

участию в деревенской и поселковой жизни; повысят собственный уровень социальной активности и психологического комфорта. По возможности, результаты работы над проектом будут обобщены и продолжены в ходе дальнейшей деятельности, в том числе, дипломного проектирования, а также отражены в печати.

Заключение. Технологии социальной работы с гражданами пожилого возраста в Беларуси находятся в постоянной динамике. Повышается качество жизни пожилых людей, так как совершенствуется законодательно-правовая база. К инновационным технологиям мы отнесли информационно-коммуникативные технологии, а также технологии арт-терапии. Проанализировав их сущность, мы нашли возможным использование этих технологий в ходе разработки и реализации социального проекта «Активный возраст».

Список использованных источников:

1. Постановление Совета Министров от 21 декабря 2020 г. № 748 Государственная программа «Социальная защита» на 2021 – 2025 годы // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://pravo.by/upload/docs/op/C22000748_1608843600.pdf. – Дата доступа: 20.03.21.

2. Приходько, М.И. Инновационные формы в социальной работе с пожилыми людьми / М.И. Приходько, И.Н. Киселёва // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – № 2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnye-formy-v-sotsialnoy-rabote-s-pozhilyimi-lyudmi>. – Дата доступа: 10.03.21.

УДК 37.013.42

ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Т.В. Максимова, Е.К. Погодина

г. Минск, БГПУ имени Максима Танка

(e-mail: tania.makc@yandex.by, pogodinaek@mail.ru)

Характерной особенностью современного общества является стремительное развитие информационных технологий, повсеместное распространение компьютеров и электронных сетей, увеличение количества пользователей киберпространства в подростково-молодежной среде. С одной стороны, Интернет играет огромную роль в современном мире и приносит большую пользу человечеству: как неиссякаемый источник информации, доступный способ приобретения знаний и навыков, незаменимый помощник в учебе, средство проведения досуга, место для знакомств и поддержания связей; с другой – бесконтрольное пользование ресурсами Интернет, постоянное нахождение в сети отрицательно сказывается на психическом и физическом здоровье человека и может вызвать зависимость, которая проявляется в стремлении уйти от реальности в виртуальный мир.

Цель исследования – теоретически обосновать и методически обеспечить социально-педагогическую деятельность по профилактике интернет-зависимости у подростков.

Материал и методы. Диагностическое исследование склонности подростков к интернет-зависимости было проведено на базе ГУО «Средняя школа № 173 г. Минска». В исследовании приняли участие учащиеся 7-х классов, возраст

респондентов – 12-13 лет. Для достижения цели использовались следующие методы исследования: теоретические методы (анализ научной литературы по проблеме исследования); эмпирические методы исследования – тестирование (экспресс-тест на определение зависимости от интернета С.А. Кулакова), анкетирование (анкета для изучения склонности к интернет-зависимости у подростков).

Результаты и их обсуждение. Термин «интернет-зависимость» был впервые введен А. Голдбергом [6] в отношении слишком длительного пребывания в сети Интернет. К. Янг [5] определяет перечень критериев для диагностики интернет-зависимости: всепоглощённость интернетом; возрастающее желание проводить в интернете все больше и больше времени; повторяющиеся попытки уменьшить использование Сети; проблемы с контролем времени; возникновение проблем в общении; смена настроения посредством использования интернета и др.

А.Е. Войскунский [1] выделяет следующие поведенческие характеристики интернет-зависимой личности: готовность лгать друзьям и семье, преуменьшая длительность и частоту нахождения в сети Интернет; стремление и способность не испытывать чувство вины и беспомощности, тревоги в момент нахождения в сети, обретение эмоционального подъема и эйфории в этот момент; готовность мириться с потерей друзей, с разрушением взаимоотношений с семьей и окружающим миром. М. Орзак [7] описывает сходные психологические и физические симптомы, характерные для интернет-зависимости, а также подчеркивает особенности ухудшения самочувствия во время работы за компьютером. К физическим симптомам автор относит ощущение сухости в глазах, головные боли и боли в спине, нарушение режима дня, расстройство сна, изменения со стороны пищеварительной системы из-за нерегулярного питания.

Среди факторов, способствующих формированию интернет-зависимости, важную роль играют индивидуально-психологические особенности подростка. Подростки – наиболее уязвимая категория для развития интернет-зависимости. Это связано с психологическими проблемами, возникающими у подростков, а также свойствами характера и поведения, такими как повышенная тревожность, неуверенность подростка в себе, в своих силах, закомплексованность в виду возрастных изменений, застенчивость, низкий уровень стрессоустойчивости, легкость возникновения эмоциональных реакций, беспричинная смена настроения, чрезмерная обидчивость, невозможность решить самостоятельно ту или иную проблему, заниженная самооценка и др. При этом эмоциональная неустойчивость и повышенная возбудимость несовершеннолетних сочетается с недостаточным развитием их волевой сферы, самоконтроля.

