% опрошенных подростков высокий уровень по данному показателю. Можно констатировать, что у них наблюдается высокая направленность на употребление спиртных напитков, позитивное отношение к ним, значительно увеличивается риск зависимого алкогольного проблемного поведения.

75% опрошенных обладают средним уровнем. Это говорит о том, что у подростков при определенных социальных условиях возможен риск развития алкогольной зависимости.

21,6% респондентов характеризуются малой вероятностью развития алкогольной зависимости, отсутствием склонности к употреблению алкогольных напитков. Как правило, у таких подростков наблюдаются личностные черты, исключающие риск приобщения к алкоголю и алкоголезависимому поведению.

2. По шкале «Интернет и компьютерная зависимость» высокий уровень отмечается у 15,5% подростков. У данной категории опрошенных существует высокая склонность к зависимому поведению в данной сфере.

Исходя из результатов проведения методики, можно сделать вывод о достаточно большом количестве подростков, имеющих средний уровень по данному показателю зависимости - 68,1%. У них существуют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом, что может привести к возникновению зависимости от Сети. Эти подростки потенциально могут войти в группу интернет-зависимых, если с ними не проводить профилактическую работу.

16,4% подростков обладают низким уровнем Интернет и компьютерной зависимости. У них малая вероятность развития зависимости. Мы видим, что процент таких подростков, к сожалению, не велик. Это во многом связано с тем, что Интернет настолько прочно вошел в нашу жизнь, что без него уже невозможного представить существование в современном мире.

3. По шкале «Любовная зависимость» высокий уровень не выявлен ни у одного испытуемого.

Но у 84,5% опрошенных подростков данный показатель выражен на среднем уровне. Уже в этом возрасте испытуемые считают, что в жизни очень важно, чтобы любимый человек всегда был рядом, что любовь играет огромное значение. Можно сказать, что любовь является ценностью для опрошенных

подростков.

Для 15,5% респондентов вероятность развития зависимости по данному показателю невысока.

4. По шкале «Наркотическая зависимость» у 8,6% подростков имеются признаки высокой вероятности склонности к зависимому поведению. У них наблюдается высокая направленность на употребление наркотических веществ, нейтральное отношение к данной зависимости, увеличен риск зависимого наркотического проблемного поведения.

У 40,5% опрошенных по данному показателю средний уровень, а большая часть – 50,9% обладают низким уровнем наркотической зависимости, т.е. на данный момент времени вероятность развития зависимости по данному показателю невысока.

5. По шкале «Игровая зависимость» высокий показатель обнаружен у 6,9% опрошенных подростков. У них наблюдается зависимое поведение, их привлекают азартные игры, их привлекают различные игровые автоматы, им понятны чувства азартных игроков.

Такое количество подростков (6,9%) обладают средним уровнем игровой зависимости. Но для большинства респондентов (86,2%) зависимость от азартных игр, игровых автоматов не свойственна на момент проведения диагностики. Вероятнее всего, это связано с тем, что детям в настоящее время игровые автоматы не доступны, как это было раньше.

6. По шкале «Никотиновая зависимость» нами, к сожалению, выявлен достаточно большой процент подростков (23,3%), имеющих высокий уровень. Для данных ребят со стажем курильщика сигарета является неотъемлемым атрибутом их жизни, средством расслабления.

Для 45,7% испытуемых табачная зависимость отмечается на среднем уровне, т.е. данные подростки потенциально также входят в зону риска и при определенных условиях рискуют войти в группу зависимых от никотина, особенно, если с ними не проводить профилактическую работу.

Около четверти опрошенных (22,4%) имеют низкий уровень развития данной зависимости.

7. По шкале «Пищевая зависимость» мы также наблюдаем достаточно высокий процент подростков (22,4%), имеющих зависимость. Они отмечают в своих ответах, что довольно часто кушают не от голода, а для получения удовольствия, не могут отказаться от добавки, что еда занимает достаточно большое место в их жизни.

У 25,8% подростков выявлен средний уровень зависимости от еды, а чуть более половине опрошенных (51,8%) данная зависимость не свойственна.

8. По шкале «Зависимость от межполовых отношений» подростков с высоким уровнем не выявлено, а процент испытуемых со средним уровнем (16,4%) невысок. У основной массы подростков (83,6%) низкий уровень зависимости от межполовых отношений. Тема секса не является для них ведущей в данном возрасте.

9. По шкале «Трудовая зависимость» нами также не обнаружено испытуемых с высоким уровнем. 15,5% подростков обладают средним уровнем выра-

женности по данному показателю. Большинство (84,5%) пока характеризуется малой вероятностью развития данной зависимости, связанной с постоянными мыслями о работе, постоянной занятостью на ней. Во многом такие цифры связаны с тем, что наши испытуемые еще не начали трудовую деятельность, а обучаются в общеобразовательной школе.

10. По шкале «Телевизионная зависимость» наблюдается зависимость у 6,9%. Данные подростки отмечают, что постоянно смотрят телевизор, он включен всегда, когда они находятся дома, имеют склонность долго щелкать пультом в поисках чего-нибудь интересного по телевизору и не представляют себе, чем можно заняться вечером, кроме просмотра телевизора.

Средний уровень диагностирован у большинства (71,5%), а низкий у 21,6% подростков.

11. По шкале «Религиозная зависимость» подростков с зависимостью нами не обнаружено. Средний уровень обозначился также у небольшой доли респондентов – 14,6%. Большинству испытуемых (85,4%) не свойственно строго соблюдать религиозные обряды, они не считают религию самой важной частью своей жизни. Во многом такое отношение к религии определено возрастными особенностями подростков: это еще не является ценностью для них.

12. По шкале «Зависимость от здорового образа жизни» высокий уровень зависимости диагностирован у 4,3% подростков. Для них характерен устойчивый интерес к проблемам своего здоровья, к телевизионным передачам, статьям о здоровье. У половины опрошенных (50,9%) выявлен средний уровень, а 44,8% подростков зависимость от здорового образа жизни не наблюдается.

13. По шкале «Лекарственная зависимость» подростков с зависимостью не выявлено. Средний уровень свойственен только 13,8% опрошенных. Большинство испытуемых (86,2%) имеют низкий уровень зависимости от лекарств.

14. По шкале «Общая склонность к зависимостям» у 13,8% подростков диагностирован высокий уровень, т.е. присутствуют признаки высокой вероятности зависимого поведения. Они характеризуются высокой склонностью к зависимому поведению, наблюдается высокая направленность на позитивное отношение к зависимости и черты личности, которые значительно увеличивают риск зависимого поведения.

У более чем половины опрошенных (63,8%) средний уровень, а у 22,4% - низкий уровень склонности к различного рода зависимостям.

В ходе проведения методики «Аддиктивная склонность» (автор В.В. Юсупов) нами были получены следующие результаты.

15,5% подростков входят в группу высокого риска зависимого поведения, у них выражены признаки склонности к зависимому поведению.

51,8% испытуемых находятся в группе умеренного риска зависимого поведения, что соответствует среднему уровню.

32,7% опрошенных находятся в группе низкого риска зависимого поведения по данной методике.

Анализируя полученные результаты по двум проведенным методикам, направленным на выявление склонности современных подростков к зависимому поведению, мы получили примерно схожие результаты. Отметим, что уже

имеется определенная часть детей, имеющая тенденцию к той или иной зависимости. Поэтому очень важно проводить профилактическую работу не только с детьми и подростками с высоким уровнем склонности, но и с теми, у кого он находится еще на среднем уровне, т.е. в норме.

Конечно, огромную роль в профилактике такого поведения имеют образовательные учреждения, учреждения здравоохранения, социальной защиты и т.д. Но, первостепенная роль в данной работе, конечно же, принадлежит семье, родителям.

В ходе нашего экспериментального исследования нами был проведен опрос родителей подростков, результаты которого следующие.

100% опрошенных считают, что придерживаться принципов здорового образа жизни это очень важно, но вместе с тем, придерживаются только 22,4% респондентов.

