**Тема: Психологічні аспекти комп’ютерної залежності**

**у підлітковому віці**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗМІСТ**ВСТУП | 63 |
| [Розділ 1](file:///E%3A%5C%D0%B4%D0%B8%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F.doc#_Toc232150797#_Toc232150797). Теоретико-методологічний аналіз проблеми комп’ютерної залежності підлітків в психології | 66 |
| 1.1. Психологічні особливості підлітків та їх вплив на формування адиктивної поведінки | 66 |
| 1.2. Психологічні механізми та чинники формування комп’ютерної залежності у підлітків | 99 |
| [Розділ 2](file:///E%3A%5C%D0%B4%D0%B8%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F.doc#_Toc232150801#_Toc232150801). Експериментальне вивчення схильності підлітків до адиктивної поведінки | 13 |
| 2.1.  Організація та методика дослідження  | 113 |
| 2.2.  Аналіз та інтерпретація результатів дослідження. | 217 |
| [Висновки](file:///E%3A%5C%D0%B4%D0%B8%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F.doc#_Toc232150807#_Toc232150807) | 225 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 226 |

**ВСТУП**

Науково-технічний прогрес, що набрав до кінця ХХ сторіччя запаморочливу швидкість, послужив причиною появи такого феномену сучасності як комп'ютер і комп'ютерні технології. Разом з появою комп'ютерів у суспільстві сформувався цілий клас людей - фанатів комп'ютера. Вперше про комп'ютерну залежність заговорили напочатку 80-х років американські вчені. Медики розвинених країн б’ють на сполох, а психіатри навіть вигадали спеціальний термін – «Інтернет-залежність» (у деяких джерелах «комп’ютерна залежність»). За даними деяких авторів, комп’ютерна залежність має характерні риси залежності, що пов’язана з алкоголем, психоактивними речовинами.Термін «комп’ютерна залежність» вперше був використаний у 1990 році.

В даний час в світі сформувалося уявлення про сферу залежностей як окрему область знань - адиктологія. Залежна (адиктивна) поведінкарозглядається на сьогоднішній день як одна з найпоширеніших форм деструктивної поведінки, яка виражається в прагненні до відходу від реальності шляхом зміни свого психічного стану за допомогою прийому психоактивних речовин або постійної фіксації уваги на визначених видах діяльності, що супроводжується розвитком інтенсивних емоцій.

Необхідно відмітити, що питання взаємодії людини з комп'ютером в Україні знаходиться на стадії розробки (Ц.П. Короленко, 1991; M.H.Orzack, 1999; В.А. Бурова, В.І. Єсаулов, 2000; А.Е. Войскунський, 2002).

У зв’язку з вищевказаним, особливого значення набуває вивчення феномену комп’ютерної залежності, чинників, які призводять до її появи.

Отже, темою роботиє: «Психологічні аспекти комп’ютерної залежності у підлітковому віці».

Об’єкт дослідження: комп’ютерна залежність як психологічний феномен.

Предмет дослідження: вплив соціально-психологічних, онтогенетичних та особистісних чинників на формування комп’ютерної залежності у підлітковому віці.

Мета: дослідити вплив соціально-психологічних, онтогенетичних та особистісних чинників на формування комп’ютерної залежності у підлітковому віці.

Гіпотеза: сучасні інформаційні технології в цілому, і комп'ютерні технології зокрема, істотно трансформували структуру дозвілля сучасних підлітків, ризик формування комп’ютерної адикції у яких зростає саме у 13-14 років.

Враховуючи мету і гіпотезу дослідження, були сформульовані наступні завдання:

* проаналізувати наукову літературу з проблеми комп’ютерної залежності та визначити причини, які призводять до її формування у підлітків;
* визначити вплив соціально-психологічних та вікових чинників на формування комп’ютерної залежності у підлітковому віці;
* виявити ризик формування комп'ютерної залежності у підлітків.

Методи дослідження. У роботі застосовувались теоретичні методи (історико-психологічний і теоретико-методологічний аналіз, синтез і узагальнення літератури по проблемі дослідження) та емпіричні (анкетування,тестування).

Наукова новизна роботи полягає у визначенні сутності термінів «адикція», «адиктивна поведінка», розкритті поняття «комп’ютерна залежність» як «патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером», окресленні чинників, які призводять до її появи у підлітковому віці.

