

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«АКАДЕМИЯ СОЦИАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ»

Факультет профессиональной переподготовки

Кафедра комплексной безопасности и физической культуры

Итоговая аттестационная работа

по программе профессиональной переподготовки «Содержание и методика
преподавания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Сухарева Виталия Сергеевича

Профилактика негативного влияния сети «Интернет» на детей и подростков

Москва, 2020 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ИНТЕРНЕТА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ, МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ, ПРАКТИКА	
1.1 ИСТОРИЯ ВОПРОСА.....	6
1.2 ПОНЯТИЕ И КРИТЕРИИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.....	7
1.3 ИССЛЕДОВАНИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.....	10
1.4 АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ НА ФЕНОМЕНЫ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.....	11
1.5 ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.....	14
ГЛАВА II. ВЛИЯНИЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА	
2.1 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА.....	19
2.2 ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТА У ПОДРОСТКОВ.....	20
2.3 ВЛИЯНИЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ НА ЛИЧНОСТЬ ПОДРОСТКА.....	22
2.4 ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В МБОУ «Гимназия №17» г.о. Королев Московской области. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ ИХ В СФЕРЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	28
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	40
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	43

ВВЕДЕНИЕ

Компьютерные сети, как вид телекоммуникации - принципиально новый пласт социальной реальности. Наиболее широкое распространение, в наше время, получила компьютерная сеть Интернет, так же известная под названием "Всемирная паутина". Больше не нужно ходить в кинотеатр, на концерт любимой группы, засиживаться в библиотеке, утруждать себя походами по магазинам, всю необходимую Вам информацию Вы можете получить, не отходя от экрана Вашего монитора. Появился новый вид психологического расстройства - Интернет — зависимость. Современные дети все реже играют на улице и все чаще «сидят» в Интернете. Преодолеть зависимость от гаджетов сложно, но есть способы, помогающие ее избежать. Грамотное использование информации из всемирной сети может оказать положительное влияние на развитие детей. Но несмотря на то, что сейчас существует большое количество образовательных и развивающих web-программ, интернет становится серьезной проблемой — источником зависимости и нарушения в поведении.

В данной итоговой аттестационной работе изучается проблема интернет-зависимости и ее негативного влияния на детей и подростков, так как этот возраст наиболее подвержен различным отклонениям в поведении.

Актуальность исследования психологических последствий Интернет-зависимости в подростковом возрасте определяется, во-первых, постоянным увеличением числа подростков и юношей - пользователей Интернета (около 40% в настоящее время); во-вторых, тем, что чрезмерное пристрастие к интернету разрушающе действует на ребенка, вызывает отрицательное воздействие на психику; в-третьих, отсутствием глубоких исследований в этой области в силу относительной новизны феномена Интернет-зависимости, который до настоящего времени в русскоязычной литературе практически не рассматривался. Чрезвычайно мало работ посвящено проблеме Интернет-зависимости в подростковой среде. И это еще одна причина, по которой

психологическое изучение негативной стороны опосредствованной Интернетом деятельности является актуальной и перспективной областью в исследовательской деятельности.

Цель исследования: изучить психологические аспекты влияния Интернет-зависимости на личность подростка.

В связи с этим можно поставить **следующие задачи:**

1. Выяснить степень разработанности проблемы в литературе.
2. Теоретически исследовать психологические характеристики Интернет-зависимости детей и подростков.
3. Выявить значение связи Интернет-зависимости с психологическими свойствами личности подростка. Рассмотреть влияние Интернет-зависимости на личность подростка.

Объект: Интернет-зависимость в подростковом возрасте.

Предмет: Влияние Интернет-зависимости на личность подростка.

Гипотеза исследования: Интернет-зависимость способствует негативному преобразованию личности подростка, так как в этом возрасте в относительно короткий промежуток времени происходят кардинальные сдвиги в формировании личности.

Методы исследования:

1. Изучение литературы по теме исследования.
2. Теоретический анализ психологических исследований, проведенных по данной проблеме.

Теоретические положения нашего исследования базируются на представлениях Голдберга А., Войскунского А.Е., Жичкиной А.Е., Егорова А.Ю., Короленко Ц.П., Янг К. и других специалистов, о таких последствиях применения компьютерных технологий, как Интернет-зависимость у детей и подростков. В качестве источников были также использованы электронные сайты и средства массовой информации, посвященные данной проблеме.

Научная новизна исследования определяется недостаточной разработанностью в социально-психологической литературе данной проблемы.

Практическая значимость заключается в том, что результаты исследования могут быть полезны школьным психологам в рамках психологического консультирования пользователей сети Интернет и для профилактики Интернет-зависимости в подростковом возрасте.

Положения: Выявление вредного влияния компьютера на организм подростка; привлечение пользователя к изучению имеющуюся литературу по данному вопросу, вовлечение учащихся при использовании интернет - ресурсов.

ГЛАВА I. ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ИНТЕРНЕТА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ, МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ, ПРАКТИКА

1.1 ИСТОРИЯ ВОПРОСА.

Термин "Интернет-зависимость" еще в 1996 году предложил доктор Айвен Голдберг для описания неоправданно долгого, возможно патологического, пребывания в Интернете.

Родоначальниками психологического изучения феноменов зависимости от Интернета и оказания ею негативного влияния на людей (в частности на детей и подростков) могут считаться два американца: клинический психолог К. Янг и психиатр А. Голдберг. Голдберг в 1995 г. предложил набор диагностических критериев для определения зависимости от Интернета. В 1997-1999 гг. были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические веб-службы по данной проблематике. В 1998-1999 гг. К. Янг, Д. Гринфилд и К. Сурратт опубликовали первые монографии. К концу 1998 г, Интернет-аддикция оказалась фактически легализована - не как клиническое направление в узком смысле слова, но как отрасль исследований и сфера оказания людям, и в особенности подросткам, практической психологической помощи .

В настоящее время активно рассматриваются современные проблемы психологии зависимости (или аддиктологии), связанные с попытками выделения так называемых поведенческих форм зависимостей (аддикций). Анализ ведется на материале активно обсуждаемой в настоящее время и в то же время проблематичной зависимости от Интернета и оказания негативного влияния. Фактически ставится вопрос о многообразии способов "ухода" из

реальной жизни путем изменения состояния сознания, а также черпания и усваивания, в большинстве случаев, негативной Интернет информации.

Среди отечественных специалистов последовательно отстаивает самодостаточность психологических форм зависимостей (аддикций) Ц.П. Короленко. "Элементы аддиктивного поведения, - пишет он вместе с Н.В. Дмитриевой, - свойственны любому человеку, уходящему от реальности путем изменения своего психического состояния. Проблема аддикций начинается тогда, когда стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния, начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей, вторгающейся в жизнь, приводя к отрыву от реальности".

Итак, все активнее пробивает себе дорогу точка зрения, согласно которой традиционно относимым к Интернет-аддикции феноменам могут быть даны альтернативные объяснения. Интересам ряда психологов отвечает борьба за признание соответствующих феноменов разновидностью психологической зависимости. Для начала ставится задача включить данную аддикцию в пятое пересмотренное издание Международной классификации болезней DSM.

1.2. ПОНЯТИЕ И КРИТЕРИИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

В самом общем виде Интернет-зависимость у детей и подростков определяется как "нехимическая зависимость от пользования Интернетом". В некоторых психологических словарях Интернет-зависимость определяют как, психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета.

