

независимого в своих действиях, руководствующегося в жизни собственными целями и принципами, что, в то же время, не приводит к враждебному отношению к окружающим. То есть такие люди свободны в своих выборах и не подвержены внешним влияниям.

Стоит также отметить и снижение показателей по шкалам «Взгляд на природу человека» – уменьшение на 60 пунктов. Практически у всех участников было выявлено повышение критичности восприятия по отношению к природе человека и его возможностям; «Спонтанность» – незначительное понижение на 6,9 пункта. Данная шкала характеризует способность к открытому выражению своих чувств.

Показатели по шкалам «Методики диагностики иррациональных установок А. Эллиса» также выросли: «Долженствование в отношении себя» (+35 пунктов) – участники стали более адекватно относиться к себе и к требованиям, которые предъявляются к их поведению и личности; «Катастрофизация» (+31 пункт) – говорит о более спокойном отношении к неприятным и фрустрирующим ситуациям, участники перестали преувеличивать последствия неблагоприятных событий, считать их ужасающими и катастрофичными; «Самооценка» (+21 пункт) – улучшилось умение оценивать конкретные поступки или черты, а не человека в целом; «Фрустрационная толерантность» (+21 пункт) – повысилась способность успешно противостоять стрессам. Показатель по шкале «Долженствование в отношении других» не изменился.

Если оценивать эффективность проведенных психокоррекционных занятий для каждого из участников, то можно отметить следующее:

1. Эффективность проведенных занятий для трех испытуемых была высокой – были выявлены значительные положительные изменения по шкалам опросников самоактуализации и иррациональных установок, по результатам второго тестирования у них вырос как общий уровень самоактуализации, так и показатель общей рациональности мышления.
2. У одного из участников были выявлены незначительные положительные и отрицательные изменения по шкалам опросников самоактуализации и иррациональных установок, уровень самоактуализации и рациональности мышления вырос незначительно – эффективность занятий для данного участника можно назвать средней.
3. Эффективность проведенных занятий для двух участников можно назвать невысокой: у одного из них незначительно вырос общий уровень самоактуализации и понизился уровень рациональности мышления, у другого – снизились показатели как по уровню самоактуализации, так и по уровню рациональности мышления.

В целом, результаты нашей работы можно назвать успешными. Так в сумме общий показатель самоактуализации по опроснику «САМОАЛ» вырос на 36 пунктов, а показатель общей рациональности мышления вырос на 87 пунктов, что говорит о достаточно высокой эффективности проведенных психокоррекционных занятий в плане содействия процессу самоактуализации, повышения рациональности мышления и избавления от иррациональных установок. Осознание и замена иррациональной системы убеждений на рациональную помогает участникам занятий более адекватно оценивать реальность, повышать самопринятие, учиться гибкому и многовариантному поведению, избавляться от блокирующих активность отрицательных эмоциональных реакций.

Список использованных источников

1. Абрамович, В.К. Социально-психологический тренинг: программы формирующей тематики: учеб.-метод. пособие / В.К. Абрамович, И.А. Челябинская, О.В. Шапошникова; под общ. ред. Р.П. Попка. – Минск: БГУ, 2009. – 115 с.
2. Ольвинская, Ю.Л. Гармоничность психологической организации личности как основа для развития потенциала самоактуализации / Ю.Л. Ольвинская. – СПб.: Издательство СПбГУ, 2005. – 23 с.
3. Стишенков, И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей / И.В. Стишенков. – СПб.: Речь, 2008 – 230 с.
4. Федоров, А.П. Когнитивно-поведенческая психотерапия / А.П. Федоров. – СПб.: Питер, 2002. – 352 с.
5. Эллис, А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса / А. Эллис. – СПб.: Питер, 1999. – 288 с.

УДК 101.003

ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

Маг. Кацнельсон Е.И., Байдо Н.В., к.ф.н., доц. Бородич В.М.

Витебский государственный университет имени П.М. Машерова

Появление в 80-е годы XX века международной сети Интернет оказало существенное влияние на различные грани жизни современного общества. Но пожалуй, в наибольшей степени – на общение людей.

Цель исследования – выявление особенностей общения подростков в социальных сетях. **Предмет исследования** – изучение особенностей общения молодежи в социальных сетях.

Социальные сети являются средством обеспечения сервисов, связанных с установлением связей между его пользователями, а также разными пользователями и соответствующими их интересам информационными ресурсами, установленными на сайтах глобальной сети. Содержание и формы онлайн-общения чрезвычайно разнообразны. Однако главная функция Интернета – обеспечение свободного общения, возможность себя показать и подружиться с кем-то интересным. Такая возможность социальных сетей очень привлекательна для различных слоев особенно для подростков.

