

*Абдуллаева Туран Мубариз кызы*

студентка

*Симонова Любовь Борисовна*

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный

социально-педагогический университет»

г. Волгоград, Волгоградская область

## **КИБЕРАДДИКЦИЯ КАК ПРОБЛЕМА СОЦИАЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ**

*Аннотация:* в статье рассматриваются основные признаки кибераддитивного поведения. Анализируются причины и психологические проявления компьютерной зависимости несовершеннолетних. Также приведены рекомендации по предупреждению кибераддитивности у школьников.

*Ключевые слова:* кибераддитивность, подростки, компьютерная зависимость, социализация подростков.

В век информационно-коммуникационных технологий сложно представить себе человека, у которого бы не было мобильного устройства, компьютера и прочих информационных девайсов. Как известно, чем раньше ребенок осваивает чтение и письмо, тем легче и интереснее для него становится любая учеба в дальнейшем. Точно так же обстоит дело и с компьютером, раннее его освоение ведет к интуитивному, внутреннему принятию информационных технологий как неотъемлемой составляющей нашей жизни. В тоже время, учитывая, что подростковый возраст имеет существенное значение для развития личности в целом и является базовым в процессе социализации, то необходимо учесть, что раннее пользование компьютером, провоцирует девиантное поведение, которое проявляется в повышенном интересе к компьютерным играм, что в дальнейшем является преградой для успешного вхождения подростка в социум.

Проблема психологической зависимости от компьютерных игр среди несовершеннолетних на сегодняшний день стоит очень остро. Подростки в силу

возрастных особенностей психики и поведения находятся в группе риска возникновения компьютерной зависимости. Чем сложнее проходит социальная адаптация ребенка в реальном мире, тем сильнее он увлекается виртуальной реальностью. Отрицательные последствия такого увлечения проявляются на физиологическом, психологическом и социальном уровнях.

Следовательно, актуальность исследования компьютерной игровой зависимости детей подросткового возраста приобретает особую значимость в современном мире.

В нашем исследовании мы раскроем основные понятия и содержание кибераддиктивного поведения, выявим существенные признаки и причины данного явления. Кроме того, предложим рекомендации по организации необходимых мер для минимизации влияния компьютерных игр на процесс социализации подростков.

Учитывая, что подростковый возраст имеет существенное значение для развития личности в целом и является базовым в процессе социализации, то целесообразно рассмотреть понятие социализации личности.

По определению Г.М. Андреевой, социализация – это «двусторонний процесс, включающий в себя с одной стороны, усвоение индивидом социального опыта путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей, с другой стороны, процесс активного воспроизводства системы социальных связей индивидом за счет его активной деятельности, активного включения в социальную среду [Андреева, 2003]. Следовательно, социализация представляет собой процесс включения подростка в систему общественных отношений и самостоятельное воспроизводство этих отношений им.

Более подробно рассмотрим кибераддикцию как вид технологической зависимости. Кибераддикция относится к группе нехимических аддикций и входит в состав более широкого термина «компьютерная зависимость». В отечественной литературе сложились несколько научных подходов к определению природы компьютерной зависимости.

Советский психолог Л.А. Венгер понимает под компьютерной зависимостью пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящее к резкому сокращению всех остальных видов деятельности, ограничению общения с другими людьми [Венгер, 2010].

Следовательно, компьютерная зависимость, по мнению ученого, представляет собой не просто чрезмерное времяпровождение за компьютером, будучи не в состоянии остановиться в определенный момент времени, а именно сосредоточение вокруг него всех интересов подростка, отказ от иных форм и видов деятельности, в том числе и общения, что является неотъемлемой частью процесса социализации подростков.

В. Н. Друзин под зависимостью от компьютера понимает «вид девиантного поведения с формированием склонности к уходу от реальности через изменение своего психического состояния посредством постоянной фиксации внимания на интерактивном взаимодействии с игровыми компьютерными программами или с другими пользователями при помощи этих программ» [Друзин, 2011].

Итак, мы можем дать следующее определение понятию кибераддикция – это форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми.

Посредством анализа данных научных точек зрения, на наш взгляд, можно выделить такие критерии кибераддикции, как пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, ограничение общения с другими людьми, склонность к уходу от реальности через изменение своего психического состояния.

Основным принципом развития любой зависимости является уход от реальности, а вот причины неудовлетворенности той самой реальной жизнью, в которой подросток существует, могут быть разными:

- отсутствие или недостаток внимания со стороны родителей, общения внутри семьи, внутрисемейные конфликты;
- одиночество, отсутствие друзей и «живого» общения, неумение налаживать контакты с людьми;

- проблемы неуспеваемости в школе;
- отсутствие устойчивых интересов, хобби;
- высокий уровень конформизма, т.е. «ведомость», желание быть «как все».

