**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СЕВЕРО-ОСЕТИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ КОСТА ЛЕВАНОВИЧА ХЕТАГУРОВА»**

**Факультет психолого-педагогический**

**Кафедра педагогики и психологии**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ**

**ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

студентка 4 курса

очной формы обучения

направления подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

профиль Психология образования

Бакаева Алена Алимбековна \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Научный руководитель**:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ к.п.н., доцент Хадикова И.М.

**«Допущена к защите»**

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ д. п. н., проф. Б.А. Тахохов

Владикавказ 2018

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[ВВЕДЕНИЕ……………………………………………………………………3](#_Toc504132463)

[1. **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ………………………………………….**7](#_Toc504132464)

[1.1. . Сущность и факторы формирования виртуальной зависимости ……………..7](#_Toc504132465)

[1.2. . Психологические особенности старшеклассников с развивающейся виртуальной зависимостью………………………………………………………….19](#_Toc504132466)

[1.3. Педагогические условия профилактики зависимого поведения старших школьников ………………………………………………………………………..36](#_Toc504132467)

[ВЫВОДЫ ………………………………………………………………………….46](#_Toc504132468)

[2. **ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ……………………………………**48](#_Toc504132469)

[2.1. Диагностика виртуальной зависимости у старшеклассников в процессе обучения……………………………………………………………………………….48](#_Toc504132470)

[2.2. Анализ результатов исследования ……………………………………………...49](#_Toc504132471)

[2.3. Программа создания педагогических условий профилактики](#_Toc504132472)

[виртуальной зависимости старшеклассников……………………………………….50](#_Toc504132472)

[ВЫВОДЫ……………………………………………………………………………...60](#_Toc504132473)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ………………………………………………………………………..62](#_Toc504132474)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ…………………………………………………………….64](#_Toc504132475)

ПРИЛОЖЕНИЯ

**ВВЕДЕНИЕ**

 В современном мире существует множество зависимостей человека, и новые зависимости захватывают всё больше молодежь. Самое опасное в вновь появившихся зависимостях то, что прежде, чем начнут предприниматься меры по ликвидации последствий, сначала какое-то количество людей должны испортить свои жизни, затем этот феномен должны изучить, потом доказать вред этого воздействия, на законодательном уровне принять законы и обеспечить их выполнение. Но история показывает, что все причины вызывающие зависимости, (кроме наркотической, по причине её высокой смертности в короткий промежуток времени), легализованы. Стоит отметить, что по причине отсутствия бескомпромиссной политики пристрастиям, такая аддикция, как игровая и интернет-зависимость будет в очередной раз признана не столь опасной для общества и при принятии некоторых мер, люди будут предоставлены этой зависимости под свою ответственность. Вот и сейчас мы наблюдаем этапы: изучения, диагностирования и разработки профилактических мер. Примером тому является создание и работы проекта «Фонд развития интернет».

 ***Актуальность*** темы данного исследования характеризуется недостаточностью исследования проблемы педагогических условий для предупреждения виртуальной зависимости старшеклассников, как в теории, так и в практической действительности. В отечественной научной литературе феномен виртуальной зависимости, также рассматривался с позиций возрастных особенностей, но в основном в социальном (Е.П.Белинская), или медико-психологическом аспектах (Т.Ю. Больбот). Анализ психолого-педагогической литературы позволил выявить противоречие: между важностью формирования в старших классах умений адекватного взаимодействия с современным интернет-пространством и недостаточной разработанностью системы профилактической и психолого-педагогической помощи подросткам на начальных этапах развития виртуальной зависимости.

Имеющееся в реальности *противоречие* между необходимостью защиты подрастающего поколения от негативных информационных воздействий и не в полной мере реализуемыми потенциальными возможностями образовательного процесса в решении данной задачи послужило основанием выбора проблемы и темы исследования.

***Проблема исследования:***каковы психолого-педагогические условия,способствующие эффективной профилактике виртуальной зависимости старшеклассников?

***Цель исследования***–выявить и экспериментально проверить психолого-педагогические условия, способствующие эффективной профилактике виртуальной зависимости старшеклассников.

 ***Объект исследования***–профилактика виртуальной зависимостистаршеклассников.

***Предмет* *исследования*** – педагогические условия эффективной профилактики виртуальной зависимости старших школьников в образовательном процессе.

***Гипотеза исследования***–профилактика виртуальной зависимости старшихшкольников в образовательном процессе будет эффективна при соблюдении следующих педагогических условий:

* обеспечение информационной безопасности школьников путем реализации информационной потребности обучающихся в духовно-ценной информации в образовательном процессе;
* формирование культуры пользователей в виртуальной среде в урочной и внеурочной деятельности;
* взаимодействие старшеклассников, педагогов, родителей в социокультурной деятельности, направленной на предупреждение негативных направленностей развития личности старшеклассников.

 В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой были сформулированы следующие ***задачи исследования:***

1. раскрыть теоретические аспекты возникновения и развития виртуальной зависимости у старшеклассников;

2) выявить сущностные характеристики зависимого поведения старшеклассников в виртуальной среде, определить подходы к решению проблемы профилактики виртуальной зависимости у старшеклассников;

3) экспериментально проверить педагогические условия, обеспечивающие профилактику зависимого поведения старшеклассников в виртуальной среде;

4) разработать структуру педагогической профилактики виртуальной зависимости в образовательном процессе школы, на основании чего создать педагогические рекомендации по предотвращению виртуальной зависимости старших школьников.

 Для решения поставленных задач использовались следующие ***методы* *исследования:***

– теоретические – обзор философской, психологической, педагогической, методической литературы по исследуемой проблеме, программных документов школы, теоретическое моделирование процесса профилактики виртуальной зависимости у старшеклассников;

– эмпирические – изучение и обобщение практического опыта работы образовательных учреждений по профилактике виртуальной зависимости у старшеклассников, психолого-педагогические, социологические методы сбора информации (педагогическое наблюдение, интервьюирования, анкетирование, диагностические методы); констатирующий и формирующий педагогический эксперимент, статистический анализ и содержание интерпретация результатов исследования.

Методологическими основами исследования составили основные положения педагогики, психологии, философии об обусловленности развития личности взаимодействием с окружающими людьми, о влиянии социального окружения на развитие личности человека, о деятельности как активной форме взаимодействия человека, как субъекта деятельности, способным оказывать воздействие на другого человека; а также системные, личностно-ориентированные подходы к изучению психолого-педагогических явлений.

**Теоретическими основами исследования выступили:**

- Труды в области изучения проблемы компьютерной интернет-зависимости (А.Е. Войскунский, И. Голдберг, Ц.П. Короленко, Д. Маркоф, К. Мюррей, К. Хефнер, К. Янг). Основные положения возрастной психологии о закономерностях формирования личности, о структуре личности и ее взаимосвязи с деятельностью (Г.С. Костюк, С.Д.Максименко, С.Л.Рубинштейн).

* Исследования о причинах виртуальной -зависимости (А.Е. Жичкина, В.В.Зайцев, И.С. Кон, Ю.А. Малыгина, Ш. Текл, А.Ф. Шайдулина). общепсихологические принципы формирования личности в подростковом возрасте (Л.И. Божович, Н. Джуммер, П.С. Карпенко, И.С. Кон, И.Ю. Кулагина Л.Ф. обухова, Ю.А. Приходько, Д.И. Фельдштейн). Приняты во внимание концептуальные положения о сущности феномена зависимости (Ц.П. Короленко, С.А. Куликов, Е.В. Мельник, В.Д. Менделевич, К.В. Сельченко).

- Исследования, посвященные социально-психологическим особенностям деятельности и коммуникации в виртуальной среде сети Интернет (о.М. Арестова, Ю.Д. Бабаева, Л.М. Бабанин, А.Е. Войскунский, А. Голдберг, А.Е. Жичкина, А.В. Смысловая, Д. Сулер, Л.М. Юрьева, К.С. Янг). Результаты исследования природы личностных отклонений и проблемы предупреждения аддиктивного поведения подростков (В.И. Бондарчук, Н.Е. Завацкая, С.А. Кулаков, А.Е. Личко, И.Н. Лысенко, Н.Ю. Максимова, Т.С. Яценко).

**Опытно-экспериментальная база исследования** - экспериментальная работа проводилась на базе Муниципального Автономного Общеобразовательного Бюджетного учреждения – Базовая общеобразовательная школа №7 имени А.С.Пушкина с углубленным изучением английского языка.

В исследовании приняли участие 60 человек, (14 - 17 лет).

***Теоретическая значимость исследования*** состоит в том, что в нём раскрыты сущность проблемы, а также особенности и трудности преодоления виртуальной зависимости; выявлены и охарактеризованы основные направления и условия психолого-педагогической помощи подросткам в предупреждении компьютерной виртуальной зависимости с учетом их личностного развития и взаимосвязи индивидуально-психологических и микросоциальных факторов.

***Практическая значимость исследования*** состоит в том, что в нём дана характеристика старшеклассника с виртуальной зависимостью; опробированы методики диагностики выявления виртуальной зависимости. Создана и апробирована программа ***«Программа создания педагогических условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассников»***

Материалы исследования могут быть использованы в лекционных курсах по возрастной и педагогической психологии, психодиагностике в процессе профессиональной подготовки и повышения квалификации педагогических кадров и практических психологов, в практической деятельности педагогами, психологами, социальными педагогами по предотвращению виртуальной зависимости, а так же в просветительской и консультационной работе с родителями учащихся.

***Структура и объем*** выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, двух разделов, выводов, заключения, списка использованных источников и приложения.

**Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

* 1. **Сущность и факторы формирования виртуальной зависимости**

Современным обществам присущи разнообразие культур, религий, образов жизни и способов самовыражения человека. В то же время в любом демократическом обществе обязательным образом возникает необходимость осуществления социального контроля за девиантным поведением отдельных индивидов и социальных групп. Такие виды девиантного поведения как наркомания, игромания, алкоголизм, табакокурение и другие считаются асоциальными и находятся под постоянным контролем общества. Но существуют определенные виды поведения, которые не несут в себе прямой, явной угрозы обществу, и все же имеют негативные последствия для человека и социума в целом. К таким можно отнести компьютерную зависимость - человек, который проводит большинство времени за компьютером, не мешает и не угрожает окружающим. Но при этом человек постепенно теряет важные социальные контакты, перестает полноценно выполнять социальные функции, деградирует как личность.

Виртуальная зависимость - разновидность психической зависимости, которая распространяется в России в течение последних лет. Некоторые ученые считают, что как таковой ее не существует, она – высшее проявление нормального увлечения человека. Они считают, что к зависимости подвержены только те, кто уже имеет проблемы и сложности. Любая зависимость - это болезнь. Сущность проблемы заключается в неспособности людей, особенно детей и подростков, защитить свое психическое здоровье от постороннего влияния. Ее распространение несет социальную опасность, поэтому целесообразно рассмотреть ее наиболее типичные формы, факторы риска и негативные последствия проявления для личности подросткового и юношеского возраста.

Подростки и старшеклассники - специфическая социально-демографическая группа. Активное физическое, половое, психическое и социальное формирование сопровождается увеличением стремления к самоутверждению, самопознанию. Эти потребности удовлетворяются через разного рода коммуникативные практики, которые старшеклассник самостоятельно реализует. Взрослые недостаточно контролируют его поведение (не имеют возможности или не считают нужным), часто поздно узнают о наличии опасных форм проявления увлечений, в частности, виртуальной зависимости.

Основоположниками психологического изучения зависимости от интернета считаются американские исследователи: К. Янг и И. Голдберг [34, с.25]. В своих работах они дают характеристику типам компьютерной зависимости:

* зависимость от интернета - это род зависимости при котором человек испытывает моральное удовлетворение от поиска информации в интернете (зачастую бесполезной), также человек заводит бесцельные знакомства в интернете, не приводящие к развитию социальных контактов (с данной позиции люди ищут по различным параметрам себе собеседников, общаются, но при этом не приносят пользы для развития своей личности);
* зависимость от игры - это навязчивое увлечение компьютерными играми по сети или стационарно.

Проблему компьютерной зависимости исследуют психологи, врачи, педагоги, социологи. В социологической литературе проблемы игрового поведения и игровой деятельности изучались в контексте проблем социализации и усвоения социальных ролей (Д. Босард, М. Вебер, Б. Малиновский, Д. Г. Мид, Г. Мертон, Я. Морено, Т. Парсонс, Г. В. Плеханов, Г. Риккерт, Н. Смелзер, Г. Спенсер, Г. Тард, Ш. Текл, Т. Шибутани, М.Шоттон). Социокультурные и исторические проблемы воспитания в игре рассматривались в работах историков, культурологов, социологов культуры Ф. Ареса, Г. Дайн, Е. А. Покровского. Уникальное место в разработке теории игры и ее места в истории культуры, в формировании социокультурных норм и традиций в истории человечества принадлежит И. Хейзинги, который считается основателем новой отрасли в науке. Социальные аспекты игрового поведения и игровой деятельности очень активно изучались в работах советских и российских психологов и педагогов (П.П. Блонский, Л.И. Божович, Л.А. Венгер, Л.С. Выготский, П.М. Ершов, А.В. Запорожец, Н.Я. Иванова, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, А.Е. Личко, С.Л. Рубенштейн, Д. Н. Узнадзе, П. Г. Шедровицкий, Д.Б. Эльконин) [5, с.254]. Начиная с конца ХХ века, некоторые аспекты игровой деятельности старших школьников и молодежи рассматривались в контексте проблематики свободного времени и организации досуга (Л. А. Гордон, Т.М. Дридзе, Л.Б. Коган, Н.В. Корытникова, В.А. Лапшов, В. Д. Патрушев).

