

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

*Андрущенко Н. Ю., к. пед. н., доцент,
Шудель А.,
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Всемирная паутина все больше и больше поглощает человека, организуя его учебное и досуговое время. Интернет открывает безграничные возможности общения. Вместе с тем, интернет-зависимость является ярко выраженной болезнью современного общества.

Проблема интернет-зависимости изучается уже более двадцати лет. Первоначально термин «зависимость» применялся лишь к описанию поведения людей, зависимых от каких-либо химических веществ (алкоголь, наркотики). По сравнению с зависимостями от алкоголя и наркотиков, интернет-зависимость, казалась бы, в меньшей степени вредит здоровью человека. Однако она явно снижает трудоспособность и эффективность функционирования в реальном социуме [1].

В Виртуальном компьютерном мире легко можно стать кем угодно, а если компьютер подключен к сети Интернет, то возможности становятся безграничными. Термин «зависимость» был заимствован из лексикона психиатров для облегчения идентификации проблемы интернета путём ассоциации её с характерными социальными и психологическими проблемами [2].

Феномен интернет-зависимости начал активно изучаться зарубежными психологическими школами в 1990-х годах. Профессор Питтсбургского университета Кимберли Янг разработала и поместила на веб-сайт специальный тест на интернет-зависимость. По ее инициативе был организован «Центр онлайн-зависимости», на базе которого в 1997-1999 году были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические веб-службы по проблематике интернет-зависимости. В 1998 году служба «виртуальной зависимости» была организована американским практикующим психологом Дэвидом Гринфилдом. Сам термин «интернет-зависимость» появился в 1996 году. Его предложил американский психолог Айвен Голдберг для описания неоправданно долгого, возможно патологического пребывания в интернете. Он даёт следующую трактовку интернет-зависимости – расстройство поведения в результате использования интернета и компьютера. В исследованиях К. Янг интернет-зависимость – проблемное использование интернета. К. Янг выделяет следующие симптомы интернет-зависимости:

- навязчивое желание проверить электронную почту;
- постоянное ожидание следующего выхода в интернет;
- жалобы окружающих на то, что человек проводит слишком много времени в сети Интернет;

-жалобы окружающих на то, что человек тратит слишком много денег на интернет [3].

Среди русскоязычных источников по данной проблематике преобладают научные статьи. Так, В.С. Собкина исследовала взаимосвязь социальной идентичности и поведения в интернете пользователей юношеского возраста [4].

Социально-психологические особенности интернет-коммуникации изучала А.В. Беляева. Она рассматривала социальные корни возникновения интернет-зависимости, акцентируя внимание на атмосфере семьи как почве для ее возникновения [5].

А.Е. Войкунский поднимал вопрос виртуальной реальности и потенциальной связи её с проблематикой изменённых состояний личности [6].

Привлекая во внимание актуальность проблемы, нами в одной из школ Витебска было проведено исследование (тест К. Янг), в котором приняло участие 46 учащихся в возрасте 13-14 лет. Результаты показали, что 78% являются обычными пользователями интернета, у 12% опрошенных есть проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом.

Следует отметить, что исследование, касающееся интернет-зависимости проводилось среди студентов белорусских вузов. Интернет-зависимость была обнаружена у 27% девушек и 37% юношей. Основным признаком такой зависимости – это появление «синдрома отмены», когда поведение человека становится неадекватным и может дойти до психоза, если у него по каким-то причинам исчез доступ к Интернету [7].

Поэтому проблема профилактики интернет-зависимости приобретает стратегически важный характер. Нами была разработана программа профилактики интернет-зависимости среди молодежи.

Задачами программы являются:

- проведение образовательно-просветительских мероприятий;
- разработка методических рекомендаций для педагогов по предупреждению интернет-зависимости;
- разработка буклетов для учащихся, студентов и родителей. по профилактике интернет-зависимости.

Программа включает следующие мероприятия:

- круглый стол на темы: «Что я знаю об Интернете?», «Жизнь без Интернета»;
- занятия с элементами тренинга на темы: «Интернет-зависимость», «Общение, самооценка, тревожность»;
- просмотр и обсуждение видеофильма «Виртуальная агрессия»;
- классный (кураторский) час на тему: «Роль Интернета в вашей жизни»;
- выступление на общешкольном родительском собрании на тему: «Внимание родители! Интернет»;
- проведение игрового занятия «Виртуальный мир»;

- разработка методических рекомендаций для родителей и педагогов;
- разработка буклетов для учащихся, студентов и родителей и др.

Список использованных источников:

1. Бирюков, В.А. Сеть и наркомания / В.А. Бирюков // Компьютерный еженедельник. – 2000. – №6. – С. 13–15.
2. Иванов, М.М. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / М.М. Иванов // Психологический журнал. – 2003. – №2. – С. 10–14.
3. Янг, К. Диагноз интернет-зависимости / К. Янг. – Режим доступа: [www. iworld.ru](http://www.iworld.ru). – Дата доступа: 01.11.2017.
4. Собкина, В.С. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета / В.С. Собкина, Е.П. Белинская. – М.: СПб, 2007. – 167 с.
5. Беляева, А.В., Компьютерная опосредствованная совместная деятельность и проблема психического развития / А.В. Беляева // Психологический журнал. – 2004. – №2. – С.45–52.
6. Войскунский, А.Е. Исследования Интернета в психологии / А.Е. Войскунский. – Москва, 2002. – 250 с.
7. Кудрявцев, В.В. Интернет, или «экологически чистый» наркотик / В.В. Кудрявцев // Воспитание молодежи. – 2014. – №5. – С.35–40.

КОНФЛИКТ И ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЕ

*Бастенкова А. О.,
научный руководитель – Беззубенок А. П.,
Витебск, Витебский филиал «Белорусской Государственной академии связи»*

В настоящее время проблеме конфликтов уделяется значительное внимание[1-3].

Конфликт определяется столкновением личностей, а также групп, имеющих противоположные интересы, желание, притязания, взгляды и мнение.

Одной из основных предпосылок к изучению поведения личности или группы в конфликтных ситуациях является характерное для современных условий усложнение системы связей личности с окружающей ее предметной и социальной средой. Причем это усложнение связей, вероятно, будет расти, что приведет к росту психической напряженности и увеличению количества ситуаций, воспринимаемых личностью как конфликтные. Поэтому важно научиться мирному выходу из них за счет принятия оптимальных стратегий поведения.