

и сентиментальными, испытывать необоснованную тревогу, а иногда и депрессию – без видимой на то причины.

Среди пожилых людей очень популярны методы кинотерапии. Это метод групповой терапии, при котором популярные художественные фильмы просматриваются, а затем обсуждаются в группе. Таким образом, мы увидели, что применение кинотерапии в работе с пожилыми людьми может быть эффективным инструментом для снижения уровня тревожности, повышения активности, хорошего настроения и самочувствия, а также повысить уровень адаптации к стрессовым ситуациям.

Список использованных источников

1. Березин, С.В. Кинотерапия и кинотренинг: практическое пособие для психологов и социальных работников / С.В. Березин. – Самара, 2013. – 112 с.
2. Королькова, Л.В. Кинотерапия как средство коррекции тревожности у пожилых людей / Л.В. Королькова // Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения: сборник научных статей. – 2020. – URL: <https://rep.vsu.by/bitstream/123456789/25336/1/87-90.pdf> (дата обращения: 08.04.2024).
3. Холостова, Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми / Е.И. Холостова. – Москва: Дашков и К, 2014. – 344 с.

УДК 37.013.42

ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАВИСИМОСТИ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

Е.К. Погодина, Н.Л. Брезгунова
Минск, БГПУ имени Максима Танка
(e-mail: pogodinaek@mail.ru)

Социальные сети занимают важное место в жизни современных подростков. Благодаря социальным сетям подростки могут расширять границы общения, поддерживать контакты с широким кругом знакомых, обмениваться информацией, искать друзей по интересам, презентовать себя и получать обратную связь от других пользователей Сети. Социальные сети для современных подростков выступают средством для приобретения социального опыта, который не всегда является объективным и достоверным. Доступность и многофункциональность социальных сетей несет определенные риски для их пользователей, например, риск чрезмерного погружения в виртуальный мир, разрыва реальных социальных связей и формирования интернет-зависимости.

В исследовании рассматривается проблема зависимости подростков от социальных сетей. Проанализированы факторы риска формирования

интернет-зависимости в подростковой среде, представлены результаты эмпирического исследования особенностей поведения подростков в социальных сетях.

Материалы и методы исследования. Для проведения исследования были использованы: теоретические методы (изучение и анализ научной литературы); эмпирические методы (тестирование – Способ скрининговой диагностики интернет-зависимости Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Больбот; «Шкала Интернет-зависимости Чена» (шкала CIAS) в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова; анкетирование – авторская анкета «Влияние социальных сетей на личность подростка»).

В эмпирическом исследовании приняли участие 99 учащихся 6–7 классов ГУО «Гимназия № 174 г. Минска», возраст респондентов – 11–12 лет.

Результаты и их обсуждение. Социальные сети в интернет-пространстве являются универсальным средством общения. Характерными особенностями межличностного взаимодействия в социальных сетях в отличие от общения пользователей на других интернет-ресурсах (в форумах на информационных сайтах, в чатах, ICQ) является его персонифицированность и контролируемость: можно свободно выбирать партнеров по общению, тему, время и место взаимодействия.

Социальные сети имеют огромный потенциал, причем как положительный, так и отрицательный, и это вызывает беспокойство и необходимость в осуществлении социального контроля за поведением отдельных индивидов, особенно подростков, у которых сформировалась зависимость от социальных сетей.

Зависимость от социальных сетей – это вид аддикции, состояние личности, характеризующееся навязчивым стремлением к манипулированию собственными данными и взаимодействию с другими пользователями в социальной сети и неспособностью контролировать продолжительность и интенсивность данной активности и согласовывать ее с другой жизненно важной деятельностью, несмотря на возможные отрицательные последствия.

Зависимость от социальных сетей чаще всего присуща младшим подросткам, которые имеют сложности в межличностной коммуникации. К факторам, способствующим формированию зависимости у подростков, относят: особенности интернет-среды, индивидуальные особенности подростка, особенности социальной ситуации.