Для определения основных теоретических подходов к изучению феномена виртуальной зависимости в психологической литературе следует рассмотреть следующие вопросы: психологические особенности использования интернета как средства общения; определение содержания и направлений изучения компьютерной зависимости; критерии виртуальной зависимости [4, с.215].

Психологические особенности использования Интернета как средства общения. Виртуальное пространство всемирной сети Интернет давно перестал быть только огромным хранилищем самой разнообразной информации, доступной из любой точки мира. Благодаря новым техническим возможностям он превратился в среду активности огромного количества людей, существует за собственными, довольно специфическими законами.

Сейчас о виртуальном пространство уже можно с уверенностью говорить как о новой реальности, новой сфере жизнедеятельности человека, фактически как об отдельном, существенно отличительном от реального мира [14, с.115].

В настоящее время компьютер уже не является технической недостижимой новинкой, а стал для многих предметом первой необходимости[17, с.206]. Трудно переоценить все удобства, связанные с возможностью использования компьютеров и Интернет-ресурсов. Но с ними в жизнь человека входят и новые проблемы. Данная тема стала актуальной в нашей стране. Это, прежде всего, связано с современной государственной политикой, которая планирует глобальную информатизацию всей сферы образования [5, с.256]. А компьютерная зависимость, как возможное следствие данной глобализации, имеет прямое влияние на психическое здоровье человека. Возникает патологическая склонность к работе с Интернетом, которая проявляется в различных расстройствах личности, что часто приводит к значительной социальной дезадаптации зависимых лиц [24, с.25].

Процесс взаимодействия человека с сетью Интернет практически сразу привлек внимание специалистов в различных отраслях, изучающих человека и его активность - физиологов, медиков, социологов, философов, педагогов, психологов и др. [14, с.113]. Однако, не смотря на большую важность этой проблемы, изучена она, крайне мало, и возникает острая необходимость более глубокого ее изучения. Это обусловлено тем, что с каждым днем растет количество новых пользователей Интернета, а соответственно, и количество зависимых от виртуальной информационной среды.

Начало исследования феномена компьютерной зависимости в зарубежной психологии приходится на 90-е годы прошлого столетия. Основными жалобами были: уменьшение работоспособности, рассеянное внимание, нарушение сна, раздражительность [7, с.72]. Появляется усталость, иммунная система человека становится ослабленной, после чего повышается вероятность любого заболевания. Среди всех описанных психических и психологических нарушений, как наиболее близкая, проведена параллель с «патологическим влечением к азартным играм» [25, c.117]. Если следовать этой модели, то привыкание к компьютеру можно определить как расстройство привычек и влечений, не вызванное химическими веществами.

Показательно, что в 1996 году в американской классификации психических расстройств появился новый раздел «кибернетические расстройства», которые вызываются переутомлением и стрессами в результате продолжительного пребывания в виртуальной реальности, а некоторые специалисты ведут речь о появлении синдрома компьютерной зависимости, когда человек «поглощается» информационными, игровыми и иными видами компьютерной деятельности, теряет чувство реального времени [22, с.150].

Психологические особенности использования виртуального пространства определяются, прежде всего, более распространенными функциональными возможностями, что предлагает Интернет, то есть общение, получения информации и игровые ресурсы. Всемирная информационная сеть может полностью удовлетворить человеческие потребности: в коммуникации, в познании и в развлечении [2, c.201]. Также человек испытывает удовольствие самореализации благодаря новейшим, техническим возможностям (скорость, безграничность пространства и индивидуализация исполнения).

Изучением проблемы возникновения зависимости от компьютера занимались ученые различных отраслей знаний. Проблему профилактики зависимого поведения изучали значительное количество ученых, а именно: В.И. Бондарчук, Ю.Н. Галагузова, Н.И. Дереклеева, Е.В Змановская, Н.Е. Завацкая, С.А. Кулаков, И.П. Лысенко, А.Е. Личко, В.Д. Москаленко, Н.Ю. Максимова, В.А. Никитин, Э.М. Наумова, П.Д. Павленюк, Т.Ю. Студенова, Н.М. Фирсова, Т.С. Яценко [14, c.116].

Анализ этапов формирования компьютерной зависимости, методы диагностики и профилактики предложены отечественными авторами Т. Ю. Больбот, Л. М. Юрьевой. Социально-педагогические условия профилактики компьютерной аддикции были обоснованы Н. Сергеевой.

В основе зависимости от виртуального пространства лежат и привычки, которые могут быть полезными и вредными. Привычки к определенному поведению возникают вследствие повторения определенного поведения и сопровождаются удовольствием стремление к наслаждению. Как отмечает Ю. М. Орлов, зависимость возникает вследствие того, что «организм обучается поведению, которое, изменяясь, превращается в привычки» [9. c.25], поэтому она в определенной мере сходна с привычкой. Однако зависимость, по мнению К. Е. Изарда, в отличие от привычки, является «гипертрофированной и практически необратимой привязанностью» [1, с. 287].

 В работе Ермоленко А.В. выделены возможные причины депрессивных отклонений в сфере эмоциональных психических отклонений у зависимых от онлайн-пространства людей [9, c.23]:

Наличие постоянной потребности в онлайн и одновременно невозможность полного удовлетворения этой потребности; субъективное переживание зависимыми людьми на сознательном уровне практической бесполезности увлечения играми и, как следствие этого, собственной бесполезности наряду с пониманием невозможности прекращения увлечения в силу психологической зависимости; неадекватное отношение к себе в результате неконгруэнтности (несовпадения) «я реального» и «я виртуального».

 В отечественном научном обороте, такое понятие как «зависимое поведение» гораздо шире. Поэтому, придерживаясь отечественных традиций, мы будем употреблять понятие «аддиктивное поведение» для обозначения «...стремления полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации» при наличии определенной степени контроля над этим стремлениям. Относительно «чрезмерной привязанности к чему-либо» с потерей контроля над своим поведением, оставим термин «зависимое поведение» [16, c.971].

А.В. Сидорова выделяет следующие психические симптомы игровой зависимости [5, c.252]:

Появление чувства радости, эйфории при контакте с компьютером или игровой приставкой или даже при ожидании (предвкушении) контакта; отсутствие контроля за временем взаимодействия с компьютером или игровой приставкой; желание увеличить время взаимодействия («дозу») с компьютером или игровой приставкой; появление чувства раздражения, гневливости либо угнетения, пустоты, депрессии при отсутствии контакта с компьютером или игровой приставкой; использование компьютера или игровой приставки для снятия внутреннего напряжения, тревоги, депрессии;

Наиболее существенные исследования в области компьютерной зависимости ведутся с конца 90-х годов. Их интенсивность растет прямо пропорционально числу пользователей компьютерных сетей. Научные работы как отечественных авторов, так и зарубежных, которые посвящены различным аспектам [41, c.234]:

* проблема Интернет-зависимости (А.В.Ваганов, А.Е.Войскунский, К.Ю.Галкин, А.Е.Жичкина, В.А.Лоскутова, А.В.Минаков, Н.А.Носов, А.И.Ракитов, А.С.Холл, А.В.Церковный, М.А.Шоттон);
* основные положения возрастной психологии о закономерностях формирования личности, о структуре личности и ее взаимосвязи с деятельностью (Г.С. Костюк, С.Д.Максименко, С.Л.Рубинштейн).
* концептуальные положения о сущности феномена зависимости (Ц.П. Короленко, С.А. Куликов, Е.В. Мельник, В.Д. Менделевич, К.В. Сельченко).
* влияние компьютерных игр на личность подростка (И.Г.Белавина, А.В.Беляева, И.В.Булгаков, П.Д.Биленчук, Е.Л.Болескина, Н.В.Иванов, Л.В.Подригало, Л.А.Пережогин, Н.А.Садовская, Н.А.Шапира, Г.В.Чайка);
* - общепсихологические принципы формирования личности в подростковом возрасте (Л.И. Божович, П.С. Карпенко, И.С. Кон, И.Ю. Кулагина Л.Ф. Обухова, Ю.А. Приходько, Д.И. Фельдштейн).
* исследование идентичности у пользователей сети Интернет и процессов самопрезентации в сети (А.Е.Жичкина, Е.А.Мулик, А.Ортштейн, В.М.Розин);
* психологические аспекты коммуникативных процессов в сети (О.М. Арестова, Ю.Д. Бабаева, Л.М. Бабанин, А.Е. Войскунский, А. Голдберг, Л.П.Гурьева, Д.В.Иванов, Т.В.Карабин, А.В. Смысловая, Д. Сулер, А.Н. Черемисина, Л.М. Юрьева, А.В.Якушина, К.С. Янг);
* исследования психических и поведенческих расстройств у лиц молодого возраста с компьютерной зависимостью (Т.Ю.Больбот, Л.М.Юрьева).

Теоретический анализ позволил отметить, относительно содержания и направлений изучения виртуальной зависимости, что в настоящее время есть два подхода - медицинский и психологический.

Медицинское направление, прежде всего, предполагает психиатрические или психотерапевтические подходы, а зарубежные ученые вообще отдельно выделяют адиктологичный аспект. Так, первое определение компьютерной зависимости представил американский психотерапевт А.И. Голдберг в 1996 году. По его мнению, «компьютерная зависимость» - это навязчивое или компульсивное желание войти в Интернет, находясь «off-line», и невозможность выйти из Интернета, находясь «on-line» [23, с.216].

Также А.И. Голдберг считает, что такие эмоциональные изменения, происходящие с человеком, что требует отказаться от Интернета или сократить время пребывания в сети, свидетельствуют о психологической зависимости от компьютера и на языке психиатрии называются «синдром отказа» или «абстинентный синдром». У компьютерно-зависимых он очень отличается от «абстинентного синдрома» курящих табак, алкоголиков, наркоманов, поскольку в последних развивается не только психологическая, но и физическая зависимость от психогенных веществ, и их отмена переживается намного тяжелее. Синдром отказа у компьютерно-зависимых выражается в снижении или нарушении социальной, учебной, профессиональной или иной деятельности [23, с.230].

A. Холл и Д. Парсонс представили еще один термин - компьютерно-зависимое поведение. Они согласны с тем, что чрезмерное пребывание за компьютером может помешать когнитивной, поведенческой и аффективной сферам, то есть повлиять на состояние здоровья человека, но они не поддерживают мнение, о чрезмерных патологических последствиях данной аддикции. В противовес первому определению, эти ученые представляют чрезмерное использование компьютера «доброкачественным» расстройством, рассматривают как компенсацию недостатков поведения в реальной жизни [16, с.972].

Другой вид имеет психологическое направление. Психолог K. C. Янг осветила проблемное использование компьютера в общем и Интернета в частности чисто с психологической стороны. По ее мнению, «компьютерная зависимость» – это широкое понятие, которое обозначает большое количество проблем поведения и контроля над влечением, а степень аддикции следует определять не количеством проведенного за компьютером времени, а суммой потерь в существенных сторонах своей жизни [24, с.27].

В работах А.Е. Личко и Н.Я. Ивановой компьютерная онлайн-зависимость определена как заболевание [3, с.45]. Авторы проводят параллели между компьютерной онлайн-зависимостью и наркотической, сообщая об их сходстве в поведенческих реакциях. Данные психологи также отмечают, что подростки проявляют более яркие агрессивные поведенческие реакции вследствие компьютерной онлайн-зависимости, чем взрослые люди.

А.Е. Войскунский считает, что признавать зависимость от компьютера болезнью преждевременно, а заявить о таком феномене, вести исследования и оказывать психологическую помощь людям которые подпадают под влияние этого феномена - актуально и гуманно [26, с.119].

Вместе с тем, психологическое направление предусматривает целый ряд различных подходов. Прежде всего, это - бихевиоральный, когнитивный и деятельностный подходы.

К.В Боярова, А.Е. Войскунский обратили внимание на то, что нет единого определения компьютерной зависимости, а ее содержание понимается исследователями максимально расширенно [4, с.202]. На основе мирового научного опыта по решению этой проблемы ими сделана попытка систематизировать и определить основные принципы деятельностного подхода: зависимость от компьютера, то есть навязчивая страсть к работе на компьютере (программирование и других опосредованных компьютером деятельностей) [32, с.337]; информационная перегрузка, «электронное бродяжничество», т. е. непреодолимое желание длительной (многочасовой) навигации по WWW, поиска информации без конкретной цели. Источником удовольствия служит сам факт пребывания в Сети, мультимедийные формы поощрения и стимуляции посетителей сайтов либо признавание нового в результате подобных блужданий [8, с.41]; зависимость от «кибер-отношений», т. е. от социальных применений Интернета: от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными [5, с.253]; непреодолимое желание применения Интернета - чрезмерная привязанность к опосредованным Интернетом азартных игр, on-line аукционов, бирж или электронных покупок [11, с.65]; зависимость от «кибер-секса», то есть от порнографических сайтов в Интернете, обсуждения сексуальной тематики в чатах или специальных телеконференциях «для взрослых» [20, с.23].

Таким образом, споры между двумя направлениями - медицинским и психологическим - продолжаются, поскольку проблема достаточно новая. А само существование феномена компьютерной зависимости и соответствующих форм поведения не вызывает сомнений. Он требует тщательного психологического изучения и проведения практической терапевтической работы. При этом должны комплексно применяться качественные и количественные исследовательские методы.