Практичне значення роботивизначається тим, що розроблена і апробована діагностична програма може використовуватися педагогічними працівниками в організації просвітницької, діагностико-прогностичної та попереджувально-профілактичної роботи з підлітками.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КОМП’ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ В ПСИХОЛОГІЇ**

**1.1. Психологічні особливості підлітків та їх вплив на формування адиктивної поведінки**

Одним з основних, так званих критичних періодів в житті будь-якої людини є підлітковий період. Через свою специфічність, про яку ми говоритимемо в даному розділі, на нього звертають велику увагу батьки, вихователі, педагоги, соціальні працівники, психологи. Іншими словами, всі, хто так чи інакше пов'язаний з роботою з підлітками. Не дивлячись на велику увагу з боку науковців, дотепер до кінця не визначено вікові межі підліткового віку. Грані переходу від дитинства до юності і від юності до зрілості досить умовні не тому, що наука не здатна внести визначеність в це питання. Вікові категорії завжди позначають не стільки вік і рівень біологічного розвитку, скільки суспільне положення, соціальний статус особистості. У наш час більшість науковців вважають, що підлітковий період (вік) - це вік від 10-11 до 15-16 років який плавно переходить в юнацький, умовно обмежений двадцятьма роками. Основною особливістю підліткового віку є: різкі, якісні зміни, які зачіпають всі сторони розвитку особистості.

Перша загальна закономірність і гостра проблема підліткового віку - це перебудова відносин з батьками, перехід від дитячої залежності до відносин, заснованих на взаємній пошані і рівності. Підлітковий вік називають перехідним й переломним. Психологічні стани підліткового віку пов'язані з двома «переломними» моментами цього віку: психофізіологічним - статевим дозріванням, і тим, що з ним пов'язане, і соціальним - кінець дитинства, вступ до світу дорослих.

Перший з цих моментів пов'язаний з внутрішніми гормональними і фізіологічними змінами, що спричинюють тілесні зміни, неусвідомлене статеве ваблення, а також емоційно-чуттєві зміни.

Другий момент - закінчення дитинства і перехід в світ дорослих пов'язаний з розвитком в свідомості підлітка критичного рефлексуючого мислення в розсудливій формі. Це створює в свідомості підлітка певну тенденцію до максималізму, примушує його жертвувати дружбою, ставати в антагоністичні відносини з близькими людьми, оскільки розмаїття і суперечність реальності і людських відносин не вкладається в рамки розсудливої логіки, а він готовий відкинути все, що не відповідає цій логіці [25].

Майже кожен підліток під час перехідного віку стикається з особливими труднощами, намагається знайти себе. Перехідний вік - найкоротший період життя, але дуже важливий.

Трудність підліткового періоду полягає не тільки у вищезазначених особливостях даного віку, але й в пубертатній кризі, кризі підліткової ідентичності, успішний вихід з якої буде однією з найважливіших умов формування правильної, просоціальної, неагресивної поведінки підлітка в майбутньому.

Одна з причин підліткової кризи і конфліктів з оточуючими в цьому віці - переоцінка своїх можливостей, яка визначається прагненням до незалежності і самостійності, хвороблива самолюбність і образливість. Підвищена критичність по відношенню до дорослих, гостра реакція на спроби оточуючих принизити їх гідність, підставити під сумнів їх дорослість, недооцінити їх правові можливості, - є причинами частих конфліктів в підлітковому віці.

Орієнтація на спілкування з однолітками часто проявляється в побоюванні бути знехтуваним однолітками. Емоційне благополуччя особистості все більше і більше починає залежати від того місця, яке вона займає в колективі, внаслідок сформованим відносинам і оцінкам товаришів.

З кризовими процесами самосвідомості тісно зв'язані специфічно підліткові реакції групування. Підкорюючись законам групи, деколи таким же ірраціональним, скільки і невідворотним, підлітки йдуть на неймовірно жорстокі злочини для того, щоб, як їм здається, відновити життєво важливий для них зв'язок власного «Я» з групою.

Зазвичай про підлітковий вік говорять як про період підвищеної емоційності. Це виявляється у збудливості, частому зміні настрою, неврівноваженості. Характер багатьох підлітків стає акцентуйованим - крайнім варіантом норми.

Підлітковий вік – особливий, бо саме в ньому відбувається перехід від дитинства до дорослості. За віковою періодизацією – це вік від 10-11 до 15-16 років [39]. Підлітковий вік особливо чутливий до «внутрішніх», психологічних проблем. Відкриття свого внутрішнього світу - дуже важлива, радісна і хвилююча подія, але воно викликає також багато тривожних і драматичних переживань. Підліткове «Я» ще невизначено, дифузне, воно нерідко переживається як смутне занепокоєння або відчуття внутрішньої пустоти, яку необхідно чимось заповнити. Звідси - зростання потреби в спілкуванні і одночасно підвищення вибірковості спілкування, потреба побути насамоті.