Как мы видим, терминология проблемы Интернет-зависимости у детей и подростков еще не вполне устоялась. Применяются наименования "зависимость от Интернета", или "Интернет-аддикция", а также "избыточное/патологическое применение Интернета". При обилии

наименований специалисты достаточно едины в определении поведенческих характеристик детей и подростков, которые могли бы быть отнесены к этому феномену (или синдрому).

Так, отмечаются неспособность и активное нежелание современных детей и подростков отвлечься даже на короткое время от нахождения (игры, просмотра и т.д.) в Интернете; досада и раздражение, возникающие при вынужденных отвлечениях; стремление проводить за «зависанием» в Интернете все увеличивающиеся отрезки времени; побуждение тратить на обеспечение потребностей в Интернете все больше денег (в частности попрошайничество у родителей, обман); готовность лгать друзьям и членам семьи, преуменьшая длительность работы в Интернете; способность и склонность забывать при нахождении в Интернете о домашних обязанностях, учебе, важных личных и деловых встречах и т.д.; стремление и способность освободиться на время работы в Интернете от ранее возникнувших чувств вины или беспомощности, от состояний тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории; нежелание принимать критику подобного образа жизни; готовность мириться с ухудшающимися отношениями внутри семьи, потерей друзей; пренебрежение собственным здоровьем и, в частности, резкое сокращение длительности сна; избегание физической активности; пренебрежение личной гигиеной; постоянное "забывание" о еде; злоупотребление кофе и другими тонизирующими средствами.

Исследователи приводят различные критерии Интернет-зависимости у детей и подростков.

Кимберли Янг приводит следующие четыре симптома:

1. навязчивое желание проверить e-mail (личный аккаунт и т.д.);
2. постоянное ожидание следующего выхода в Интернет;
3. жалобы окружающих на то, что ребенок или подросток проводит слишком много времени в Интернет;

4. жалобы окружающих на то, что ребенок или подросток тратит слишком много денег на Интернет.

Более развернутую систему критериев приводит И. Голдберг. По его мнению, можно констатировать Интернет-зависимость детей и подростков при наличии 3 или более пунктов из предложенных им.

Общие чертами компьютерной зависимости у детей и подростков является характерный ряд психологических и физических симптомов, тесно связанных между собой:

Психологические симптомы:

1. хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
2. невозможность остановиться;
3. увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
4. пренебрежение семьей и друзьями;
5. ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером;
6. ложь окружающим или членам семьи о своей деятельности;
7. проблемы с учебой и досугом.

Физические симптомы:

1. синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц);
2. сухость в глазах;
3. головные боли по типу мигрени;
4. боли в спине;
5. нерегулярное питание, пропуск приемов пищи;
6. пренебрежение личной гигиеной;
7. расстройства сна, изменение режима сна.

Признанный авторитет в этой области К. Янг из Питсбургского университета выделяет пять основных категорий этой зависимости у детей и подростков:

1. Киберсексуальная - Зависимость от интерактивных комнат общения для "взрослых" или от киберпорнографии (в основном лица от 14 лет в период полового созревания).
2. Киберотношения -Зависимость от дружеских отношений, завязанных в комнатах общения, интерактивных играх и конференциях, которая заменяет реальных друзей и семью.
3. Чрезмерная сетевая вовлеченность - Включает в себя вовлечение в азартные сетевые игры, зависимость от интерактивных аукционов и навязчивое состояние торговли через сеть.
4. Информационная перегрузка - Чрезмерная вовлеченность в посещение вебсайтов и поиск по базам данных.
5. Компьютерная (игровая) зависимость -Навязчивые состояния в компьютерных играх или в программировании среди детей и подростков.

1.3. ИССЛЕДОВАНИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

Значительное место в исследовательской практике специалистов, разрабатывающих проблематику зависимости от Интернета детей и подростков, занимают качественные методы. Вплоть до настоящего времени большая часть исследований методически построена как интервью, массовые сетевые опросы и групповые обсуждения с участием испытуемых, которые ощутили психологический дискомфорт. Контрольные группы, как правило, не формируются, клинические интервью не практикуются. Методические погрешности проведенных в этой области исследований неоднократно критиковались. Лишь в последнее время появились немногочисленные пока что лабораторные и клинические исследования, которым, разумеется, недостает присущей сетевым опросам массовости. Практикуется также публикация материалов, содержащих анализ случаев или включенного наблюдения за деятельностью аддиктов - например, в ходе сетевой игры. Следует отметить

также рост числа количественных (прежде всего корреляционных и факторных) исследований.

Могут быть выделены следующие направления исследований зависимости от Интернета детей и подростков: анализ проявлений феноменов зависимости в конкретных видах опосредствованной применением Интернета деятельности, стадии развития и модели Интернет-аддикции у детей и подростков; выявление возможных корреляций и/или каузальных связей данного феномена с другими психологическими параметрами или симптомами заболеваний.

1.4. Альтернативные точки зрения на феномены зависимости от интернета детей и подростков.

Состояние проблемы можно рассмотреть в контексте Научного симпозиума "Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития", который был проведен 10 июня 2009 года. Он прошел в рамках одноименного совместного проекта факультета психологии МГУ, Фонда Развития Интернет и Общероссийской общественной организации "Лига здоровья нации". Научный руководитель проекта - А.Е. Войскунский (факультет психологии МГУ). Заявленной целью симпозиума было обсуждение таких проблем, как формирование и стадийное развитие феноменологии Интернет-зависимости у детей, подростков и взрослых; правомерность отнесения соответствующих феноменов к разряду психологических зависимостей; выявление соответствующей феноменологии и рекомендации по терапии.

В рамках симпозиума свои точки зрения по заявленной проблеме высказали зарубежные и отечественные специалисты. Симпозиум открыл декан факультета психологии МГУ Ю.П. Зинченко. Он отметил значимость психологических исследований применения Интернета для общества, кратко

остановился на характеристике раннего этапа изучения Интернет-зависимости и раскрыл перспективы таких исследований.

Далее озвучили свои взгляды по данной проблеме следующие зарубежные специалисты: проведшая первые в мире исследования в данной области, автор переведенной на шесть языков книги "Пойманные в сеть" К. Янг (США); пионер киберпсихологических исследований Дж. Сулер (США); также пионер исследований и консультативной работы в этой области Дж. Грохол (США), который отказывается квалифицировать Интернет-зависимость в качестве самостоятельного вида зависимости; С. Стерн (США), который также полагает, что применение Интернета обогащает людей; М. Гриффитс (Великобритания), по мнению которого, лишь немногие аддикты демонстрируют зависимость от собственно Интернета, для большинства же Интернет - не более чем орудие; Дж. Морэйхан-Мартин (США) останавливается на терминологии, различая Интернет-аддикцию, зависимость от Интернета, излишнее применение Интернета, а также компульсивное, патологическое, проблематичное, разрушительное применение Интернета; в этом ей вторит М. Фенишел (США), который, кроме того, подробно анализирует возможные сходства и различия между традиционными зависимостями и Интернет-зависимостью.

Большинство зарубежных специалистов полагают, что если можно говорить об Интернет-зависимости детей и подростков, то она характерна для весьма небольшого числа современных детей и подростков; тем самым они не подтверждают мнения, согласно которым подобный вид зависимости характерен для многих миллионов юных пользователей.

Директор Департамента Министерства связи и массовых коммуникаций РФ О.В. Чутов сообщил о министерской политике поддержки инициатив общественных организаций по обеспечению защиты Интернет-пространства от нелегального, противоправного и негативного контента.

Г.В. Солдатова (ф-т психологии МГУ) сообщила предварительные итоги массового исследования российских школьников, согласно которым Интернет превратился в основной информационный источник для детей.

