

реабилитации, абилитации инвалидов при ТЦСОН. Однако, не у всех опрошенных людей есть такая возможность. Диагностика молодых инвалидов при помощи методики САН показала, что у некоторых из них снижены показатели общего состояния, активности, настроения.

Анкетирование молодых инвалидов позволило сделать вывод, что они не очень довольны своей жизнью, так как их состояние является преградой для ведения активной жизни в нашей стране и поэтому они очень рады тому, что есть ТЦСОН, который оказывает им помощь и организует кружки и клубы по интересам.

#### **Список использованных источников:**

1. Антипова, Е.И. Реализация социально-педагогических технологий по адаптации населения в социальной среде / Е.И. Антипова, Р.А. Литвак // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2022. – Т. 14. – № 1 (55). – С. 125-139.
2. Кадыров, Э.И. Сущность понятия «Социально-культурная реабилитация» / Э.И. Кадыров // Культура: теория и практика. – 2017. – № 2 (17). – С. 6.
3. Демидова, В.Н. Социально-культурные реабилитационные технологии для лиц пожилого возраста и инвалидов на основе традиций народной художественной культуры / В.Н. Демидова // Социально-культурная деятельность: векторы исследовательских и практических перспектив: Материалы Международной научно-практической конференции. – Казань: Казанский государственный институт культуры, 2022. – С. 476-480.

**УДК 004.738.5:316.624-053.66**

## **ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ПОДРОСТКОВ**

**А.Л. Беляцкая**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*  
(e-mail: alisa198224@gmail.com)

Подростки и социальные сети – актуальная проблема современного мира. Проводя огромное количество времени в социальных сетях подростки становятся все менее активными, многие теряют интерес к реальной жизни, все чаще проявляется агрессия или наоборот апатия, меняется мировоззрение и восприятие реальной действительности, что может привести к Интернет-зависимости.

Бесконтрольное, длительное нахождение в Интернете, патологическое «зависание» на некоторых сайтах, тяга к посещению некоторых WED-страниц и др. могут привести к интернет-аддикции, игровой зависимости, интернет-шопингу, кибербуллингу, интернет-мошенничеству, попаданию в деструктивные группы и др. [1].

В настоящее время актуальность исследования проблемы интернет-зависимости становится все более очевидной в связи с ростом количества Интернет-пользователей в Республике Беларусь.

В том числе, наблюдается высокая активность в сети интернет со стороны детей и подростков. Доступом в глобальную паутину, возможностью общения с использованием мессенджеров и социальных сетей пользуются дети, начиная с младшего школьного возраста.

В данной ситуации значимой проблемой является недостаточная подготовленность детей и подростков к безопасному использованию информационных технологий и снижение возрастного порога пользователей Интернета. Ведение профилактической работы среди детей сотрудниками образовательных учреждений, представителями иных заинтересованных субъектов профилактики является необходимым.

Цель исследования: выявление интернет-зависимого поведения у подростков. Исследования проводились на базе одной из средних школ г. Витебска.

**Материал и методы.** Материалом исследования послужили труды исследователей, посвященные проблеме интернет-зависимого поведения. Были использованы методы: анкетирование подростков и их родителей. В исследовании приняли участие 50 учащихся 9-х классов, 40 родителей.

**Результаты и их обсуждение.** С целью выявления интернет-зависимого поведения у подростков нами было проведено анкетирование учащихся 9-х классов. Согласно полученным данным 92% опрошенных зарегистрированы в социальных сетях и чатах общения (4-5 социальных сетей и чатов общения).

39% учащихся 3–5 часа проводят ежедневно в социальных сетях. 28% респондентов вообще не контролируют свое время пребывания в социальных сетях. 25% учащихся в день тратят на социальные сети 1-2 часа и 5% – более 5 часов.

Большинство опрошенных (72%) используют социальные сети для общения, 52% – для получения новой и полезной информации, 33% – чтобы скоротать свободное время, 7% – чтобы быть в тренде (на пике моды) и 18% – следят за популярными блогерами.

Переживает из-за количества друзей, подписчиков в социальных сетях 10% подростков и 90% – спокойно относятся к этому вопросу. Можно предположить, что опрошенные подростки предпочитают реальных друзей.

58% подростков искренность и откровенность в большей степени проявляют в непосредственном межличностном общении, 18% – в социальных сетях. 24% опрошенных ведут себя одинаково и в ситуации реального, и в ситуации виртуального общения. Можно утверждать, что подростки склонны скрывать свои эмоции, переживания в Интернете.

58% учащихся проще и легче высказать свое мнение или отстоять свою точку зрения в реальной жизни. 42% учащихся предпочитают высказывать свое мнение в социальных сетях.

87% подростков отметили, что родители не ограничивают время пребывания в социальных сетях. 95% опрошенных утверждают, что на их

мобильных устройствах «родительский контроль» не установлен. Данный результат говорит о том, что большая часть родителей не контролируют время пребывания своих детей в социальных сетях, тем самым способствуют формированию интернет-зависимости.