Криза підліткового віку - абсолютно нормальне явище, що свідчить про розвиток особистості, але за наявності деяких несприятливих чинників і умов цей кризовий стан приводить до порушень поведінки.

**1.2. Психологічні механізми та чинники формування комп’ютерної залежності у підлітків**

У цьому підрозділі ми розглянемо поняття «комп'ютерна залежність», «комп'ютерні ігри», проаналізуємо педагогічний досвід вітчизняних та зарубіжних дослідників з даної проблеми, розкриємо зміст, класифікацію ігор і їх вплив на процес виховання дітей.

На сьогоднішній день проблема взаємодії людини й комп'ютера є однією з найактуальніших. Комп'ютер виконує широкий діапазон завдань: програвання музики й радіо, відображення кінофільмів і телевізійних каналів, фіксація текстових наробітків, відображення текстів, графічних об'єктів і анімації, виконання функцій телефону й калькулятора, відображення й надання можливості дослідження глобальних мереж, виконання різних ролей в електронних іграх, а також багато чого іншого. Таким чином, перед дитиною, підлітком розкривається новий світ незліченної кількості можливостей і інтересів, який «відключає» його від справжнього світу, «перемикаючи» на себе. Але поряд з позитивними моментами при взаємодії підлітка з комп'ютером виникають проблеми, зв'язані, насамперед, із психологічними навантаженнями.

Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічну пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Вперше про комп'ютерну залежність заговорили на початку 80-х років американські вчені. У наш час термін «комп'ютерна залежність» все ще не визнаний багатьма науковцями, що займаються проблемами психічних розладів, проте сам феномен формування патологічного зв'язку між людиною і комп'ютером став очевидний і набуває все більший розмах.

Основними критеріями, що визначають початок комп'ютерної залежності, за даними багатьох досліджень,можна вважати наступні:

* безпричинне збудження або млявість, часті і різкі перепади настрою від байдуже-пригніченого до ейфорично-піднесеного,
* хвороблива і неадекватна реакція на критику, зауваження, поради;
* зростаюча опозиційність до батьків, старих друзів,
* значне емоційне відчуження;
* погіршення пам'яті, уваги;
* зниження успішності, систематичні прогули занять;
* обмеження спілкування з раніше значущими людьми: родичами, друзями, улюбленою людиною, значна зміна кола спілкування,
* підозрілі контакти, телефонні дзвінки, зустрічі;
* відхід від участі в справах, які раніше були цікаві, відмова від хобі, улюбленої справи;
* зникнення з будинку цінностей або грошей, поява чужих речей, грошові борги дитини;
* виверткість, брехливість;
* неохайність, не характерна раніше;
* напади депресії, страху, тривоги.

В більшості випадків комп'ютерна, Інтернет- або ігрова залежність виникають на фоні потайної або явної незадоволеності навколишнім світом і неможливості самовираження, при наявності страху бути тим, кого не зрозуміють.

Як правило, комп'ютерна залежність (або її різновиди) викликають обурення і засудження з боку оточуючих, що ще більше заглиблює конфлікт, а, отже, підсилює пристрасть до проведення часу за комп'ютером. Більшою мірою залежними від комп'ютера стають діти й підлітки, що мають нестабільні й конфліктні сімейні або шкільні відносини, які не мають жодних скільки-небудь серйозних захоплень. Саме вони знаходять у віртуальному світі віддушину й вважають своє перебування в мережі або успіхи в комп'ютерній грі достатніми для самоствердження й для поліпшення свого стану.

Проблема комп'ютерної залежності - це ще й проблема втрати довіри. Якщо людину обманювали або зраджували (у її розумінні), то вона буде намагатися уникнути повторення негативного досвіду, тобто буде вибирати ті відносини, які захистять її від негативних переживань. Занурення, входження до віртуального світу дозволяє дітям і підліткам розслабитися й абстрагуватися від психологічних проблем у реальному житті, але це відбувається лише на момент перебування у віртуальному просторі. Для комп'ютерного адикта реальний світ нецікавий, повний небезпек, тому що більшість залежних - це люди, що погано адаптуються в соціумі. Внаслідок цього дитина, підліток чи доросла людина намагається жити у віртуальному світі, де все можливо, усе дозволено, де вона сама встановлює правила гри.

На думку фахівців, причини формування комп'ютерної залежності у тому, що на перших етапах звикання дитини до комп'ютерної гри батьки заохочують ці дії. Вони усвідомлюють проблему тільки тоді, коли дитина перестає реагувати на їх вимоги вимкнути комп'ютер, у неї падає успішність в школі, погіршується зір.