Среди известных родителям зависимостей указываются: алкогольная зависимость, наркотическая зависимость, табакозависимость, Интернет-зависимость, игровая зависимость. Можно сказать, что родители имеют некоторую осведомленность по аддикциям.

Что касается вопроса, связанного с возникновением различных видов зависимостей у детей из неблагополучных семей, то здесь мнения разделились: 40,5% родителей полагают, что дети из неблагополучных семей обязательно будут обладать зависимостями, они считают подобное аддиктивное поведение нормой. 59,5% убеждены в том, что возникновение зависимостей (алкогольной, табачной, наркотической) у подростка не всегда зависит от семьи, в которой он воспитывается. Ведь большое влияние имеют такие факторы, как улица, школа, СМИ, реклама и др.

Наиболее опасными для здоровья подростка родители считают такие зависимости, как интернет зависимость, наркотическая зависимость, алкогольная зависимость, зависимость от азартных игр, потребность в экстриме. Наименее опасными были указаны табакозависимость, пищевая зависимость, любовная зависимость.

Также мы проанализировали причины, по мнению родителей, по которым подростки начинают употреблять наркотики, алкоголь, никотин. Выглядят они следующим образом: любопытство, за компанию, вынуждение, снятие стресса, безделье, способ привлечения внимания, личный пример родителей.

На вопрос, касаемый проведения ребенком свободного времени, друзей, родители ответили следующим образом:

- знаком со всеми друзьями своего ребенка и их родителями, всегда знаю, чем занят и где находится ребенок (50,9%);
- я слишком занят на работе, совершенно нет времени на общение (35,3%)
- «проголодается - сам домой придет» (13,8%).

В общении дома с детьми проблема зависимости от наркотиков, алкоголя, табака затрагивается 83,6% родителей, 16,4% отметили, что данными вопросами должна заниматься школа.

Также большинство опрошенных родителей (71,5%) полагают, что существующего взаимодействия между родителями и школой недостаточно для

успешной профилактики зависимого поведения и воспитания детей.

Нами был смоделирован вопрос, касающийся действий относительно того, что родители узнают об употреблении подростком наркотиков, алкоголя. Ответы были следующими:

- физическое наказание (51,8%);
- сбор информации о компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики, в распитие алкоголя (86,2%);
- обращение в организации, где можно получить помощь, консультацию, поддержку в данной ситуации (21,6%);
- обращаюсь к психиатру – наркологу (6,9%).

Таким образом, в ходе экспериментальной деятельности обнаружено, что у некоторой части испытуемых присутствует тенденция к той или иной зависимости. Поэтому очень важно проводить профилактическую работу не только с детьми и подростками с высоким уровнем склонности, но и с теми, у кого он находится еще на среднем уровне, т.е. пока в норме. Опрос родителей также показал, что они не отрицают роль семьи в формировании аддиктивного поведения у подростков, отмечается и то, что родителям не всегда хватает времени на общение с детьми, а также то, что в случае возникновения проблем многие родители не решаются сразу обратиться за помощью к специалистам. Поэтому очень важно оказывать семьям, воспитывающих подростков с аддиктивным поведением, психолого-педагогическую поддержку.

Для изучения уровня Интернет-зависимости у подростков использовались следующие методики:

1. Способ диагностики Интернет-зависимости В. Лоскутовой (русскоязычная адаптация опросника Кимберли Янг). Тест на Интернет-зависимость.

Данный тест представляет собой русскоязычную адаптацию опросника К. Янг, состоящую из 20 вопросов. Вопросы направлены на выявление наличия интернет - зависимости у испытуемых, на особенности их поведения и взаимоотношений с окружающими людьми, на чувства и эмоции, которые испытывает респондент, находясь в сети или вне ее, а также на его отношение к жизни без Интернета.

При выполнении данного теста испытуемому необходимо выбрать один из предложенных вариантов ответа: «Никогда или крайне редко», «Иногда», «Регулярно», «Часто», «Всегда». Последние три варианта ответа считаются положительными.

Наличие положительных ответов на 7 и более вопросов свидетельствуют о том, что имеет место Интернет-зависимость.

Данный тест может использоваться как в индивидуальной, так и в групповой работе с респондентами.

2. Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Ботьбот), (патент на изобретение (11) 72366 А (51) 7 G09B3/00, G09B3/08, G09B3/00, A61B10/00 15.02.2005. №2)

В основу изобретения была поставлена задача создать такой способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости, который путем адаптации вариантов ответов к национальной социально-общественной сфере деятельно-

сти повышает объективность конечного результата при использовании.

Способ содержит 11 вопросов относительно проявлений эмоционального состояния личности за компьютером или в Интернете, рассуждений относительно реализации замыслов и предчувствия удовольствия, количества времени пребывания за компьютером и материальных расходов, связанных с этим, волевых свойств, ощущений, получаемых во время проведения компьютерного досуга, ассоциативного характера восприятия получаемого удовольствия, влияния увлечения компьютером на социально-бытовые обязанности, роли социальных обязательств в повседневном быте, влияния компьютера на психофизическое состояние, режим сна и бодрствования. При этом возможным ответам «никогда», «редко», «часто» или «очень часто» присваивают баллы 1, 2, 3 и 4, соответственно. При оценке результатов оценивают стадию сформированной компьютерной зависимости, если сумма составляет 38 и больше баллов;

– стадию риска компьютерной зависимости, если сумма достигает 23-37 баллов;

– стадию увлеченности, если сумма равняется 16-22 баллам;

– отсутствие риска развития компьютерной зависимости, если 15 баллов и меньше.

Отличительными признаками предложенного способа является использование промежуточных вариантов ответов, а именно — «редко» и «часто», как дополнительных оценочных критериев, присвоение баллов, например, от 1 до 4, как показателей симптоматических проявлений компьютерной зависимости. Это выводит ожидаемые ответы к более достоверной области, содействует гибкой интерпретации состояния личности, поэтому позволяет дать объективный конечный результат.

Косвенным образом результаты тестирования позволяют выделить «группу риска» с признаками компьютерной зависимости с целью применения эффективных профилактических программ, которые направлены на предупреждение развития психических и поведенческих расстройств.

Использование способа в психиатрии доказало, что оценка эмоционального состояния, волевых качеств, потребительских аспектов, способностей контролировать поведение, физического и психологического влияний на пользователя, которые отражены в вопросах при помощи расширенного ряда «адаптированных» показателей симптоматики компьютерной зависимости, позволяет дифференцировать исходные данные между стадиями «зависимости», «увлечения» и «риска возникновения», что информирует о повышении объективности результатов диагностики.

Таким образом, внедрение данного способа поможет проводить эффективную скрининг-диагностику компьютерной зависимости, как среди отдельных личностей, так и в группе пользователей компьютерными технологиями, а также одновременно оценить эмоциональное состояние личности, ее волевые свойства, способности к самоконтролю поведения, физическое и психологическое состояние. Высокая объективность конечного результата, которая обусловлена адаптацией вариантов ответов к национальной социально-общественной сфере деятельности посредством весьма простых средств, ин-

формирует о соответствии предложенного решения задачи диагностики.

3. Критерии диагностики компьютерной зависимости (М. Орзак)

Наличие как минимум пяти из ниже перечисленных симптомов свидетельствуют о наличии компьютерной зависимости:

- получение удовольствия, волнения или облегчения за компьютером. Увеличение времени, проводимого за компьютером, и возрастание денежных расходов на компьютерную деятельность;
- покупка нового программного и аппаратного обеспечения для компьютера;
- изменения настроения вне компьютера / Интернета;
- появление тревоги, злости и депрессии вне компьютера/ Интернета;
- ощущение потери контроля и подавленности вне компьютера/ Интернета;
- постоянные мысли о компьютере или Интернете вне компьютера/ Интернета;
- неудачные попытки контролировать время, проводимое за компьютером;
- использование компьютера с целью ухода от текущих проблем;
- игнорирование своих обязанностей вследствие использования компьютера;
- потеря весомых взаимоотношений вследствие использования компьютера;
- ложь о количестве времени, проводимом за компьютером/в Интернете;
- ложь о деятельности, проводимой за компьютером/в Интернете;
- возникновение финансовых трудностей, возникших в результате злоупотребления компьютером / Интернетом;
- проблемы на работе или в учебе вследствие компьютерной деятельности;
- проблемы со здоровьем вследствие компьютерной деятельности.

