

ПРОФИЛАКТИКА YOUTUBE ЗАВИСИМОСТИ

С.А. Кишкович

г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

(e-mail: kishkovich.s@yandex.ru)

Несмотря на то, что нынешний период истории всеми оценивается по-разному, общим для многих точек зрения является признание ведущей роли информационных технологий, многообразия и плюрализма информации. В данном обществе заметно усиление производства информации и её применение, т.е. преобладание информационного сектора экономики, следующего за сельским хозяйством, промышленностью и экономикой услуг. Капитал и труд как основа индустриального общества уступают место информации и знанию в информационном обществе.

Интернет, как и другие средства масс-медиа, обеспечивает свободное движение и производство информации и информационных услуг, неограниченный доступ к информации и использование её для стремительного научно-технологического прогресса, для научных инноваций, развития знаний, решения экологических и демографических проблем. Но помимо признания их несомненно позитивного вклада, эти явления требуют критического осмысления, поскольку способствуют распространению массовой культуры и пропаганде потребительского образа жизни, что, как будет показано ниже, сильно влияет на ценностное самоопределение современной молодёжи.

Интернет является своего рода куполом, под которым человек чувствует себя в безопасности, отстраняется от некомфортного внешнего мира [2, с. 87].

Интересно, что пользователи в среднем от 18 до 24 лет проводят больше времени в социальных сетях, но именно подростки (69%) чувствуют необходимость немедленно реагировать на все обновления и новые сообщения. Для них важно не упустить момент и быть в постоянном социальном взаимодействии.

В целом, молодое поколение не ограничивается проверкой обновлений ленты, но активно участвует во всем, что происходит. Например, подростки любят и комментируют посты своих друзей более активно, чем другие, публикуют свои собственные видео, а также комментируют публикации лидеров мнений и блогеров.

Ещё одна важная характеристика нового поколения пользователей: они визуалы. Онлайн-видео становятся их основным источником не только развлечений, но и быстрых ответов на вопросы. Таким образом, четверть пользователей в возрасте от 13 до 24 лет используют YouTube для поиска соответствующих ответов, которые возникают в различных ситуациях. Учитывая этот факт в своих кампаниях, рекламодатели могут прийти на помощь в ключевые моменты, когда их аудитория ищет информацию.

С этой точки зрения актуальность данного исследования заключается в том, что теоретическое и практическое исследование особенностей профилактики YouTube зависимости необходимы для совершенствования социокультурной жизни общества, которая не только позволяет молодежи включиться в социум, но и создает определенный потенциал культурного преобразования современного общества.

Понятие «интернет-зависимость» (Internet addiction disorder, IAD) было предложено И. Голдбергом в 1995 году, эмпирическое исследование этого феномена было начато К. Янг на год раньше [3, с. 25].

В представлении американского психолога Кимберли Янг, зависимость от интернета – многомерное явление, включающее следующие компоненты:

1. Проявления эскейпизма – уход в виртуальную реальность тревожных и склонных к депрессиям лиц, ощущающих собственную незащищенность, имеющих низкую самооценку, одиноких и тяготящихся собственной жизнью.

2. Поиск новизны.

3. Стремление к постоянному стимулированию чувств.

4. Эмоциональная привязанность – возможность освободиться от переживания неприятностей в реальной жизни, высказаться, быть эмпатийно понятым и принятым и получить поддержку и одобрение.

5. Возможность ощущения себя «виртуозом» в применении компьютерных технологий и специализированных коммуникативных или поисковых программ вследствие преодоления компьютерофобии.

Следует отметить, что единого взгляда на явление интернет-зависимости до сих пор не существует. Более того, ряд авторов указывают, что непосредственно интернет-зависимости нет вовсе. В частности, М. Гриффитс писал: «...я утверждаю, что большая часть тех, кто избыточно применяет Интернет, не являются зависимыми непосредственно от Интернета, для них Интернет – это своего рода питательная среда для поддержания других зависимостей... Я полагаю, что следует проводить различие между зависимостью непосредственно от Интернета и зависимостями, связанными с применениями Интернета» [1, с. 19].

Таким образом, можно отметить, что интернет-зависимость стала мировым феноменом, ее уровень пока колеблется в умеренных границах, однако уже есть страны, в которых доля сильно и абсолютно зависимых пользователей становится статистически значимой. Чтобы эта тенденция не приняла угрожающий характер, профилактика и борьба с интернет-зависимостью должна стать одним из приоритетных направлений государственной политики.

Изучение зависимости интернета на пользователя занимались такие исследователи как М.А. Чванова, М.В. Храмова, И.А. Слетков, И.А. Киселева, Н.А. Котова, Н.С. Козлова, А.А. Молчанов, Н.Н. Королева, Н. В. Угольков, О.В. Осеева, Ю.В. Воробьева, А.В. Соколов.

Цель исследования заключается в изучение процесса влияния YouTube на процесс становление современной молодёжной культуры.

Были поставлены следующие задачи исследования: изучение понятия «YouTube» и процесса развития YouTube зависимости, изучение отношения молодежи к YouTube, разработать программу коррекционных занятий по профилактике YouTube зависимости.

Материал и методы. Исследование отношения студентов к YouTube проводилось на базе Витебского государственного университета имени П.М. Машерова. Выборку для данного исследования составили студенты третьего курса факультета социальной педагогики и психологии.