Далее выступали: А.Е. Войскунский (МГУ); В.Д. Менделевич (Казань), который в докладе о психопатологии девиантного поведения в Интернетепроанализировал Интернет-зависимость в ряду других зависимостей; К.С. Лисецкий (Самара) различает "растворенность" в Интернете (недооценка времени в Интернете, переоценка значимости и объема произведенного с его помощью продукта, в Я-концепции сформирована подструктура "Я превосходящий") и "нерастворенность" (переоценка времени в Интернете, адекватная оценка значимости и объема произведенного посредством Интернета продукта); С.Н. Ениколопов (Москва) раскрыл связь между применением Интернета и проявлениями агрессивных и враждебных действий; Ю.М. Кузнецова и Н.В. Чудова (Москва) сопоставили Интернет-зависимость с длительностью применения Интернета и с психологическими особенностями пользователей, включая идентичность, личностное развитие, различие между образами Я и Другого, эмоциональную сферу, самосознание и др.; М.С. Радионова и Т.С. Спиркина (Москва) выявили, что склонные к Интернет-зависимости люди социально и эмоционально дезадаптированы, фрустрированы, используют неадекватные копинг-стратегии.

Доклады Р.Ф. Теперик (Москва), В.Л. Малыгиной, Н.С. Хомерики и Е.А. Смирновой (Москва) были посвящены факторам, способствующим формированию Интернет-зависимости у подростков.

Участниками было высказано предложение о создании Национального Комитета по нехимическим аддикциям (включая Интернет-зависимость) со следующими задачами: участие в разработке законодательных актов, препятствующих распространению данных патологических форм поведения, создание профилактических программ и т.д.

Таким образом можно сделать вывод, что в настоящее время одни специалисты по психическому здоровью отказываются признать новый вид зависимости у детей и подростков, который еще не зафиксирован в официальных справочниках, другие - их обычно именуют "киберпсихологами" - выделяют признаки Интернет-зависимости у современных детей и подростков, оказывают помощь клиентам-аддиктам, ведут консультативную и профилактическую работу.

1.5. ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

Если сравнивать Интернет-зависимость детей и подростков с другими видами зависимостей нашей жизнедеятельности, то можно обнаружить достаточное число общих черт. Большинство терапевтов сошлись во мнении, что не Интернет делает человека зависимым, а человек, склонный к зависимости, находит деятельность, которая и становится объектом зависимости. Ряд авторов считает, что существует так называемый зависимый тип личности и подростки, имеющие такие черты, попадают в группу риска. Этими чертами являются крайняя несамостоятельность, не умение отказать, сказать "нет" из-за страха быть отвергнутым другими людьми, ранимость критикой или неодобрением, не желание брать на себя ответственность и принимать решения, и как следствие сильное подчинение значимым людям; все это характеризует пассивную жизненную позицию, когда подросток отказывается первым вступить в контакт с окружающими и самостоятельно принимать решения.

По статистике, к кибер-зависимости склонны дети и подростки с двумя типа дезориентации: социальной и сексуальной.

Социальная дезориентация выражается в низкой самооценке, в избегании проблем и ответственности, в попытках отвлечься от какой-либо

другой зависимости. Также социальная дезадаптация характеризуется узким кругом общения, не умением высказать, поделиться своими переживаниями, не достатком близких отношений, импульсивностью, не умением спланировать свое время, добиваться поставленных целей и хорошо планировать свою деятельность. Эти люди, часто отказываются от ранее намеченных целей и как следствие пребывают в состоянии депрессии. Кроме того, для зависимого типа личности свойственны страх одиночества.

Сексуально дезориентированные интернет-зависимые - это вообще новый тип человека (в частности часто встречающихся среди подростков), достойный отдельного описания. По статистике, каждый пятый пользователь так или иначе вовлечён в сексуальную онлайн-активность. Драматизм данного вида зависимости для подростков заключается в том, что он наступает в переходном возрасте, в момент полового созревания, и тогда у подростка формируется асоциальное представление о сексе. Для понимания, что делает киберсекс зависимостью, К. Янг предлагает следующую модель: доступность - контроль - возбуждение, которые являются тремя базовыми причинами этой зависимости. Распознать появление у человека киберсексуальной зависимости поможет выявление ранних признаков.

Интернет удовлетворяет многие сознательные и подсознательные потребности пользователей. Он содержит все, чем может быть увлечен пользователь. И это основная причина, объясняющая пристрастие к Интернету, особенно среди детей и подростков. Согласно данным последних исследований уход в мир фантазий стал одной из распространенных стратегий поведения современной молодежи в трудных жизненных ситуациях. Уже существуют концепции, согласно которым "алкоголем" постиндустриальной эпохи были наркотики, а в информационную им станут компьютерные игры.

Подводя итоги, ответим на вопрос, так что же делает Интернет притягательным к детям и подросткам в качестве средства "ухода" от реальности? Это:

- 1) возможность анонимного общения;
- 2) возможность для реализации представлений, фантазий с обратной связью (в том числе возможность создавать новые образы "Я"; вербализация представлений и/или фантазий, не возможных для реализации в обычном мире, например, киберсекс, ролевые игры в чатах и т.д.);
- 3) чрезвычайно широкая возможность поиска нового собеседника, удовлетворяющего практически любым;
- 4) неограниченный доступ к информации.

Выводы по ГЛАВЕ I.

Таким образом, по результатам рассмотрения вопросов 1 главы, можно сделать следующие выводы:

1. Обсуждение феномена Интернет-зависимости (в т.ч. детей и подростков) началось не так давно: в 1994 г.К. Янг. Термин "интернет-зависимость" в 1996 году предложил доктор Айвен Голдберг. В настоящее время интенсивно обсуждается и исследуется феномен "зависимости от Интернета" среди детей и подростков, или Интернет-аддикции. В самом общем виде Интернет-зависимость определяется как "нехимическая зависимость от пользования Интернетом". Вопрос о самом существовании заболевания, именуемого зависимостью от Интернета детей и подростков, остается нерешенным, и изучение этого феномена нуждается в дальнейшем изучении.

2. Компьютерные технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание ребенка. Психиатрия уже признала факт зомбирующей и отупляющей роли интернета. По мнению ряда исследователей, негативное влияние Интернета находится в прямой пропорции от личности юного пользователя. Благодаря общению в Интернете дети и подростки, склонные к созданию зависимостей, компенсируют свои потребности в общении и чувстве защищенности. Зачастую Интернет - зависимость - это следствие

гиперкомпенсации внутриличностных проблем ребенка и подростка. Специалисты утверждают, что дети, "подсевшие" на интернет, в действительности очень часто одиноки или испытывают проблемы в общении. Кимберли Янг выяснила, что большая часть Интернет-зависимых (91 %) пользуется сервисами Интернет, связанными с общением. Другую часть зависимых привлекают информационные сервисы сети.

3. По данным исследований, количество молодежи в Интернете растет быстрее, чем количество представителей других возрастных групп, что является очень большой проблемой для современного общества.

4. В качестве причин, способствующих формированию Интернет-зависимости у детей и подростков, различные авторы выделяют анонимность, доступность, невидимость, множественность, безопасность, простоту использования.

