

Агрессивность имеет низкий уровень у 6,7% подростков; средний уровень – 40%. Это свидетельствует о том, что эти подростки не приносят физический и моральный ущерб людям. У 53,3% подростков был обнаружен высокий и очень высокий уровень агрессии. Этим подросткам свойственно приносить физический и моральный ущерб людям.

В наименьшей степени выражена враждебность у 1 подростка (6,7%). Слабовыявленная враждебность имеет скрытый характер, что объясняется особенностью межличностных отношений, складывающихся в классе. Об остальных 14 подростках (93,3%) можно сказать, что у них присутствует гнев, обида и отвращение.

**Заключение.** Таким образом, агрессивное поведение представляет собой деструктивную, разрушительную форму поведения, которая направлена на причинение психического или физического вреда другому человеку. Анализируя уровень проявления агрессивности и враждебности у подростков, можно сказать:

- большинство подростков склонны к выражению негативных чувств посредством словесных реакций;
- подростки используют физическую силу против другого лица;
- на требование или просьбу реагируют адекватно.
- склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, проистекающим из убеждения, что окружающие намерены причинить вред;

Своевременное изучение агрессивности подростков позволит психологам откорректировать поведение подростков.

#### **Список использованных источников:**

1. Банщикова, Т.Н. Агрессия как понятийный конструкт: объяснительные характеристики и виды / Т.Н. Банщикова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2013. – № 8. - [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2013/13169.htm> – Дата доступа: 15.04.2019.
2. Истратова, О.Н. Большая книга подросткового психолога / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. – Ростов н/Д.: Феникс, 2010. – 636 с.
3. Кузубова, В.О. Особенности агрессивного поведения в юношеском возрасте (на примере студенчества) / В.О. Кузубова // Инновационная наука. – 2016. – № 7-8. – С. 183-187.
4. Урутина, Т.М. Психологические особенности проявления агрессии в юношеском возрасте / Т.М. Урутина, С.О. Щелина // Молодой ученый. – 2015. – №15. – С. 558.

УДК 37.013.42

### **ИГРОВАЯ КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ: ОСОБЕННОСТИ ВЫЯВЛЕНИЯ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ**

**А.А. Жданович, Е.К. Погодина**

*г. Минск, БГПУ имени Максима Танка*

(e-mail: [zhdanovicharina@gmail.com](mailto:zhdanovicharina@gmail.com), [pogodinaek@mail.ru](mailto:pogodinaek@mail.ru))

В современном обществе в связи с высокими темпами развития технологической и игровой индустрий проблема формирования игровой компьютерной зависимости становится все более актуальной. Мощный поток новой информации, распространение компьютерных игр оказывает большое влияние на социальное пространство подростков. Отношение современного человека к новейшей технике и ее возможностям становится все более положительным, а досуг все чаще

занимает киберсреда. В данном исследовании будет рассмотрена проблема выявления и предупреждения игровой компьютерной зависимости в подростковой среде.

**Материал и методы.** В рамках исследования использовались теоретические методы исследования – анализ научной литературы по проблеме исследования, а также эмпирические методы исследования – опрос, анкетирование (опросник «Скрининг уровня игровой компьютерной зависимости» Ф. Брауна, авторская анкета «Предрасположены ли вы к игровой компьютерной зависимости?»).

**Результаты и их обсуждение.** В настоящее время компьютерные игры становятся постоянным элементом повседневной жизни молодежи. В отличие от других видов досуговой деятельности, компьютерная игра превратилась как в профессиональное занятие, так и в зрелище, сродни спорту, привлекая внимание онлайн-аудитории по всему миру и вызывая определенные эмоции: восхищение, радость и сопереживание. Таким образом, это больше не явление, ограниченное чьей-то гостиной, а настоящая арена, полная своих собственных звезд и знаменитостей, доступная для каждого пользователя персонального компьютера [5].

Дети подросткового возраста находятся в том возрастном периоде, когда компьютерные игры занимают важное место в их жизни. Компьютерная игра может быть как приятным времяпровождением, так и стать серьезным увлечением. Согласно исследованиям, 64,3% респондентов считают, что игра – это способ провести свободное время, организовать свой досуг, 20,4% – заявляют о серьезности своего увлечения и хотят связать с компьютерными играми свою жизнь [4, с. 547]. Однако данное увлечение зачастую может перерасти в зависимость. Как любая зависимость, она требует своевременной диагностики, коррекции и проведения профилактической работы среди подрастающей молодежи.

Подростки стремятся максимально использовать возможности компьютерных игр, так как их стремление к разнообразию контактов и расширению информационного пространства соответствует особенностям возраста. Но чрезмерное увлечение компьютерными играми приводит к возникновению игровой компьютерной зависимости. В результате продолжительного пребывания за компьютером в ущерб общению с близкими, сверстниками деформируется психика подростка, а также ухудшается его физическое состояние.