На основании существующих в литературе подходов было уточнено содержание понятия «компьютерная зависимость». Подчеркнуто, что компьютерная в общем и Интернет-зависимость в частности представляют собой личностную характеристику как совокупность когнитивных, эмоциональных и физиологических нарушений, которые проявляются в поведении, указывая на то, что у индивида отсутствует контроль над использованием Интернета, он не в состоянии прекратить этот процесс, продолжает значительное время находиться в виртуально-информационной среде, несмотря на негативные последствия. Следовательно, возможно говорить о компьютерно-зависимом поведении, как о следствии, и в то же время, как про объективный показатель компьютерной зависимости личности.

 И поэтому, в дальнейшем, понимая различия между поведением и личностными характеристиками в общем, в данном случае мы будем употреблять эти термины, как не тождественные, но близки по содержанию.

Таким образом, подводя итог, отметим, что в научной литературе приводятся различные классификации виртуальной зависимости. Они не противоречат друг другу, а, скорее всего, дополняют друг друга и позволяют выявить различные критерии, которые берутся за основу выделения видов аддикций исследователями. Знание критериев виртуальной зависимости поможет окружающим вовремя обратить внимание на поведение зависимого школьника, вовремя организовать превентивно-коррекционное, психотерапевтическое или психолого-педагогическое воздействие на него. Сущность виртуальной зависимости состоит в том, что он дает возможность школьнику приобщиться к виртуальной социальной группе, которая обладает своим собственным набором ценностей, стандартов, языка, символов. Поэтому Интернет особенно важен для тех людей, чья реальная жизнь по тем или иным (внутренним или внешним) причинам межличностно бедна. В этих случаях люди скорее используют Интернет как альтернативу своему непосредственному (реальному) окружению.

У психолого-педагогической деятельности стоит задача поставить зависимое поведение под социальный контроль, включающий в себя:

во-первых, замещение, вытеснение наиболее опасных форм интернет-зависимого поведения общественно-полезными или нейтральными;

во-вторых, направление социальной активности ребенка в общественно-одобряемое либо нейтральное русло;

 в-третьих, создание специальных служб социальной помощи.

**1.2 Психологические особенности старшеклассников с развивающейся виртуальной зависимостью**

Формирование чрезмерной сосредоточенности на компьютере и возникновение зависимости происходит не во время длительной работы на нем, в результате выполнения определенных задач, а при взаимодействии специфических факторов, определенных мотивов и потребностей.

Рассмотрим подробнее эти феномены потребности, влечения и мотивы - в возникновении поведения, связанного с компьютерной зависимостью. Проанализируем мотив. М. Вебер указывал, что «…мотив выступает для самого действующего лица и наблюдателя как адекватное основание для определенного поведения» [3, с.44]. Однако стоит отметить, что, как правило, различают два вида мотивации: внутреннюю и внешнюю. Так, в некоторых научных трудах решающим пусковым механизмом возникновения компьютерной аддикции называется внешняя мотивация. Макросоциальные факторы оцениваются как основные рычаги в начале подростковой аддикции.

В современных условиях некоторые авторы придерживаются также такого постулата: пусковым моментом начала аддикции от компьютера является индивидуально-психологический; микро - и макросоциальные аспекты –поддерживающие [3, с.45]. Констатируется и тот факт, что мотивация здесь имеет комплексный характер, а поэтому решение этой проблемы возможно только в комплексе, то есть с учетом всех ее аспектов - микро – и макросоциальных, биологически-конституционных, медицинских, индивидуально-психологических.

Что же до мотивации возникновения зависимости у подростков, то она тоже предопределяется группой мотивов. В частности, российский исследователь В. Ю. Завьялов [2, с.102] выделяет триаду мотивов, которые в определенной степени отражают ориентацию личности на удовлетворение потребности в почему-то/кому-то:

1. Мотивы, отражающие социально-психологические факторы: традиционные, социально обусловленные мотивы;
2. мотивы, которые обусловлены подчинением давлению других людей;
3. мотивы псевдокультурного типа - стремление к наркотическим ценностям подростковой группы.
4. Мотивы, отражающие потребность в изменении собственного состояния.
5. Мотивы, отражающие патологическую мотивацию, связанную с наличием абстинентного синдрома и патологического влечения к употреблению ПАВ.

Попробуем теперь установить роль потребностей в процессе возникновения компьютерной аддикции. Как нами было выяснено выше, человек обладает способностью превращать различные объекты среды в средства удовлетворения своих потребностей. При этом «наслаждение создает стойкую доминирующую систему взглядов, подкрепляется наиболее сильным фактором - аффектом» [12, с.39]. Обозначенное дает возможность предположить, что если определенное вещество или деятельность приносит удовольствие, то оно, вероятно, становится желательным, формируя при этом цикл потребностей.

Аддиктивное поведение, на этапе которого еще нет признаков индивидуальной психической и физической зависимости, особенно характерна для несовершеннолетних. Кроме того, следует отметить, что в большинстве стран мира проблему адиктивности связывают преимущественно с подростковым и юношеским возрастом.

Многие научные исследования свидетельствуют, что «...на психолого-педагогическом уровне понимание проблемы аддиктивного поведения, склонность к такому поведению есть своеобразным проявлением внутреннего состояния личности, детерминируется комплексом условий и факторов».

Фактор - это постоянно действующее условие. Поэтому, – по определению Н. П. Пихтиной и Н. И. Яковец, «...если условие (одно или несколько) действует постоянно, оно может рассматриваться в качестве фактора аддиктивного поведения» [14, с.110].

Старшеклассники, переживая сложный физиологический и психологический период, не обладают определенными стратегиями поведения в отношениях со сверстниками и взрослыми, испытывают сложности в социальной адаптации и поэтому в большинстве случаев находят решение своих проблем в уходе от реальности в виртуальное пространство [14, c.109].

Отметим, что склонность к виртуальной аддикции определяется явлением, которое состоит из многих факторов. Однако система взаимосвязанных факторов лишь в определенных условиях может выступать причиной определенной аддикции человека. Очевидно, что главная задача как теоретического, так и практического анализа затронутой проблемы заключается в том, чтобы определить, какой именно фактор или система факторов и в соотношении с какими условиями играет роль причины возникновения предрасположенности к компьютерной зависимости.

Современное состояние науки позволяет говорить о ряде условий и факторов возникновения разного рода зависимостей. Они традиционно делятся на: [21, с.22]:

* психологические факторы: тип акцентуации характера, привлекательность ощущений и переживаний, которые возникают, выработки гедонистических установок, страх причинить себе реальный вред, отсутствие социальных интересов, стремление к самоутверждению;
* биологические факторы: степень изначальной толерантности,
* обремененная наследственность, органические поражения мозга, хронические болезни, природа вещества, что употребляется;
* социальные факторы: доступность, мода, степень возможной ответственности, влияние группы подростков.

Традиционной является классификация, где подаются факторы, обуславливающие начало формирования зависимостей - социально- экономического, биологического, социального, индивидуально-психологического характера. Дадим их краткую характеристику.

* социально-экономическую группу факторов можно разделить на две подгруппы: причины глобального характера (стремительное развитие компьютерных и информационных технологий, что определяет необходимостью внедрения компьютеров во все сферы общественной жизнедеятельности) и традиционные. Последние обусловлены спецификой каждой страны, отдельных ее регионов, ценностями слоев и групп населения, например, стимулирование внедрения новейших информационных технологий [5, с.253];
* к факторам биологического характера относят наследственную отягощенность подростка нервно-психическими заболеваниями, через которые он не может реализовать себя иным способом и ищет веселья, и необычных чувств в виртуальном мире [22, с.147];
* социальные факторы - влияние на детей и подростков семейной обстановки, референтной группы, в целом социальной среды, в том числе огромное влияние средств массовой информации и успешность / неуспешность адаптации ребенка в образовательном учреждении; пример родителей [22, с.149];
* факторы индивидуально-психологического характера обусловлены подражание более старшим подросткам или авторитетным сверстникам; стремлением соответствовать значимой для подростка группе сверстников; свойством подросткового возраста группироваться со сверстниками [60, с.302].

По своей направленности, факторы можно разделить на три основные группы – психологические, социально-психологические и социальные.

Рассмотрим психологические факторы формирования виртуально-зависимого поведения. Первые из них - факторы, действие которых непосредственно адресовано сознанию индивида, то есть – собственно индивидуально-психологические.

Анализ научной литературы показал, что проблема патологической зависимости появляется тогда, когда аддиктивное поведение начинает доминировать в сознании [31, с.260]. В ее основе лежит, стремление убежать из реальности за счет изменения своего психического состояния.

В.Л.Пережогин представил следующие психологические факторы формирования компьютерной зависимости [32, с.334]:

1. Достижение идеального «Я» в виртуальном образе. Создание виртуальных образов, зачастую далеких от реального, является компенсаторным механизмом, выражающим компьютерную зависимость. Анонимность, а также практически невозможность проверки информации, которую сообщает о себе подросток-пользователь, возможность соединения в виртуальном образе реальных или желаемых и целиком выдуманных свойств стимулируют развитие компьютерной зависимости человека от интернета. В реальном общении со сверстниками ограничены возможности отождествления себя с идеальным «Я» непосредственными контактами, при которых возникают ситуации выявления несоответствия между реальными и декларируемыми качествами. Это практически полностью отсутствует при коммуникации в Интернете.
2. Реализация патологической идентификации. Более распространённой формой является патологическая идентификация с противоположным полом. Наблюдается значительное количество таких случаев в процессе общения в Интернете.
3. Патологическое творчество. Интернет ресурсы предоставляют человеку большие возможности для самореализации и самовыражения, а также возможность творчества в Сети и презентации своих творческих достижений. Профессиональные писатели, музыканты создают свои ресурсы и знакомят пользователей Интернета.

Особую группу творчества составляет творчество, которое имеет оттенок психопатологии. Сеть демократична, она дает возможность таким людям свободно реализовать патологическое творчество, поскольку отсутствуют или ослаблены материальные препятствия, моральная цензура, и художественная критика в реальной действительности [20, с.170].

Этапы развития виртуальной зависимости хорошо описали В.В.Зайцев и А.Ф.Шайдулина [9, с.24]:

На первом этапе появляется «точка кристаллизации» в связи с переживанием яркой положительной эмоции (или отбрасыванием отрицательной) при определенном действии. Человек начинает понимать, что существует вид активности, с помощью которого можно сравнительно легко изменить свое реальное психическое состояние.

На втором этапе устанавливается зависимый ритм, который выражается в определенной последовательности обращения к средствам зависимости [12, с.159].

На третьем этапе формируется зависимость как составляющая часть личности. В этот период к предмету зависимости обращаются лишь в связи с жизненными осложнениями. Существует внутренняя борьба между зависимым и естественным стилями жизни [14, с.112].

Четвертый этап - полного доминирования зависимого поведения, которое полностью определяет стиль жизни индивида, его отношения с окружающими. Он начинает углубляться в зависимость и отчуждаться от общества [14, с.113]. Происходит смена решения проблемы «здесь и сейчас» адиктивной реализацией, человек откладывает существующие задачи «на потом», достигает тем самым психологического комфорта. Те, для кого виртуальная жизнь становится более значимой, чем реальная, те, кто перестает отличать «Я-виртуальное» от «Я-реального» – это и есть потенциальные и действительные компьютерные-аддикты [26, с.99].

В сети существует возможность создания новых образов «Я», варианты самопрезентации; воплощение представлений невозможных для реализации в реальной повседневной жизни, например, ролевые игры в чатах; разные варианты представления идентичности и социальных ролей. В Интернете есть возможность анонимных социальных интеракций. И особое значение имеет чувство безопасности при их осуществлении, включая использование электронной почты, ICQ и тому подобное [21, с.20].

При компьютерном влечении происходит смена личного психологического и психического состояния благодаря чрезмерному сосредоточению на обусловленном предмете (компьютере) и связанной с ним деятельностью. Это сопровождается развитием субъективно приятных эмоциональных состояний. Во время развития такого вида зависимого поведения мысли заняты способами реализации аддиктивных стремлений, апперцепцией их удовлетворения. Само размышление на эти темы вызывает чувство эмоционального волнения, релаксации. Таким образом, достигается начало желаемых эмоциональных изменений и возникает чувство контроля над собой и определённой ситуацией, чувство полного удовлетворения жизнью [14, с.117].

Личностная склонность подростка к аддиктивному поведению состоит из таких компонентов [23, с.174]:

* отсутствие мотивации достижения (предпочтение взамен уникальной мотивации) вплоть до отказа считать себя субъектом деятельности, несформированность функции прогноза поведения;
* низкий уровень развития самосознания, отсутствие навыков рефлексии;
* экстернального локус контроля;
* низкий уровень самоуважения, вплоть до неприятия образа «Я»;
* ряд самозащитных реакций на фрустрацию, о чем может свидетельствовать отказ от деятельности при столкновении с малейшими трудностями;
* противоречивость самооценки и уровня притязаний, что проявляется в алогичности и непоследовательности деятельности по преодолению препятствий;
* тенденция к бегству от реальности в ситуации фрустрации.

Некоторые авторы делают вывод, что к виртуальная зависимость – один из способов аддиктивной реализации, характерный для лиц, имеющих определенный бедный фон (т. е. личностные свойства, способствующие формированию собственно аддиктивной личности, или аддиктивной реализации с помощью Интернета у уже сформировавшегося аддикта) [3, с.41].