Формування комп'ютерної залежності проходить три етапи:

Перший етап — етап ризику розвитку комп'ютерної залежності. Основними характеристиками даного етапу є: збільшення часу роботи за комп'ютером; втрата відчуття часу; одержання емоційного задоволення при роботі (грі, спілкуванні тощо) за комп'ютером; витрата більшої кількості грошей на комп'ютерну діяльність; поява перших ознак соціальної дезадаптації.

Другий етап – етап сформованої комп'ютерної залежності. Основні ознаки даного етапу: емоційно-вольові порушення й психічна залежність. Спостерігається зростання толерантності до комп'ютера, нав'язливі думки про нього й фантазування; дезактуалізація основних проблем - сну, відпочинку, вживання їжі, особистої гігієни. Порушуються режими «сон-пильнування» і «відпочинок-навантаження», час роботи за комп'ютером тепер не тільки денний, але й нічний. Діяльність за комп'ютером відбувається за рахунок навчання, роботи, соціальних і особистих стосунків. З одного боку, діти та підлітки повністю зорієнтовані в комп'ютерних технологіях, з іншого боку - має місце своєрідна форма інфантилізму, практично повна безпорадність у світі соціальних норм і відносин.

Третій етап – етап тотальної комп'ютерної залежності. Спостерігаються ознаки як психічної, так і фізичної залежності. Залишаються безуспішними спроби контролювати роботу за комп'ютером. У структурі синдрому актуалізації компульсивного потягу переважають агресивність, злісність, психомоторне порушення, депресивні феномени, розсіяна увага, мимовільні «друкуючі рухи» пальців рук. Можливе демонстративно-шантажуюче суїцидальне поводження при спробі навколишніх перешкодити комп'ютерної діяльності. На даному етапі присутні фізичні симптоми: головний біль по типу мігрені, біль у хребті, сухість в очах, оніміння й біль у пальцях кисті (синдром карпального каналу). Виражена соціальна й сімейна дезадаптація.

Отже, ми розглянули поняття комп'ютерної залежності (термін «комп’ютерна залежність» вперше був використаний у 1990 році, насьогодні психологи її класифікують як форму емоційної «наркоманії»), її вплив на здоров'я і психіку дітей і підлітків, виявили й охарактеризували стадії комп'ютерної залежності.

**РОЗДІЛ 2**

**ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ СХИЛЬНОСТІ ПІДЛІТКІВ ДО АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ**

**2.1. Організація та методика дослідження**

У зв'язку з процесом глобальної комп'ютеризації життя людини виникають питання про вплив комп'ютера на її організм і, в першу чергу, на її фізичне і психічне здоров'я.

Людям, які не уявляють своє життя без комп'ютера, «живуть» в Інтернеті, часто потребують соціальної підтримки: вони відчувають незадоволеність, труднощі у спілкуванні, їм притаманна низька самооцінка у реальному житті, комплекси тощо. За даними дослідників феномену комп’ютерної залежності, людина, що відноситься до групи ризику (адиктів), має наступні психологічні симптоми: збільшення часу перебування за комп’ютером не на користь родини та друзів; відчуття спустошеності, роздратування, депресія при неможливості «сидіти», працювати або грати за комп’ютером; обманювання працедавця або членів родини про свою діяльність, проблеми з роботою або навчанням; гарне самопочуття або ейфорія від передчуття «спілкування» з комп’ютером, небажання та й неможливість «відірватися» від нього ні на хвилину [20].

Отже, за поясненнями голови Вінницької організації Української спілки психотерапевтів та суспільної організації «Світозір», практикуючого психолога обласного Центру сімейного психологічного консультування Анатолія Киливника, сутність комп’ютерної залежності полягає у тому, що комп’ютер починає управляти людиною [7]. Також, за його словами, з часом для залежної людини стає важливим не результат гри, а сам процес. Окрім того, в процесі гри втрачається контроль над часом: так, психотерапевтом зафіксовано випадок, коли 14-річний хлопчик просидів за комп’ютером 22 години поспіль [7].

Основною причиною виникнення комп’ютерної залежності у дітей психологи вважають нестачу спілкування і відсутність взаєморозуміння з батьками, однолітками та значущими людьми. За даними психологів та психотерапевтів, найчастіше схильні до комп’ютерної залежності діти, чиї батьки працюють за кордоном або часто від’їжджають у відрядження, а також діти успішних бізнесменів. Попервах комп’ютер компенсує спілкування з батьками, а потім батьки стають неважливими. Крім того, до залежності схильні ті, у кого занижена або завищена самооцінка. І якщо перші знаходять у комп’ютері всерозуміючого співрозмовника і друга, а також можливість досягти успіху у комп’ютерному житті, то для інших важливим є досягнення результату при мінімумі зусиль.