4. Опрос среди пользователей Интернета

Целью данного опросника является выяснить особенности сети, которые привлекают испытуемых, узнать их цель и продолжительность посещения Интернета, а также как часто они пользуются его ресурсами. Опрос проводился в режиме онлайн, с помощью гугл-форм. Испытуемым предлагалась выбрать один или несколько вариантов ответа.

В исследовании приняли участие подростки, школьники среднего звена обучающиеся средних общеобразовательных школ г. Магнитогорска. Выборка составила 116 человек в возрасте от 13 до 15 лет.

В результате проведения методики Кимберли Янг (адаптация В. Лоскутовой) все 116 испытуемых были распределены нами на три группы:

Первая – обычный пользователь Интернета, здесь риск возникновения Интернет-зависимости минимален (44,8% испытуемых); вторая – группа чрезмерной увлеченности Интернетом (50,0% испытуемых), характеризующаяся риском возникновения зависимости; третья – группа Интернет-зависимости (5,2% испытуемых). Результаты нами представлены на рисунке 1.

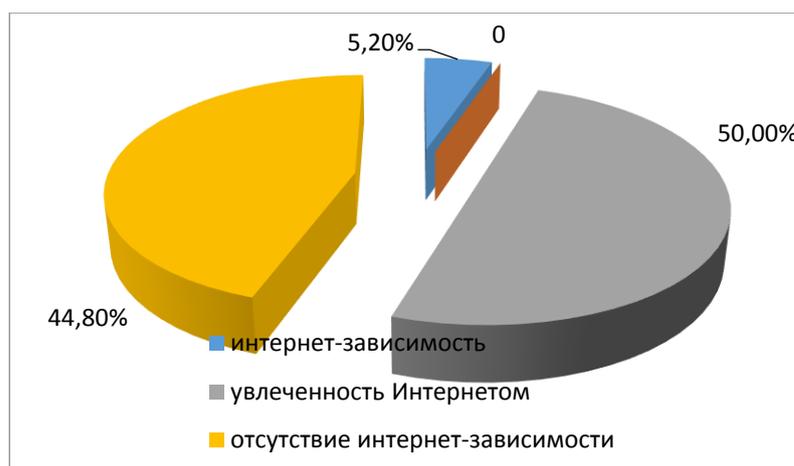


Рис. 1. Результаты диагностики Интернет-зависимости подростков по методике К. Янг (адаптация В.Лоскутовой)

Исходя из результатов проведения методики, можно сделать вывод о достаточно большом количестве подростков, которые потенциально могут войти в группу интернет-зависимых, если с ними не проводить профилактическую работу.

После проведения скрининговой диагностики Интернет-зависимости, предложенной Л. Н. Юрьевой, Т. Ю. Больбот, нами были получены следующие данные (рис.2).

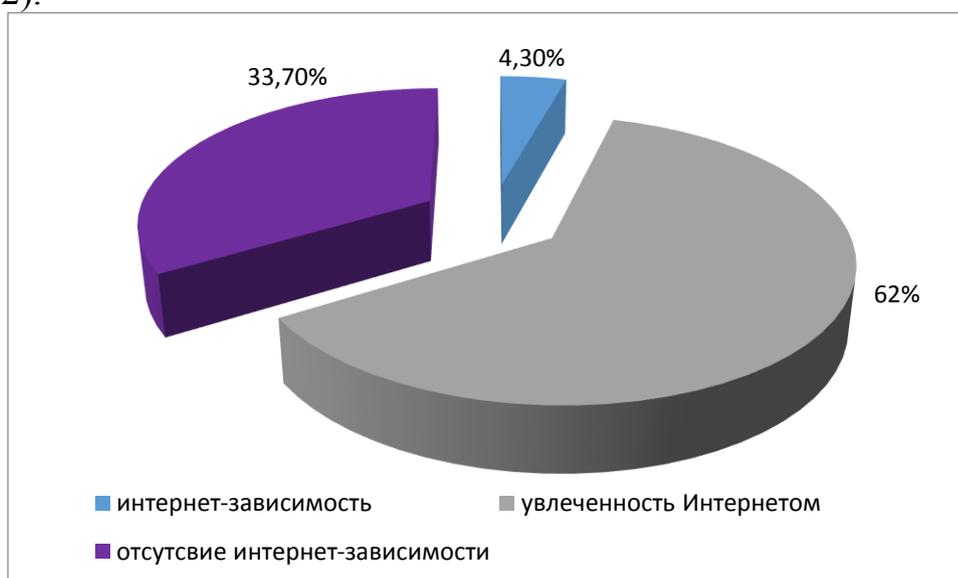


Рис. 2. Результаты диагностики Интернет-зависимости подростков по методике Л. Н. Юрьевой, Т. Ю. Больбот

У 33,7% подростков риск развития Интернет-зависимости отсутствует на данный момент; 62,0% опрошенных находятся в стадии увлечения, которое может привести к зависимости; у 4,3% первая стадия зависимости, требующая проведения реабилитационных мероприятий; подростков со второй стадией, где существует необходимость лечебных мероприятий, нами не выявлено.

Также все подростки провели самооценку по критериям Интернет-зависимости (М.Орзак). В результате было выявлено, что 3,4% опрошенных отметили наличие у себя пяти и более критериев, что характеризуется как Интернет-зависимость. Наиболее часто давались положительные ответы на следующие утверждения: увеличение времени, проводимого в Интернете; ложь о количестве времени и о деятельности, проводимой в Интернете; неудачные попытки контролировать время, проводимое за компьютером; ощущение потери контроля и подавленности вне Интернета; постоянные мысли об Интернете при его отсутствии.

У 96,6% подростков по предложенным критериям Интернет-зависимость не выявлена, но следует отметить, что 20,6% оценили себя по четырем критериям, что включает их в группу риска. У 41,4% опрошенных отсутствует риск возникновения Интернет-зависимости. Результаты представлены на рисунке 3.

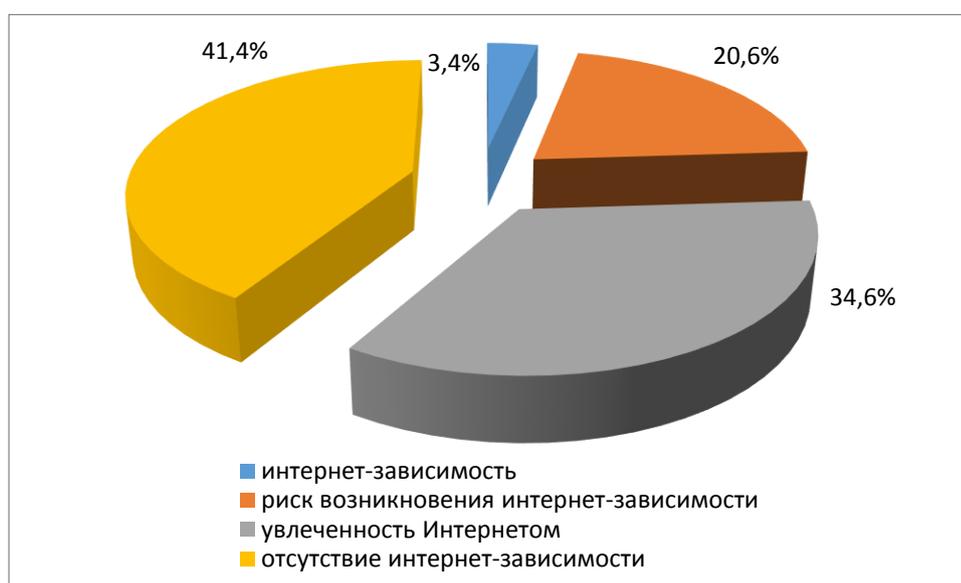


Рис. 3. Результаты диагностики Интернет-зависимости подростков по критериям М. Орзак

Данные, полученные в ходе проведения всех методик, были проанализированы. У 4,3% испытуемых выявлено наличие Интернет-зависимости по всем проведенным методикам; 56,0% подростков имеют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом, что может привести к возникновению зависимости от Сети; у 39,7 респондентов риск развития Интернет-зависимости отсутствует на данный момент.