Аддикция может стать временной точкой кристаллизации, вокруг которой человек попытается собрать себя, консолидируя «Я» вокруг этой точки. Это стремление вступает в экзистенциально-поздравительный характер.

Построенная таким образом личность, может быть названа аддиктивной. Восприятие и мироощущение аддиктивной личности включает себя, других, систему ценностей, предпочтений, мышление, эмоции, мечты (в том числе «предчувствие»). На фоне новой консолидации предварительная жизнь по контрасту кажется дефектной, тусклой [25, с.271].

Еще одно действие чисто психологических факторов, которое проявляется в формировании компьютерной зависимости, называется «эффект дрейфа цели». Во время поиска информации («информационный вампиризм») первоочередная цель сменяется другой, более или менее связанной с предыдущей, но отличается информационная нагрузка, нарушение чувства времени, отвлечение от окружающей среды. Некоторые авторы отмечают одновременное возникновение «эффект азарта», то есть привлечение в сам процесс поиска информации, в ущерб ее изучению, анализу и переработке; возникает смещение акцента с аналитической деятельности на поисковую активность, которая является генетически старше и менее энергозатратной, чем предыдущая [12, с.31].

Развитие аддикции рано или поздно приводит к изменению образа жизни, нарушению режима в результате чего страдает не только производительность труда, но и физическое здоровье [24, с.26]. Долгое пребывание в сидячем положении, специфическая нагрузка на глаза, позвоночник, мышцы верхних конечностей (особенно правой), пренебрежение регулярностью питания, адекватной физической нагрузкой – все это приводит к ухудшению здоровья [7, с.70].

Виртуальная зависимость часто является взаимосвязанной с другими формами психических расстройств, такими, как аффективные расстройства влечений (Л.И. Божович, Б.Л.Браун, Н. Джуммер, В.А.Лоскутова, Н.Холл, А.Ф.Шайдулина, М.А.Шоттон). Также установлена связь данного вида аддикции с депрессивными состояниями [27, с.12]. Больные с депрессивными расстройствами, у которых максимально обостренное чувство одиночества, используют Интернет для преодоления трудностей межличностных взаимоотношений в реальности. Аутодеструктивний драйв, будучи замаскированным, проявляется уходом от биологической стороны жизни. Человек пренебрегает сном, личной гигиеной, питанием, а также домашними делами и учебой. Чувство самосохранения минимализируется, возникают депрессивные расстройства, суицидальные мысли. В данном случае человек использует Интернет как единственное средство решения своих личностных проблем [22, с.147].

Таким образом, суммируя вышеизложенное, среди негативных действий психологических факторов, которые приводят к формированию компьютерной зависимости, следует выделить [30, с.82]:

* возможность для реализации представлений, фантазий без необходимой обратной связи (возможность создавать новые образы «Я», вербализация представлений и фантазии) и невозможных для реализации в реальном мире);
* виртуальная жизнь становится более значимой, чем реальная, исчезает различие между «Я-виртуальным» и «Я-реальным»;
* неограниченный доступ к информации («информационный вампиризм») без какой-либо необходимости ее использования;
* появление нарушений психофизиологического состояния человека в результате пренебрежения эргономическими нормами деятельности за компьютером;
* возможна угроза возникновения психических нарушений и суицидального поведения.

Социально-психологические факторы развития виртуальной зависимости также имеют существенное значение в формировании зависимого поведения.

**Во-первых,** Интернет расширяет возможности личности относительно включения ее в виртуальные социальные звенья, и, как следствие этого, возможность получения какого-либо социального статуса. Этот фактор имеет огромное значение для тех подростков, которые не смогли достичь желаемого положения в обществе в своей реальной жизни [10, с.19].

**Во-вторых,** кроме подмены реальности, возникает проблема средств общения. Разница, которая существует между людьми, в виртуальной среде скрыта, нет стеснительного эффекта невербальных компонентов реального общения. Несмотря на то, что человек с помощью компьютера в своих представлениях взаимодействует с другими людьми, на самом деле он видит перед глазами фрагменты текста, фотографический портрет, рисунок, который может не соответствовать реальности, или вообще комбинацию абстрактных символов, условно принятых в виртуальной среде для отображения эмоций. Таким образом, происходит выход за границы повседневного «Я», включая обычное ролевое поведение [7, с.42].

Специфические особенности общения в Интернете предстают отсутствие многих вербальных и невербальных компонентов в межличностной коммуникации, то есть интонации, жесты, мимика, и др. Интернет информация очень бедная, поскольку лишена эмоциональной полноты реального общения [19, с.244].

**В-третьих**, увлечение компьютерными ресурсами становится стилем жизни, который доминирует и вытесняет другие виды деятельности. Если в обычных ситуациях люди используют компьютеры утилитарно, для удобства, комфорта, то для «чрезмерно увлеченных» тот же компьютер, который привлекается к аддиктивному звену, становится все более значимым, все более удовлетворяющим эмоциональные потребности зависимых [14, с.116].

Эмоциональные отношения с людьми нарушаются. Это отражается в уменьшении общительности, в уходе от реальности, в росте изоляции от других людей, которые не входят в круг подобных любителей компьютерной техники. Сужается круг интересов. Происходит процесс, во время которого человек не только не решает важных для себя проблем, но и останавливается в своем личностном развитии. Важно отметить, что аддиктивнная реализация включает в себя как аддиктивные действия, так и мысли о побеге от реальности, возможности и средства его достижения [26, с.153].

Любой подросток, который начинает общение в сети Интернет, имеет равные с другими возможности для самовыражения. Все члены виртуального социума имеют одинаковый нейтральный, начальный статус, который постоянно меняется в течение всего периода деятельности самого члена социума. Этот статус дает возможность общаться на равных с любым участником процесса коммуникации [12, с.38]. Значительное влияние на общение в Интернете имеет процесс размывания в сознании пользователей пространственных границ, которые в реальном общение ограничивают его возможности [14, с.114].

Следует отметить, что ведущие социально-психологические факторы формирования компьютерной зависимости обязательно связаны с коммуникативной сферой человека. Поэтому мы соглашаемся с мнением отечественного исследователя Т.В. Карабина, который в собственном исследовании, кроме психологических аспектов, сделал акцент также на социальной подоплеке данной проблемы.

 Таким образом, основными социально-психологическими факторами зависимого от компьютера поведения, по нашему мнению, являются следующие [18, с.181]:

* мощное расширение границ общения личности;
* легкость нахождения единомышленников и эмоционально близких людей, удовлетворение потребности в принадлежности к социальной группе и признание;
* элемент экзотичности процесса коммуникации;
* простота удовлетворение потребности в самовыражении и творчестве;
* простота ухода от реального «Я» и легкость конструирования нового, виртуального мира, более приближенного к идеалу;
* возможность уйти от реальных проблем и углубиться в мир, насыщенный положительными эмоциями.

Социальные факторы формирования виртуально -зависимого поведения. Современные информационные технологии давно перестали быть атрибутом лишь научно-технической сферы - они уже составляющая бытовой культуры общества. Новое информационное пространство, в отличие от физического, характеризуется гораздо меньшей жесткостью барьеров и ограничений и допускает гораздо большую степень свободы для своих пользователей. «В виртуальной среде вы можете быть кем угодно, выглядеть как угодно, быть существом любого пола по выбору, словом, у вас нет ограничений, характерных для реального мира», - определяет доктор П.Келли [11, с.219].

Анализируя результаты своих исследований, А.В. Радужная, А.И. Голдберг, А.Е. Войскунский, Дж. Грохол, А.Е. Жичкина пришли к выводу, что возраст, пол, образование и особенности нации влияют на развитие компьютерной зависимости [6, с.94]. Известно, что подростки и остаются наиболее благоприятной группой к этому виду аддикции.

Зависимыми от сети Интернет становятся больше из-за социальных причин, чем интеллектуальных. Компьютерные технологии становятся все более доступными и разнообразными каждый день, поэтому вскоре такие характеристики, как возраст и образование, также перестанут иметь значение [27, с.91].

Специфику современной социальной ситуации существования человека определяют факторы информационного общества [10, с.25]:

* существование современного человека в информационно плотной среде: агрессия масс-медиа и множество слабо контролируемых контактов, обвал проблем, таких как экологические, демографические, сексуальные;
* атавизмы тоталитарного режима в массовом сознании населения, готовность к рабскому поведению;
* психологическая неосведомленность населения как предпосылка безусловной податливости профессиональному суггестивному давлению заинтересованных лиц;
* невозможность скрыть профессиональные секреты от нечистых на руку дельцов;
* отсутствие реально действующих социальных институтов психогигиены и психопрофилактики.

В связи с перечисленными факторами возник вопрос об информационно-психологической безопасности личности. К социально-психологическим факторам, оказывающим непосредственное влияние на информационно-психологическую безопасность личности, Г.В. Ложкин относит [17, с.14]:

* деформацию системы норм;
* неадекватную оценку национальных, культурных и исторических традиций;
* появление новых средств воздействия на сознание;
* деструктивную роль нетрадиционных конфессий;
* ослабление важнейших социокультурных институтов государства - науки, образования, культуры;
* отсутствие сформированных психологических механизмов защиты от манипулятивных воздействий у подавляющей части всех слоев населения.

Из всего сказанного следует, что новая информационная эпоха и общие процессы демократизации в нашем обществе требуют новых подходов к безопасности жизнедеятельности человека, а именно: разработки новых методов психологической помощи, направленных на преодоление тотальной психологической и культовой зависимости, разработки профилактических мер в воспитании детей, юридической оценки таких явлений, как психическая агрессия, психологическое насилие и деструктивный контроль сознания.

Проблема психологической зависимости от компьютера является достаточно новой и требует значительных усилий для изучения и выработки противодействия такой зависимости. Однако сейчас можно прогнозировать,

что деятельность в виртуальном мире непременно будет усложняться практической неконтролированностью виртуально-информационной среды как с юридической, так и с общественной стороны. Механизмы регламентации этого нового явления в жизни общества находятся еще на стадии зарождения и непременно будут иметь особую специфику, что будет требовать от человечества значительной переоценки ценностей, прежде всего в нематериальной сфере.

Феномен виртуальной зависимости как в психологическом, так и в социально-психологическом и социальном аспекте постоянно видоизменяется, вместе с развитием компьютерных технологий, и таким образом факторы формирования заслуживают тщательного их изучения.

Информационная сеть Интернет предоставляет большие возможности для деятельности и самовыражения человека, которые не могут быть реализованы в реальной действительности. Вместе с тем, у определенной категории пользователей оперирования его ресурсами забирает все больше и больше времени и становится настолько доминирующим, что впоследствии у них прогрессирует снижение способности к волевому контролю над собственной активностью в виртуальном пространстве, возникает целый ряд личных и социальных проблем, появляются трудности в коммуникативной и учебной сферах, социальная дезадаптация. Такой вид психологической зависимости от виртуальной информационной среды, получил название - Интернет-зависимость.

Юношеский и подростковый возраст являются своеобразным переломным моментом в развитии человека, и увлечение Интернетом может способствовать как дальнейшему прогрессу в становлении личности, так и формирования пассивной зависимости от компьютера, тормозящих его развитие [3, с.41].

Среди старшеклассников с высоким уровнем виртуальной зависимости, количество мужского пола почти на треть превышает количества женского. Высокий уровень виртуальной зависимости в юношеском возрасте коррелирует с такими индивидуально-психологическими особенностями, как: заниженная самооценка; субъективное ощущение одиночества; наличие симптомокомплекса алекситимии, депрессивного состояния; склонность к злоупотреблению психоактивными веществами; снижение организаторских и коммуникативных способностей; выраженность акцентуаций характера, а также появление социальной дезадаптации. Микросоциальные факторы высокого уровня виртуальной зависимости связаны с нарушениями межличностного взаимодействия с родителями, учителями, сверстниками [2, с.109].

 Итак, причинами и факторами формирования виртуальной зависимости поведения старшеклассников могут быть психологические кризисы, связанные с особенностями возраста; неограниченный доступ к информации, неудовлетворенность обучением, окружением; трудности в общении; повышенная тревожность; проблемы в семье (общее неблагополучие, тип воспитания гипер/гипоопеки); способа проведения досуга; склонность к замкнутости, фантазирование и т.п. Основными характеристиками этапов развития компьютерной зависимости являются: увеличение времени, проводимого для достижения поставленной цели в онлайн, потеря ощущения времени, получение эмоционального удовольствия; эмоционально-волевые нарушения, рост толерантности к виртуальной среде; наблюдаются признаки как психической, так и физической зависимости.

**1.3 Педагогические условия профилактики зависимого поведения старших школьников**

Подростковый и юношеский возраст - это сложный период социализации, когда идёт активный процесс вхождения во взрослую жизнь, усвоение нравственных норм и ценностей, полезных навыков. Этот возраст в силу возрастных психолого-педагогических особенностей является наиболее подверженным компьютерной зависимости. Основной причиной возникновения компьютерной зависимости у детей и подростков можно считать недостаток общения и взаимопонимания с родителями, сверстниками и значимыми людьми [14, c.115]

Для этого возраста характерна не только эмоциональная полярность. По мнению ряда авторов, центральным психическим процессом переходного возраста является повышенный интерес к собственному «Я» [3, с.43]. В юношеском возрасте появляется много вопросов о себе, новые контексты и углы зрения, под которыми молодые люди рассматривают свой внутренний мир. Это «Я» еще не определено, размыто, нередко проявляется как беспокойство или ощущение внутренней пустоты. Отсюда выборочная потребность в общении, а нередко - и в уединении. У них формируется осознание своей непохожести на других и вместе с тем ориентация на несколько значимых других, что также может приводить к одиночеству и одновременно к страху одиночества. С проблематикой эмансипации и сексуальными желаниями может быть связано чувство неуверенности. В этом возрасте нередко появляется переживание отчуждения [12, с.136].