Подростки, в отличие от детей младшего школьного возраста сильнее поддаются зависимости, так как они обладают большей возможностью самостоятельного распределения своего времени, планирования досуга и общения, менее нуждаются в опеке со стороны родителей. С другой стороны, подростковый возраст сопряжен с большей требовательностью со стороны взрослых к деятельности подростков, к их личностным проявлениям и поведению. В межличностном общении подростки реализуют не только групповые интересы, но и пытаются самоутвердиться. В этом возрастном периоде они получают не только «радости» взросления, но и множество неудач, неуспехов, разочарований, огорчений. Реальная жизнь для многих подростков становится чередой достаточно сложных испытаний, выход из которых они могут попытаться найти, окунувшись в мир зависимости, в частности, в виртуальный мир компьютерных игр [1].

Игровая компьютерная зависимость чаще наблюдается у подростков с эмоциональной тревогой, низкой самооценкой, неудовлетворенностью своей ролью в социуме, нежеланием участвовать в общественной жизни, неспособностью реализовать себя и склонностью к фантастическому мышлению. Наиболее характерным признаком игровой компьютерной зависимости является чрезмерное времяпрепровождение в игре. Детям и подросткам, зависимым от компьютерных игр,

трудно выйти из-за компьютера. Уменьшается продолжительность сна и физическая активность, исключаются хобби, а время, проводимое с семьей, значительно сокращается. Ощущение неполноты, душевной пустоты или жажды получения новых эмоций являются последствием выхода подростка из игры, что является мотивацией вернуться к ней вновь.

Отличительной особенностью компьютерной игровой зависимости является «уход» подростка в виртуальную реальность. Среди последствий такого поведения необходимо отметить следующие: деградация социальных связей личности, агрессивность, невозможность самовыражения, проблемы в семье и школе. В этой связи необходимо регулировать время нахождения подростка перед монитором, при этом родителям следует контролировать содержание его досуга в интернете.

Игровая компьютерная зависимость диагностируется путем сопоставления количества времени, проведенного в компьютерных играх и в реальной жизни, жалоб на боли или физическое недомогание, оценки проблем психологического плана. Для этого могут использоваться мини-анкеты, содержащие в себе вопросы касательно распорядка дня подростка или же его увлечений / хобби, с целью избегания обсуждения темы компьютерной зависимости напрямую с подростками. Также с диагностической целью рекомендуется использовать методики, включающие в себя несколько блоков вопросов, которые дают более полную картину проблемы, начиная от количества времени, проводимого подростком за компьютером и до выявления основных причин развития игровой компьютерной зависимости. Например, методика «Скрининг уровня игровой компьютерной зависимости» Р. Брауна позволяет выявить процент учащихся, которые подвержены игровой компьютерной зависимости на основе таких характеристик, как временные лимиты, физическое состояние, признаки нарушения социализации подростка в микросоциуме (школа, семья и т.д.), градация увлечений и хобби.

Однако полную картину о состоянии зависимого подростка можно составить, если наряду с анкетированием проводить интервьюирование, опрос родителей. Это поможет установить, на какой стадии развития зависимости находится подросток и какие меры необходимо предпринять.

Нами было проведено исследование среди учащихся 7-8 классов государственного учреждения образования «Средняя школа №83 г. Минска имени Г.К. Жукова». Возраст респондентов – 12-14 лет. В ходе эмпирического исследования были использованы методики, помогающие определить склонность подростков к игровой компьютерной зависимости, а также выявить отношение современной молодежи к проблеме игровой компьютерной зависимости. Для этого была разработана анкета «Предрасположены ли вы к игровой компьютерной зависимости?», а также использована модифицированная методика «Скрининг уровня игровой компьютерной зависимости» Р. Брауна.

Анкетирование показало, что, в целом, подростки осведомлены об опасностях игровой компьютерной зависимости [2]. Проблемы со здоровьем, как следствие чрезмерной увлеченности компьютерными играми, отметили 28,3% респондентов; 26,6% учащихся считают, что игровая зависимость приводит к дезадаптации в социуме, 28,3% полагают, что к нарушениям отношений с семьей; 16,9% всех опрошенных отмечают психологические нарушения у зависимых от компьютерных игр (Рисунок 1).

На вопрос «Считаете ли вы, что человек может самостоятельно преодолеть зависимость от компьютерных игр?», 53,6% респондентов ответили, что это невозможно сделать без вмешательства специалистов; 15,9% учащихся не считают

проблему игровой компьютерной зависимости серьезной, поэтому придерживаются позиции, что ее можно преодолеть самостоятельно; остальные подростки затруднились ответить на этот вопрос.

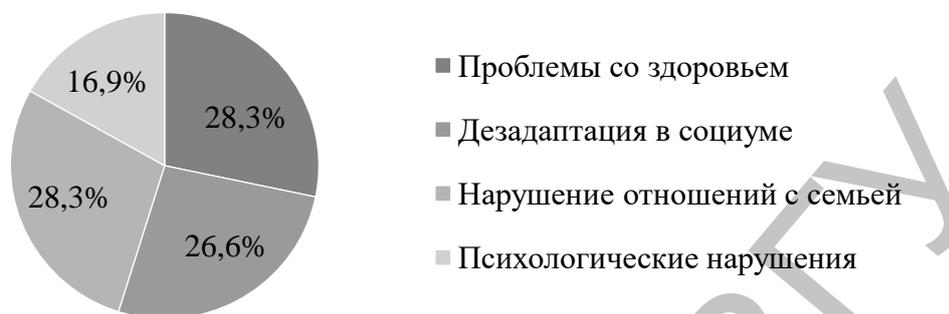


Рисунок 1 – Опасности игровой компьютерной зависимости (по мнению подростков).

