

2. Зорин К. В. «Одержимые». ЗАВИСИМОСТЬ: компьютерная, игровая, никотиновая... / К. В. Зорин. – М. : Русский Хронографъ, 2008. – 256 с.
3. Изард К. Эмоции человека / К. Изард. – 5-е изд. – М. : Изд-во Москов. ун-та, 1981. – 440 с.
4. Калинина Т. В. Компьютерная зависимость у детей подросткового возраста / Т. В. Калинина, А. А. Ручкина // Молодой ученый. – 2016. – № 21. – С. 822–824.
5. Репина М. А. Проблема интернет-зависимости среди подростков / М. А. Репина, А.Ф. Федоров // Молодой ученый. – 2014. – № 20.
6. Цой Н. А. Феномен Интернет-зависимости и одиночество / Н. А. Цой // Социальная психология. – 2011. – № 15.

## **ПОДВЕРЖЕННОСТЬ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**Коробкова О.М.**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социальной педагогики и психологии,  
Астраханский государственный университет

**Григорьева Т.С.**

студентка, Астраханский государственный университет

**Аннотация.** В статье подчеркивается актуальность проблемы компьютерной и Интернет-зависимости у подростков. Авторы рассматривают виды компьютерной зависимости и предлагают методики, по диагностике компьютерной зависимости. Авторы статьи описывают проведенное психодиагностическое исследование, направленное на выявление компьютерной зависимости у подростков параллели 7-х классов в образовательном учреждении г. Астрахани «Гимназия № 4».

**Ключевые слова:** компьютерная зависимость, интернет-зависимость, подростки, профилактика, психодиагностика, методы

## **EXPOSURE TO COMPUTER ADDICTION OF TEENAGERS IN AN EDUCATIONAL INSTITUTION**

**Korobkova O.M.**

Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor of the Department of Social Pedagogy and Psychology,  
Astrakhan State University

**Grigorieva T.S.**

student, Astrakhan State University

**Abstract.** The article emphasizes the relevance of the problem of computer and Internet addiction in adolescents. The authors consider the types of computer addiction and offer methods for diagnosing computer addiction.

The authors of the article describe a psychodiagnostic study aimed at identifying computer addiction in teenagers of the 7th grade parallel in the Astrakhan educational institution "Gymnasium No. 4".

**Keywords:** computer addiction, Internet addiction, adolescents, prevention, psychodiagnostics, methods

Характерной особенностью современного общества в настоящее время является его информатизация и всё более нарастающая цифровизация, когда грань между реальностью и виртуальным миром становится условной.

Процесс информатизации и цифровизации приобретает всеобъемлющий размах, проникает во все сферы человеческой жизни, несет в себе прогресс и развитие человечества, но в то же время, порождает негативные изменения и трансформации. С недавних пор в список угрожающих проблем человечества ученые включили еще одну проблему – «компьютерная и интернет-зависимость».

Вместе со своим развитием, человечество сталкивается все с новыми проблемами. Именно это произошло с появлением компьютеров, которые проникли в повседневность настолько глубоко, что многие индивидуумы не представляют без них более своей жизни.

Современный ритм жизни заставляет многих людей проводить большую часть дня в интернете, и дети тому не исключение: уроки, внешкольные проекты, дополнительное образование. Однако если бы дети и подростки пользовались компьютером только в учебных целях, то вряд ли это считалось бы психологической проблемой. А вот зависимость от компьютера и интернета – серьезная угроза здоровью и социализации младшего поколения.

Термин, который характеризует подобное явление, появился в начале 80-х годов прошлого столетия и формулируется как «компьютерная зависимость». Проблема компьютерной зависимости у подростков скрывается в частности, навязчивом стремлении к электронному посреднику то ли для общения с его помощью в социальных сетях, то ли для серфинга по бескрайним просторам интернета, то ли для удовлетворения пугающе неотвязного желания играть.

Можно выделить три вида детской и подростковой компьютерной зависимости.

1. Игровая зависимость. Сюда относятся как компьютерные игры, так и игры в режиме онлайн.

2. Зависимость от социальных сетей. Предполагает замену реального общения на виртуальное, пристрастие к социальным сетям, чатам, форумам, знакомствам в интернете.

3. Веб-серфинг, то есть бесцельное блуждание по сайтам: переход от одной ссылки к другой, хаотичное поглощение информации либо познавательная деятельность в сфере программирования и телекоммуникаций или другой профессиональной сфере.

Компьютерная зависимость опасна следующими проявлениями: нарушенное чувство реальности, восприятия и ощущения времени, вплоть до полной утраты этого понимания (на последних стадиях зависимости люди могут на несколько дней забывать про еду, сон и другие нужды); потеря самоконтроля и саморегуляции, возможности руководить своими поступками; потеря критического мышления; снижение активности и работоспособности; проблемы со сном и циклом сна и бодрствования.