Кроме специфических поведенческих реакций, существуют детские поведенческие реакции. К ним относятся реакции отказа, оппозиции, компенсации, гиперкомпенсации.

В возрасте юношества чаще встречаются сексуальные кризисы, кризис идентификации (поиск себя и осознание своей общественной роли), кризис авторитета (освобождение от влияния авторитетов и обретение новых связей, которые соответствуют реальности).

В научной литературе отмечается тот факт, что в юношеском и подростковом возрасте усиливается агрессивное поведение и меняется по характеру проявлений, что обусловлено переходными аспектами от детства к взрослости. Ребенок выходит на качественно новую социальную позицию, которая формирует его сознательное отношение к себе как к взрослому [6, с.84].

Увеличивается несоответствие между психическим и физиологическим развитием, что ведет к интенсивным спорам с окружением. Изучая психологические особенности виртуальной зависимости старшеклассников, необходимо обратить внимание на их, на первый взгляд, объективную обусловленность, связанную с возрастными изменениями, которые имеют место в данной группе. Согласно Е.Эриксону, основной задачей этого возрастного периода является интеграция Я - образов в единую целостную систему. Чувство личностной идентичности, в отличие от смешивания социальных ролей, представляет собой уверенность в том, что внутренняя тождественность, подготовленная прошлым индивидуума, сочетается с тождественностью воображения о себе в перспективе. Сильные сомнения, которые сопровождали ребенка на ранних этапах развития, могут существенно мешать становлению идентичности подростка и провоцировать аддиктивное поведение. Успешное преодоление кризиса этого периода позволит ребенку «уберечь себя от распада» [22, с.149].

Подростковый и юношеский возраст - самый опасный период в отношении формирования виртуально-зависимого поведения. По мнению одних авторов, это обусловлено стремлением к познанию всего нового, желание поскорее стать взрослым, способами поведения старших, боязнью отстать от сверстников. Эта неблагоприятная ситуация часто приводит подростка к погружению в мир виртуальных событий [19, с.246].

Другие исследователи (В.М Арестова, Л.М. Бабанин, А.Е. Войскунский), которые сделали в своих научных трудах акцент на мотивации подростков-пользователей компьютерных технологий, исходили из того, что компьютерные сети – новый этап в развитии внешних средств интеллектуальной деятельности, познания окружающего мира и общения [2, с.19].

Под влиянием компьютерных технологий в психике старшеклассника трансформируется операционное звено деятельности, пространственно-временные характеристики взаимодействия субъект-объект и субъект-информационная система, процессы целеполагания, мотивационная регуляция деятельности, и так далее [15, с.548]. Учет этих изменений требует активизации изучения мотивации привязанности девушек и юношей подросткового возраста к взаимодействию с компьютерными технологиями.

В работах И.Г. Белавиной, Т.Ю. Больбот, А.В. Гордеевой, А.Ю.Дроздова и др. были выделены такие внутренние психологические факторы, которые могут привести к погружению старшеклассников в мир виртуальных событий [7, с.77]: потребность в престиже, в самоуважении, эмоциональная неустойчивость, наличие акцентуаций характера; отклонения в психическом развитии; низкое самоуважение, склонность к фантазиям, застенчивость, наличие социальной фобии, осознание недостатка социального статуса или внимания к своей персоне.

Личностные предпосылки связанные с индивидуальными особенностями (неумение объективно оценить ситуацию, мало развитое логическое мышление, склонность к амбициям, завышенная самооценка, несдержанность и т.п.) и с индивидуальными особенностями окружающих его взрослых (косность педагогического мышления, авторитарность, неумение налаживать педагогическое общение, низкий культурный уровень, отсутствие педагогического такта и тому подобное).

Ситуативные предпосылки конфликтного поведения связаны с особенностями самой конфликтной ситуации и заключаются в трудностях нравственного выбора, который характеризует борьбу мотивов, которые возникают в процессе и принятии решения. Конфликтное поведение в этом возрасте носит остро выраженный эмоциональный характер. Любое противоречие, которое может ограничить права подрастающей личности, сразу вызывает с его стороны реакцию протеста, эмоциональный срыв.

Современная жизнь на процесс становления личности ребенка влияет по-разному: с одной стороны, она предоставляет ему все возможности для свободы выбора среды общения, стиля и образа жизни, видов деятельности; с другой же стороны, она предъявляет высокие требования к уровню его самосознания, самоконтроля и саморегуляции. Довольно часто при таких условиях человек чувствует себя неуверенно. Это обусловливает поиск им определенной поддержки, помощи значимых взрослых. Если такая поддержка есть, то он начинает вести себя более уверенно, что способствует переоценке его действий и поведения и обеспечивает усвоение их общественно определенного образца. Но бывает и так, что подросток не находит той помощи, которая так необходима ему на данном этапе. Тогда дефицит психологической, моральной поддержки взрослых предопределяет обращение к общению в сети Интернет, которое предусматривает возможность освободиться от негативных эмоций путем резких высказываний и получение эмоциональной поддержки.

Третьей детерминантой виртуальной зависимости является социальная дезадаптация, поскольку для старшеклассника центральными, жизненно важными потребностями выступают такие, как потребность в самоутверждении и самоуважении, потребность в положительной оценке взрослых, потребность в общении с ровесниками. В силу определенных обстоятельств эти потребности не могут быть удовлетворены, у подростка возникает чувство дискомфорта, напряженности. Старшеклассник начинает считать свои усилия напрасными, ненужными, поскольку они все равно не приводят к успеху. Психотравмирующая ситуация становится слишком тяжелой для него, он не в состоянии ее переживать слишком долго. Возникает желание выйти из этой ситуации, но через отсутствие развитой привычки к преодолению трудностей эта цель вовсе отбрасывается. Теперь его поведение уже начинает направляться на выполнение другой цели - избежать негативных эмоциональных переживаний, вызванных невозможностью удовлетворить базовые потребности, путем «отбрасывания» негативной информации и убегать от проблем.

В дальнейшем стратегия поведения, направленная на «отбрасывание» негативной информации, закрепляется, фиксируется уже как черта личности. Это позволяет сохранить эмоциональное равновесие, бездействие и психологический комфорт в ситуации, требующей от подростка приложить усилия для преодоления трудностей. То есть субъективно подростка (а в дальнейшем и взрослого человека) устраивает такой путь решения проблемы, вызвавшей данную ситуацию. Но объективно проблема остается нерешенной, а для окружающих общение с таким человеком становится все более тяжёлым. Отсюда неизбежная социальная дезадаптация [7, с.69].

Самой актуальной проблемой современности, является поиск возможностей для снижения виртуальной зависимости в юношеском возрасте, а так же повышение эффективности ее профилактики.

По степени ухода от реальности виртуальной зависимость напоминает влечение к наркотикам, азартным играм и алкоголю. Некоторые учёные дают характеристику компьютерной зависимости, как навязчивой потребности в использовании компьютерных технологий, которая сопровождается социальной дезадаптацией и ярко выраженными психологическими симптомами [1, с.286].

В России на сегодня не существует статистических данных по проблеме компьютерной зависимости, поскольку этот вид зависимости не выделен в отдельную нозологическую форму. Однако по многочисленным исследованиям прошлых лет (К. Галкина, А. Лысенко, Н. Иванова, С. Шапкина, А.С. Мудрина, Т. Шишковец и других специалистов), среди российских пользователей Интернета зависимыми считаются от 2% до 6%, абсолютное большинство среди которых – молодежь.[31].

Однако, несмотря на очевидные достижения, проблема профилактики виртуальной зависимости в юношеском возрасте не оснащена достаточными теоретическими и практическими разработками, по использованию педагогического опыта к управлению процессом профилактики, осуществляемым различными органами, применительно к современным реалиям российского общества. Проблема виртуальной компьютерной зависимости среди молодежи лишает наше общество перспектив установления в будущем социального равновесия и благополучия [4, с.213].

Одна из основных ролей в решении этой глобальной проблемы отводится педагогике и психологии, хотя, решить ее возможно только комплексно, с привлечением всех сил общества. Также, интеграция усилий общества может осуществляться лишь в рамках научно обоснованной, обеспеченной эффективными профилактическими мерами и помощь последовательных педагогических воспитательно-предупредительных воздействий, обеспечивающих формирование личности с твердыми и правильными жизненными установками, которая не будет «жить» в виртуальном мире, а будет достигать своей цели в реальной жизни [11, с.109].

Изучение темы безопасной работы в Интернете предусмотрено действующими программами школьных курсов «Информатика» и «Основы здоровья». Развертывания работы по профилактике и преодолению виртуальной зависимости требует прежде всего создания соответствующей законодательно-нормативной базы, а именно: соответствующим образом модернизировать имеющееся законодательство, касательное к этой проблеме; дополнить действующее законодательство новыми законодательными актами.

Вместе с тем следует учесть, что проблема компьютерной зависимости не может эффективно решаться изолированно от других проблем формирования и функционирования личности в современном информационном обществе. Это требует организации разветвленной системы медиаобразования населения и прежде всего подростков и молодежи.

В настоящее время осуществляются работы по организации всероссийского эксперимента по внедрению медиа-образования (Е.В. Кучеров) в общеобразовательных учреждениях. В дальнейшем предполагается разработка учебных программ и организация эксперимента по подготовке медиапедагогов и медиапсихологов на базе высших учебных заведений и учреждений системы последипломного педагогического образования [8, с.41].

 Несмотря на проводимые научные разработки в сфере анализа ситуации с виртуальной зависимостью в России по сравнению с состояниями зависимости другого происхождения (алкоголизм, наркомания, патологическая склонность к азартным играм), эта проблема исследована очень мало, а закономерности формирования, причины и условия возникновения, диагностические критерии компьютерной зависимости изучены недостаточно [12, с.217].

Остаются малоизученными вопросы методов лечения, средств коррекции и профилактики этого расстройства. Разработаны программы и психокоррекции не отличаются значительной успешностью использования и не оправдывают надежды специалистов и пользователей услуг.

Существующие научные исследования являются разрозненными, а именно отсутствие теоретической научной базы по вопросам данной аддикции закономерно сочетается с несистематичностью, слабой структурой и невысокой эффективностью.

В наше время, педагоги и психологи в общеобразовательных учреждениях или совсем не занимаются профилактикой виртуальной зависимостью, или эта работа сводится предоставлением методических рекомендаций учителям и родителям этих подростков и старшеклассников.

Однако, большое число специалистов говорят о том, что виртуальной зависимость приводит к разрушению личности, и особенно данная проблема актуальна в молодежной среде.

Виртуальная зависимость способствует развитию целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, хронические депрессии, определённые трудности в адаптации, потеря способности контролировать себя во время пребывания в интернете, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования интернетом [8, c.44].

Во время использования Интернета, школьник вместо стремления «думать» и «учить» предпочитает «искать». Многие школьники признают, что очень часто посещают запрещенные родителями сайты. При этом у них возникает иллюзия безнаказанности. Иллюзия безнаказанности может оказаться ловушкой и иметь серьезные последствия в реальной жизни - происходит деградация морали.

Несмотря на все причины, которые вызывают компьютерную адикцию, в основе их лежит нарушение «равновесия» между подростком и окружающей средой, что создает затруднение связанные с полной невозможностью адаптироваться к требованиям социальной среды [10, с.23].

Поэтому сегодня педагогам, психологам и другим специалистам общеобразовательной среды совместно с родителями, необходимо вовремя разглядеть симптомы которые характерны именно для виртуально -зависимых детей и самим делать шаги к преодолению данной зависимости у подрастающего поколения

Виртуально -зависимого школьника можно достаточно быстро отличить. Он обращен внутрь себя, игнорирует или не замечает внешние события, плохо адаптируется к реальной жизни. Даже красота природы - не воспринимается с восторгом, поскольку возможности компьютерной графики безграничны, и на экране монитора появляются дивные, фантастически прекрасные, но несуществующие в действительности, пейзажи [27, c.31].

При наличии виртуальной зависимости ребенок постепенно отдаляется от родственников и друзей, оставляя приоритет за «всемирной паутиной». Как правило, пользователь скрывает от родных, или знакомых, сколько времени он проводит на сайтах. Позже симптомы нарастают как «снежный ком». Если школьника силой отлучить от сети, он будет переживать чувства, похожие на муки наркомана, которому не дали очередную дозу. У пользователя нарушается внимание, снижается работоспособность, появляются различные навязчивые мысли, порой бессонница или даже полный отказ от сна, резко увеличивается тяга к стимуляторам. Поэтому можно считать, что в некоторых случаях наркотическая зависимость является следствием увлечения общением в сети. К психическим расстройствам добавляются головная боль, перепады давления, ломит кости.

Позже начинает явно проявляться социальная дезадаптация. Пользователь, уже не получая удовольствие от общения через интернет, все-таки постоянно «висит» на сайтах. Состояние депрессии приводит к серьезным конфликтам в школе, со сверстниками и в семье. Сильные, волевые личности еще могут совершить попытку в направлении переключения своего внимания на что-то другое, например, влюбиться, сменить круг друзей. А тем старшеклассникам, которых можно отнести к категории слабых, ничего не остается, кроме как обратиться за помощью к специалистам [3, с.41].