ГЛАВА II. ВЛИЯНИЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

Сегодня человечество столкнулось с проблемой последствий связи "компьютер-психика ребенка". В данный момент уже не вызывает сомнений тот факт, что воздействие, которое Интернет может оказать на личность ребенка или подростка, является глубоким и системным. А.Е. Войскунский с соавторами, подводя итог начальному этапу психологических исследований Интернета, указывает, что влияние на личностное развитие информационных технологий не может быть однозначно квалифицировано как положительное или отрицательное: наряду с негативными трансформациями личности при, так называемой, Интернет-аддикции, существует возможность позитивного развития отдельных способностей. Да, в цепочке "подросток - компьютер - интернет" возможно два варианта развития их взаимосвязи: "положительный" и "отрицательный". Во втором случае при частом использовании компьютера и интернета возникают психологические проявления интернет-зависимости, которая выражается в большом количестве проблем поведения и контроля над влечениями, и в итоге к изменению личности в целом.

В связи с поставленной задачей постараемся систематизировать и обобщить немногочисленные данные о трансформирующем влиянии зависимости от Интернета на личность детей и подростков, а также постараемся ответить на вопрос, почему именно подростки оказываются на сегодняшний день в основной группе риска формирования новой формы аддиктивного поведения (количество интернет-зависимых подростков в разных странах колеблется от 1,4% до 17,9%).

2.1. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА.

Подросток - это развивающаяся личность, ищущая ответы на жизненно-необходимые для него вопросы: "Кто я?", "Зачем я?", "Для кого я?" и "Каков я?". В подростковом возрасте индивид выходит на качественно новую социальную позицию, в это время формируется его сознательное отношение к себе как к члену общества. Следовательно, от того, как протекает социальная ориентация в этот период, зависит очень многое в формировании социальных установок человека.

Для каждого возрастного периода характерен ведущий тип деятельности, и именно он оказывает существенное влияние на формирование определенной иерархии мотивов, на развитие процесса целеполагания. Для подросткового возраста характерна деятельность, направленная на усвоение норм взаимоотношений, в большей степени со сверстниками. Эта сторона жизни индивида получает выражение в общественно полезной деятельности, отвечающей мотивационно-потребностной сфере личности подростка, реализуется его потребность в самоопределении, в самовыражении, в признании взрослыми его активности. В этот период онтогенеза складываются наиболее благоприятные условия для проявления и закрепления общественной сущности человека.

Подростковый возраст относится к критическому периоду психического развития. Остро протекающий психический перелом обуславливает его исключительную сложность и противоречивость. В возрастной физиологии критические периоды рассматриваются с точки зрения возможности нарушения нормального хода развития, а в психологии этим термином обозначается чувствительность ребенка к формированию воздействий. В отличие от стабильных, критические периоды являются поворотными пунктами развития, когда в относительно короткий промежуток времени происходят кардинальные сдвиги в формировании личности. Известно, что важнейшим психологическим

новообразованием данного возраста является становление самосознания. Важным признаком, характеризующим самосознание подростка, считается чувство взрослости. Таким образом, подросток ставит себя в ситуацию взрослого в системе реальных отношений.

Итак, психологические особенности возраста определяются комплексом обстоятельств, прежде всего общественными условиями и образом жизни подростка, воспитанием и характером его практической деятельности. В этот период происходит поиск новой деятельности. И от того, какая деятельность станет ведущей в жизни подростка, зависит становление его личности.

2.2. ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТА У ПОДРОСТКОВ.

Как известно, любая деятельность направлена на удовлетворение потребностей. Спектр базовых потребностей современного подростка достаточно широк. Помимо жизненно необходимых (физиологических и безопасности), среди них важное место занимают социальные потребности (общения, любви, признания) и потребности, связанные с развитием личности (познания, понимания, самореализации).

Исследование "Фонда Развития Интернет", проведенное Г.В. Солдатовой, О.С. Гостимской, Е.Ю. Кропалевой позволило определить круг потребностей, которые подростки удовлетворяют с помощью Интернета. Среди них: потребность в автономии и самостоятельности (в процессе социализации эта потребность предполагает, в первую очередь, стремление к независимости от родителей); потребность в самореализации и признании; потребность в признании и познании; удовлетворение социальной потребности в общении, в принадлежности к группе по интересам, в любви; потребность в обладании; познавательную потребность, также владение новыми знаниями способствует достижению признания со стороны сверстников и самореализации. В

результате использования Интернета возникает ощущение полного контроля и владения ситуацией, что удовлетворяет потребность в безопасности - одну из базовых в системе потребностей человека.

Будет не лишним повторить простые и хорошо известные аспекты взросления, чтобы лучше понять, почему подростки проводят свое время в таком странном и необычном месте, как киберпространство.

Идентификация. Подростки пытаются определиться со своим местом в окружающем мире. Они задают себе "общемировые" вопросы: Кто Я? Зачем я живу? Это вопросы, ответы на которые очень трудно дать и некоторые могут быть найдены в киберпространстве.

Интимность и принадлежность. В процессе взросления человек знакомится с различными аспектами интимных отношений, в особенности с противоположным полом. Он ищет друзей и компании, где он мог бы испытать чувство принадлежности группе. Все эти отношения являются важной частью идентификации личности. Киберпространство предоставляет ему неисчислимо количество людей и групп, объединяющих своих членов по интересам, ценностям склонностям.

Сепарация от родителей и семьи. Поиски подростками своего места в жизни и выстраивание отношений с другими людьми идут рука об руку с желанием отделиться от родителей. Подросток хочет быть независимым и делать то, что он хочет. Но в то же время он не хочет полностью отделяться от родителей. И тут Интернет предоставляет уникальную возможность. Хочешь знакомиться с новыми людьми, делать захватывающие вещи, открывать мир? Хочешь остаться дома с родителями? Интернет позволяет тебе это делать одновременно.

Известно, что психология подросткового возраста тесно связана с проблемой "отцов и детей". По результатам исследований Р.Ф. Теперик в семьях подростков, характеризующихся патологической зависимостью от компьютерных игр, выявлена специфика семейных коммуникаций: матери

проявляют черты либо гипер-, либо гипопротекции, для отношений с отцом характерна эмоциональная дистанция, наблюдаются феномены созависимости и патологические поведенческие паттерны. Это способствовало возникновению у подростка ощущения изолированности, и в дальнейшем приводило к проблемам адаптации в коллективе сверстников.

Избавление от фрустрации. Подростковый возраст - это сложный и фрустрирующий период жизни, проходящий под давлением школы, семьи и друзей. Что делать подростку со своими переживаниями, особенно когда они усилены гормональной перестройкой организма? Ему нужно избавиться от фрустраций и он может попытаться это сделать в анонимном, свободном от ответственности киберпространстве.

Для В.Л. Малыгина, Н.С. Хомерики и Е.А. Смирновой факторы риска формирования Интернет-зависимости связаны со следующими личностными особенностями подростков: склонностью к поиску новых ощущений, агрессивностью и тревожностью, асоциальными копинг-стратегиями, эмоциональной отчужденностью, низкой коммуникативной компетентностью и др. Поэтому все подростки-пользователи пойманы одной сетью и находятся в одной группе риска.

2.3. Влияние Интернет-зависимости на личность подростка.

Интернет-зависимость детей и подростков способствует формированию целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, хронические депрессии, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, трудности адаптации в социуме, потеря способности контролировать время пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования интернетом. Используя Интернет, подросток вместо стремления "думать" и "учить" предпочитает "искать". Многие дети открыто признают, что очень часто посещают запрещенные

родителями сайты. При этом у них возникает иллюзия вседозволенности и безнаказанности. Это побуждает нарушать права человека, а иллюзия безнаказанности может оказаться ловушкой и иметь серьезные последствия в реальной жизни - происходит девальвация нравственности.

Интернет-аддикция почти единогласно признается негативным направлением трансформации личности, преобразования деятельности (ее мотивационных, целеобразующих и операциональных составляющих), опосредствованной взаимодействием с Интернетом.