Результаты нашего опроса показали, что Интернет считают полезным открытием 96,6% респондентов, бесполезной тратой времени – 3,4%. Ежедневную потребность в Интернете отметили 97,5% подростков.

Участвующие в нашем исследовании подростки, реализуя свою потребность: ищут в Интернете необходимую информацию (99,1%), скачивают (просматривают) фильмы (62,7%), слушают (скачивают) музыку (98,24%), пользуются электронной почтой (55,1%), просматривают смешные ролики (97,5%),

играют в онлайн-игры (44,8%), общаются в социальных сетях (85,3%), используют мессенджеры (96,6%), медиа-контент (62,0%).

Необходимо отметить, что Интернет как средство развлечения используется гораздо чаще (75,9%), чем как средство для получения полезной информации в образовательных целях (46,6%).

Достаточно часто подростки отдают предпочтение интернет-общению (43,9%), а не «живому» контакту с людьми, объясняя это безопасностью, доступностью и анонимностью сети. Это может говорить о неуверенности испытуемых в себе. Они проводят гораздо больше времени в виртуальном мире, нежели в реальном, а также часто скрывают количество этого времени или просто не замечают, как оно проходит. Это можно расценить как попытку ухода от реальности в мир, где все подчиняется их воле, где они могут безопасно реализовать себя под любым именем. Интернет стал для них основным источником информации, местом развлечения и посредником в общении.

Таким образом, в ходе экспериментальной деятельности обнаружено, что у значительной части испытуемых присутствует чрезмерная увлеченность Интернетом, что повышает риск возникновения Интернет-зависимости. Все это подтверждает необходимость в организации профилактических мер, а именно, разработки и реализации методики профилактики Интернет-зависимости обучающихся в образовательной организации.

2.3. Программа реализации цикла внеклассных мероприятий по профилактике аддиктивного поведения подростков в сфере информационно-коммуникационных технологий

Актуальность. Изучение научной литературы по вопросам профилактики Интернет-зависимости у детей и молодежи позволяет определить ее как комплексный процесс развития психологических характеристик личности, которые позволят обеспечить устойчивость личности ребенка к зависимому поведению, а также процесс формирования навыков здорового образа жизни с целью предупреждения развития и прогрессирования Интернет-зависимости [31].

В связи с этим необходимо разработать систему дополнительных мер, которая позволит осуществить профилактику Интернет-зависимости обучающихся среднего звена, поскольку именно они являются «группой риска» формирования данной девиации.

Цель: профилактика Интернет-зависимости школьников в рамках разработки и реализации цикла внеклассных мероприятий с использованием технологии наставничества и принципа «равный-равному».

Задачи:

- 1) формирование компетенций успешной и безопасной учебы с использованием сети Интернет;
- 2) развитие личностных качеств подростка, способных нивелировать факторы, ведущие к Интернет-зависимости;
- 3) создание социально-культурной среды, включающей пропаганду здорового образа жизни, развитие социальной активности;

4) формирование интереса к различным видам досуга.

Целевая группа: обучающиеся среднего звена общеобразовательной школы (5-9 классы).

Сроки реализации: учебный год.

Ожидаемые результаты и способы их оценивания.

1. Создана система работы по профилактике Интернет-зависимости школьников в условиях образовательной организации.

2. Созданы условия для формирования у школьников ценностного отношения к своему здоровью.

3. Эффективно организована деятельность педагогического коллектива в рамках информационно-образовательной среды школы.

Содержание деятельности.

Предложенная система дополнительных мер, включает в себя разработку цикла внеклассных мероприятий, которые будут реализовываться на протяжении 5 лет – с пятого по девятый класс общеобразовательной школы. Ведущая роль отводится в данном цикле принципу «равный-равному», при котором молодые люди передают знания, формируют установки и способствуют выработке навыков в среде своих сверстников, которые выступают как объект и субъект профилактической работы. С одной стороны, они предварительно обучаются социально и личностно значимым умениям, с другой стороны, закрепляют их в общественно полезной добровольческой деятельности, создавая благоприятную среду социализации для младших подростков, входящих в группу риска возникновения Интернет-зависимости. Представленный принцип позволяет реализовать во внеучебной работе технологию наставничества в виде модели «наставничество-напарничество» (buddying). В таком случае мероприятия по профилактике Интернет-зависимости организуют и проводят для младших подростков их старшие товарищи, обучающиеся 8-9 классов.

Именно такой подход, по нашему мнению, сможет обеспечить эффективность профилактики. С одной стороны, младшие подростки совершенно по-иному воспринимают информацию и действия, исходящие от сверстников, общение с которыми обладает особой притягательностью для подростка ввиду принципиального равенства его участников и отношений коллегиальности между ними (в противовес отношениям подчинения в практике взаимодействия со взрослым). С другой стороны, старшие подростки занимают активную социальную позицию, они вовлечены в деятельность по формированию у младших подростков ценностных ориентаций, знаний в области информационных технологий и здорового образа жизни. Они становятся активными субъектами социализации, что очень важно при существовании обратной зависимости между привязанностью к Сети и занятостью человека. Равенство и партнерство, сотрудничество и поддержка субъектов данного процесса позволят вывести профилактику на новый качественный уровень.

Работа по профилактике Интернет-зависимости подростков выстраивалась с учетом нескольких педагогических принципов: возрастной сообразности, личностной сообразности, динамической изменчивости, адаптивности, виртуальной социализации.

Работа реализовывалась в несколько этапов. Первым этапом была подготовка волонтеров из числа обучающихся 8-9 классов, которые в последующем осуществляли профилактическую работу с подростками 5-7 классов. Данная подготовка была организована студентами ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», обучающимися по направлениям подготовки «Педагогическое образование» (профиль «Информатика и экономика») совместно с учителем информатики, классными руководителями, педагогом-психологом, социальным педагогом при поддержке администрации школы.

В рамках изучения основ наставничества и принципа «равный-равному» в работе с подростками, была рассмотрена волонтерская деятельность и ее возможности в решении проблем профилактики Интернет-зависимости. Обучающиеся 8-9 классов знакомились с целью и задачами наставничества, с этическими основами деятельности, изучали особенности людей, склонных к Интернет-зависимости. Особое место было уделено общению, поэтому для подростков были организованы тренинги, направленные на формирование умений и навыков продуктивного общения. Также будущие наставники знакомились с эффективными технологиями проведения внеучебных мероприятий, с видами, методами и формами профилактической работы.

На втором этапе работы подростками-волонтерами, с помощью педагогов-психологов и студентов, были организованы и реализованы различные мероприятия.

Так, были проведены в форме бесед с элементами дискуссии занятия «Интернет: за или против», «Я и Интернет», «Мир реальный и виртуальный», на которых участники обсуждали позитивные и негативные стороны Интернета, учились рассуждать, работать в команде, делать выводы.

С целью создания социально-культурной среды для младших подростков были организованы и проведены мероприятия «Я выбираю профессию», «Всемирный день счастья», квест-игры «Моя жизнь», «Вместе все преодолеем», флешмоб «Мы – здоровое поколение» и др.