**ВЫВОДЫ:**

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме преодоления виртуальной зависимости позволяет сделать вывод о том, что зависимость представляет собой личностную характеристику как совокупность когнитивных, эмоциональных и физиологических нарушений, которые проявляются в поведении, указывая на то, что у индивида отсутствует контроль над использованием компьютерных технологий, он не в состоянии прекратить этот процесс, продолжает значительное время находиться в виртуально-информационной среде, несмотря на негативные последствия. Следовательно, возможно говорить об виртуально -зависимом поведении как следствии, и в то же время, объективный показатель компьютерной зависимости личности.

Виртуально - зависимое поведение старшеклассников определяется совокупностью внешних (влияние референтной группы; недостатки семейной педагогики; недостатки в педагогической деятельности; равнодушие взрослых; деформации в общении и взаимодействии; бегство от реальной жизни; пассивная социальная жизненная позиция) и внутренних (несформированность мотивации достижения успеха; дисгармония функционирования эмоциональной сферы; индивидуальная пассивная жизненная позиция; низкий уровень коммуникативных способностей.

Основные факторы и этапы виртуально-зависимого поведения делятся на: психологические (получение эмоционального удовольствия, эмоционально-волевые нарушения, психической зависимость, безграничная возможность создавать новые образы собственного «Я» и вербализовывать представления и фантазии, нарушения психофизиологического состояния, возможна угроза возникновения психических расстройств и суицидального поведения), социально-психологические (мощное расширение границ общения личности; легкость нахождения единомышленников и эмоционально близких людей, возможность уйти от реальности) и социальные (необходимость существования современного человека в информационно насыщенной среде: агрессивность подачи информации в СМИ, деформация системы норм, неадекватная оценка национальных, культурных и исторических традиций, появление новых средств воздействия на сознание).

Виртуально-зависимое поведение в подростковой и юношеской среде имеет свои отличия благодаря возрастным особенностям формирования личности молодого человека (несоответствие между субъективной готовностью к взрослой жизни и объективной ограниченностью ее возможностей, гипертрофированная потребность в общении, неадекватное желание социального признания, юношеский максимализм).

**Глава 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

**2.1. Диагностика виртуальной зависимости старшеклассников в процессе обучения**

Данное исследование проводилось с целью экспериментального исследования создания педагогических условий для профилактики виртуальной зависимости старшеклассников в образовательном процессе. Нами была разработана целостная система решения конкретных вопросов по внедрению педагогических условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассников в процессе образования.

Исследование было проведено в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении «Средняя школа №….» города Владикавказа. Исследование проводилось в специально отведенное время для классных часов.

В исследовании приняли участие подростки и старшеклассники от 14 до 17 лет, в количестве 60 человек: 30 - мальчиков , 30 – девочек, их преподаватели и родители. Полученные данные были проанализированы и наглядным образом представлены в диаграммах.

 На подготовительном этапе было изучено фактическое состояние проблемы профилактики виртуальной зависимости в реализации Федеральных государственных образовательных стандартов среднего и старшего образования, на качество образования. Мы проанализировали фактическое состояние дел на момент начало эксперимента в образовательном учреждении.

Для исследования виртуальной зависимости у старшеклассников были подготовлены два теста и две анкеты . Все диагностические методики отвечают логике и целям нашего исследования и позволяют выявить уровень виртуальной зависимости.

Для выявления уровня виртуальной зависимости был использован ***тест-опросник для установления зависимости от компьютерных игр С. В. Красновой*** [34]. В тесте содержится 20 вопросов, на которые подростки должны были отвечать да/нет, так же им было позволено оставлять свои комментарии. В результате подсчитывалось количество положительных ответов, и выявлялся уровень зависимости от компьютерных игр. Тест прост и лёгок, что позволяло подростком наиболее чётко отвечать на вопросы и получить достоверный результат (Приложение №1).

Для исследования уровня виртуальной - зависимости был использован тест ***Кимберли-Янг на Интернет-зависимость***. В тесте содержится 40 вопросов, на которые подростки должны были давать ответ в соответствии с 5-балльной Шкалой Ликкерта (никогда, редко, регулярно, часто, постоянно). Баллы по всем вопросам суммировались, определяя итоговое значение. По результатам теста определялся уровень Интернет – зависимости школьника, обычный пользователь/есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом/ Интернет – зависимость. Тест содержит в себе интересные, легкие вопросы, что позволяло подросткам наиболее четно отвечать, для получения наиболее достоверных данных (Приложение №2).

Для изучения проблемы виртуальной зависимости старшеклассники, принявшие участие в эксперименте, ответили на вопросы двух: ***анкета для старшеклассников «Место современных информационных технологий в жизни подростка»*** (Приложение №3). В анкете были предложены вопросы на выявление уровня знаний старшеклассников о формировании зависимого поведения, личностных особенностях зависимых людей и способах профилактики. Важное значение в анкете отведено вопросам, которые характеризуют особенности отношения школьников к компьютерным технологиям: место которое компьютер и интернет занимают в жизни учащегося, то влияние которое регулярное использование компьютера оказывает на психологическое здоровье ребенка и то, какую роль играют современные компьютерные технологий в организации досуга учащихся старших классов.

***Анкета для педагогов, для выявления типичных особенностей школьников***, которые проявляются в их поведении (Приложение №4). Учитывались и результаты наблюдений педагогов, работающих с данными детьми.

На основе этого, для того чтобы определить современное состояние проблемы виртуальной зависимости старшеклассников данной школы, был проведен констатирующий эксперимент.

Были определены следующие задачи констатируюшего эксперимента:

1. Определить уровень знаний обучающихся о проблеме виртуальной зависимости;
2. Диагностировать склонность старшеклассников к возникновению виртуальной зависимости;
3. выявить психологические особенности личности учащихся старших классов, склонных к зависимому поведению.

В результате констатирующего эксперимента была проанализирована возникшая ситуация о состоянии проблемы виртуальной зависимости старшеклассников данного образовательного учреждения. При помощи диагностики была определена степень осведомленности учащихся по проблемам виртуально зависимого поведения. Основная цель диагностирования это определение отношения школьников к проблеме виртуальной зависимости, выявление индивидуально-типологических особенностей старшеклассников, выявление у них определенных акцентуаций характера, склонности к девиантному поведению.

Нами были использованы следующие методики психодиагностики:

*тестирование и анкетирование.*

Из ответов старшеклассников на анкету «Место современных информационных технологий в жизни подростка**»** выявлены следующие результаты: 99% школьников имеют компьютер, среди них 44% приобрели компьютер от 5 лет назад; 30% – от 2 лет до 4 лет назад; 25% – от полутора до 2 лет назад; 50% учащихся проводят за компьютером более 2,5 часов в день, это большая часть их свободного времени; 19% – уделяют общению с компьютером не более 1 часа в день; 31% – до 2 часов в день.

Из полученных результатов можно сделать вывод, что старшеклассники предпочитают «общение**»** с компьютером, общению с друзьями или другими видами досуга.

Старшеклассники активно используют компьютер вучебной деятельности, для написания текстовых документов при написании письменных работ, для компьютерных игр, рисования с помощью графических программ, создания презентаций, прослушивания и обработки музыкальных композиций, просмотра фильмов, занятий программированием и многим другим. Из беседы с родителями мы выяснили что это является основной целью покупки компьютера школьникам.

Из данных проведенного анкетирования были сделаны следующие выводы: 62% старших школьников компьютер используют для компьютерных игр, 20% для выполнения учебной программы (выполнения докладов, рефератов и других видов работ), 18% для общения через социальные Сети.

Результаты исследований свидетельствуют о том, что компьютер оказывает влияние не только на физическое здоровье, но и на их психическое состояние здоровья.



**Рис.1. Отношение старшеклассников о знаниях влияний компьютера на здоровье человека в (%)**

39% - компьютер никакого влияния не оказывает на их здоровье;

27% - компьютер оказывает влияние на их психическое и физическое здоровье;

20% - не задумывались об этом;

14% - затруднились ответить на этот вопрос.

 Таким образом, можно сделать вывод - большинство старшеклассников недооценивают влияние компьютера на их психическое и физическое здоровье.

Для старшеклассников ведущей деятельностью является установление интимно-личностное отношений со сверстниками. Это возраст когда формируется самосознание и самооценка личности, критическое мышление, способность к анализу и самоанализу. Данный возрастной период является важным этапом психического развития учащегося, становления личности. Поэтому в анкете были вопросы об отношении сверстников, которые больше времени проводят за компьютером, нежели со своими друзьями. Результаты представлены в виде диаграммы.



**Рис.2. Отношение старшеклассников о знаниях отношений своих сверстников к компьютеру в (%)**

12 % обучающихся отрицательно относятся к тому, что многие школьники проводят с компьютером больше времени, чем с друзьями;

52 % относятся к этому вполне равнодушно;

31 % - положительно;

5 %- затруднились ответить

Из проведенных исследований, удалось выяснить, что

51% старшеклассников не представляют свою жизнь без компьютера,

33% не представляют своей жизни без Интернета

16% затруднились с ответом.

Таким образом, из полученных в результате анкетирования данных можно сделать вывод об очевидном влиянии процесса компьютеризации на изменение молодежной субкультуры. Произошла полная перестройка сферы досуга, информационной среды, способов межличностного взаимодействия, а также характеристики учебного процесса.

Анализ второго опроса показал недостаточный уровень информированности старшеклассников о связях возникновения аддиктивного поведения с особенностям личности виртуально зависимых школьников. Основную информацию о проблемах зависимости школьники узнают из средств массовой информации (57%), из специальной литературы (20%) или по собственному опыту (23%); 68 % старшеклассников понимают, что зависимость – важная проблема, которая требует пристального внимания педагогов, родителей, психологов и других специалистов, способных оказать психологическую поддержку. 24% относят зависимость к плохим привычкам, а 8% школьников – к безобидному увлечению.

Для 48% школьников увлечение компьютерными играми это способ «убить время»; 27% определяют это увлечение как вредную привычку, 15% – как опасное увлечение. Из опрошенных старшеклассников 13% считают увлечение компьютерными играми неотъемлемой частью имиджа.

54% респондента считают, что проблема зависимого поведения их не касается, а 36% не считают зависимое поведение угрозой для общения со сверстниками и нормальной жизни. Также участники опроса в количестве 42%, что можно предупредить симптомы зависимости, 17% респондентов относятся к профилактике виртуальной зависимости скептически, а 39% обучающихся не имеют представлений о возможности профилактики виртуальной зависимости.

29% признают профессиональную помощь психологов и психотерапевтов, а 25% школьников полагают на активное обсуждение игровой зависимости с родителями и 19% на формирование альтернативных интересов.

Из полученных результатов анкетирования и опросов, можно сделать вывод, что среди старшеклассников имеется низкий уровень информированности о проблемах возникновения и предупреждения виртуальной зависимости. Также присутствует достаточно низкий уровень доверия к родителям и педагогам для реализации профилактической деятельности и оказания психологической поддержки к школьникам-аддиктам.

Из анализа анкеты для педагогов, для выявления типичных особенностей школьников, которые проявляются в их поведении (Приложение №4), были выявлены следующие личностные особенности старшеклассников, склонных к виртуальной зависимости определились по следующим показателям:

– агрессивность;

– тревожность;

– особенности мотивации;

– особенности самооценки и уровня притязаний;

– особенности эмоциональной сферы;

– изменение уровня самоконтроля.

Учитывались также и результаты наблюдений педагогов, работающих с данными детьми. Использовался метод экспертных оценок.

 В ходе проведения исследования у 67% старшеклассников группы социального риска обнаружены тревожное состояние и эмоциональная нестабильность, у 31% учащихся наблюдается негативное отношение к жизни.

В свою очередь, наметилось содержание деятельности по профилактике виртуальной зависимости у старшеклассников. В нашем случае наиболее глубокими явились проблемы педагогической профилактики виртуальной зависимости у старшеклассников, где процесс должен быть комплексным и иметь возможность охватить все многообразие причин.

* 1. **Анализ результатов исследования**

 В результате проведенной диагностики, мы получили следующие результаты по методике «Тест-опросник для установления зависимости от компьютерных игр» С.В. Красновой. Было протестировано 60 человека.

Результаты данного тестирования отражены в диаграмме:



**Рис. 3. Симптомы виртуальной зависимости у старшеклассников**

Анализируя результаты исследования по «Тест-опросник для установления зависимости от компьютерных игр» С.В. Красновой, можно констатировать, что высокие баллы уровня зависимости от компьютерных игр выявлены у 50% исследуемых. Для 21% исследуемых характерна некоторая зависимость от компьютерных игр. У 29 % как таковой игровой зависимости нет (Рис. 3).

Анализируя некоторые комментарии старшеклассников в данной анкете, можно сделать вывод, что во многом проводить большое количество времени за компьютером, в частности за играми, им не позволяют родители, у кого-то забирают шнур, у кого-то стоит пароль на компьютере, так же некоторые написали, что их это не интересует.

Анализируя результаты тестов на Интернет-зависимость подростков по тесту Кимберли Янг, можно констатировать, что у 20% подростков есть Интернет-зависимость. У 60% - есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом. У 20% подростков нет зависимости вообще.

Исходя из беседы со старшеклассниками, о причинах их пребывания в Сети большинство сказали, что в основном беседуют с друзьями, меньшая часть старших школьников используют Интернет для чтения каких-либо статей, но никого не нашлось, кто бы просто так выходил в Интернет. И, так же, абсолютно все сказали, что ищут информацию для учебы. Большинство школьников для выхода в Сеть используют не компьютеры, а телефоны и планшеты.

