

Сорокина Катерина Олеговна, студентка 3-го курса кафедры «Социальной, общей и клинической психологией», Российский государственный социальный университет, Москва, Российская Федерация

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА С КИБЕРЗАВИСИМОСТЬЮ

Аннотация: в статье рассмотрена проблема индивидуально-психологических особенностей личности подросткового возраста с киберзависимостью, указаны основные пути профилактики киберзависимости личности подросткового возраста.

Ключевые слова: подростковый возраст, киберзависимость, аддикции.

Abstract: the article considers the problem of individual psychological characteristics of an adolescent with cyberdependence, indicates the main ways of preventing cyberdependence of an adolescent.

Keywords: adolescence, cyber addiction, addiction.

В век информационно-коммуникационных технологий трудно представить человека, у которого не было бы мобильного устройства, компьютера и других информационных устройств. Как известно, чем раньше ребенок учится чтению и письму, тем легче и интереснее для него становится любое последующее изучение. То же самое относится и к компьютеру, его раннее освоение приводит к интуитивному и внутреннему принятию информационных технологий как неотъемлемой части нашей жизни. В то же время, учитывая, что подростковый возраст имеет решающее значение для развития личности в целом и является основополагающим в процессе

социализации, необходимо учитывать, что раннее использование компьютера вызывает девиантное поведение, проявляющееся в повышенном интересе к компьютерным играм, что составляет проблему психологической зависимости от компьютерных игр у несовершеннолетних сегодня очень острую. Подростки, в силу возрастных особенностей психики и поведения, подвержены риску компьютерной зависимости.

Чем сложнее социальная адаптация ребенка в реальном мире, тем больше его интересует виртуальная реальность. Негативные последствия такой страсти проявляются на физиологическом, психологическом и социальном уровнях. Поэтому актуальность изучения компьютерной игровой зависимости у детей-подростков приобретает особое значение в современном мире.

В нашем исследовании мы выявим основные понятия и содержание кибераддитивного поведения, выявим существенные признаки и причины этого явления. Кроме того, мы предлагаем рекомендации по организации необходимых мер по минимизации влияния компьютерных игр на процесс социализации подростков. Поскольку подростковый возраст необходим для развития личности в целом и является основополагающим в процессе социализации, целесообразно рассмотреть концепцию социализации личности.

По определению Г. М., социализация-это «двусторонний процесс, включающий, с одной стороны, усвоение социального опыта индивида путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей, с другой-активный процесс воспроизводства системы социальных связей индивида в результате его деятельности, активного участия в социальной среде [1].

Поэтому социализация - это процесс включения подростка в систему социальных отношений и самостоятельного воспроизводства этих отношений им. Рассмотрим подробнее кибераддицию как своего рода технологическую зависимость. Кибераддиция относится к группе нехимических зависимостей и является частью более широкого термина «компьютерная зависимость». В отечественной литературе разработано несколько научных подходов к определению природы компьютерной зависимости.

Советский психолог Л. Венгер понимает компьютерную зависимость под зависимостью от деятельности, связанной с использованием компьютера, что приводит к резкому сокращению всех других видов деятельности, овладению общением с другими людьми [2].

Поэтому зависимость от компьютера, по мнению ученого, - это не просто чрезмерное времяпрепровождение за компьютером, будучи не в состоянии остановиться в какой-то момент, а именно концентрация вокруг него всех интересов подростка, отказ от других форм и деятельности, в том числе и общения, что является неотъемлемой частью процесса социализации подростков. В. Н. Дружин под зависимостью от компьютера понимается «девиантный тип поведения, с формированием склонности к восприятию реальности посредством изменения своего психического состояния, посредством постоянной фиксации внимания на интерактивности, взаимодействия с компьютерными программами или с другими пользователями посредством этих программ» [3].

Таким образом, мы можем дать следующее определение понятию кибераддикции – это форма психологической зависимости, которая проявляется в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми. Благодаря анализу этих научных точек зрения, на наш взгляд, можно выделить такие критерии, как зависимость от деятельности, связанной с использованием компьютера, ограничение общения с другими людьми, склонность уходить от реальности путем изменения своего психического состояния [4].

Основной принцип развития любой зависимости-уход от реальности, но причины неудовлетворенности реальной жизнью, в которой существует подросток, могут быть разными:

- отсутствие или отсутствие внимания со стороны родителей, общение в семье, внутрисемейные конфликты;
- одиночество, отсутствие друзей и «живого» общения, неспособность наладить контакты с людьми;
- проблемы с неудачей в школе;

- отсутствие стабильных интересов, увлечений в школе.;
- высокий уровень конформизма, то есть «лист», стремление быть «как все».