Сьогодні психологи виявляють комп’ютерну залежність й у шестирічних дітей, проте найбільш небажаною вона є для підлітків 12–15 років [7]. Причому на одну залежну дівчинку приходиться дев’ять-десять хлопчиків. Пов’язане це з тим, що комп’ютерні ігри в основному розраховано на хлопчиків, крім того, й криза підліткового віку хлопчиками переноситься важче.

Оскільки підлітковий вік – це період формування цінностей, розширення соціальних контактів, а залежна дитина обмежує своє коло спілкування комп’ютером, в результаті у неї відсутній життєвий досвід, інфантилізм у вирішенні життєвих проблем, труднощі у соціальній адаптації. Все це при цьому, що розумовий коефіцієнт у таких дітей, як правило, достатньо високий.

Залежну дитину, як відмічають спеціалісти, можуть дратувати інші люди. Часто такі діти проявляють агресію по відношенню до батьків, які намагаються обмежити їх спілкування з комп’ютером. В літературі описано випадок, коли найсильнішим бажанням залежного підлітка було, щоб не стало його батьків.

За деякими статистичними даними, кожна п’ята-шоста залежна від комп’ютера дитина переростає цю проблему самостійно та без наслідків. Проте навіть коли вдома немає комп’ютера, а грати хочеться, діти відправляються у комп’ютерні зали. І коли вдома батьки мають можливість простежити, в що і як грає дитина, то хазяїни та працівники клубів цим себе не утруднюють.

Припущення про наявність або відсутність залежності можна зробити за допомогою спеціальних тестів. Існує безліч опитувальників різного ступеня складності, розроблених з метою виявлення залежності. Ці опитувальники є списком питань або тверджень, пов'язаних з проявами IAD. Вони призначені для заповнення самим адиктом, або його рідними чи друзями.

За результатами аналізу літератури було встановлено, що до перших ознак розвитку комп’ютерної залежності у дитини відносять наступні:

* + прийом їжі або напоїв, підготовка уроків за комп’ютером;
	+ перебування хоча б одну ніч за комп’ютером;
	+ прогули школи внаслідок знаходження за комп’ютером;
	+ робота (ігри. спілкування) за комп’ютером відразу після приходу додому;
	+ забування поїсти, почистити зуби (раніше такого не спостерігалось);
	+ перебування у поганому, роздратованому настрої, безцільне проводження часу, якщо комп’ютер зламався;
	+ конфліктування, погрожування, шантаж у відповідь на заборону знаходитися за комп’ютером.

Оскільки, як вже було зазначено, за даними вітчизняних та зарубіжних дослідників, під вплив новітніх технологій більшою мірою підпадають діти, особлива увага повинна бути надана вивченню стану залежності від комп'ютера саме у дітей, особливо підліткового віку, що обумовлене як більшою чутливістю організму дитини до всіляких чинників навколишнього середовища, так і можливими віддаленими наслідками такого впливу, які позначаться лише через багато років. Таке дослідження необхідне для виявлення кола можливих захворювань користувачів комп'ютерів, розробки методів їх профілактики, діагностики і лікування.

Отже, метою нашого дослідження стало визначення наявності або відсутності комп'ютерної залежності у учнів 8-10-х класів.

Відповідно до мети дослідження, нами було сформульовано наступні задачі:

1. Підтвердити або спростувати факт наявності у сучасного школяра психологічних симптомів адиктивної поведінки, у тому числі комп'ютерної залежності (ігроманії, Інтернет-залежності тощо) за допомогою анкетування «Місце сучасних технологій в житті підлітка».
2. Порівняти реальний час, який школяр проводить за комп'ютером з існуючою нормою.

Дані дослідження було отримано за допомогою наступних методів:

* анкетування школярів 8-10-х класів за методикою «Місце сучасних технологій в житті дітей та підлітків»; тестування-опитування школярів 8-10-х класів «Адиктивна схильність»; тестування школярів 8-10-х класів на Інтернет-залежність (за С.О. Кулаковим) та тестування–опитування школярів 8-10-х класів на встановлення залежності від комп'ютерних ігор ( за А.В. Котляровим);
* аналіз одержаних анкетних даних.

Проведенню анкетування передувало попереднє ознайомлення з можливими шкідливими факторами, діючих на користувача комп'ютера, а також з наслідками таких дій.