**2.3 Программа создания педагогических условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассников**

 На основе результатов была разработана и апробирована программа создания педагогические условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассников. Основные проблемы которые необходимо устранить в результате внедрения программы:

* Отсутствие ограничения доступа подростка к компьютеру со стороны родителей;
* Недостаток реального общения со сверстниками у подростков данной категории.

 Данная программа **создания педагогических условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассников** рассчитана на учащихся в возрасте от 14 до 17 лет при активном содействии и участии педагогов образовательного учреждения, родителей подростков и **старшеклассников** и реализуется непосредственно на базе учебного заведения. Данная программа была реализована на базе школы МБОУ «СОШ № 7 г. Владикавказа» с декабря 2017 г. по Май 2018г.

**Актуальность программы** обусловлена проблемой виртуальной зависимости всовременном обществе усугубляется внедрение с огромной скоростью различных новых гаджетов, способствующих компьютерной зависимости. Данное явление отразилось на современных подростках и старшеклассниках. Без гаджетов не может обойтись в современном мире ни один человек. Зависимость от интернета, плавно захватили наше время. Компьютер стал для некоторых всем. Большинство подростков и старшеклассников живут в виртуальном мире. В связи с этим, возникло понятие «виртуальная зависимость». Страдающий человек, проводя все свое время у компьютера, уходит от реальной жизни, от общения с близкими и друзьями. Наиболее неблагоприятно такая «зависимость» сказывается на психологическом состоянии детей, особенно на учащихся подросткового и старшего школьного возраста, у которых социальный опыт еще не сформирован, но они уходят от реальности, проводя все свое время «в виртуальном мире».

**Цели данной программы (профилактики виртуальной зависимости):**

1. Предупредить у старшеклассников формирование виртуально зависимого поведения, средством профилактики.
2. Повышение знаний старшеклассников и их родителей по проблеме виртуальной зависимости в целях предупреждения и информирования о данной проблеме.
3. Повышение знаний педагогов по проблеме компьютерной зависимости у подростков, с целью повышения уровня знаний о данной проблеме.

**Задачи программы:**

1. Изучение определенных особенностей поведенческих расстройств старшеклассников, имеющих виртуальную зависимость.
2. Установление причин виртуальной зависимости, особенностей его психологических проявлений у старшеклассников.
3. Проведение диагностики поведенческих расстройств у старшеклассников
4. Описание динамики и определенных закономерностей психологических, поведенческих расстройств у старшеклассников, выявление этапов процесса развития виртуальной зависимости.
5. Формирование «антизависимых» установок в молодежной среде согласно общеобразовательным стандартам, которые призывают к пропаганде здорового образа жизни среди всех участников образовательного процесса.
6. Адаптация в общеобразовательных учреждениях предложенной профилактической программы для старшеклассников, для предотвращения возникновения виртуальной зависимости.

**Ожидаемые результаты:**

1. Снижение виртуальной зависимости у старшеклассников.
2. Формировании мотивации к реальному общению со сверстниками.
3. Формирование мотивации к дополнительному образованию, творчеству.
4. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.
5. Проработка разнообразных дополнительных запросов, от старшеклассников, и предложений об организации профилактических занятий

Программа предполагает реализацию следующих **принципов:**

1. ***Принцип деятельностного подхода*** предполагает, включение каждого учащегося в ходе занятия.
2. ***Принцип, доступности*** соответствие методов реализации индивидуальным и возрастным особенностям данной возрастной группы учащихся в рамках нашей программы.
3. ***Принцип, комплексного воздействия*** который бы затрагивал работу с старшеклассниками, с родителями, с педагогами.
4. ***Личностно-ориентированный принцип*** поможет каждому учащемуся, получить свой личностный результат, в рамках этого подхода.
5. ***Принцип комплексности, системности и последовательности***.

Стратегия и механизм достижения поставленных целей для реализаций нашей программы должны быть комплексного воздействия, которое бы затрагивало работу с подростками, с родителями, с педагогами.

**Первое направление программы - работа с родителями.**

Воспитание ребенка начинается в семье. При недостатке внимания со стороны родителей, ребенок начинает искать себе занятия самостоятельно, а в наше время, время компьютеризации, дети, а в особенности подростки, попадают в зависимость от компьютера, это в основном социальные сети, компьютерные игры, которые очень затягивают и не дают подростку полноценно развиваться как личность.

**Цель:** создание условий для более тесного общения детей с родителями.

**Задачи:**

1. Привлечение родителей для совместной организации досуговой деятельности подростков.
2. Выявление особенностей взаимоотношения между родителями и детьми.
3. Создание положительной мотивации у родителей в содействии образовательному учреждению, своему ребенку.
4. Всестороннее психолого-педагогическое просвещение родителей, которое должно способствовать созданию комфортных условий в семье для развития личности ребенка.

Работа с родителями предусмотрена в следующих формах:

1. Беседы, лекции для родителей.
2. Психопрофилактическая работа
3. Психокоррекционная работа.
4. Консультирование семей:
5. Опрос старшеклассников и родителей.

Основные направления для работы с семьей - это мотивация членов семей для совместного проведения свободного времени.

Темы просветительских мероприятий для родителей:

1. Психологические особенности возраста ранней юности, и проявления виртуальной зависимости.
2. Способы взаимодействия с подростком и старшеклассником.
3. Профилактика виртуальной зависимости у ребенка.
4. Что необходимо знать о виртуальной зависимости.

**Второе направление - работа с педагогами.**

Предполагает информирование о проблеме виртуальной зависимости в рамках нашего исследования.

**Цели и задачи:**

1. Расширить знания о проблеме виртуальной зависимости у подростков и старшеклассников.
2. Направить на дополнительные силы на работу с подростками и старшеклассниками в области способов организации проведения досуга.

**Темы лекций при работе с педагогами:**

1. Проблема виртуальной зависимости в современном мире.
2. Проблемы и особенности развития возраста ранней юности.
3. Проблема дефицита общения у старшеклассников, имеющих виртуальную и компьютерную зависимость.
4. Круглый стол обсуждение результатов профилактических мероприятий.

**Третье направление - работа со старшеклассниками.**

Предполагает более широкий спектр воздействия, тренинги, беседы, ролевые игры, классные часы.

**Цель:** формирование способности правильно организовывать свойдосуг.

**Задачи:**

* 1. Профилактика компьютерной и виртуальной зависимости, осознание проблемы.
	2. В профилактике виртуальной зависимости и осознании проблемы и работе с учащимися старших классов необходимо применить различные методы.

Наиболее приемлемыми методами являются:

1. Метод переубеждения (учащимся предоставляются убедительные аргументы, они вовлекаются в критический анализ своих поступков).
2. Метод переключения (подростков и старшеклассников занять трудом, учебой,спортом, общественной деятельностью, творчеством и т.д.)

При работе с этими методами предусматриваются следующие формы работы с подростками и старшеклассниками:

1. Групповая работа;
2. Составление портрета зависимого человека;
3. Круглые столы;
4. Беседы, дискуссий;
5. Просмотр видео материалов;

**Организация проведения досуга учащихся старших классов:**

**Цель:** помощь в адаптации старшеклассников к современным условиямпосредством проведения мероприятий, предполагается стимулирование их к отказу от чрезмерного времяпровождения у компьютера.

**Задачи:**

1. Развивать позитивное отношение детей к себе, к окружающему миру, к сверстникам, развивать стремление познать мир.
2. Развить интерес к учебе, искусству, культуре, спорту и другому виду деятельности.

Организация досуга старшеклассников должна проходить в следующих направлениях:

1. Методическое и психологическое сопровождение проводимых мероприятий;
2. Изучение интересов и потребностей подростков и старшеклассников, имеющих виртуальную зависимость;
3. Разработка и проведение мероприятий направленных на уменьшение виртуальной и компьютерной зависимости;
4. Помощь в организации интересной деятельности для старшеклассника;

Эффективность деятельности определяется на основе собранных отзывов, после проведения каждого мероприятия, а также результатами анкет до и

после проведенных мероприятий.

Профилактическая деятельность работы предполагает решение нескольких задач: *воспитательные,* которые ложатся на плечи родителей и педагогов, и психологов, так как процесс обучения занимает у учащихся большой промежуток времени, и профилактика виртуальной зависимости будет наиболее эффективна благодаря согласованности действий между субьектами образовательного процесса.

Из вышесказанного можно сделать вывод- главное для профилактики - это комплексное воздействие: работа с педагогами, работа с учащимися старших классов, работа с родителями организация досуга старшеклассников.

 В ходе реализации программы используются различные формы и методы работы с школьниками, для того, чтобы программа была наиболее эффективна, используются игровые и тренинговые методы. Таким образом, необходимо создавать психолого-педагогические условия для профилактики виртуальной зависимости, и информирования школьников о последствиях виртуальной зависимости. Необходимо определить значимость их социализации и нравственно-психического развития для достижения их жизненных целей.

Создание таких условий должно стать основной задачей образовательных учреждений при работе с молодежью, а также должно носить системный подход и непрерывную работу.

**Предупреждение виртуальной зависимости.**

1. Оцените, сколько времени ваш ребенок проводит в сети, не пренебрегает ли он из-за работы за компьютером своими домашними обязанностями, выполнением уроков, сном, полноценным питанием, прогулками.
2. Поговорите с ребенком о том, чем он занимается в интернете.
3. Социальные сети создают иллюзию полной занятости - чем больше ребенок общается, тем больше у него друзей, тем больший объем информации ему нужно охватить – ответить на все сообщения, проследить за всеми событиями, показать себя. Выясните, поддерживается ли интерес вашего ребенка реальными увлечениями, или же он просто старается ничего не пропустить и следит за обновлениями ради самого процесса. Постарайтесь узнать, насколько важно для ребенка общение в сети и не заменяет ли оно реальное общение с друзьями.
4. Понаблюдайте за сменой настроения и поведения вашего ребенка после выхода из интернета. Возможно проявление таких психических симптомов, как подавленность, раздражительность, беспокойство, нежелание общаться. Из числа физических симптомов можно выделить: головные боли, боли в спине, расстройства сна, снижение физической активности, потеря аппетита и другие.
5. Поговорите со школьным психологом и классным руководителем о поведении вашего ребенка, его успеваемости и отношениях с другими учениками. Настораживающими факторами являются замкнутость, скрытность, нежелание идти на контакт. Узнайте, нет ли у вашего ребенка навязчивого стремления выйти в интернет с помощью телефона или иных мобильных устройств во время урока.

**Как справляться с виртуальной зависимостью.**

* - Постарайтесь наладить контакт с ребенком. Узнайте, что ему интересно, что его беспокоит.
* - Не запрещайте ребенку пользоваться интернетом, но постарайтесь установить регламент пользования (количество времени, которое ребенок может проводить онлайн, запрет на сеть до выполнения домашних уроков и пр.). Для этого можно использовать специальные программы родительского контроля, ограничивающие время в сети.
* - Ограничьте возможность доступа к интернету только своим компьютером или компьютером, находящимся в общей комнате, - это позволит легче контролировать деятельность ребенка в сети. Следите за тем, какие сайты посещает ребенок.
* - Попросите ребенка в течение недели подробно записывать, на что тратится время, проводимое в интернете. Это поможет наглядно увидеть и осознать проблему, а также избавиться от некоторых навязчивых действий – например, от бездумного обновления странички в ожидании новых сообщений.
* - Предложите ребенку заняться чем-то вместе, постарайтесь его увлечь. Попробуйте перенести кибердеятельность в реальную жизнь. Например, для многих компьютерных игр существуют аналогичные настольные игры, в которые можно играть всей семьей или с друзьями, – при этом общаясь друг с другом «вживую». Важно, чтобы у ребенка были не связанные с интернетом увлечения, которым он мог бы посвящать свое свободное время.

Дети с виртуальной зависимостью субъективно ощущают невозможность обходиться без сети. Постарайтесь тактично поговорить об этом с ребенком. При случае обсудите с ним ситуацию, когда в силу каких-то причин он был вынужден обходиться без интернета. Важно, чтобы ребенок понял – ничего не произойдет, если он на некоторое время «выпадет» из жизни виртуального сообщества.

В случае серьезных проблем обратитесь за помощью к специалисту. Информацию, куда обращаться, вы можете найти на сайте «Дети России онлайн» и разделе «Полезная информация».

**Родительская стратегия.**

Насколько попадание детей в группу риска по склонности к виртуальной зависимости определяется действиями их родителей?

Данные нашего исследования показывают, что дети значительно меньше времени проводят в интернете, если родители регламентируют по времени пользование сетью, или вообще запрещают входить в интернет (по сравнению с детьми, у которых нет ограничений в пользовании сетью), и немного меньше времени - если родители объясняют и контролируют их (по сравнению с теми детьми, которых не контролируют). Но если речь идет о виртуальной зависимости, запреты и объяснения родителей оказывают разное действие на детей в зависимости от их личностных особенностей и того типа деятельности, которым школьники занимаются в сети. Одно дело, ребенок, для которого интернет - средство самовыражения, другое дело - «ботаник», ищущий информацию. Понятно, что одни и те же действия родителей будут по-разному влиять на этих детей.

По нашим данным, родительские запреты лучше всего работают в отношении «ботаников» (хотя у них риск и так невысок) и, наоборот, повышают риск зависимости у «универсалов». В некоторых случаях запретный плод - самый сладкий. Единственная благоприятная для «универсалов» ситуация - если родители мало запрещают и больше объясняют и рассказывают об интернете. И наконец, для «потребителей онлайн-контента» единственный неблагоприятный вариант - много запретов и недостаток объяснений. Им можно и запрещать, но всегда важно рассказать, «почему» что-то нельзя.