Таким образом, работая с проблемой игровой зависимости, психолог, педагог, родитель должен сначала установить причину «ухода из реальности», а затем говорить об устранении внешних симптомов зависимости, установив режим дня и снизив эмоциональную привязанность к виртуальной среде [5]. Кроме причин, необходимо также рассмотреть ряд диагностических критериев, которые помогают определить наличие патологической зависимости от игры за компьютером.

Так, Основными представленными компьютерными пристрастиями у детей являются: потеря ребенком интереса к другим увлечениям, ожидание выхода в Сеть, желание ребенка с самого утра включить интернет, отказ от еды, личной гигиены и желание проводить все свободное время за компьютером, бесцельно блуждать по сети и искать любую, даже фирменную не нужную информацию, постепенная потеря контакта с родителями (так называемое «эмоциональное отчуждение»), информация для общения с ними как минимум, четкая эмоциональная реакция (агрессивность, гнев, оскорбления, плач, нервный припадок и т. д.)

На любые ограничения, связанные с планшетом, компьютером или телефоном, и, наоборот, хорошее оптимистическое настроение к компьютеру. А известно, что отвлечь ребенка от телевизора гораздо легче, чем от компьютера, ведь любой самый страшный или абсурдный фильм имеет конец, и игра может продолжаться бесконечно. Профилактика киберадикции является предметом изучения всех учреждений воспитания, в частности семьи. Предлагаем родителям и педагогам методические рекомендации по профилактике компьютерной зависимости подростков.

Родители:

1. Контроль - это первый шаг к успеху. Строго определяйте время, проведенное ребенком за компьютером, и точно придерживайтесь его.

2. Выберите увлекательное хобби или занятие для ребенка, чтобы попытаться переключить его интересы на другой вид деятельности.

3. Не пренебрегайте успехами своих детей вне виртуальной жизни, хвалите их.

4. Проводите с ребенком больше времени, больше разговаривайте с ним, гуляйте, не ленитесь играть с ребенком, потому что ни один, даже самый «крутой» компьютер не заменит живого теплого общения с родителями.

Учителям следует:

- гармонично интегрировать в образовательный процесс информацию идеологической направленности против зависимости, например, проводить классные часы, посвященные проблеме кибераддикции;

- предоставлять детям и родителям информацию о зависимости как болезни, которую человек приобретает по своему выбору;

- просвещать родителей по проблеме поведения пристрастия, которое приобретает;

- исследовать вместе с детьми и подростками, процесс обучения, зависящий от вождения, дискриминируя в обсуждении;

- своевременно помогает учащимся решать свои эмоциональные проблемы, особое внимание уделяется психолого-педагогическому сопровождению подростков, находящихся в группе риска: созависимым, гиперактивным, имеющим опыт вождения, имеющим академические и эмоциональные проблемы;

- обучение детей и подростков в небольших группах базовым социальным навыкам: общению, разрешению конфликтных ситуаций, преодолению стресса, принятию решений, планированию своего будущего, управлению своим поведением на основе самопознания; – обеспечение того, чтобы дети и подростки приобрели опыт здорового образа жизни, опыт здорового развлечения;

- в случае, если все вышесказанное свидетельствует о том, что сложный и длительный процесс кибераддикции основан на сочетании и взаимодействии

различных методов и средств воспитания. Процесс заключается в постановке работы педагога, родителей с детьми.

Для того чтобы правильно организовать деятельность школьника за компьютером, необходимо продумать конечный результат, который он хотел бы получить. Необходимо сочетать различные формы и методы воспитательной деятельности

Библиографический список:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2007. – 363 с.

2. Венгер А.Л. Индивидуальные особенности психического развития и практические задачи психологии развития: Учебник / А.Л. Венгер – 2-е изд. – М.: АСТ, 2011. – 320 с.

3. Друзин В.Н. Проблема профилактики игровой компьютерной аддикции подростков / В.Н. Друзин // Инновации в образовании. – 2011. – №5. – С. 75–82.

4. Никитина Л.Н. Чрезмерное увлечение компьютерными играми как фактор девиантного поведения несовершеннолетних / Л.Н. Никитина // Прикладная юридическая психология. – 2017. – №1. – С. 86–92.

5. Фортова Л.К. Этиология и превенция интернет-аддикции у подростков / Л.Н. Фортова, И.А. Еропов // Молодой ученый. – 2016. – №14. – С. 579–581.