Некоторые ученые отмечают, что компьютер проникает во внутренний мир человека, чем нередко провоцирует экзистенциальный кризис, когнитивные и эмоциональные нарушения. Виртуальный мир имеет свои особенности, что нередко влияет на мировоззрение и систему ценностей личности, пересмотр взглядов на себя и мир.

Нами было организовано и проведено психодиагностическое исследование целью, которого являлось проанализировать подверженность компьютерной зависимости и выявление компьютерной зависимости у подростков параллели 7-х классов в муниципальном бюджетном образовательном учреждении г. Астрахани «Гимназия № 4».

Испытуемыми являлись учащиеся в возрасте 12–13 лет. Данный выбор обусловлен тем, что именно в этом возрасте характерные особенности подросткового возраста проявляются более ярко. Всего в исследовании приняло участие 157 учеников.

Были использованы следующие методики:

1. Тест: способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости (Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Боябот);
2. Тест на компьютерную зависимость О.Л. Кутуева;
3. Тест на детскую интернет-зависимость Кулакова.

Анализируя результаты исследования по «Тесту способа скрининговой диагностики компьютерной зависимости» Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Боябот, можно констатировать, что высокой степени компьютерной зависимости нет ни у одного исследуемого подростка. Для 12 % исследуемых характерен риск развития компьютерной зависимости. У 32 % стадия увлеченности. И 56 % испытуемых не имеют риска развития зависимости (рис. 1).

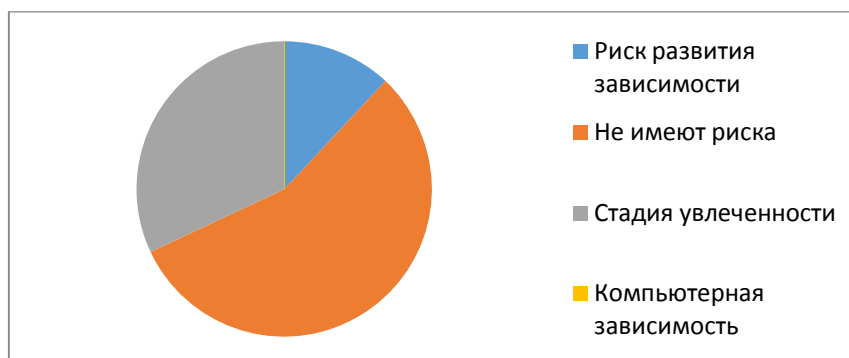


Рис. 1. Показатели компьютерной зависимости по тесту Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Боябот

Анализируя некоторые комментарии подростков в данной анкете, можно сделать вывод, что учащиеся с риском компьютерной зависимости часто проводят время за компьютером, иногда им бывает сложно прекратить работу за компьютером. Некоторые из них часто пренебрегают домашними обязанностями. Периодически они чувствуют нервозность, снижение настроения, раздражительность или пустоту вне компьютера. Следует отметить присутствие таких симптомов, как боли в спине, сухость в глазах, головные боли, изменение режима сна (рис. 2).

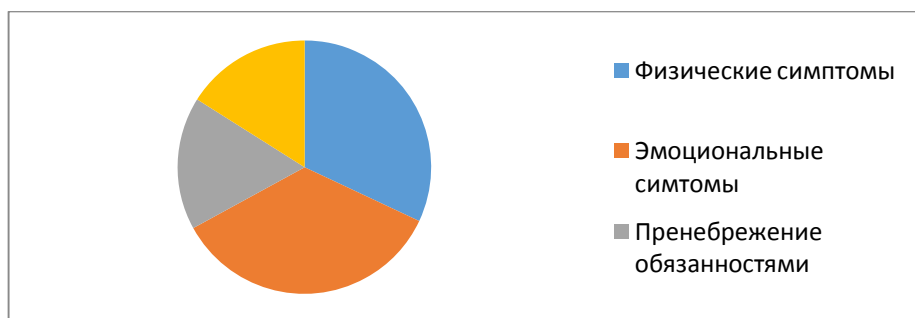


Рис. 2. Симптомы характерные для учащихся с риском развития зависимости по тесту Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Боябот

Анализируя результаты теста, можно констатировать, что результаты несколько хуже. У 4 % подростков есть компьютерная зависимость, у 24 % есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением компьютером. У 72% подростков нет зависимости вообще (рис. 3).