Среди причин зависимости от социальных сетей выделяют: неудовлетворение коммуникативных потребностей, отсутствие серьезных увлечений, экзистенциальную пустоту, негативную Я-концепцию, эмоциональный дискомфорт, ориентацию на интернет-субкультуру [4].

Одной из основных причин возникновения зависимости от социальных сетей у младших подростков является недостаток общения и взаимопонимания со сверстниками и родителями. Именно по этим причинам они все чаще обращаются к социальным сетям.

Зависимыми от социальных сетей становятся чаще всего подростки, у которых не удовлетворяется потребность в признании и принятии. Поэтому интерес других пользователей к персональной веб-странице подростка способствует повышению его самооценки, чувства собственной значимости и уверенности в себе [2].

С помощью социальных сетей младшие подростки могут также удовлетворять потребности, которые они не в состоянии реализовать в реальной жизни. Благодаря возможности анонимных социальных взаимодействий, подросток может создавать новые образы собственного «Я». Также сюда можно включить возможность поиска нового собеседника без необходимости удерживать внимание предыдущего (поскольку в любой момент можно найти другого) [3].

Проведенное исследование показало, что наиболее популярной среди подростков является такая социальная сеть как «ВКонтакте» [1]. На втором месте по степени значимости для испытуемых стоит социальная сеть Instagram, довольно часто младшие подростки используют для общения Telegram.

Только 24% опрошенных подростков проводят в социальных сетях менее 1 часа в день; 53% респондентов указали, что тратят на это 2–4 часа ежедневно; 17% отметили, что они проводят в социальных сетях по 5–7 часов в сутки, и 6% указали, что социальные сети отнимают у них более 7 часов времени ежедневно (рис. 1).

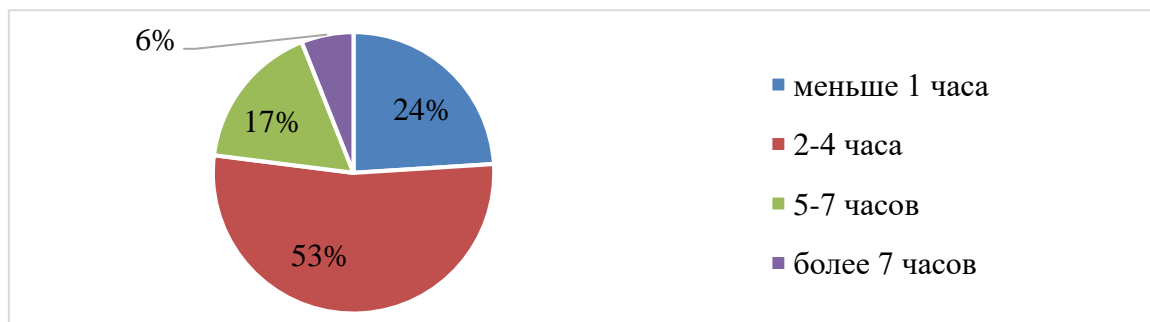


Рисунок 1 – Ответы респондентов на вопрос «Сколько времени Вы проводите в социальных сетях?»

Большинство подростков (86%) в социальных сетях предпочитают общаться с друзьями; 71% респондентов указали, что используют их для прослушивания музыки; 29% испытуемых отметили, что используют социальные сети для поиска нужной информации. Смотрят фильмы в социальных сетях 20% младших подростков; 9% отметили, что играют в социальных сетях в игры и 5% занимаются всем вышеперечисленным (рис. 2).