Скрининг уровня игровой компьютерной зависимости показал, что у 60,8% респондентов склонность к зависимости от компьютерных игр не выявлена; 26,2% респондентов входят в категорию подростков с низким уровнем игровой компьютерной зависимости (стадия увлеченности); у 5,8% респондентов обнаружен средний уровень зависимости от компьютерных игр; 7,2% респондентов имеют высокий уровень игровой компьютерной зависимости (Рисунок 2).



Рисунок 2 – Результаты скрининга уровня игровой компьютерной зависимости у подростков.

В настоящее время при лечении игровой компьютерной зависимости рекомендуется совмещать психотерапию и медикаментозную терапию, однако прибегание к медикаментам является необходимым только при клинических случаях игровой компьютерной зависимости. Основной же проблемой является то, что зависимые подростки часто не могут отказаться от игры, потому что реальная жизнь для них неинтересна, болезненна, или они чувствуют себя одинокими. Поэтому профилактика компьютерной игровой зависимости, прежде всего, должна быть ориентирована на формирование адекватной самооценки, мотивации достижения успеха, оптимизацию уровня тревожности, повышению стрессоустойчивости, развитие навыков общения, на повышение интереса подростков к другим видам проведения досуга и т.д.

Система профилактики игровой компьютерной зависимости подростков должна быть: универсальной (направленной на предупреждение отклоняющегося поведения в целом); конструктивной (направленной на предупреждение поведенческих девиаций и создание условий для развития здоровой личности); носить опережающий

характер. Под опережающим характером подразумевается, во-первых, развитие стойких желательных установок и поведения еще до того, как подросток усвоит поведенческие стереотипы, способствующие формированию игровой компьютерной зависимости; во-вторых, профилактическая работа должна быть направлена на психологические феномены, составляющие зону ближайшего развития ребенка. Профилактическая работа должна включать несколько типов превентивных мероприятий [3, с. 80]: нейтрализующие, компенсирующие, предотвращающие обстоятельства, способствующие формированию игровой компьютерной зависимости, а также контролирующие осуществляемую деятельность и ее результаты.

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование выявило наличие проблемы игровой компьютерной зависимости среди подростков. Используемые в исследовании методики могут применяться педагогами-психологами и социальными педагогами с целью диагностики предрасположенности учащихся к данному виду аддикции. Разработка и реализация профилактических программ в учреждениях общего среднего образования позволит предупредить развитие игровой компьютерной зависимости у подростков.

#### **Список использованных источников:**

1. Жданович, А.А. Игровая компьютерная зависимость: стадии и причины / А.А. Жданович // От идеи к инновации: материалы XXVII междунар. студ. науч.-практ. конф., г. Мозырь, 23 апреля 2020 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: В.Н. Навыко (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь: МГПУ, 2020. – С. 128-130.
2. Жданович, А.А. Социально-педагогическая профилактика игровой компьютерной зависимости у подростков / А.А. Жданович, Е.К. Погодина // Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения: сборник научных статей / Вит. гос. ун-т; сост.: Е.Н. Бусел-Кучинская, Н.Э. Шабанова; под науч. ред. Е.Л. Михайловой; отв. за вып. С.А. Моторов. – Витебск: ВГУ, 2020. – 310 с. – С. 195-198.
3. Кардашян, Р.А. Аналитический обзор компьютерной и игровой зависимости / Р.А. Кардашян, О.И. Голубинская // Наркология. – 2014. – № 12(156). – С. 80-89.
4. Коптелова, Н.И. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков / Н.И. Коптелова, М.В. Данилова // Молодой ученый. – 2014. – №20. – С. 547-549.
5. Чжон, С. Энциклопедия современных аддикций [Электронный ресурс] / С. Чжон, Ч. Ким, Л. Сон // Asan Medical Center. – 2021. – Режим доступа: <https://www.amc.seoul.kr/asan/healthinfo/disease/diseaseDetail.do?contentId=31907>. – Дата доступа: 19.03.2021.

УДК 316.612

### **ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ОБРАЗ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА**

**И.И. Зайцева**

*г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*  
(e-mail: [nina22903@gmail.com](mailto:nina22903@gmail.com))

В социологическом словаре понятие «образ жизни» трактуется как способ, формы и условия индивидуальной и коллективной жизнедеятельности человека (трудовой, бытовой, социально-политической и культурной), типичные для конкретно-исторических социально-экономических отношений [1, с. 207].

Современная молодежь проводит большую часть времени за компьютером, ноутбуком, в телефоне или планшете. Гаджеты заполнили мир и вместе с ним свободное время. В связи с этим, вопрос о влиянии социальных сетей и времени