Рассмотрим конкретные разновидности опосредствованной Интернетом деятельности, которые потенциально способны вести к глобальным личностным преобразованиям ребенка и подростка. Можно выделить три основных вида:

1. Познавательная - увлеченность познанием в сфере программирования и телекоммуникаций или, как крайний вариант, хакерство;
2. Игровая - увлеченность компьютерными играми и, в частности, играми посредством Интернета или, как крайний вариант, т. н. игровая наркомания;
3. Коммуникативная - увлечение сетевой коммуникацией или, как крайний вариант Интернет-аддикция, в том числе зависимость киберсексуальная.

Перечисленные последствия применения информационных технологий в виде глобальных преобразований личности молодого поколения лишь в незначительном объеме стали предметом фундаментальных исследований, в силу чего нижеследующий анализ носит характер постановки проблемы.

Хакерство.

Увлечение поиском информации и применением таких знаний характеризует личностную трансформацию, известную как хакерство. Чаще всего хакерами становятся в подростковом возрасте, возможно, компенсируя этим недостаточную развитость социальных навыков. О неразвитости у них

личностной и морально-правовой сферы говорят их запретные и прямо криминальные действия.

Посвященных данному феномену психологических исследований практически нет. Масс-медиа предлагают считать наиболее бросающимися в глаза психологическими особенностями хакеров - асоциальность, ограниченность интересов, фанатизм. Можно сказать, что хакерство можно рассматривать как негативное направление личностного развития подростка.

Деятельность хакеров подчиняется как познавательной мотивации, так и целому ряду других мотивов, среди которых корысть, стремление добиться признания своих способностей, выразить себя, получить от общества то, что оно задолжало и т.д. Исходя из этого, можно сделать вывод, что в своих крайних проявлениях хакерство является негативной личностной аномалией.

По мнению Дж. Маркофа и К. Хефнер (1996), хакеры - это, как правило, люди с какими-либо недостатками: упоминаются излишняя полнота, детство в неполной семье, знакомство с наркотиками, отсутствие полноценного общения со сверстниками и со взрослыми и т.д. Если это так, то может быть высказано предположение, согласно которому увлечение информационными технологиями и хакинг служат компенсацией своих недостатков. Расхожим местом стало убеждение о полной асоциальности хакеров: они одиноки и не понимают других, лишены эмпатийности в общении, не сопереживают своим собеседникам, не умеют завязывать контакты, а при реализации хакерских замыслов не отдают себе отчета в последствиях. Если это действительно так, то речь может идти о недостаточной выраженности потребности в общении; о несформированности коммуникативных навыков; об инфантилизме как неготовности понимать последствия своих поступков; о несформированности моральной сферы личности; об индивидуальной системе ценностей, расходящейся с общепринятой и т. п. Таким образом, данная деятельность

способствует формированию именно таких наклонностей у подростков, так как в этом возрасте они наиболее чувствительны к подобного рода влияниям.

Игровая деятельность

Игровая деятельность повсеместно признается крайне важным моментом развития как отдельного человека, так и человеческих сообществ. Тем не менее в увлечении компьютерными играми чаще всего склонны усматривать угрозу для развития личности, особенно если речь идет о подростках, у которых наблюдается зависимость от игр, когда заядлые игроки уходят от проблем реального мира с его сложностью и трудноразрешимыми проблемами. Существуют методики, с помощью которых можно определить, является ли увлечение Интернет-играми невинными или это уже зависимость.

Одной из наименее ясных проблем является принципиальная возможность переноса виртуального опыта в реальную жизнь. Например, когда игроки постепенно принимают на себя роль своего игрового персонажа. Опираясь на имеющиеся материалы, можно утверждать, что очевидные проявления переноса у игроков могут носить негативный (уход в иллюзорную виртуальность взамен активного преобразования реальности или адаптации к ней) характер. Например, попытка игроков идентифицировать себя с агрессивным персонажем может переноситься в реальный мир, в реальные отношения.

Особый интерес представляет собой такое явление, как "игры с идентичностью" или экспериментирование с самопрезентированием, опирающееся на фундаментальное свойство Интернета, задающее ситуацию безопасности - анонимность. Живя жизнью своего героя, игроки могут настолько включаться в виртуальную жизнь, что забывают о реальной. Это может вызвать зависимость или сказаться на здоровье и психическом состоянии: появляются бессонница, раздражительность, невнимательность,

повышенная утомляемость. Общаясь от лица своего персонажа с другими, игроки начинают хуже распознавать реальные человеческие эмоции.

Коммуникативная деятельность в Интернете

Р.Ф. Теперик выделяет следующие нарушения общения при Интернет-зависимости. Они проявляются в виде нарушения эмоционального компонента общения, снижения способности улавливать эмоциональное состояние партнера и снижения способности распознавать невербальные аспекты коммуникации.

Коммуникативная деятельность, осуществляемая посредством Интернета, разнообразна. В настоящее время происходит интенсивное экспериментирование с анонимностью, от предельного самораскрытия с элементами эксгибиционизма и/или аггравации до обмана, склонности к манипулированию и попыток фактически управлять мнением о себе.

Большое значение имеют факторы новизны и непривычности опыта, позволяющего варьировать степень анонимности общения. Новизна естественным образом привлекает подростков, которая, по-видимому, наиболее активно экспериментирует с анонимными формами общения. Кроме того, подростки, высоко ценят возможность компенсировать и нейтрализовать в ходе опосредствованного Интернетом общения те препятствия, которые нередко делают болезненными непосредственные контакты. Это может приводить к зависимости от Интернета, когда подобное общение способно целиком затягивать субъекта, не оставляя ему ни времени, ни сил на другие виды деятельности.

В наиболее расширительном понимании к проявлениям зависимости от Интернета относят не только зависимость от социальных применений Сети, но и привязанность к азартным играм в Интернете, электронным покупкам; страсть к навигации по WWW; пристрастие к сексуальным применениям Интернета. Драматизм последнего вида зависимости заключается в том, что он настигает подростков в переходном возрасте, либо это момент полового

созревания, и тогда у подростка формируется асоциальное представление о сексе, что может отложить отпечаток на всю жизнь.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что основные проблемы "жителя Интернета" концентрируются в области самопринятия. Как известно подростки испытывают сложности в близком общении и самораскрытии, а также в принятии своего физического "Я" и своих телесных потребностей. Возможной непосредственной причиной этого являются неразвитые, инфантильные механизмы самооценки, порождающие идеалистические требования и препятствующие формированию дифференцированных и адекватных представлений о себе. Отметим еще, что для части подростков чрезмерная вовлеченность в Интернет сопряжена с готовностью контролировать каждый этап работы компьютерных программ; эту склонность контролировать они могут перенести и в сферу человеческих отношений, а так как попытки манипулирования другими людьми часто заканчиваются неудачей, это может толкать детей к замкнутости и социальной изоляции.

Таким образом, Интернет является привлекательным в качестве средства ухода от реальности за счет возможности анонимных социальных интеракций. Особое значение здесь имеет чувство безопасности и сознание своей анонимности при осуществлении интеракций. Во-вторых, это возможность для реализации каких-то представлений, фантазий с обратной связью. И последний пункт - это неограниченный доступ к информации - информационный вампиризм.

Как правило, те, кто становятся Интернет-зависимыми, меняют свою личность. Это уже не та гармоничная личность, а личность уже аддиктивная. Во-первых, для аддиктов характерна смена аддиктивной реализации. Сегодня он - Интернет-зависимый, завтра - любовный аддикт, после завтра - патологический игрок, а немного спустя - он ушел в наркотики или алкоголизм. Во-вторых, опасность заключается в том, что очень часто, рано или поздно, аддиктивные личности становятся социально дезадаптированными.