А.Ю. Егоров [3] считает, что существует так называемый зависимый тип личности, являющийся основным фактором риска возникновения интернет-зависимости. К чертам характера такого типа личности относятся крайняя несамостоятельность, неумение отказать, боязнь быть отвергнутым другими людьми, ранимость, боязнь критики и неодобрения, отказ от ответственности и принятия решений, а также подчинение и зависимость от других значимых людей.

Уход в виртуальную реальность у подростков зачастую является следствием неудовлетворения базовых человеческих потребностей – в безопасности, признании и любви. В подростковом возрасте происходит активное становление личности, подготовка к взрослой жизни. Перед индивидом начинают появляться все более сложные для решения задачи, подростки начинают остро и болезненно реагировать на возникающие трудности, и стремятся оградить себя от проблем.

К социальным факторам интернет-зависимости относятся: ускорение темпов интернет-усвоения, снижение возраста пользователей, рост и увеличение возможностей сети Интернет в реализации разнообразных потребностей подростка (простота, доступность сети Интернет, возможность ухода от проблем, существующих в реальной жизни, анонимность общения).

Одним из важнейших факторов формирования зависимого поведения выступает семья. А.Е. Войскунский [2] указывает, что семейные отношения, модель семейного воспитания, наличие патологических стилей воспитания у родителей могут быть причинами возникновения различного рода зависимостей у подростков, в частности интернет-зависимости и уход в виртуальную реальность. Среди негативных факторов автор выделяет психические травмы, пережитые в раннем детстве, в частности, развод родителей. По мнению А. Е. Войскунского, интернет-зависимости больше подвержены дети родителей, которые часто не бывают дома, родителей-трудооголиков. К отрицательным факторам семейных отношений также можно отнести постоянные конфликты между родителями, эмоционально-психологическое напряжение в семье, недостаток общения с родителями. Отсутствие сплоченности между членами семьи, чрезмерный контроль со стороны взрослых способствуют эмоциональной отгороженности ребенка, стремлению искать поддержку и одобрение со стороны других людей, в том числе в сети Интернет.

Основными признаками интернет-зависимости у подростков являются: потеря контроля над собой, временем нахождения в сети; преобладание «тоннельного» мышления, когда все мысли только об игре или социальной сети; отрицание наличия проблемы, категорический отказ от помощи; агрессия, недовольство реальной жизнью; проблемы с учебой; нарушение коммуникации; расстройства сна, кардинальное изменение режима.

М.С. Ивановым описаны стадии формирования психологической зависимости от сети Интернет [4]:

1. Стадия легкой увлеченности – этап адаптации, на котором происходит знакомство с возможностями Интернет. Подросток испытывает положительные эмоции, то есть происходит удовлетворение потребности в удовольствии.

2. Стадия увлеченности. Происходит систематический выход в сеть Интернет, влекущее постепенное замещение значимых сфер жизни личности.

3. Стадия зависимости. Происходит быстрое возникновение зависимости, которая достигает максимума и находится на определенном уровне. Происходит изменение самооценки и самосознания подростка.

4. Стадия привязанности. Происходит угасание игровой активности, сдвигом поведения подростком в сторону нормы. Но сам по себе полностью освободиться от привязанности индивид не может.

Анализ результатов исследования показал, что 9,5% опрошенных подростков (из них 2/3 – мальчики) имеют склонность к интернет-зависимости и находятся на стадии увлеченности. У данных подростков отмечаются проблемы в учебе, с успеваемостью, в общении с семьей и сверстниками из-за большого количества времени, проводимого в сети Интернет.

Анкетирование выявило, что 65,5% опрошенных испытывают ежедневную потребность в выходе в сеть Интернет, а 19% подростков не представляют свою жизнь без интернета. При этом все респонденты отметили, что пользуются Интернетом каждый день.

В большинстве случаев подростки используют сеть Интернет для учебы, поиска информации, для личных целей и для общения. Среди наиболее популярных

среди подростков сайтов можно выделить социальные сети (Инстаграм, Вконтакте, Тик-ток, Ютуб), поисковые сайты, игровые и развлекательные сайты, чаты общения. На вопрос, что больше всего привлекает подростков в пользовании интернетом, были получены следующие ответы: доступность, простота использования, полезность и возможность интересно провести время.

Опрос показал, что подростки проводят в сети большое количество времени: лишь 15,9% респондентов находятся в Интернете менее 1 часа в день, 19% – 1-2 часа в день, 49,2% – 3-4 часа в день, 14,3% – 5-6 часов, 1,6% – более 6 часов в день. Некоторые подростки отмечали, что испытывают негативные чувства и эмоции, если долго находятся не в сети: пустоту (30%), раздражительность (17,2%), дискомфорт (14,3%), подавленность (8,6%).