**2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження**

У навчально-виховному комплексі № 100 міста Запоріжжя, в рамках вивчення питання щодо місця комп'ютера, комп’ютерних технологій в житті підлітка, нами було проведено анкетування «Місце сучасних інформаційних технологій в житті дітей і підлітків». У дослідженні брали участь учні 8-10-х класів, всього 138 школярів, з них 54 - хлопчики і 84 – дівчинки. Дана вибірка, на наш погляд, є достатньою репрезентативною для того, щоб скласти уявлення про особливості дозвілля учнів підліткового віку, виявити ступінь значущості інформаційних технологій, що впливають на їх життєві орієнтири.

Анкету поділено на 4 блоки: найпопулярніші види діяльності в структурі дозвілля підлітка; місце комп'ютера в житті підлітка, місце телебачення в житті підлітка; відношення батьків до вільного часу підлітка.

При аналізі першого блоку анкети ми враховували два аспекти: віковий та полорольовой аспект. Як видно з таблиці, найпопулярнішими видами діяльності серед хлопчиків-підлітків 13-17 років є такі види діяльності, як:

**Таблиця 2.1**

**Найпопулярніші види діяльності серед хлопчиків-підлітків**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид діяльності | Вік |
| 13-14 років | 14-15 років | 15-16 років | 16-17 років |
| гуляю з друзями | 17% | 19% | 17% | 18% |
| читаю | 8% | 7% | 3% | 9% |
| граю в комп'ютерні ігри | 20% | 12% | 10% | 8% |
| слухаю музику | 15% | 17% | 19% | 17% |
| відпочиваю | 10% | 9% | 16% | 11% |
| відвідую клуби, дискотеки | 6% | 13% | 10% | 19% |
| відвідую театр | 3% | 5% | 5% | 5% |
| відвідую музеї | 0% | 0% | 0% | 0% |
| дивлюся TV, DVD | 21% | 18% | 20% | 15% |

Одержані дані ми піддали статистичній обробці.

З представлених в таблиці даних ми бачимо, що відсоток дітей, захоплених читанням книг, відвідинами кружків, музеїв, театрів дуже низький, що ж стосується захопленістю комп'ютерними іграми, то, 20 % хлопчиків 13-14 років них віддають перевагу даному виду діяльності. Для хлопчиків 14-15, 15-16 та 16-17 років захопленість комп'ютерними іграми зменшується у 2 рази що, швидше за все це пов'язано з тим, що інтереси дітей зміщено з навчальної на комунікативну діяльність. Для вікового діапазону 16-17 років характерним є зростання відсотку відвідування підлітками дискотек, клубів. Також ми бачимо, що відсоток відвідин дітьми виставок, музеїв – низький, це говорить про доволі низький культурний рівень хлопчиків у віці від 13-и до 17-и років. І хоча зафіксовано невисокий відсоток учнів, що відвідують театри, це пов’язано перш за все із позакласною діяльністю, яка впроваджується за ініціативою адміністрації навчального закладу та класних керівників. Все вищесказане дозволяє зробити висновок про те, що у зв'язку з комп'ютеризацією з дозвілля витісняються такі види позанавчальної діяльності, як: читання книг, відвідування музеїв, театрів, секцій, гуртків. Також можна зробити висновок, що хлопчики у віці 13-14 років захоплені комп'ютерними іграми більше, ніж у віці 14-15, 15-16 та 16-17 років.

З таблиці 2.2 можна побачити, що найпопулярнішими видами діяльності серед дівчаток-підлітків 13-17 років є такі види діяльності, як:

**Таблиця 2.2**

**Найпопулярніші види діяльності серед дівчаток-підлітків**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид діяльності | Вік |
| 13-14 років | 14-15 років | 15-16 років | 16-17 років |
| гуляю з друзями | 16% | 17% | 21% | 24% |
| читаю | 9% | 9% | 10% | 10% |
| граю в комп'ютерні ігри | 6% | 4% | 4% | 2% |
| слухаю музику | 21% | 19% | 18% | 19% |
| відпочиваю | 17% | 16% | 11% | 10% |
| відвідую клуби, дискотеки | 7% | 10% | 16% | 17% |
| відвідую театр | 5% | 5% | 5% | 7% |
| відвідую музеї | 0% | 0% | 2% | 1% |
| дивлюся TV, DVD | 19% | 20% | 13% | 10% |

З представлених в таблиці даних ми бачимо, що види діяльності, яким віддають перевагу дівчатка у віці від 13 до 17 років різко відрізняються від видів діяльності, яким віддають перевагу хлопчики цього ж віку. Дівчатка всіх представлених вікових категорій в основному віддають перевагу спілкуванню з друзями, перегляду телевізора, як джерела корисної інформації, прослуховуванню музики.