Существует мнение, что интернет-зависимость это не официальный диагноз, что она скорее является симптомом других серьезных проблем в жизни личности (например, депрессия, трудности в общении и т.д.). А если учесть, что подростковый возраст наиболее подвержен разного рода отклонения в поведении, то можно сделать вывод, что формирование зависимости от Интернета наиболее вероятно у подростков, а также можно констатировать, что она будет оказывать разрушающее воздействие на личность ребенка. Таким образом, психологические механизмы воздействия информационных технологий на человека должны стать предметом тщательного анализа.

2.4. ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В МБОУ «Гимназия №17» г.о. Королев Московской области.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ ИХ В СФЕРЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

Сегодня среди тех многочисленных проблем, с которыми приходится сталкиваться педагогам МБОУ «Гимназия №17» и инспекторам ПДН УМВД России по г.о. Королев в процессе профилактической работы, хочется выделить одну, довольно новую проблему, но которая уже дает о себе знать. Это – Интернет-зависимость среди обучающихся. Редкий подросток или его родитель в России не знает что такое Интернет. Однако, об опасностях, которые могут подстерегать в Интернет-пространстве, многие не задумываются. И напрасно, потому что об этом надо знать.

Компьютер прочно вошел в нашу жизнь. Когда специалисты говорят о компьютерной или Интернет-зависимости, имеется ввиду, что люди предпочитают жизнь в компьютерных играх и интернете реальной жизни, проводя в виртуальной реальности по много часов в день. Если речь идет об Интернет-зависимости, то ее определение звучит так: "Это навязчивое желание

войти в интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из интернета, будучи on-line". По данным различных исследований было выявлено, что среди молодежи мира доминирует промежуточный тип интернет-зависимости — (96,2%), все остальные типы зависимости незначительны. Сильная интернет-зависимость выявлена у 2,7% пользователей, число абсолютно и слабо зависимых примерно одинаково (0,6% и 0,4% соответственно), и практически отсутствуют независимые от интернета (0,1%).

Первый этап профилактики интернет-зависимости у обучающихся МБОУ «Гимназия №17» – диагностика с целью выявления интернет зависимых обучающихся.

Для того чтобы выявить зависимы ли обучающиеся от интернета в МБОУ «Гимназия №17», была проведена «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» среди обучающихся 5-10 классов в количестве 31 человека. Диагностика представляет собой тест из 11 вопросов, на которые нужно ответить «никогда» 1 б., «редко» - 2 б., «часто – 3 б. «очень часто» - 4 б.

При обработке результатов суммируются баллы:

До 15 баллов — 0 % риска развития компьютерной зависимости;

16-22 балла — стадия увлеченности;

23-37баллов — риск развития компьютерной зависимости

(необходимость проведения профилактических программ в последующем);

более 38 баллов — наличие компьютерной зависимости!

По результатам проведенного исследования, интернет – зависимых обучающихся в школе не выявлено, но на стадиях «увлеченности» и «риска развития компьютерной зависимости», число детей с «риском развития интернет-зависимости» могло бы быть больше. Некоторыми обучающиеся в ходе беседы отрицали частое посещение интернета и игр в телефоне, но по результатам теста и наблюдения, у них есть риск развития интернет зависимости.

Кроме этой диагностики, проводилось большое количество разных тестов и опросников. Один из них - тест на выявление уровня школьной тревожности Филлипса в 5 – 10 классов. Обследовано 36 обучающихся.

По результатам проведенной работы, процент обучающихся с повышенным уровнем тревожности не высокий, но, тем не менее, он есть.

После обследования, проводились коррекционные занятия по профилактике интернет зависимости среди обучающихся, которые направлены на развитие коммуникативных навыков, снижение тревожности, информировании об интернет зависимости и влияния Интернет - сети на сознание и здоровье человека.

Темы занятий самые разнообразные:

- «Общение».
- «Общение, самооценка, тревожность».
- «Интернет-зависимость».
- «Тревожность».
- «Учимся сотрудничать».
- «Правила безопасного общения»
- «Давайте жить дружно» и многие другие.

Помимо коррекционных занятий, с обучающимися проводились беседы о пагубном воздействии Интернета, с показом учебных фильмов и наглядных пособий:

- «ИНТЕРНЕТ – ЗАВИСИМОСТЬ И КАК С НЕЙ БОРОТЬСЯ»,
- «БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ И МЫ»,
- «КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ: ПРИВЫЧКА И БОЛЕЗНЬ»,
- «КОМПЬЮТЕР – ДРУГ ИЛИ ВРАГ» И ДРУГИЕ.

В профилактической работе по интернет – зависимости задействован весь педагогический коллектив МБОУ «Гимназия №17». Общей целью работы педагогического коллектива по профилактике интернет зависимости среди обучающихся школы, является обеспечение информационной безопасности

детей и подростков при обучении, организации внеучебной деятельности и свободном использовании сети Интернет.

Формы работы с обучающимися по профилактике интернет – зависимости в МБОУ «Гимназия №17» разнообразны:

- медиауроки,
- тематические недели, дни,
- семинары,
- мониторинги,
- беседы,
- классные часы,
- тренинги,
- родительские собрания.
- ежегодный месячник «Безопасный интернет».

Работа с обучающимися ведется в зависимости от возрастных особенностей: начальное звено (1-4 класс), среднее (5-10 класс). На каждом этапе осуществляются специальные формы и методы обучения в соответствии с возрастными особенностями. Формирование навыков информационной безопасности и культуры осуществляется не только на уроках информатики, но и на других предметах (обществоведения, ОБЖ и т.д.), а также и во внеурочной деятельности. Темы бесед и классных часов учителей и социального педагога с обучающимися следующие:

- «Жизнь виртуальная и реальная».
- «Интернет – за и против».
- «Безопасный интернет».
- «Компьютер и я».
- «Я и интернет».
- «Игромания – опасная болезнь».

Для обеспечения безопасности детей, которые не способны иногда правильно оценить степень угрозы информации, которую они воспринимают

или передают, на уроках и во внеурочной деятельности учителя проводят предупредительные беседы о том, что если обучающиеся раскрывают свою душу в социальных сетях, то они должны быть готовы к тому, что этим могут воспользоваться не порядочные люди и использовать эту информацию в своих целях и нанести моральный или материальный вред источнику информации. Все проводимые профилактические беседы и мероприятия направлены на предупреждение обучающихся и родителей, как не стать жертвой интернет-преступления, мошенничества, как не стать «звездой ю-тюба». Для того чтобы свести к возможному минимуму общение ребенка с телефоном и интернетом, педагоги вовлекают обучающихся в интересные занятия: кто-то делает поделки, кто – то рисует, вышивает, играет в настольные игры.

Работа с педагогическими работниками МБОУ «Гимназия №17» проводится в форме семинаров, круглых столов, в рамках которых рассматриваются проблемы информационной безопасности личности в сети Интернет, нежелательный контент и меры борьбы с ним, виды и формы информационно - психологического воздействия и методы защиты от него, правила и нормы сетевого этикета, причины возникновения девиантной формы поведения детей и методы работы по их профилактике и устранению.

Темы:

- «Ребенок и интернет: опасности, которые подстерегают наших детей».
- «Компьютерная зависимость обучающихся. Проблемы влияния сети Интернет на асоциализацию обучающихся».
- «Методические рекомендации для педагогов по обучению обучающихся правилам безопасного поведения в интернетпространстве, профилактики интернет – зависимости».
- «Причины возникновения аддиктивного поведения у несовершеннолетних».