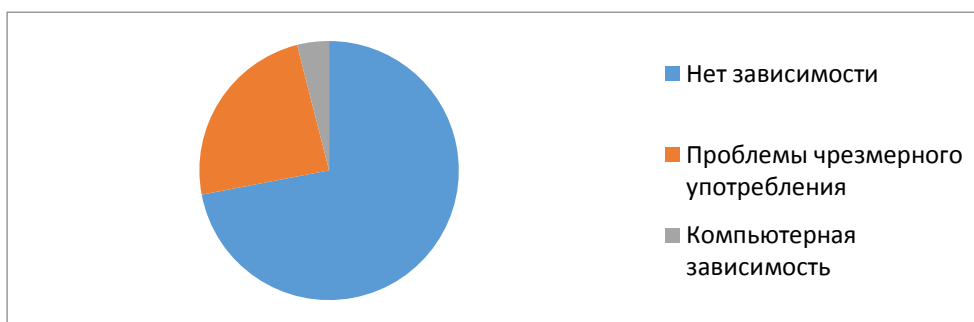


Рис. 3. Показатели компьютерной зависимости теста О.Л. Кутуева

Подростки с компьютерной зависимостью ежедневно проводят время за компьютером, более 2–3 часов. Некоторые пропускали какие-то важные мероприятия, ради игр за компьютером. Часто эти учащиеся идут к компьютеру, как только приходят домой.

Параллельно с диагностикой учащихся было проведено анкетирование родителей, целью которого является выявление их мнения по вопросу проведения подростков времени за компьютером. Анализируя

результаты исследования «Тест на детскую интернет-зависимость» (Кулаков), можно констатировать, что 27 % подростков имеют риск развития интернет-зависимости. У 73 % как таковой интернет-зависимости нет. Ни у одного исследуемого подростка не выявлена высокая степень компьютерной зависимости. Родители учащихся с риском развития зависимости часто отмечают, что ребенок не выполняет обязанности по дому, чтобы провести больше времени в сети. Нередко подросток предпочитает проводить свое время за компьютером, вместо того, чтобы провести его в кругу семьи. Некоторые из родителей иногда застают своего ребенка заходящим в интернет против их воли. Периодически замечают, что подросток выглядит более уставшими утомленным, чем в то время, когда в доме не было компьютера. Иногда учеба учащегося страдает из-за количества времени, проведенного в сети. Многие родители жалуются на количество времени, проводимые подростком за компьютером. Нередко подростки огрызаются, кричат или действуют раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания в сети.

При анализе всех трех исследований, было выявлено количество проводимого времени подростков за компьютером (рис. 4).

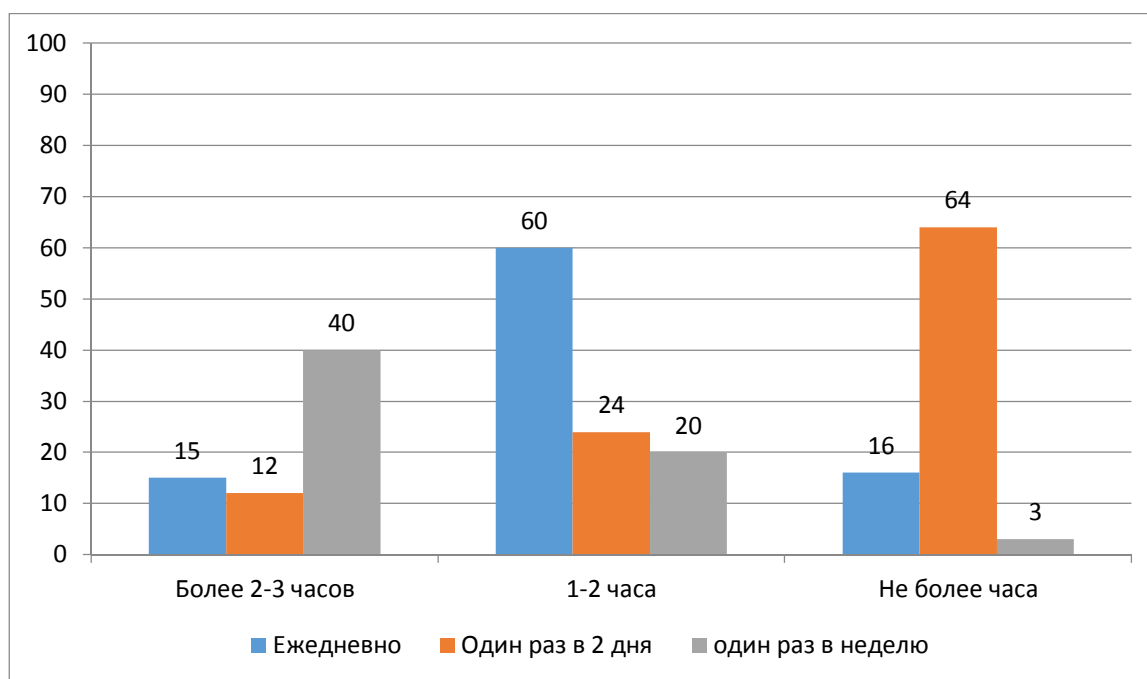


Рис. 4. Анализ количества проведенного времени

Также нами было проведено наблюдение 7 «А» класса на уроках и на переменах, также беседа с классным руководителем и психологом гимназии. По результатам наблюдений за учащимися на уроках и переменах можно сделать вывод, что большинство учащихся проводят время, играя игры в телефоне, обсуждают результаты прохождения игр. Также на уроках находят необходимую для урока информацию и переписываются в социальных сетях. Популярными играми среди подростков