Визначивши загальну структуру дозвілля хлопчиків і дівчаток у віці від 13-и до 17-и років важливо звернути також на значні характерні відмінності між ними. Так, результати дослідження показують, що хлопчики частіше віддають перевагу проведенню часу за комп'ютерами, ніж дівчатка. Ці дані дозволяють уточнити зроблений нами висновок. Як ми бачимо, комп'ютеризація дозвілля в основному відобразилася на субкультурі хлопчиків-підлітків у віці 13-14 років.

Другий блок нашої анкети визначає місце комп'ютера в житті сучасних дітей і підлітків.

Так, наприклад, ми з'ясували, що 100% з опитаних підлітків мають комп'ютер, з них 60% придбали комп'ютер близько 8 років тому; 40% - від 6-и до 5-и років тому. Також ми з'ясували, скільки часу в середньому підлітки проводять за комп'ютером. Виявилося, що 45% підлітків проводять за комп'ютером велику частину свого вільного часу, а саме більше 2 годин в день; 30% - приділяють спілкуванню з комп'ютером не більше 1 години в день; 30% - від 1 до 2 годин в день. Таким чином, підлітки віддають перевагу як «спілкуванню» з комп'ютером, так і спілкуванню з друзями або іншим видам дозвільної діяльності.

В ході проведення нашої анкети ми визначили цілі придбання комп'ютера хлопчиків і дівчаток 13-17 років. Основною метою придбання комп'ютера, незалежно від статі та віку респондентів є спілкування в мережі Інтернет.

Експериментальні дані багатьох досліджень говорять про те, що комп'ютер впливає не тільки на фізичне здоров'я дітей і підлітків, але і на їх психічний стан здоров'я. За допомогою нашої анкети ми вирішили дізнатися думку підлітків про те, чи впливає комп'ютер на їх психічне і фізичне здоров'я, в результаті чого одержали наступні відповіді: 44% підлітків вважають, що комп'ютер впливає на їх психічне і фізичне здоров'я. Проте достатньо високий відсоток підлітків, а саме, 26% вважають, що комп'ютер в жодному разі не впливає на їхнє здоров'я; 15% учнів не замислювалися над цим питанням і 15% школярів виявилось важко відповісти на це питання.

Отже, більшість підлітків все-таки підтверджують думку багатьох досліджень про те, що комп'ютер впливає на стан, як психічного, так і фізичного здоров'я.

Для підлітків провідною діяльністю є інтимно–особистісне спілкування з однолітками. Ми з'ясували, як підлітки відносяться до того, що їх однолітки більше часу проводять за комп'ютером, ніж з своїми друзями. Були отримані наступні результати: 48% підлітків негативно відносяться до того, що багато дітей шкільного віку проводять з комп'ютером більше часу, ніж з друзями; 27% - відносяться до цього байдуже; 13% - позитивно; 12% учнів важко відповісти на це питання.

В даний час не тільки комп'ютер є причиною зміни структури дозвілля підлітків, телебачення як і раніше займає велику частину часу в структурі вільного часу дітей. Третій блок нашої анкети мав за мету визначити місце телебачення в життєдіяльності підлітків. В ході аналізу даного блоку ми одержали наступні результати: 30% опитуваних учнів проводять свій вільний час за переглядом телевізійних програм більше 2 годин в день. Причому, більшість підлітків віддають перевагу перегляду музичних і розважальних програм, а ніж пізнавальним.

Дослідження такого питання, фільми якого жанру найбільш цікавлять сучасних підлітків показало, що більше, ніж половині хлопчиків 13-17 років подобається дивитися фільми жахів, фантастичні фільми і бойовики на відміну від дівчаток, 60%, яких подобається дивитися комедії, мелодрами. Також ми з'ясували, які сцени у фільмах привертають увагу дітей, а які не викликають у них належного інтересу і з'ясували, що хлопчиків понад усе привертають сцени насильстві і жорстокості у фільмах у дівчаток же сцени подібного характеру не викликають інтересу їх привертають сцени дружби, романтичні і комедійні сцени.