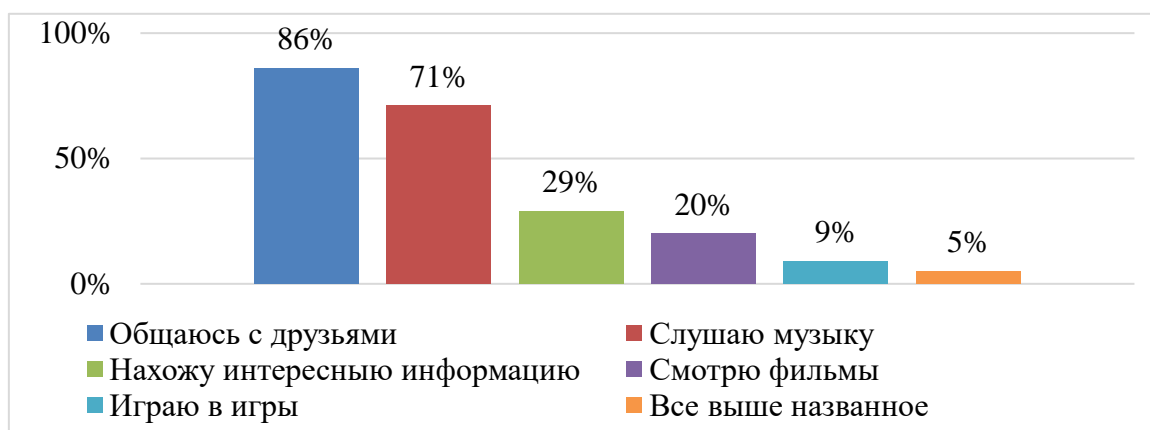


Рисунок 2 – Ответы респондентов на вопрос «Что вы предпочитаете делать в социальных сетях?»

Около трети подростков (27%) отметили, что ощущают негативное влияние социальных сетей на успеваемость и успешность обучения; 16% указали, что из-за проведения большого количества времени в социальных сетях они иногда не успевают делать домашнее задание. Еще 16% отметили, что такое случается у них часто и 12% указали, что так происходит всегда.

Анализ ответов на вопрос «Считаете ли вы, что у вас есть зависимость от социальных сетей?» показал, что 6% участников исследования уверены, что у них есть зависимость; 44% респондентов ответили «отчасти» (рис. 3).

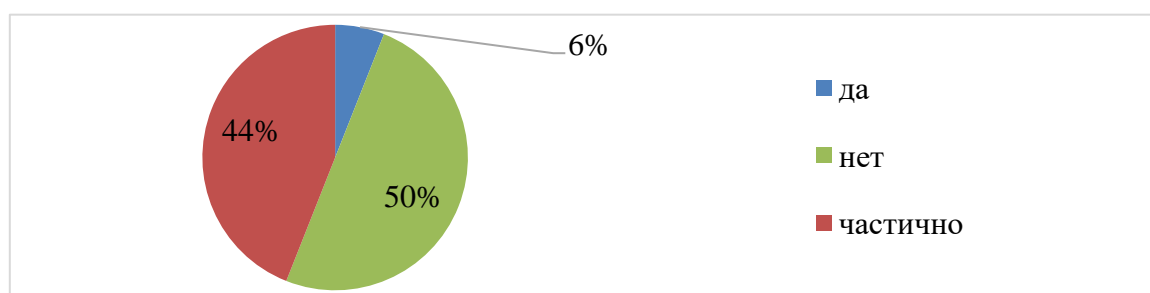


Рисунок 3 – Результаты самооценки подростками зависимости от социальных сетей

Профилактика зависимости младших подростков от социальных сетей включает: проведение просветительских мероприятий с учащимися, создание в учреждениях образования благоприятных условий для гармоничного развития личности, формирование умения правильно использовать интернет-ресурсы, внедрение программ психопрофилактики интернет-зависимости в деятельность специалистов (педагогов-психологов и социальных педагогов) учреждений образования.

В общественном сознании утвердилось представление о том, что опасной может быть только химическая зависимость (от наркотических веществ,

алкоголя и т.п.), при этом другие формы зависимости воспринимаются как вариант нормы, и считается, что они не приносят человеку особого вреда и являются, скорее, стилем жизни. Следовательно, расширение представлений об особенностях, специфике возникновения и проявлениях зависимости от интернета и социальных сетей является важным условием ее профилактики.

На основе проведенного эмпирического исследования была разработана программа социально-педагогической деятельности по профилактике зависимости младших подростков от социальных сетей «Реальный мир ярче».