С целью развития личностных качеств подростка, нивелирующих факторы, которые ведут к Интернет-зависимости, были реализованы тренинговые занятия «Завтра начинается сегодня», «Вместе мы сильнее», «Суд над компьютерными играми», на которых обучающиеся учились высказывать свою точку зрения, отстаивать собственную позицию, не бояться выступать перед аудиторией, что позволяет расширять круг общения в реальной жизни, раскрывать свои потенциальные возможности.

Так, например, тренинг «Завтра начинается сегодня» рассчитанный на 10 занятий включал набор разнообразных практических заданий и упражнений, проблемных вопросов для дискуссий и обсуждения методом мозгового штурма.

Были предложены следующие темы тренинговых занятий: 1. «Я и мое окружение» (установление доверительных отношений). 2. «Семь обличий Я» (содействие адекватному самооцениванию). 3. «И снова Я» (активизация процессов осознания и принятия подростками своего «Я» в процессе анализа жизненного пути). 4-5. «Интернет-зависимость – болезнь современного общества» (раскрытие проблематики интернет-зависимого поведения). 6. «Я выбираю»

(актуализация потребности в выборе собственных ценностных ориентиров). 7. «В мире эмоций» (развитие умения адекватно выражать свои эмоциональные состояния). 8-9. «Плюсы живого общения» (организация целенаправленного усвоения навыков общения). 10. «Будущее в моих руках» (формирование позитивных жизненных целей, развитие навыков самоконтроля). Также на классных часах подростки рекламировали досуговые объединения и спортивные секции, рассказывали о культурных событиях, происходящих в городе.

Таким образом, представленная работа по профилактике Интернет-зависимости включала в себя следующие компоненты.

1. Образовательный компонент: получение знаний о безопасном поведении в Сети, о признаках и последствиях Интернет-зависимости (диспуты, дискуссии, беседы и др).

2. Психолого-педагогический компонент: формирование коммуникативных навыков взаимодействия со сверстниками, ориентация на развитие положительного в подростке (тренинги, деловые игры, квесты и др).

3. Социальный компонент: формирование социально активной личности путем вовлечения в альтернативную деятельность, привлечения к здоровому образу жизни (вовлечение в волонтерскую деятельность, разработка и реализация социальных проектов и др).

Таблица 2.2

График проведения организационных мероприятий

№ п/п	Название и содержание мероприятия	Сроки проведения	Результаты
1.	Организационное собрание членов педагогического коллектива, участвующих в реализации программы	Сентябрь	Создание рабочей группы и определение кураторов программы из числа сотрудников школы
2.	Встреча с обучающимися 8-9 классов	Сентябрь	Создание команды волонтеров
3.	Проведение диагностики с целью выявления наличия и степени Интернет-зависимости у школьников	В течение сентября	Обработка результатов и анализ полученных данных
4.	Обучение школьников-волонтеров работе с младшими подростками	2 раза в неделю в течение сентября	Освоение школьниками основ работы по принципу «равный-равному» в рамках технологии наставничества
5.	Разработка направлений и содержания мероприятий в 5-7 классах	В течение сентября октября	Определены методы и формы работы с учетом возрастных особенностей школьников
6.	Выступление на родительском собрании с целью развития сотрудничества между педагогическим коллективом и родителями	Октябрь	Вовлечение родителей в процесс
7.	Работа команд школьников-волонтеров	Один раз в месяц	Обсуждение проблем, хода реализации программы и промежуточных результатов

№ п/п	Название и содержание мероприятия	Сроки проведения	Результаты
8.	Проведение вторичной диагностики с целью выявления наличия и степени Интернет-зависимости у школьников	Май	Обработка и анализ полученных результатов
9.	Проведение общешкольного итогового мероприятия. Флешмоб «Мы – здоровое поколение»	Май	Формирование ценностного отношения к здоровью
10.	Подведение итогов работы за год	Май	Представление результатов Анализ хода реализации и содержания Определение перспектив

Таблица 2.3

Цикл мероприятий для обучающихся 5-6 классов

№ п/п	Название и содержание мероприятия	Сроки проведения	Результаты
1.	Классный час «Интернет: за или против», беседа с элементами дискуссии	Октябрь	Информирование школьников о проблеме, выявление отношения, формирование знаний
2.	Классный час «Мир реальный и виртуальный» беседа с элементами дискуссии	Ноябрь	Информирование школьников о проблеме, выявление отношения, формирование знаний
3.	«Я и Интернет», конкурс плакатов	Декабрь	Создание социально-культурной среды, вовлечение в социально-позитивную деятельность
4.	Классный час с элементами тренинга «Вместе все преодолеем»	Январь	Создание социально-культурной среды, развитие коммуникативных навыков, формирование коллектива
5.	«Я выбираю профессию»	Февраль	Профориентация, вовлечение в социально-позитивную деятельность
6.	Праздник «Всемирный день счастья»	Март	Создание социально-культурной среды
7.	Квест-игра «Моя жизнь»		Создание социально-культурной среды, Формирование ценностного отношения к здоровью
8.	Флешмоб «Мы – здоровое поколение»		Формирование ценностного отношения к здоровью

Цикл тренинговых мероприятий для 7 класса

№ п/п	Название и содержание мероприятия	Сроки проведения	Результаты
1.	Тренинг «Я и мое окружение»	Октябрь	(установление доверительных отношений).
2.	«Семь обличий Я»	Ноябрь	(содействие адекватному самооцениванию).
3.	«И снова Я»	Декабрь	(активизация процессов осознания и принятия подростками своего «Я» в процессе анализа жизненного пути).
4.	«Интернет-зависимость – болезнь современного общества»	Январь	(раскрытие проблематики интернет-зависимого поведения).
5.	«Я выбираю»	Февраль	(актуализация потребности в выборе собственных ценностных ориентиров).
6.	«В мире эмоций»	Март	(развитие умения адекватно выражать свои эмоциональные состояния).
7.	«Плюсы живого общения»	Апрель	(организация целенаправленного усвоения навыков общения).
8.	«Будущее в моих руках»	Май	(формирование позитивных жизненных целей, развитие навыков самоконтроля).
9.	Флешмоб «Мы – здоровое поколение»	Май	Формирование ценностного отношения к здоровью

Таким образом, в условиях развития информационного общества увлечение сетью Интернет все более возрастает, следовательно, поиск новых путей профилактики Интернет-зависимости у детей, подростков и молодежи остается актуальной психолого-педагогической задачей.

Основой эффективной профилактики Интернет-зависимости школьников может выступать методическая система, построение целостной методики, которая должна быть выстроена на системном, междисциплинарном, аксиологическом и деятельностном методологических подходах. Содержание предполагает разработку цикла внеклассных мероприятий, направленных на создание условий для формирования мотивации здорового образа жизни, формирование навыков безопасного поведения и в Интернете, подготовкой к самореализации в обществе. В разработанной нами методике мы выделяем образовательный,

психолого-педагогический и социальный компоненты. Для изучения уровня Интернет-зависимости школьников нами было проведено эмпирическое исследование, в котором использовались такие методики, как Способ диагностики Интернет-зависимости В. Лоскутовой (русскоязычная адаптация опросника Кимберли Янг). Тест на Интернет-зависимость, Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот), Критерии диагностики компьютерной зависимости (М. Орзак), а также был проведен опрос среди пользователей Интернета. В ходе исследования установлено, что большинство респондентов можно отнести к категории «чрезмерной увлеченности», что позволяет говорить об эффективности первичной профилактики. Сформированная Интернет-зависимость выявлена только у 5 % респондентов.