являются: «The survivor: rusty forest», «Minecraft», «Мой говорящий Том», «World of tank». Из бесед с классным руководителем, можно сделать вывод, что часто после уроков замечают картину, как подростки сидят в холле и играют в игры.

По результатам проведенного исследования, можно сделать вывод, о том, что высокой степени зависимости у учащихся не наблюдается, но имеется риск развития интернет-зависимости. Следует отметить у многих подростков наличие степени увлеченности, что свидетельствует о подверженности компьютерной зависимости у учащихся 7-х классов МБОУ г. Астрахань «Гимназия № 4».

Подверженность отражает врожденную тенденцию к развитию зависимости, то есть уязвимость или восприимчивость, генетическую предрасположенность внешних факторов, которые обеспечивают большую или меньшую вероятность развития зависимости. Под предрасположенностью подразумевают вероятность зависимости, которая обусловлена совокупностью всех внешне и внутрисредовых факторов.

Высокая интенсивность использования интернета подростками подкрепляется наличием у них персональных компьютеров и гаджетов. Большинство подростков пользуются своими компьютерами или ноутбуками, и лишь небольшая часть подростков выходят в интернет через устройства, лично им не принадлежащие (семейные и общественные компьютеры, телевизоры и т.п.). Учитывая применение только мобильных телефонов и смартфонов, мобильным интернетом сегодня пользуется практически каждый второй ребенок.

Это означает, что подростки располагают гораздо большими возможностями по персонализации своего виртуального мира, чем взрослые. Наличие у подростков персональных средств выхода в интернет сокращает возможности не только контроля со стороны взрослых, но и обсуждения в семье совместного опыта использования интернета. Анализ полученных результатов исследования позволяет сделать вывод о необходимости социально-психологической профилактики компьютерной зависимости подростков в образовательных учреждениях.

### **Список литературы**

1. Акопов А. Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности / А. Ю. Акопов. – 2-е изд. – СПб. : Речь, 2009. – 230 с.
2. Боярова К. В. Кибер-аддикция: еще один вид зависимости / К. В. Боярова // Вестник Харьковского национального университета. – Харьков : Психология, 2016. – С. 41–46.
3. Григорьев С. Г. Анализ анкетирования интернет-пользователей, имеющих опыт on-line-игры / С. Г. Григорьев, В. А. Мильчакова, Д. Г. Рыбалтович // Вестник психотерапии. – 2012. – № 46. – С. 68–81.
4. Коптелова Н. И. Социально-педагогическая профилактика компьютерной зависимости у подростков в общеобразовательных учреждениях

/ Н. И. Коптелова, В. А. Попов // Молодой ученый. – 2015. – № 24. – С. 970–973.

5. Источник: <http://psytheater.com/problema-kompyuternoj-zavisimosti-u-podrostkov.html>.

## НЕГАТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ДЕТЕЙ

**Мусина-Мазнова Г.Х.**

кандидат педагогических наук, доцент,  
Астраханский государственный университет

**Исмухамбетова Д.А.**

студентка, Астраханский государственный университет

**Аннотация.** В статье авторы рассматривают современную актуальную проблему компьютерной зависимости. Выделяются пять типов компьютерной зависимости. Остановившись на негативных последствиях компьютерной зависимости детей, авторы ссылаются на исследования зарубежных психологов.

**Ключевые слова:** компьютерная зависимость, компьютерные игры, негативные последствия, виртуальный мир

## NEGATIVE CONSEQUENCES OF CHILDREN'S COMPUTER ADDICTION

**Musina-Masnova G.K.**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Astrakhan State University

**Ismukhambetova D.A.**

student, Astrakhan State University

**Abstract.** In this article, the authors consider the current actual problem of computer dependency. There are five types of computer dependency. Focusing on the negative consequences of children's computer addiction, the authors refer to the research of foreign psychologists.

**Keywords:** computer addiction, computer games, negative consequences, virtual world

Современные компьютерные технологии с их безграничными коммуникативными, информационными, развлекательными возможностями, с одной стороны, являются мощным средством интеллектуального развития ребенка, с другой – средством разрушения личности, подменяя мир реальных отношений и действий ребенка компьютерными моделями, блокируя самостоятельность и свободу выбора, формируя зависимость от игры.