Достичь высоких результатов в воспитании невозможно без привлечения родителей. Очень часто родители не понимают и недооценивают угрозы,

которым подвергается школьник, находящийся в сети Интернет. Некоторые из них считают, что ненормированное «сидение» ребенка в сети лучше, чем прогулки в сомнительных компаниях.

С родителями проводится разъяснительная работа, т.к. без понимания родителями данной проблемы невозможно ее устранить силами только образовательного учреждения. Формы работы с родителями разнообразны: выступления на родительских собраниях, индивидуальные беседы, информация на сайте школы, встречи со специалистами, семинарские занятия. Педагоги МБОУ «Гимназия №17» на родительских собраниях настоятельно рекомендуют родителям ограничить время, которое дети проводят у компьютера, устанавливать «родительский контроль», следить за тем какие сайты они посещают. Предлагают устанавливать один компьютер для всей семьи в общей комнате, и работать на нем поочередно, отключать функцию выхода в интернет в телефонах своих детей. И самое главное предлагать своим детям альтернативное время проведение: кружки, секции, загородные прогулки семьей, экскурсионные поездки, походы в театр, кино, занятия спортом. Примерные темы бесед с родителями:

- «Интернет - зависимость».
- «Ребенок и компьютер».
- «Что делать, если ребенок много времени проводит за компьютером».
- Рекомендации по профилактики интернет – зависимости.
- «Семейное соглашение о работе в Интернете».

Педагоги МБОУ «Гимназия №17» дают на родительских собраниях рекомендации для родителей по обеспечению информационной безопасности в сети Интернет. Они содержат классификацию Интернет угроз, рекомендации по обеспечению безопасности ребенка в сети Интернет дома (в зоне ответственности родителей). Комплексное решение поставленной задачи со стороны семьи и школы позволит значительно сократить риски причинения различного рода ущерба ребенку со стороны сети Интернет.

В МБОУ «Гимназия №17» применяются административные и организационные меры, технические и программно-аппаратные средства защиты детей от вредной информации в местах доступных для детей:

- провайдером услуги доступа к сети Интернет школы с обеспечением контентфилтрации Интернет — трафика;

- функционирование и использование в школе программного продукта, обеспечивающего контент - филтрацию Интернет-трафика, в том числе Интернет- цензор, бесплатных контент-филтров;

- стимулирование родителей к использованию услуги «Родительский контроль», позволяющей устанавливать ограничения доступа к информационно-телекоммуникационной сети Интернет;

- назначены лица, ответственные за установку программного продукта для реализации контентной филтрации доступа к сети Интернет.

Называют много отрицательных последствий от появления в нашей жизни компьютеров: дети меньше читают, много времени проводят за компьютерными играми, предпочитая их прогулкам, урокам, человеческому общению. В МБОУ «Гимназия №17» существует распорядок дня, в котором предусмотрены прогулки на свежем воздухе. В осеннее – весенний период обучающиеся играют в подвижные игры на территории школы, катаются на велосипедах, играют в мяч, скачут на скакалке, в зимний период – это катание на лыжах и коньках.

Самые явные проблемы, которые очень быстро становятся очевидными, связаны с нарушением осанки и зрения. Статичная искривленная поза и мерцание экрана быстро наносят ущерб. Часто можно встретить и жалобы на онемение пальцев и правой руки. Появилось даже название симптома - "рука, держащая мышшь" - имеется в виду компьютерная мышшь. Для предупреждения появления этих симптомов и с целью профилактики интернет-зависимости, в нашей школе проходит большое количество мероприятий для обучающихся, в которых они участвуют сами и приглашают родителей:

- Участие в акциях (Уборка школьной территории, акция «Посади свой лес»)
- Веселые старты.
- Работа на пришкольном участке.
- Праздники («8 марта», «День матери», «Новогодние представления», «День победы», «23 февраля»).
- Конкурсы (рисунков, чтецов, поделок) и соревнования.
- Экскурсии
- Дни здоровья.

Таким образом, наша общая психолого – педагогическая задача в МБОУ «Гимназия №17» – это показать детям, что и в реальной жизни есть много увлекательного и интересного. Вернуть им понятия любви и дружбы в реальном мире. Вернуть им радость личного общения с родными и друзьями. Организовывать для них соревнования, игры и праздники, основанные на развитии личных творческих способностей. Нужно остановиться, задуматься или даже сделать шаг назад: научить их рисовать, мастерить руками, без применения компьютерных технологий, вспомнить, как читать бумажные книги. Планшетники, конечно, очень удобны, но обучающиеся должны руками перелистывать книжные страницы, рассматривать иллюстрации на бумаге, рисовать настоящими карандашами. Надо развивать мелкую моторику, нельзя терять тактильные навыки, с этим связано развитие мозга, нашей речи.

Для развития творческих способностей и профилактики интернет – зависимости, в нашей школе работают кружки:

- Танцевально - хореографический ансамбль «Эстрей».
- «Кружки по изобразительному искусству».
- Спортивные секции по мини-футболу, волейболу, баскетболу и настольному теннису.

Также обучающиеся с удовольствием посещают школьную библиотеку, в которой могут найти себе книгу по душе, почитать детские энциклопедии и

развивающие детские журналы, а также познакомиться с новыми книгами, биографией писателей.

Интернет - величайшее изобретение человечества, с этим не поспоришь. Однако и он способен нанести серьезный вред психике ребенка. Об этом надо постоянно напоминать родителям учащихся, т.к. именно от их жизненной позиции и разумного отношения к Интернету во многом будет зависеть, сформируется ли у их ребенка компьютерная или интернет-зависимость.

В частности были организованы тесты на предмет наличия интернет-зависимости среди родителей обучающихся, на которых были заданы следующие вопросы:

1. Ощущаете ли Вы, что слишком озабочены Интернетом?
2. Есть ли у Вас потребность увеличить количество времени пребывания в Сети?
3. Были ли у Вас безуспешные попытки контролировать, ограничить или прекратить использование Интернета?
4. Чувствуете ли Вы себя усталым, расстроенным или раздраженным при попытках ограничить или прекратить пользование Интернетом?
5. Бывает ли, что Вы находитесь в Сети больше, чем предполагали?
6. Были ли у Вас случаи, когда Вы рисковали получить проблемы на работе или в личной жизни из-за Интернета?
7. Случалось ли Вам лгать членам семьи или другим людям, чтобы скрыть время пребывания в Сети?
8. Используете ли Вы Интернет для того, чтобы уйти от проблем или дурного настроения?

Результат: подсчитайте количество ответов “да”. Если их 4 и более, у Вас есть склонность к появлению интернет-зависимости.

Также были подготовлены рекомендации для родителей по профилактике развития интернет-зависимости у обучающихся:

1. Посещайте Интернет вместе с детьми. Поощряйте ваших детей делиться с вами их успехами и неудачами в деле освоения Интернета.

2. Объясните детям, что если в Интернете что-либо беспокоит их, то им следует не скрывать этого, а поделиться с вами своим беспокойством.

3. Объясните ребенку, что при общении в чатах, использовании программ мгновенного обмена сообщениями (типа Whatsap, Viber, Telegram), использовании онлайн-игр и других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя, помогите вашему ребенку выбрать регистрационное имя, не содержащее никакой личной информации.

4. Объясните ребенку, что нельзя выдавать свои личные данные, такие как домашний адрес, номер телефона и любую другую личную информацию, например, номер школы, класс, любимое место прогулки, время возвращения домой, место работы отца или матери и т.д.