Нами была разработана программа реализации цикла внеклассных мероприятий по профилактике Интернет-зависимости у школьников. Ее целью является профилактика Интернет-зависимости школьников в рамках разработки и реализации цикла внеклассных мероприятий с использованием технологии наставничества и принципа «равный-равному». Данная программа включает в себя подготовку волонтеров из числа обучающихся 8-9 классов, которые затем будут в качестве наставников проводить профилактическую работу в 5-7 классах. В программе предложен ряд мероприятий в разных формах и с использованием различных методов и средств. Все это позволяет создать социально-культурную среду, в которой будут сформированы антиаддиктивные компетенции у всех участников данного процесса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что в настоящее время наблюдается противоречие между ростом среди пользователей Интернета лиц среднего и старшего школьного возраста (от 11 до 17 лет) и отсутствием исследований по выявлению среди них интернет-зависимых школьников, определению степени их зависимости и психолого-педагогических характеристик личности, а также отсутствием эффективных мер профилактики данного вида зависимости;

Выполненное исследование показало, что данная проблема является весьма актуальной в педагогике и психологии.

Опираясь на методологический анализ поставленной проблемы, мы сформулировали цель, гипотезу и задачи исследовательской работы.

Цель исследования заключалась в теоретическом обосновании и разработке цикла внеклассных мероприятий, направленных на профилактику Интернет-зависимости школьников.

В аспекте достижения поставленной цели, нам удалось подтвердить выдвинутую гипотезу исследования: профилактика Интернет-зависимости школьников будет осуществляться более успешно, если будет разработан и реализован во внеурочной деятельности цикл внеклассных мероприятий, направленный на первичную и вторичную профилактику Интернет-зависимости; если в рамках технологии наставничества будет реализован принцип «равный-равному», основанный на взаимопомощи школьников.

В ходе исследования нами был решен комплекс задач, вытекающих из цели и гипотезы, а именно:

- проведен анализ состояния проблемы профилактики Интернет-зависимости школьников;
- определены основные направления профилактики Интернет-зависимости школьников;
- изучены виды внеклассных мероприятий для школьников, направленных на решение проблемы профилактики Интернет-зависимости;
- представлена методика профилактики Интернет-зависимости школьников;
- проведено эмпирическое исследование по выявлению уровня Интернет-зависимости у школьников среднего звена;
- разработан цикл внеклассных мероприятий по профилактике Интернет-зависимости школьников среднего звена.

Мы считаем, что проведенное исследование и его результаты свидетельствуют о решении всех поставленных задач.

Ученые выделяют два подхода к феномену Интернет-зависимости. Согласно первому – это заболевание, согласно второму – психолого-педагогическая проблема, которая требует внимания со стороны педагогов и психологов.

Сейчас в психолого-педагогической литературе достаточно часто стали использовать термин «аддикция» – это состояние сознания человека, характе-

ризующееся уходом от реальности с помощью искусственных (химических) средств, постоянное и устойчивое употребление которых формирует аддитивное отклоняющееся поведение, проявляющееся в различных формах. Как определенный вид аддикции многие авторы выделяют – нехимическую зависимость, к которой и относится Интернет-зависимость.

Интернет-зависимость может принимать различные формы: зависимость от социальных сетей, от сервисов по обмену сообщениями, мессенджеров, помогающих быть всегда на связи, от игр, от поиска информации в Сети.

Предвестниками Интернет-зависимости многие авторы называют: 1) навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту; 2) предвкушение следующего сеанса онлайн; 3) увеличение времени, проводимого онлайн; 4) увеличение расходов на Интернет.

Признаки наступившей интернет-аддикции: 1) всепоглощенность Интернетом; 2) потребность проводить в Сети все больше и больше времени; 3) повторные нерезультативные попытки уменьшить использование Интернета; 4) проблемы с окружением (семья, школа, работа, друзья); 5) ложь по поводу времени, проведенном в Сети.

Причинами Интернет-зависимости в подростковом возрасте выступают: «чувство взрослости», приводящее к отрицательному реагированию на всевозможные ограничения со стороны взрослых; дисгармоничность семейных отношений, недостаточное внимание родителей; неуверенность в себе и своих силах, застенчивость; недостаток общения со сверстниками и значимыми людьми; комплексы и трудности в общении; склонность подростков к быстрому «впитыванию» всего нового, интересного; отсутствие увлечений или хобби, любых привязанностей, не связанных с компьютером; желание быть «как все» сверстники.

Культура молодежного сообщества насыщена цифровыми технологиями, и уже невозможно представить подростка за пределами компьютерных игр, социальных сетей, различных форумов.

Посещение интернет-сайтов с целью самообразования на сегодняшний день происходит все реже. Основным намерением подростков чаще всего является общение в социальных сетях, прослушивание музыки, просмотр фильмов и т.д. Пребывание в Интернете несет развлекательный характер. Родители, педагоги и психологи обеспокоены влиянием видеоигр, онлайн-общения и информационного пространства на интеллектуальное, эмоциональное и коммуникативное развитие подростков.

К основным негативным последствиям воздействия Интернета можно отнести следующие: создание иллюзии вседозволенности; отрицательное воздействие на неокрепшую психику подростка; Эго-распад на «Я реальное» и «Я виртуальное», приводящий к нервным срывам и частым вспышкам гнева; сложности в установлении контакта с окружающими людьми. Проводя практически все свободное время за компьютером, подростки меньше бывают на свежем воздухе, меньше двигаются, что влечет за собой ухудшение здоровья.

Достаточно большое внимание педагогами и психологами уделяется проблеме профилактики Интернет-зависимости среди подростков, под которой по-

нимается деятельность по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития.

Профилактика Интернет-зависимости может осуществляться в различных направлениях: формирование коммуникативных навыков, умений конструктивного разрешения возникающих конфликтов и трудностей, умений справляться со стрессами и негативными эмоциями, выражать их в социально приемлемой форме.

К формам профилактической работы относятся просветительская деятельность, консультирование, беседы, социальная терапия и организация досуговой деятельности, спорт, тренинговая работа, методами которой выступают психогимнастика, дискуссии, игра, проективный рисунок, музыкотерапия и др.

Предложенная система дополнительных мер, включает в себя разработку цикла внеклассных мероприятий, которые будут реализовываться на протяжении 5 лет – с пятого по девятый класс общеобразовательной школы. Ведущая роль отводится в данном цикле принципу «равный-равному», при котором молодые люди передают знания, формируют установки и способствуют выработке навыков в среде своих сверстников, которые выступают как объект и субъект профилактической работы. С одной стороны, они предварительно обучаются социально и личностно значимым умениям, с другой стороны, закрепляют их в общественно полезной добровольческой деятельности, создавая благоприятную среду социализации для младших подростков, входящих в группу риска возникновения Интернет-зависимости. Представленный принцип позволяет реализовать во внеучебной работе технологию наставничества в виде модели «наставничество-напарничество» (buddying). В таком случае мероприятия по профилактике Интернет-зависимости организуют и проводят для младших подростков их старшие товарищи, обучающиеся 8-9 классов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамян А.А. Психологические особенности подростков с аддиктивным поведением / В сборнике: Актуальные направления фундаментальных и прикладных исследований. Материалы XIV международной научно-практической конференции. 2017. С. 35-38.
2. Азарова, Л. А. Психология девиантного поведения : учеб.-метод. комплекс / Л. А. Азарова, В. А. Сятковский. — Минск : ГИУСТ БГУ, 2009. — 164 с. ISBN 978-985-6739-88-3.
3. Алабушева, Н.П. Компьютерная зависимость и интернет-зависимость как значимые проблемы современного общества / Н.П. Алабушева, Ю.А. Сулова, Л.С. Лукьянова // Научное сообщество студентов XXI столетия. – 2015. – № 34. – С. 57-65.
4. Алтынова С.Е. Гендерные различия аддиктивного поведения подростков / В сборнике: Психология личности: актуальные исследования. Сборник научных трудов. Под редакцией Е.М. Разумовой. Магнитогорск, 2020. С. 39-43.
5. Арифова А.Ю. Социально-психологический тренинг как средство профилактики девиантного поведения и повышения уровня информационно-психологической безопасности подростков / А.Ю. Арифова, Е.Ю. Кольчик// Форум молодых ученых. 2019. – № 3 (31). – С. 106-112.
6. Асабина Ю.С. Интернет-зависимость у младших школьников: причины и профилактика/ Ю.С. Асабина, И.Н. Мовчан // В сборнике: Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи Материалы внутривузовской конференции. Под редакцией Г.Н. Чусавитиной, Е.В. Черновой, О.Л. Колобовой. – 2015. – С. 43-47.
7. Атапина С.Е. Анализ проблемы Интернет-зависимости в современных исследованиях / С.Е. Атапина // Категория «социального» в современной педагогике и психологии: Материалы 4-й всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2016. – С. 432-438.
8. Ахметова Э.А. Дисгармоничная семья как фактор формирования зависимости к новым синтетическим "дизайнерским" наркотикам // Медицинский вестник Башкортостана. 2017. Т. 12. № 1 (67). С. 15-20.
9. Байкенже Н.К. Проблемы формирования характера подростков // Мировая наука. – 2019. – №3(24). – С.263-266
10. Баранова Ю.М. Сравнительный анализ эмоционально-личностного развития подростков, имеющих и не имеющих Интернет-зависимости / Ю.М. Баранова Н.В. Шутова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2-3. – С. 143-149.
11. Безенкова Т.А., Андрусак Н.Ю., Олейник Е.В. Исследование досуговых предпочтений подростков как показателя оценки качества социально-культурной деятельности (на примере г. Магнитогорска) / Т.А. Безенкова, Н.Ю. Андрусак, Е.В. Олейник //Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 12. – С. 79-83.
12. Белоусова И.Д. Профилактика Интернет-зависимости школьников