Сравнительный анализ российских и европейских данных показал, что признаки чрезмерной увлеченности интернетом встречаются у российских школьников значительно чаще, чем у их европейских сверстников. Если к группе риска по склонности к интернет-зависимости в России можно отнести от 10 до 26% всех опрошенных детей в возрасте от 11 до 16 лет, то в Европе эти данные представлены в диапазоне от 5 до 16%. Однако полученные данные говорят, скорее, не о патологическом влечении к интернету и определенных личностных особенностях виртуально -зависимых школьников, а об огромном дефиците внимания по отношению к юным пользователям сети со стороны российских педагогов, родителей и специалистов.

При самом внимательном отношении к проблеме развития виртуальной зависимости необходимо в первую очередь решать вопросы «внешней ситуации»: отсутствия контроля со стороны взрослых и «вседозволенности» в виртуальном пространстве. Это позволит не только сократить группу риска, по нашим оценкам, как минимум, в два раза, но и не допустить ее разрастания за счет вовлечения новых пользователей.

**ВЫВОДЫ:**

* В соответствии с задачами исследования осуществлена разработка программы предотвращения виртуальной зависимости старшеклассников.
* основу разработки программы положен принцип единства диагностики и коррекции; принцип нормативности развития; принцип системности развития психологических механизмов деятельности; деятельностный принцип.
* В ходе формирующего эксперимента была выявлена целесообразность разработки и внедрения в психолого-педагогическую практику программы предотвращения виртуально-зависимого поведения старших школьников.
* Результаты экспериментального исследования позволили выявить достоверные количественные и качественные изменения относительно предотвращения виртуальной зависимости старшеклассников в экспериментальной группе в отличие от контрольной, что помогает определить реализацию созданной программы в подростковом возрасте, как один из путей преодоления этого негативного образования и личностного роста учащихся подросткового возраста.
* В результате проведенного эксперимента отмечено заметное повышение уровней самооценки, что максимально приближаются к адекватным; качественные изменения происходят в эмоциональной сфере (уменьшаются средние показатели базисных эмоций – гнев, страх, стыд, вина, в то время как средние баллы эмоций любопытство и радость повысились), также наибольшим изменениям подвергаются коммуникативные способности и направлении их повышения. Статистически достоверное уменьшение уровней проявления виртуально - зависимого поведения старшеклассников в экспериментальной группе указывает на возможность и необходимость внедрения программы создания педагогических условий профилактики виртуальной зависимости старшеклассниковв работу психологической службы учебных заведений.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

 В ходе анализа психолого-педагогической литературы по проблеме виртуальной зависимости было выявлено, что в этой проблеме существует два аспекта. С одной стороны, виртуальной зависимость приводит к проблемам в развитии: возникают трудности в общении, у игроков сужается кругозор, возникают проблемы обучении, и т.п. С другой стороны, есть основания говорить о том, что люди, приобретающие виртуальной зависимость, имеют специфические особенности психического и личностного развития. Эта специфика развития может рассматриваться как предпосылка, приводящая к виртуальной зависимости.

Определены основные типы поведения старших школьников в сети Интернет: обсессивно-поисковый тип (направленный на поиск новой информации, без стремления получить результат); компенсаторный тип (направленный на компенсацию потребности в общении); эмоционально-зависимый тип (ориентирован на пребывание в сети Интернет для поддержания желаемого уровня психической активности и регуляции эмоционального состояния); коммуникативный тип (направлен на расширение общения как необходимое условие ускорения реальной коммуникации); киберсексуальный тип (обусловленный поиском в Интернете сексуальной информации).

На основе анализа психолого-педагогической литературы было выявлено, что основные факторы виртуально-зависимого поведения делятся на: психологические (безграничная возможность создавать новые образы собственного «Я» и вербализации представлений и фантазий, нарушение психофизиологического состояния, возможна угроза возникновения психических расстройств и суицидального поведения); социально-психологические (мощное расширение границ общения личности; легкость нахождения единомышленников и эмоционально близких людей, удовлетворение потребности в принадлежности к социальной группе и признание; возможность отойти от реальности); социальные (существование современного человека в информационно насыщенной среде: агрессивность подачи информации в СМИ, появление новых средств воздействия на сознание, ослабление важнейших социокультурных институтов, отсутствие реально действующих социальных программ психогигиены и психопрофилактики).

Показатели, констатируют наличие виртуально -зависимого поведения, выделяются в клиническом, психологическом и социально-психологическом аспектах. На основе их изучения предложены следующие критерии виртуальной зависимости: доминантность, толерантность, компульсивность, синдром «отмены», социальная дезадаптация.

Виртуальная зависимость представляет собой личностную характеристику как совокупность когнитивных, эмоциональных и физиологических нарушений, которые проявляются в поведении, указывая на то, что у индивида отсутствует контроль над использованием компьютера и Интернета, он не в состоянии прекратить этот процесс, продолжает значительное время находиться в виртуально-информационной среде, несмотря на негативные последствия.

Цель исследования в основном достигнута, на основе результатов диагностики виртуальной зависимости у старших школьников разработана программа психолого-педагогической помощи старшеклассникам с данным видом аддикции и выявлены условия её эффективной реализации. В работе нашла своё подтверждение гипотеза, согласно которой психолого-педагогическая помощь подросткам на начальных этапах развития виртуальной зависимости будет эффективна, если в процессе ее реализации осуществляется комплексная программа, направленная на преодоление (коррекции) виртуальной зависимости старшеклассников, формирование конструктивных ресурсов и моделей здорового преодолевающего поведения в стрессогенных ситуациях; формирование самоконтроля за своим поведением в виртуальном мире.

Эмпирическое исследование выявило, что высокий уровень виртуальной зависимости в юношеском возрасте коррелирует с такими индивидуально-психологическими особенностями, как: заниженная самооценка; субъективное ощущение одиночества; наличие депрессивного состояния; снижение организаторских и коммуникативных способностей а также появление социальной дезадаптации. Микросоциальные факторы высокого уровня виртуальной зависимости связаны с нарушениями межличностного взаимодействия с родителями, сверстниками. Стимулами, которые провоцируют погружение старшеклассников в мир виртуальных событий, является: невозможность удовлетворения основных потребностей молодого человека в признании, уважении, любви со стороны близкого окружения; запрет желаемого, препятствия на пути достижения цели; обиды, обман; неумение или нежелание отвечать за свои слова, действия, поступки в реальной жизни.

Таким образом, задачи исследования решены следующим образом: были раскрыты теоретические основы исследования проблемы виртуальной зависимости у старшеклассников в психолого-педагогической литературе; выявлены возможности психолого-педагогической помощи старшеклассникам в преодолении виртуальной зависимости; изучены особенности учащихся старших классов с виртуальной зависимостью.

 Исходя из этого, гипотеза, согласно которой профилактика виртуальной зависимости старшихшкольников в образовательном процессе будет эффективна при соблюдении следующих педагогических условий: обеспечение информационной безопасности школьников путем реализации информационной потребности обучающихся в духовно-ценной информации в образовательном процессе; формирование культуры пользователей в виртуальной среде в урочной и внеурочной деятельности; взаимодействие старшеклассников, педагогов, родителей в социокультурной деятельности, направленной на предупреждение негативных направленностей развития личности подтвердилась.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. .Алтухов Н. И., Галкин, К. Ю. Зависимость от компьютерной виртуальной реальности // Независимый психиатрический журнал. – 2014. – №3. – С. 285-289.
2. Акопов А. Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности. – 2-е изд. – СПб.: Речь, 2009. – 230 с.
3. Боярова К. В. Кибер-аддикция: еще один вид зависимости // Вестник Харьковского Национального Университета. – Харьков: Психология, 2006. –с. 41-46.
4. Венгер А. Л. Индивидуальные особенности психического развития и практические задачи психологии развития. – 2-е изд. – М.: АСТ, 2011. – 320 с.
5. Войскунский А. Е. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции // Тезисы докладов 2-й Российской конференции по экологической психологии. – М.: Экопсицентр РОСС, 2011. – С. 252-257.
6. Выготский Л. С. Диагностика развития и педологическая клиника трудного детства. – 3-е изд. – М.: Педагогика, 1983. – 273 с.
7. Григорьев С. Г., Мильчакова, В. А., Рыбалтович, Д. Г. Анализ анкетирования интернет-пользователей, имеющих опыт on-line-игры // Вестник психотерапии. – 2012. – №46. – С. 68-81.
8. Денисов A. A. Особенности ценностных ориентаций пользователей онлайн-игр Электронный ресурс // Медицинская психология в России. – 2011. – №6. – С. 36-44.
9. Ермоленко, А. В. Компьютерная зависимость как феномен отклонения в когнитивном развитии личности // Психология. – 2011. – №2. – С. 22-26.
10. Жичкина Е. А. Интернет-зависимость // Научно-популярный журнал «Ломоносов». – 2009. – №7. – С. 17-25.
11. Жичкина А. Е. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета // Труды по социологии образования. – 2011. – №5. – С. 102-111.
12. Изард К. Эмоции человека. – 5-е изд. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981.– 440 с.
13. Иванов, М. С. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера // Психологический журнал. – 2013. – №2. – С. 11-16.
14. Кочина М. Л., Подригало, Л. В., Яворский, А. В. и др. Компьютерные игры и их возможное влияние на здоровье детей и подростков // Компьютерные игры. – 2011. – №9. – С. 111-117.
15. Коптелова Н. И. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков // Молодой ученый. – 2014. – №20. – С. 547-549.
16. Коптелова Н.И., Попов, В.А. Социально-педагогическая профилактика компьютерной зависимости у подростков в общеобразовательных учреждениях // Молодой ученый. – 2015. – №24. – С. 970-973.
17. Ковтун Е. В. Азарт в Стране Советов. – М.: Олимп-Бизнес, 2012. – 312 с.
18. Крайг Г. Психология развития. – 3-е изд. – СП.: Питер Ком, 2010. – 416 с.
19. Краснова С. В., Казарян Н. Р., Тундалева В. С., Быковска Е. В., Чапова М. О. Как справиться с компьютерной зависимостью//М.:Бис-прант,2005г.с.45.
20. Ларионова С. Ю. Интернет-зависимость у подростков // Психологическое образование в России. – 2013. – №2. – С. 241-247.
21. Малыгина М. А. О причинах компьютерной онлайн-зависимости. – 2-е изд. – М.: Авант, 2011. – 170 с.
22. Марьина О. В. Профилактика интернет-зависимости молодежи - путь преодоления виртуальных девиаций // Педагогика: традиции и инновации: материалы междунар. науч. конф. – Челябинск: 2015. – С. 17-22.
23. Пережогин Л. О. Интернет – аддикция в подростковой среде // Психологический журнал. – 2009. – №9. – С. 145-151.
24. Солдатова Г. О. Пойманные одной сетью. Социально-психологическое исследование представлений детей и взрослых об Интернете. – 3-е изд. – М.: ФРИ, 2012. – 320 с.
25. Трафимчик Ж. И. Интегративный подход к проблемам Я-концепции личности с игровой компьютерной зависимостью // Психология. – 2011. – №4. – С. 24-28.
26. Тучкин И. Е. Патохарактерологические исследования подростков. -3-е изд. – М.: Ленинград, 2009. – 308 с.
27. Тришина А. В. Психологические факторы возникновения и преодоления игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / А.В. Гришина. – Нижний Новгород, 2011. – 196 с.
28. Уткина Т. А. Личностная сфера подростков, склонных к развитию компьютерной зависимости : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Т.А. Уткина. Московский городской психолого-педагогический университет]. – Москва, 2013. – 136 с.
29. Федоров А. Ф. Проблемы игровой компьютерной интернет-зависимости у подростков // Молодой ученый. – 2013. – №5. – С. 785-789.
30. Цой Н. А. Низкий самоконтроль как один из детерминирующих социальных факторов феномена интернет-зависимости // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2013. – №4. – С. 72-85.
31. Шайдулина А. Ф. Интернет-зависимость – новая форма аддиктивного поведения подростков // Вопросы психологии. – 2011. – №4. –с. 79-87.
32. Щелина С. О., Любаев, А. В. Изучение феномена интернет-зависимости у подростков с девиантным поведением в условиях СОШ // Теория и практика психолого-социальной работы в современном обществе. Материалы международной заочной научно-практической конференции. – Арзамас: Арзамасский филиал ННГУ, 2015. – С. 280-285.
33. Щелина Т. Т., Любаев, А. В. Психологическая характеристика подростков с зависимостью от онлайн-игр // Профилактическая и коррекционная работа с детьми «группы риска»: опыт, проблемы и перспективы Материалы Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием. – Арзамас: Арзамасский филиал ННГУ, 2016. – С. 330-338.
34. Эриксон Э. Г. Детство и общество. – 3-е изд. – СПб.: Летний сад, 2009. – 416 с.
35. Янг К. C. Диагноз – Интернет-зависимость // Мир Интернет. – 2000.– №2. – С. 24-29.
36. Янг К. С. Пойманные сетью. – 2-е изд. – Нью-Йорк: Нью-Йорк Таймс, 2001. – 255 с.
37. Онлайн-игры // Вяземский городской портал. URL: http://vyazma-market.ru/action/news/nid/463/ (дата обращения: 20.03.2018).