Таким образом, работая с проблемой игровой зависимости, психологу, учителю, родителю необходимо в первую очередь установить причину «ухода от реальности», а уже потом говорить о снятии внешних симптомов аддикции, налаживая режим дня и снижая эмоциональную «привязку» к виртуальной среде.

Наряду с причинами необходимо также рассмотреть ряд диагностических критериев, помогающих определить наличие патологического пристрастия по отношению к игре за компьютером. Так, основными признакам компьютерной зависимости у детей являются: потеря ребенком интереса к другим увлечениям, постоянное ожидание выхода в Сеть, желание ребенка с самого утра включить интернет, отказ от еды, личной гигиены и стремление провести все свое свободное время за компьютером, бесцельное блуждание по Сети и поиск любой, даже совершенно не нужной информации, постепенная утрата контакта с родителями (так называемое «эмоциональное отчуждение»), сведение общения с ними до минимума, ярко выраженная эмоциональная реакция (агрессия, злость, грубость, плач, истерика и т. д.) на любые ограничения, связанные с планшетом, компьютером, или телефоном и, наоборот, хорошее, приподнятое настроение за компьютером. Причем известно, что отвлечь ребенка от телевизора гораздо легче, чем от компьютера, так как любой самый страшный или бессмысленный фильм имеет конец, а азартная игра может продолжаться бесконечно.

Профилактика кибераддикции является объектом исследования всех институтов воспитания, прежде всего семьи. Мы предлагаем методические рекомендации родителям и педагогам для профилактики компьютерной зависимости подростков.

Родителям:

1. Контроль – первый шаг к успеху. Строго определите время пребывания ребенка за компьютером и точно придерживайтесь этих рамок.

2. Подберите для ребенка увлекательное хобби или занятие для того, чтобы попробовать переключить его интересы на другой вид деятельности.

3. Не оставляйте без внимания успехи своих детей вне виртуальной жизни, хвалите их.

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

Педагогам следует:

– гармонично включать в учебно-воспитательный процесс информацию антиаддиктивной идеологической направленности, например, проводить классные часы, посвященные проблеме кибераддикции;

– предоставить информацию детям и родителям о зависимости как болезни, которую человек приобретает по своему собственному выбору;

– просвещать родителей по проблеме зависимого поведения, приобретающего массовый характер, их роли в этой проблеме, знакомить с признаками формирования зависимости;

– исследовать вместе с детьми и подростками процесс формирования зависимого поведения, дискриминируя его в обсуждении;

– своевременно оказывать помощь школьникам в решении их эмоциональных проблем, особое внимание уделять психолого-педагогическому сопровождению подростков группы риска: созависимым, гиперактивным, имеющим опыт отклоняющегося поведения, имеющим академические и эмоциональные проблемы;

– организовывать обучение детей и подростков в малых группах базовым социальным умениям: общаться, разрешать конфликтные ситуации, преодолевать стресс, принимать решения, планировать своё будущее, управлять своим поведением на основе самопознания;

– обеспечивать приобретение детьми и подростками опыта здорового образа жизни, опыта здоровых развлечений;

– в случае формирования психологической зависимости оказывать психологическую помощь, направленную на разрушение психологической зависимости, поиск компенсационных механизмов и их реализацию.

Из всего сказанного следует вывод о том, что сложный и длительный процесс кибераддикции основывается на сочетании и взаимодействии различных методов и средств воспитания. Процесс включает в себя поэтапность работы учителя, родителей с детьми. Для того, чтобы правильно организовать деятельность школьника за компьютером, необходимо продумать, какой конечный результат он хотел бы получить. Необходимо сочетать различные формы и методы воспитательных мероприятий.

### ***Список литературы***

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2007. – 363 с.
2. Венгер А.Л. Индивидуальные особенности психического развития и практические задачи психологии развития: Учебник / А.Л. Венгер – 2-е изд. – М.: АСТ, 2011. – 320 с.
3. Друзин В.Н. Проблема профилактики игровой компьютерной аддикции подростков / В.Н. Друзин // Инновации в образовании. – 2011. – №5. – С. 75–82.
4. Никитина Л.Н. Чрезмерное увлечение компьютерными играми как фактор девиантного поведения несовершеннолетних / Л.Н. Никитина // Прикладная юридическая психология. – 2017. – №1. – С. 86–92.
5. Фортова Л.К. Этиология и превенция интернет-аддикции у подростков / Л.Н. Фортова, И.А. Еропов // Молодой ученый. – 2016. – №14. – С. 579–581.