как педагогическая проблема / И.Д. Белоусова // В сборнике: Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи Материалы внутривузовской конференции. Под редакцией Г.Н. Чусавитиной, Е.В. Черновой, О.Л. Колобовой. – Магнитогорск, 2015. – С. 55-62.

13. Богданова О.А. Интернет-зависимость у детей и подростков / О.А. Богданова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Информатика и информатизация образования. – 2014. – № 1 (27). – С. 54-59.

14. Бокова А.А. Особенности мотивации учебной деятельности в подростковом возрасте с помощью внеурочной деятельности / А.А. Бокова // Современные научные исследования и разработки. – 2018. Т. 3. – № 12 (29). – С. 20-22.

15. Большой психологический словарь. / Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко М.: Прайм- Еврознак. 2003.

16. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В. Вачков. – М.: Изд-во "Ось-89", 2009. – 176 с.

17. Вильчик А.А. Исследование формирования характера подростка // Психологическая студия. – 2019. – С.21-25

18. Водяха Ю.Е. Сравнительный анализ образа отца и образа матери у подростков с Интернет-зависимостью / Ю.Е. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 119-123.

19. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А.Е. Войскунского. – М.: Можайск-Терра, 2000. – С. 100-131.

20. Гилева Н.С. К вопросу о профилактике Интернет-зависимости у подростков / Н.С. Гилева // Наука о человеке: гуманитарные исследования. – 2016. – № 4 (26). – С. 136-139.

21. Гишинский, Я.И. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийств и других «отклонений» / Я.И. Гишинский. – СПб.: Издательство «Юридический центр Пресс», 2004 – 520 с.

22. Гиляровская Е.В., Завельская И.М. Склонность к аддиктивному поведению у подростков / В сборнике: Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации (Социальный инженер-2019). Сборник материалов Всероссийской конференции молодых исследователей с международным участием. 2019. С. 158-162.

23. Гусова А.Д. Психологические особенности современной семьи //Азимут научных исследований. 2016. Т. 5. №5 (12). С. 206-209.

24. Денисов А. Психология Интернет-зависимости / А. Денисов // Развитие личности. – 2014. – № 1. – С.190-202.

25. Доколин А.С. Превенция вовлечения молодежи в киберэкстремистскую деятельность посредством компьютерных игр / А.С. Доколин, Е.В. Чернова // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 12-5. – С. 1074-1077.

26. Доценко Е.В. Социальная профилактика Интернет-зависимости несовершеннолетних средствами киноискусства в учреждениях образования / Е.В. Доценко // Наука и образование: новое время. – 2015. – № 2 (7). – С. 234-

238.

27. Дракина С.А., Перевощикова Н.К., Торочкина Г.П. Роль детско-родительских отношений в формировании психосоматических расстройств // *Мать и дитя в Кузбассе*. – 2016. – №1(64). – С.27-33

28. Железнова А.В. Влияние семьи на формирование характера подростка // *Психология учебной и профессиональной деятельности*. – 2018. – С.110-113

29. Завалишина О.В. Моделирование процесса педагогической поддержки подростков, склонных к проявлению Интернет-зависимости / О.В. Завалишина // *Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета*. – 2011. – № 70. – С. 601-616.

30. Завалишина О.В. Описание опыта профилактики Интернет-зависимости у подростков/ / О.В. Завалишина // *Научно-методический журнал Педагогический поиск*. – 2015. – № 2-1. – С. 15-17.

31. Зеркина Е.В. Проблема девиантного поведения школьников в сфере компьютерных технологий/ Е.В. Зеркина // *Философия образования*. – 2006. – № S2. – С. 311.

32. Змановская, Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Е.В. Змановская. – 6-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 288 с.

33. Иванова Т.В. Интернет-зависимость как проблема современного общества / Т.В. Иванова // *Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания*. – 2014. – № 24. – С. 49-53

34. Инжутова Е.В. Подростковая девиация // *Социокультурный менеджмент: содержание, проблемы, перспективы*. – 2015. – С.218-220

35. Кильмашкина Т.Н. Интернет-зависимость как вид девиантного поведения и ее профилактика / Т.Н. Кильмашкина // *Профилактика зависимостей*. – 2019. – № 4 (20). – С. 80-86.

36. Кицун В.С. Подростковый возраст как фактор интернет-аддикции / В.С. Кицун, Т.Е. Яценко // *Молодежь и наука: актуальные проблемы педагогики и психологии*. – 2017. – № 2. – С. 70-74.

37. Климов М.А. Модель развития познавательных способностей подростков с девиантным поведением средствами игровых технологий // *Гуманитарно-педагогические исследования*. – 2019. – № 1. – Т.3. – С. 12-17.

38. Колесниченко М.Б. Социальные аспекты Интернет-зависимости молодежи/ М.Б. Колесниченко, В.В. Колупаева // *Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки*. – 2017. – № 1. – С. 97-105.

39. Колесов В.И. Социальные причины аддиктивного поведения и его профилактика / В книге: *Пенитенциарная социально-психологическая работа: проблемы и перспективы. межвузовский научно-практический семинар, посвященный 70-летию со дня рождения доктора психологических наук, профессора Сухова А. Н.*. Академия ФСИН России. 2019. С. 67-71.

40. Кондакова И.В. Особенности аддиктивного поведения в молодежной среде // *Казанский педагогический журнал*. 2018. № 4 (129). С. 175-180.