5. Объясните своему ребенку, что в реальной жизни и в Интернете нет разницы между неправильными и правильными поступками.

6. Научите ваших детей уважать собеседников в Интернете. Убедитесь, что они понимают, что правила хорошего тона действуют одинаково в Интернете и в реальной жизни.

7. Скажите им, что никогда не стоит встречаться с друзьями из Интернета. Ведь люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.

8. Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в Интернете – правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.

9. Не забывайте контролировать детей в Интернете с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровывать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает.

МБОУ «Гимназия №17» полностью поддерживает мнение детских психологов и психиатров о том, что единственным на настоящий момент

проверенным способом профилактики компьютерной зависимости у ребенка является увлечение деятельностью, не связанной с частым использованием компьютера, чтобы он не стал заменой реальной жизни.

В свою очередь задача родителей и педагогов — показать растущему человеку, что существует масса интересных занятий, в частности спорт, туризм, которые не только позволяют пережить разнообразие острых ощущений, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние.

В связи с этим, главное – доказать молодежи, что живое общение привлекательнее виртуального. Вырвать подростка из Сети, приобщить к другим интересам – задача вполне разрешимая.

Выводы по ГЛАВЕ II.

Таким образом, по результатам рассмотрения вопросов 2 главы, можно сделать следующие выводы:

1. С помощью Интернета подростки удовлетворяют свои базовые потребности, а именно социальные потребности (общения, любви, признания) и потребности, связанные с развитием личности (познания, понимания, самореализации). Несмотря на все разнообразие активности пользователей Интернета, можно выделить три основных вида, осуществляемой ими деятельности: познавательную, игровую и коммуникативную.

2. Очевидно, что основной группой риска для развития рассматриваемой патологии в России являются подростки. Это связано со спецификой данного возраста. Психологически этот возраст чрезвычайно сложен и противоречив. Эпоха подростничества - возрастной этап, связанный с наиболее глубокими изменениями в мотивационно-потребностной сфере личности, когда особенно остро раскрывается стремление ребенка к оценке своих растущих возможностей, самооценке себя в обществе.

3. Такие особенности личности Интернет-зависимых подростков как проблемы с общением, ощущение одиночества, низкая самооценка, склонность к избеганию проблем и ответственности, уход от себя настоящего в виртуальный мир, по всей видимости, способствуют как вовлечению в Интернет-аддикцию, так и одновременно являются факторами риска социальной дезадаптации. Немаловажную роль в этом играет и внутрисемейный стиль воспитания. Следует не забывать, что за проявлениями зависимости от Интернета нередко скрываются другие аддикции, либо психические отклонения.

4. Образовательная организация и родители обучающихся, обязаны взаимодействовать на постоянной основе в организации работы по профилактике интернет-зависимости среди детей и подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной итоговой аттестационной работе поставлен вопрос о направлениях изменения личности подростка, у которого в процессе взаимодействия с Интернетом развивается психологическая зависимость от киберпространства. Приведенные примеры дают основания полагать, что в зависимости от мотивации, целей и условий деятельности Интернет может быть использован для ухода в некий виртуальный мир, в котором трудности и проблемы реального мира отсутствуют. Рассмотрены наиболее распространенные и значимые виды деятельности пользователей Интернета. Все они, как показано, действительно способны привести к негативному преобразованию личности подростка. Показана необходимость организации профилактической работы Интернет-зависимости среди обучающихся на примере МБОУ «Гимназия №17» г.о. Королев Московской области.

Таким образом, подводя итог итоговой аттестационной работы, можно сделать следующие выводы:

1. При возникновении Интернет-зависимости можно говорить о следующих видах культурной и психологической трансформации личности подростка:

1.1 Интернет-аддикция приводит к искаженному восприятию собственной личности и искажению восприятия объективной реальности, что обязательно приводит к социально-трудовой дезадаптации, препятствует формированию дифференцированных и адекватных представлений о себе;

1.2 при возникновении Интернет-аддикции происходит перенос полюса коммуникативной активности из реальных условий социума в сеть, что неизбежно ведет к аутизации больного, который начинает хуже распознавать реальные человеческие эмоции;

1.3 под влияние Интернета происходит девальвация нравственности подростка. Также формируется асоциальное представление о сексе, что может отложить отпечаток на всю жизнь;

1.4 игровая зависимость может делать подростка более агрессивным, что откладывает отпечаток на их взаимоотношения с социумом.

2. Таким образом, получено подтверждение выдвинутой гипотезе:

- компьютерные технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание подростка, приводящие к нарушению их социально-психологической адаптации. Интернет-зависимость приводит к снижению успеваемости в школе и ухудшает здоровье. В результате формируется индивидуальная система ценностей, расходящаяся с общепринятой.

3. Следует помнить, что негативное влияние Интернета находится в прямой пропорции от личности пользователя. Зачастую Интернет-зависимость - это следствие гиперкомпенсации внутриличностных проблем подростка. Следовательно, Интернет-зависимость является одним из способов аддиктивной реализации, характерной для лиц, имеющих личностные особенности, способствующие формированию собственно аддиктивной личности.

4. Изучение данной проблемы дает основание признать необходимость дальнейшего, углубленного изучения Интернет-зависимости как модели психических расстройств.

Все сказанное заставляет задуматься, ведь от того чем занимается подросток в свободное время, как организует свой досуг, зависит дальнейшее формирование его личностных качеств, потребностей, ценностных ориентаций, мировоззренческих установок, а в целом предопределяет его положение в обществе. Проблема Интернет-зависимости среди подростков является актуальной в настоящее время. Подростки во взаимодействии с интернетом находятся в большой опасности, так как представляют собой наиболее незащищенную аудиторию, поскольку в меньшей степени, чем

взрослые, в состоянии фильтровать тот вал информации, который обрушивается на них из Интернета. Воспитание компьютерной культуры, самовоспитание пользователей - вот противоядие Интернет — зависимости.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия // Вестник МГУ. Сер.14.1996. Вып.4.
2. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскуновский А.Е. Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского (Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.)
3. Бабаева Ю. Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации // Психологический журн. 1998.Т. 19 №1. С.89-100.
4. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского (Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.)
5. Балонов И.М. "Компьютер и подросток" М., 2002 г. стр.32-58.
6. Бирюков В. "Сеть и наркомания". Компьютерный еженедельник "Компьютера" №16, 1998, стр.13-15.
7. Боровкова Н. Виртуальное зависание / журнал "Человек и наука". Февраль 2002.
8. Вейценбаум Дж. Возможности вычислительных машин и человеческий разум // От суждений к вычислениям. М.: 1982.
9. Вересаева О. "Психология и интернет на пороге XXI века". Психологическая газета №12, 1996, стр.4-6.
10. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета // Психологический журнал. 2004. Т.25. № 1. С.90-100.
11. Войскунский А. Е. *Исследования Интернета в психологии* // Интернет и российское общество / Под ред. И. Семенова. М. 2002 С 235-250
12. Войскуновский А.Е. Интернет - новая область исследований в психологической науке. Статья из: Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Выпуск 1. - М.: Смысл, 2002, с.82-101.

13. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты. - СПб.: Речь, 2005. - 436 с.
14. Жичкина А.Е., Белинская Е.П. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета // Труды по социологии образования. М., 2000. Т.5. Вып.7
15. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Социодинамическая психиатрия. М., Екатеринбург, 2000.
16. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. - М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002. - 432 с.
17. Шавамиш В.В. Зависимое поведение школьников. СПб., 2001.
18. Янг К. Диагноз - Интернет-зависимость // Мир Интернет. 2000. №2. С.24-29