Подростковый возраст – возраст общения, возраст наибольшего стремления к получению одобрения со стороны сверстников и той группы, которая является значимой для подростка. Многие свои представления о социальных ролях и жизненных ценностях подростки получают именно отсюда. Они живут в мире разнообразных ролей, предлагаемых многочисленными группами – семьей, друзьями, социальными институтами. Современная Интернет-среда, являясь виртуальной, позволяет подростку реализовать те роли, проигрывание которых в реальной жизни представляется для него затруднительным, но в «проживании» этой роли подросток испытывает необходимость, чтобы либо принять, либо отвергнуть те ценности, установки и идеалы, которые эта роль подразумевает. Тем более, такая особенность Интернет-среды как анонимность создает все предпосылки для такого ролевого экспериментирования [3]. Самопрезентация подростков в Интернете. Является расковыривающей и менее социально желательной по сравнению с тем, что представляет собой подросток на самом деле. Этот факт является закономерностью нормативного развития в этом возрасте, следствием пока еще не сформировавшейся личности подростка, его особого отношения к миру, потребностью во взрослости, которая может и в реальной жизни проявляться в эпатаже, а в виртуальной и анонимной Интернет-среде – тем более. Виртуальная самопрезентация, отличающаяся от реального образа, создается подростком для того, чтобы получить новый опыт, и обусловлена его стремлением испытать нечто ранее не испытанное, поиском себя [2].

Особое место при общении в социальных сетях занимает манера общения и использование коротких, но емких выражений, различных символов, картинок-смайликов. Это породило новый язык общения, со специально искаженными орфографическими и лексическими нормами. Общение становится торопливым и предельно упрощенным. При помощи знаков препинания эмоции выражаются по-разному. По мере развития Интернета набор этих значков увеличивается. Изначально эмограммы (термин, рожденный Интернет-средой) обозначались при помощи букв и знаков препинаний:

:-) Основная улыбка. Используется для выражения сарказма или отметки шуточного утверждения, т.к. мы не можем слышать интонации голоса в Интернете.

;-) Подмигивающая улыбка. Заигрывающая и/или саркастическая улыбка. Скорее означает «Не бейте меня за то, что я только что сказал».

:-(Мрачная улыбка. Вам не понравилось последнее утверждение или вы огорчены чем-либо.

:* Поцелуй

В настоящее время ни один форум или чат не обходится без набора смайлов. Они существуют в различных вариациях, появляются анимированные смайлики-аватарки. Смайлики и намеренно искаженные слова получают все большее распространение, становясь практически общепринятым интернетовским языком [1]. Подросток в социальной сети находится со всеми наравне, но в тоже время, имеет шанс отличаться от своих сверстников. Популярности общения подростков в социальных сетях способствуют: доступность информации о собеседниках, поразительная простота нахождения контакта с ними. Симпатии выражаются виртуальными поцелуями, клипами и открытками в несконечном ассортименте.

Мотивы общения подростков в социальных сетях можно условно разделить на две группы:

- психологические (место развлечения, социальные сети как единственное средство общения для подростков, потребность в общении)
- социально-психологические (неудовлетворенность подростка самим собой, создание себе виртуального образа).

К специфическим особенностям интернет-общения, которые оказались очень востребованными в подростковой среде, можно отнести:

1. Анонимность. Несмотря на то, что иногда возможно получить некоторые сведения анкетного характера и даже фотографию собеседника, они недостаточны для реального и более или менее адекватного восприятия личности. Кроме того, наблюдается укрывание или презентация ложных сведений. Человек в сети может проявлять и проявлять большую свободу высказываний, так как риск разоблачения и отрицательной личной оценки окружающими минимален.
2. Своеобразие протекания процессов межличностного восприятия в условиях отсутствия невербальной информации.
3. Добровольность и желательность контактов. Пользователь добровольно завязывает контакты или уходит от них, а также может прервать их в любой момент.
4. Затрудненность эмоционального компонента общения и, в то же время, стойкое стремление к эмоциональному наполнению текста, которое выражается в создании специальных значков для обозначения эмоций или в описании эмоций словами.
5. Стремление к нетипичному, ненормативному поведению. Зачастую пользователи показывают себя с иной стороны, чем в условиях реальной социальной нормы, проигрывают не реализуемые в деятельности вне сети роли, сценарии, ненормативного поведения.

Вывод: новые формы общения в социальных сетях имеют множество негативных сторон. Но к данному социально-коммуникативному явлению следует относиться как совершившему факту, который передается в специальной социально-философской и психолого-педагогической рефлексии. Это поможет проникнуть в духовный мир современных подростков и понять мотивы их личных поведенческих актов.

Список использованных источников

1. Леви, В.Л. Искусство быть другим / В.Л. Леви. – СПб.: Питер, 1993. – 191 с. : ил. – (Искусство быть; кн. 1)
2. Лунева, О. В. Общение / О.В. Лунева // Знание. Понимание. Умение. – 2005. – № 4. – С. 157-159.
3. Куницына, В. Н. Межличностное общение. Учебник для вузов / В.Н. Куницына. – СПб.: Питер, 2001. – 544 с. – (Учебник нового века).