41. Корнеева С.А., Локтева А.В. Индивидуальные особенности процессов саморегуляции у подростков с зависимым поведением // Психология обучения. 2015. № 11. С. 43-53.
42. Костенко Г.А. Аддиктивное поведение как аспект девиации поведения // Чрезвычайные ситуации: промышленная и экологическая безопасность. 2015. № 1 (21). С. 133-137
43. Кузнецова К.В., Тюлегенова Д.И. Влияние детско-родительских отношений на развитие ребенка // Актуальные проблемы современного образования. – 2019. – №1(26). – С.237-243
44. Ланге, Н.Н. Психический мир / под ред. М.Г. Ярошевского. – М. : Изд-во Инст. Практ. психол. – Воронеж : НПО «МОДЕК», 1996. – 368 с.
45. Леус Э.В., Сидоров П.И., Соловьев А.Г. Психологические особенности старших подростков с аддиктивным поведением // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2007. № 3 (46). С. 26-29.
46. Литвинов Г.А., Зарединова Э.Р., Меджитова З.С., Фазылова Э.Э. Психологическое исследование детско-родительских отношений в неполной семье // Проблемы современного педагогического образования. – 2015. – №47-5. – С.267-275
47. Ловпаче Ф.Г. Психологические особенности профилактики Интернет-зависимости в юношеском возрасте/ Ф.Г. Ловпаче// Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2018. – № 1 (213). – С. 124-129.
48. Лунюшкина М.В. Влияние интернета на подростка / М.В. Лунюшкина, Д.В. Зеленская, И.А. Твелова // В сборнике: Педагогика и психология. Сборник статей по материалам XV международной конференции. – 2018. – С. 71-74.
49. Малыгин В.Л. Методологические подходы к раннему выявлению Интернет-зависимого поведения / В.Л. Малыгин, К.А. Феклисов, А.Б. Искандирова, А.А. Антоненко // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2011. – № 6.– С. 35-40.
50. Мартынова Т.А., Романова Е.В. Связь между формированием личности ребенка и типом семейных взаимоотношений // Социокультурные и психологические проблемы современной семьи: актуальные вопросы сопровождения и поддержки. – 2019. – С.193-194
51. Морева, Н.А. Технологии профессионального образования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.А. Морева. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 432 с.
52. Мызина Ю.В., Иванова Н.В. Влияние стиля семейного воспитания на формирование дисгармонизаций характера подростков // Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых. – 2013. – С.87-88
53. Ожегов, С. И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов ; под общ. ред. Л. И. Скворцова. - 28-е изд., перераб. - Москва : Мир И образование, 2015. – 1375 с.
54. Орзак, М.Х. Зависимость от интернета: Что это? / М.Х. Орзак // Новости Психологии, 2015. – № 8 (15). – С. 34-38.

55. Пальчикова М.И. К вопросу разработки программ профилактики Интернет-зависимости/ М.И. Пальчикова// Интерактивная наука. – 2017. – № 7 (17). – С. 30-32.
56. Панфилова, А.П. Игровое моделирование в деятельности педагога : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.П. Панфилова. – М. : Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
57. Парсаева Т.С. Особенности личностных качеств подростков и их семейных отношений с родителями // Студенческая наука в XXI век. – 2018. – №16-2. – С.248-250
58. Пахомова И.П. Технология использования игровых методов в процессе обучения / И.П. Пахомова // Региональное образование: современные тенденции. – 2019. – № 3 (39).– С. 87-89.
59. Педагогика: учеб. пособие для студентов пед. вузов и пед. колледжей / под ред. П.И. Пидкасистого. – М. : Педагогическое общество России, 2003. – 608 с.
60. Пережогин Л.О. Зависимость от персонального компьютера, интернета и мобильных средств доступа к нему: нозологическая идентификация / Л.О. Прежогин // Образование личности. – 2016. – № 1. – С. 45-53.
61. Петрова А.В. Анализ влияния интернета на социализацию современных подростков / А.В. Петрова // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. – 2017. – № 4 (10). – С. 132-135.
62. Петровская Л.А. Общение – компетентность-тренинг / Л.А. Петровская. – М.: Смысл, 2007. – 387 с.
63. Петровский, А.В. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат. 1990. – 494 с.
64. Подласый, И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике для средних специальных учебных заведений / И.П. Подласый. – М.: ВЛАДОС, 2006. – 350 с.
65. Подольская Т.А., Гусова А.Д. Влияние семейных отношений на развитие личности ребенка // Балтийский гуманитарный журнал. – 2016. – Т.5. – №3(16). – С.158-160
66. Подросток в социальной сети: норма жизни – или сигнал опасности? Режим доступа: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9587> (дата обращения 22.03.2020).
67. Понаморенко Н.А. Типы семейных взаимоотношений и их влияние на социализацию личности младшего школьного возраста // Педагогические и социально-психологические основы научного развития общества. – 2018. – С.157-160
68. Потапенко Е.Ю. Внеурочная деятельность как средство развития организаторских способностей у подростков / Е.Ю. Потапенко // Вестник Гуманитарного института ТГУ. – 2014. – № 2 (16). – С. 24-27.
69. Распопова Н.И., Джамантаева М.Ш., Мархабаева Р.А. Дисгармоничное развитие личности, как предиктор формирования аддиктивного поведения

ния // Вестник Казахского национального медицинского университета. 2019. № 1. С. 216-224.

70. Романова М.В. Хрестоматия по организация внеурочной деятельности. Информатика и икт / М.В. Романова, Е.В. Чернова. – Москва, 2017. (2-е издание, исправленное). – 160 с.

71. Сафонова Д.С. Активные методы профилактики девиантного поведения / Д.С. Сафонова // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2016. – № 9-1 (17). – С. 120-124.

72. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», 2004. – 332 с. ISBN: 5-9268-0010-2

73. Слепухина Г.В., Безенкова Т.А., Андриенко О.А. Личностные особенности подростков с девиантным поведением// Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2020. – № 4 (33). – С. 396 – 401

74. Татунец О.И. Девиантное поведение как социально-педагогическая проблема и аспект социальной работы / О.И. Татунец // Гуманитарный трактат. – 2019. – № 48. – С. 12-14.

75. Тимофеева М.Д. Профилактика Интернет-зависимости старших школьников / М.Д. Тимофеева // В сборнике: Инициатива и творчество социального педагога Сборник студенческих научных работ. Под редакцией Л.В. Мардахаева. Москва, 2017. – С. 39-43.

76. Токоякова А.Г. Особенности саморегуляции подростков, склонных к девиантному поведению / А.Г. Токоякова, С.В. Албычакова // Вестник научных конференций. – 2019. – № 9-1 (49). – С. 115-116.

77. Точиева М.М. Психокоррекция тревожности детей с помощью игровых методов / М.М. Точиева // Гуманизация образования. – 2018. – № 6.– С. 150-156.

78. Туркаева Л.В. Профилактические методы психолого-педагогического характера в решении проблемы девиантного поведения среди школьников и подростков/ Л.В. Туркаева // Известия Чеченского государственного педагогического института. – 2019. Т. 26. – № 4 (28). – С. 81-85.

79. Целуйко В.С. Психология неблагополучной семьи / В.С. Целуйко. – М.: Владом, 2003. – 124 с. ISBN: 5-305-00089-0

80. Цой Н.А. Феномен Интернет-зависимости и одиночество / Н.А. Цой // Социологические исследования. – 2011. – № 12 (332). – С. 98-107.

81. Чернова Е.В. Подготовка будущих учителей к превенции девиантного поведения школьников в сфере информационно-коммуникативных технологий: монография / Е.В. Чернова, Г.Н. Чусавитина. – Москва: Издательство «Флинта», 2019. – 185 с.

82. Янг, К.С. Диагноз – Интернет-зависимость / К.С. Янг// Мир Интернет. – 2013. – № 2. – С.24-29.

83. Chusavitina G.N. Special aspects of future teachers' training in ensuring information security sphere for university students / G.N.Chusavitina,N.N.Zerkina, V.N. Makashova// Перспективынаукииобразования. – 2018. – № 5 (35). – С. 259-266.

84. Orekhovskaya N.A. Globalization and youth: philosophical analysis of

challenges and ways to overcome them / N.A.Orekhovskaya,A.A. Galushkin, E.V. Maleko, T.A. Bezenkova, N.A. Plugina// XLinguae. – 2018. – T. 11. №2. – С. 256-264.

Научное текстовое электронное издание

**Безенкова Татьяна Александровна
Безенков Кирилл Евгеньевич
Анриенко Оксана Александровна**

**ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ В СФЕРЕ ИНФОРМАЦИОННО-
КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Монография

1,99 Мб

1 электрон. опт. диск

г. Магнитогорск, 2021 год
ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова»
Адрес: 455000, Россия, Челябинская область, г. Магнитогорск,
пр. Ленина 38

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им. Г.И. Носова»
Кафедра социальной работы и психолого-педагогического образования
Центр электронных образовательных ресурсов и
дистанционных образовательных технологий
e-mail: ceor_dot@mail.ru