В содержание программы включено проведение различных мероприятий:

- тематические классные часы и часы общения («Компьютерная зависимость: что я знаю о ней?», «Чем опасны онлайн-игры?» и др.);
- беседы с подростками («Безопасность в сети Интернет», «Я и мой профиль в социальных сетях», «Ответственность за распространение экстремистской информации в Сети» и др.);
- занятия-практикумы с использованием активных методов обучения («Суд над онлайн-играми», «Реальный и виртуальный мир» и др.);
- проведение социально-психологических тренингов для подростков по формированию коммуникативных навыков, обучению способам общения без конфликтов, снижению агрессивности и развитию способности к саморегуляции («Агрессии.net», «Стресс и подростки», «Общение в реальном мире», «Я и мое будущее» и др.).

Немаловажную роль в профилактической деятельности занимают мероприятия, направленные на расширение представлений подростков о том, какую угрозу может нести долговременное пребывание в сети, насколько данное информационное пространство может быть небезопасно. В учреждении образования необходимо уделять достаточно внимания организации досуговой деятельности, привлекая младших подростков, в том числе склонных к аддитивному поведению, к участию в коллективных творческих мероприятиях (КВН, викторины), спортивных состязаниях.

Заключение. Реализация программы социально-педагогической деятельности по профилактике зависимости младших подростков от социальных сетей в учреждении образования позволит:

- углубить информированность младших подростков о признаках и последствиях зависимости от социальных сетей;
- сформировать у младших подростков навыки взаимодействия со сверстниками, культуру общения;
- повысить уровень сплоченности детского коллектива, удовлетворенности от участия в совместной деятельности, оптимизировать социально-психологический климат в детском коллективе.

Список использованных источников

1. Брезгунова, Н.Л. Зависимость младших подростков от социальных сетей как социально-педагогическая проблема / Н.Л. Брезгунова // Условия успешной социализации детей и молодежи: Ч. 1 / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол.: В.В. Мартынова (отв. ред.) [и др.]. – Минск: БГПУ, 2023. – С. 213–217.

2. Жилов, В.С. Основные проблемы интернет-зависимого поведения / В.С. Жилов // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2018. – № 5. – С. 29–31.

3. Захарова, Е.М. Проблема интернет-зависимости в школьной, молодежной и взрослой среде / Е.М. Захарова, С.М. Берникова, М.И. Бакина, М.В. Андреева // Alma Mater (Вестник высшей школы). – 2020. – № 12. – С. 82–86.

4. Серый, А.В. К проблеме формирования зависимости от социальных сетей у школьников подросткового возраста / А.В. Серый, А.С. Паршинцева // Проблемы педагогики. – 2016. – № 9(20). – С. 12–15.

УДК 37.013.42

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Е.К. Погодина, П.С. Калинина
Минск, БГПУ имени Максима Танка
(e-mail: pogodinaek@mail.ru)

Актуальной социальной проблемой в настоящее время является рост агрессии и насилия среди подрастающего поколения. Исследование посвящено проблеме агрессивного поведения старших подростков. Раскрываются понятия агрессии и агрессивности, факторы агрессивного поведения подростков. Описаны данные эмпирического исследования склонности старших подростков к агрессивному поведению. Представлены основные направления социально-педагогической деятельности по профилактике агрессивного поведения подростков.

Материал и методы. Для проведения исследования были использованы: теоретические методы (изучение и анализ научной литературы); эмпирические методы (тестирование – опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман; анкетирование – авторская анкета «Агрессия и конфликты»).

В эмпирическом исследовании приняли участие 86 учащихся 8–9 классов ГУО «Ордена Трудового Красного Знамени гимназия № 50 г. Минска», из них 42 девочки и 44 мальчика.

Результаты и их обсуждение. Современный ритм жизни, всевозможные стрессовые ситуации приводят к тому, что подростки все чаще проявляют склонность к насилию и агрессивному поведению.

Агрессия – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения [1]. Под агрессивным поведением понимаются враждебные действия, целью которых является причинение страдания и ущерба другим людям.