В процессе исследования был использован метод анкетирования. Суть анкеты заключается в двадцати вопросах, направленных на исследование интереса молодёжи к видеохостинг YouTube. Алгоритм проведения анкетирования заключался в нескольких последовательных этапах. Изначально респондентам был представлен раздаточный материал: бланки для ответов на вопросы анкеты и

ручка. После чего были оглашены правила. Испытуемым поочередно зачитывались вопросы, на которые они должны были выбрать один или несколько вариантов ответа, указанные после каждого вопроса, предложить свой вариант или же обосновать свой ответ. Раздаточный бланк состоял из двадцати пунктов.

Результаты и их обсуждение. В ходе обработки полученных данных можно отметить, что 53% респондентов ежедневно просматривают видеоролики на YouTube, 21% делают это один раз в два дня, а 26% посещают сайт, когда им нечего делать.

Так, в результате исследования выявлено, что 47,4% уделяют менее одного часа на просмотр видео, 37% отдают на это более одного часа, а 16% более трёх часов.

Итак, на основании анкетирования можно сделать вывод, что большинство проводят приличное количество времени за просмотром видеохостинга. В основном зависимость проведенного времени за просмотром видео на данном интернет-видеохостинге так же может очень сильно зависеть от мотивации просмотра видео роликов, некоторые респонденты просматривали большое количество открытых лекций для подготовки к экзаменам.

Но все же большинство респондентов просматривают видеоролики тогда, когда им нечего делать, некоторые так же отмечали, что включают их как фон при работе с компьютером, что зачастую их отвлекало и снижало работоспособность.

Современная молодежь – это «компьютерное поколение», «поколение» виртуальная реальность», поэтому ее культурные потребности и ценностные ориентиры принципиально отличаются от всех предыдущих поколений.

Исходя из этого возникает необходимость в создании программы коррекции YouTube зависимости у молодёжи.

Цель программы – уменьшение психологической зависимости молодёжи от видеохостинга YouTube.

Задачи коррекционной программы:

1. Создание условий для отработки участниками занятий коммуникативных навыков, новых форм общения и поведения.
2. Формирование и развитие волевых качеств личности студента, навыков самоорганизации.
3. Поддержка развития позитивной самооценки, формирование уверенности в себе, управления собственным досугом.

Средством решения задач тренинга служат групповые дискуссии, ролевые игры. Именно эти приемы позволяют реализовать принципы тренинга. Так, в ходе групповой дискуссии участники обучаются умению управлять групповым процессом обсуждения проблемы, а также выступать в роли рядового участника дискуссии: коммуникатора, генератора идей, эрудита и т.д. В процессе такой активной работы приобретается целый ряд групповых коммуникативных навыков.

Ведение занятий построено на соблюдении основных принципов групповой работы:

– Принцип добровольности участия, от включения в тренинговую группу до принятия участия в отдельном упражнении или технике.

– Принцип конфиденциальности. Все, что говорится и происходит в группе, не должно стать достоянием третьих лиц. Это требование является условием создания атмосферы психологического комфорта, доверия и принципа безопасности.

– Принцип уважения другого.

При проведении различных методов и форм коррекции компьютерной зависимости, учитывались три основных параметра активности:

- физическая (проявлялась в том, что говорили, писали, слушали, меняли рабочее место);
- социальная (участники задавали вопросы, отвечали на вопросы, обменивались мнением);
- познавательная (участники вносили дополнения, поправки, находили решение проблемы самостоятельно).

Целевая группа: студенты.

Данная программа содержит беседу, два занятия с элементами тренинга, одно коррекционно-развивающее занятие. Программа позволяет проработать проблему YouTube зависимости как с теоретической, так и с практической стороны.

Таким образом, мною была составлена программа коррекционных занятий по профилактике YouTube зависимости, которая решала ряд задач, а именно:

Создание условий для отработки участниками занятий коммуникативных навыков, новых форм общения и поведения.

Формирование и развитие волевых качеств личности студента, навыков самоорганизации.

Поддержка развития позитивной самооценки, формирование уверенности в себе, управления собственным досугом.

Заключение. Таким образом мы видим, что зависимость от YouTube – это не шутка. Поначалу вы смотрите несколько случайных видео на разных каналах, а по прошествии некоторого времени понимаете, что не можете думать ни о чем, кроме как о том, что вам надо посмотреть всякие интересные видео. Злоупотребление YouTube может превратиться в серьезное поведенческое пристрастие и начать влиять на вашу жизнь негативным образом.

Список используемых источников:

1. Войскунский, А.Е. Общение, опосредованное компьютером: дис. ... к-та псих. наук: 19.00.01 / О.А. Войскунский. – М., 1990. – 19 л.
2. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика: учеб. пособие / А.В. Гоголева. – М.: МОДЭК, 2003. – 107 с.
3. Янг, К. Интернет-зависимость / К. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24-29.

УДК 159.9.07

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ РАБОТЫ С ОСВОБОДИВШИМИСЯ ИЗ МЕСТ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ (на примере ГУ «Территориальный центр социального обслуживания населения г. Новополоцка»)

Б.А. Ковалёв

г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: kovalev_bogdan1795@mail.ru)

Для более эффективной реализации реформы уголовно-исполнительной системы, направленной на гуманизацию всего исправительного процесса, а также приведение его в соответствие с международными стандартами, необходимы дальнейшая разработка и внедрение инновационных технологий в социально-психологическую работу.