70% учащихся считают, что социальные сети не влияют на их самооценку и мнение, 30% все же считают, что влияют.

47% школьников смогло бы частично отказаться от пользования социальными сетями из-за угрозы ухудшения здоровья, 37% – отказались бы, 13% подростков не откажутся и 3% – не знают. Такой результат выявляет зависимость у подростков от социальных сетей, так как даже под угрозой ухудшения своего здоровья большая часть не готовы отказаться от социальных сетей.

38% опрошенных подростков не откажутся от пользования социальными сетями при снижении успеваемости в школе, 19% – дали свой вариант ответа (частично, возможно, не знаю) и 43% – готовы отказаться от социальных сетей в пользу учебы. Данный результат показал, что мотивацией для уменьшения времени пребывания в социальных сетях в большей степени является улучшение учебных показателей, чем улучшение своего здоровья.

С целью изучения мнения родителей о проблеме интернет-зависимого поведения подростков нами было проведено анкетирование. Все опрошенные родители подтвердили, что их дети (подростки) зарегистрированы в каких-либо социальных сетях или различных чатах для переписки. Большая часть родителей 47,5% считают, что их дети (подростки) в день тратят 3-5 часов на социальные сети, чаты общения и игры на различных гаджетах, затем 32,5% считают, что 1-2 часа, 15% родителей вообще не контролируют время своего ребенка (подростка) в Интернете и 5% родителей склонны считать, что все же более 5 часов. Но при этом 82,5% родителей не установили на мобильном устройстве своего ребенка (подростка) «родительский контроль», поэтому с большой вероятностью родители точно не знают, сколько времени проводят подростки в Интернете и перечень сайтов и чатов общения, которые посещает их подросток.

На вопрос «Как Вы считаете, мешают ли социальные сети, чаты и игры учебе Вашего ребенка (подростка)?» большая часть родителей (62,5%) ответили утвердительно, но при этом же вопросе у подростков большая их часть (90%) ответили отрицательно, т.е. мнения родителей и подростков в этом вопросе противоположные. На вопрос «Как Вы считаете, социальные сети влияют на самооценку Вашего ребенка (подростка)?» – и родители, и подростки солидарны, большая их часть (родители – 62,5% подростки – 70%), считают, что социальные сети не влияют на их самооценку.

70% родителей (28 человек из 40 участников опроса) при воспитании своего ребенка (подростка) выбирают метод наказания в виде лишения его мобильного устройства, различных гаджетов, Интернета.

80% родителей проводят профилактические беседы со своим ребенком (подростком) о вреде длительного времяпрепровождения в Интернете, играх на мобильном устройстве и на различных гаджетах.

**Заключение.** Таким образом, подростки проводят в социальных сетях в среднем 3-5 часов в день. Целью пользования социальными сетями чаще всего является общение. Большая часть подростков, а именно 90% опрошенных, считают, что социальные сети не мешают их учебе и даже под угрозой ухудшения своего здоровья большая часть не готовы полностью отказаться от социальных сетей. Значит, социальные сети оказывают огромное влияние на развитие подростка.

Несмотря на кажущуюся безобидность, сайты для общения в интернете наносят реальный урон. Они отнимают массу ценного времени, которое могло бы быть потрачено на учебу или физическое развитие. Помимо колоссальных временных затрат, они препятствуют адекватному мышлению, оказывая влияние и искажая чувство мировосприятия. В результате такого воздействия и без того восприимчивый подросток обретает массу психологических проблем, становясь более закомплексованным и нервным.

Основные признаки интернет-зависимого поведения: невозможность субъективного контроля за использованием Интернета и дезадаптация, которая отражает отрицательное влияние его использование на межличностные отношения, учебу, здоровье, эмоциональное и психологическое состояния.

Подросткам, проводящим много времени в социальных сетях, становится сложнее выполнять повседневные задачи и грамотно распоряжаться собственным временем. Из-за длительного погружения в виртуальный мир у них ухудшается способность концентрировать внимание, в результате чего подростки становятся рассеянными, забывчивыми, раздражительными и тревожными.

Важная роль в профилактике интернет-зависимого поведения принадлежит семье. Родители обеспокоены количеством времени, которое проводят их дети в сети интернет. Однако не все родители контролируют времяпрепровождение своих детей в сети интернет, в социальных сетях. Социально-педагогическая профилактика интернет-зависимого поведения должна в себя включать работу и с подростками, и с семьей.

#### **Список использованных источников:**

- 1 Климчук, Н. С. Интернет зависимое поведение в студенческой среде / Н. С. Климчук, С. В. Лауткина // Психологический Vademecum. – URL: <https://rep/vsu/by/handle/123456789/36024> (дата обращения 24.03.2025).
- 2 Малыгин, В. Л. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: учеб. пособие / В. Л. Малыгин, К. Л. Феликсов, А.С. Искандирова [и др.] – М. МГСМУ, 2011. – 32 с.