Подростки осознают, что интернет-зависимость оказывает отрицательное воздействие на здоровье человека. К последствиям чрезмерного увлечения Интернетом они относят: бессонницу (23,8%), беспокойный сон (15,9%), головную боль (12,7%), боль в спине и животе (6,4%), сухость и жжение в глазах, а также ухудшение зрения (3,2%).

Многие подростки отмечают, что проводят много времени в сети из-за негативных переживаний в реальной жизни: недовольства собой (31,7%), одиночества (19%), депрессивного состояния (9,5%), невозможности расслабиться (11,1%). Некоторые респонденты указали, что не могут самостоятельно контролировать время нахождения в сети, и стремятся к увеличению количества времени, проводимого в Интернете.

На основании результатов диагностического исследования была разработана программа социально-педагогической профилактики интернет-зависимости у подростков.

Цель программы: предотвращение развития интернет-зависимости у подростков.

Задачи программы:

- формирование у подростков комплекса социально-психологических знаний, обеспечивающих адекватное отношение к компьютеру и сети Интернет;
- формирование информационной культуры подростков, навыков безопасного поведения в виртуальном пространстве;
- развитие личностных качеств подростков, психологической устойчивости, умений и навыков межличностного взаимодействия.

Содержание программы разрабатывалась на основе следующих принципов:

- принцип доступности, учета индивидуальных и возрастных особенностей подростков;
- принцип комплексного воздействия, включающий работу с подростками, их родителями и педагогами;
- принцип системности и последовательности.

Целевая группа – учащиеся среднего звена учреждения общего среднего образования.

В содержание программы включены: групповые тренинговые занятия для подростков; индивидуальная работа с подростками, имеющими проявления интернет-зависимости; консультации и беседы с родителями подростков о признаках интернет-зависимости и ее профилактике; семинары для педагогов и классных руководителей.

Реализация профилактической программы в учреждении общего среднего образования будет способствовать развитию психологической устойчивости подростков, формированию навыков межличностного взаимодействия, снижению риска развития интернет-зависимости в подростковой среде.

Список использованных источников:

1. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25. – № 1. – С. 90-100.
2. Войскунский, А.Е. Поведение в киберпространстве: психологические принципы / А.Е. Войскунский // Человек. – 2016. – № 1. – С. 36-49.
3. Егоров, А. Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.А. Петрова // Вопросы психологии здоровья детей и подростков. – 2005. – Т. 5. – № 2. – С. 20-27.
4. Иванов, М.С. Особенности самореализации личности в компьютерной игровой деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / М.С. Иванов. – Кемерово, 2005. – 155 с.
5. Янг К. Диагноз – Интернет-зависимость / К. Янг // Мир Internet. – 2000. – №2. – С. 24-29.
6. Goldberg I. Internet addiction disorder / I. Goldberg // CyberPsychology & Behavior. – 1996. – V. 3. – №4. – P. 403-412.
7. Orzack M. H. Computer addiction: What is it? / M. H. Orzack // Psychiatric Times. – 1998. – V. 15. – №8. – P. 34-38.

УДК 316.356.2-058.8:316.663.2-053.6

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ПОДРОСТКАМИ РОДИТЕЛЬСКОЙ ПОЗИЦИИ МАТЕРИ И ОТЦА В МНОГОДЕТНЫХ И МАЛОДЕТНЫХ СЕМЬЯХ

Н.Н. Матюшонок

г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

Согласно законодательству Республики Беларусь семья – это объединение лиц, связанных между собой моральной и материальной общностью и поддержкой, ведением общего хозяйства, правами и обязанностями, вытекающими из брака, близкого родства, усыновления [2, с. 59].

Отдельным направлением жизни семьи являются детско-родительские отношения. Детско-родительские отношения как важнейшая детерминанта психического развития и процесса социализации ребенка могут быть определены следующими параметрами: характер эмоциональной связи; мотивы воспитания и родительства; степень вовлеченности родителя и ребенка в детско-родительские отношения; удовлетворение потребностей ребенка, забота и внимание к нему родителя; стиль общения и взаимодействия с ребенком; способ разрешения проблемных и конфликтных ситуаций; поддержка автономии ребенка; социальный контроль: требования и запреты, их содержание и количество; способ контроля; санкции; родительский мониторинг; степень устойчивости и последовательности (противоречивости) семейного воспитания [3, с. 118].

Актуальность данной темы заключается в том, что в актуальных условиях, при современном ритме жизни, семья не всегда самостоятельно в полной мере способна создать благоприятные условия для оптимального развития и воспитания ребенка.

Проблемы во взаимоотношениях между членами семьи часто бывают из-за нехватки общения. Нарушения межличностного общения – одна из наиболее актуальных проблем семейного функционирования.

Особая ситуация может складываться в многодетных семьях. Факт дефицита времени родителей и поверхностность знаний по вопросам воспитания детей создают множество проблем в таких семьях. Из-за нереализованной потребности во внимании родителей у детей могут формироваться нежелательные качества