Останній блок нашої анкети присвячений відношенню батьків до вільного проведення часу своїх дітей. Ми встановили, що майже 81% батьків не обмежують час гри за комп'ютером; 77% батьків дозволяють дивитися своїм дітям жорстокі фільми і грати в ті ігри, яким віддає перевагу сама дитина. Ці дані свідчать про те, що відбулися порушення глибинних зв'язків нашого дорослого співтовариства і дітей, відчуження дитини від світу дорослих. Таким чином, засоби масової комунікації в світі, що стрімко змінюється, стають все більш значущим чинником існування і розвитку людини, тим більше в юному віці, коли складаються відносини з соціальним оточенням.

Результати діагностики стосовно «Інтернет-залежності», можна представити наступним чином:

**Таблиця 2.3**

**Схильність підлітків до Інтернет-залежності**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Схильність до Інтернет-залежності  | Хлопці | Дівчата |
| Схильні | 9% | 2% |
| Не схильні | 91% | 98% |

Отже, як видно з таблиці, найбільший відсоток підлітків Інтернет-адиктів, спостерігається серед хлопчиків. Слід також зауважити, що найбільший відсоток дівчаток, схильних до Інтернет-адикції, виявлено у 10-х класах.

Результати тестування-опитування щодо встановлення залежності від комп’ютерних ігор (за методикою А.В. Котлярова), виглядають наступним чином: у виборці учнів 8-10-х класів не було виявлено школярів, які залежні від комп’ютерних ігор. Отримані дані підтверджують той факт, що для підлітків провідною діяльністю є інтимно–особистісне спілкування з однолітками, та головною метою перебування за комп'ютером є спілкування у соціальних мережах, пошук нових соціальних контактів, розширення кола знайомих та друзів, а також використання комп'ютера в навчальних та пізнавальних цілях (у підготовці доповідей, рефератів, виконання домашніх завдань тощо).

Результати за проведеним тестуванням-опитуванням щодо виявлення підлітків, схильних до адиктивної поведінки, що характеризується компульсивністю (неконтрольованістю, нападоподібністю), відсутністю адекватного відношення до негативних наслідків такої поведінки, представлені наступними узагальненими даними:

**Таблиця 2.4**

**Результати опитування схильності підлітків до адиктивної поведінки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ризик адиктивної поведінки  | Хлопці | Дівчата |
| Присутній  | 11% | 8% |
| Відсутній  | 89% | 92% |

Як можна побачити з наведених даних, найбільш схильними до адиктивної форми поведінки є хлопці. Отримані дані підтверджуються наявними у сучасній психологічній науці результатами досліджень щодо різноманітних сторін формування самоконтролю і саморегуляції поведінки особистості підлітків. Так, дівчата підліткового віку більш схильні до дотримання нормативної поведінки і навіть надають перевагу «гіпернормативному» середовищу, ніж хлопці. Це викликано протистоянням хлопчиків нормативному світу дорослих. Вони прямо пов'язують норму і обмежуючий вплив дорослого. Дівчата ж, навпаки,більш терпляче ставляться до впливу дорослих, їм легше адаптуватися до норм, що висуваються дорослими. .

В цілому представлені в анкеті дані показують явний вплив техноеволюційних процесів на трансформацію підліткової субкультури. Перебудовуються і сфера дозвілля, і інформаційне середовище, змінюються і характеристики навчального процесу. І в зв'язку з цим сьогодні очевидна необхідність розширення самої проблематики досліджень, які повинні зачіпати в першу чергу власне змістовні аспекти користування комп'ютером.

**ВИСНОВКИ**

Підлітковий вік - це період формування життєвих цінностей, розширення соціальних контактів. Підліткискладаютьгрупупідвищеного ризикурозвиткупорушеньпсихічногоздоров’яузв’язкуз негативнимвпливомнавколишньогосередовищатапсихічних травм.

Комп'ютерні ігри в даний час стали для багатьох дітей важливі за навчання або прогулянки з друзями. Вони прив'язують підлітка до неіснуючих об'єктів, заважаючи одержувати задоволення від спілкування з навколишніми людьми.

Дотепер не існує психологічного або психіатричного діагнозу «Інтернет» або «комп'ютерної» залежності.

Сучасними дослідниками феномену комп'ютерної залежності сьогодні виявлено зв’язок соціобіологічних факторів (внутрішньосімейна патологія, склад і взаємовідносини у родині та інше) з формуванням комп’ютерної адикції, у тому числі й у підлітків.

Одним з важливих чинників формування комп'ютерної залежності є властивості характеру особистості – підвищена образливість, вразливість, тривожність, схильність до депресії, низька самооцінка, низька стресостійкість, нездатність вирішувати конфлікти, відсторонення від проблем.

Результати анкетування, проведеного серед учнів 8-10-х класів показали, що техноеволюційні процеси суттєво трансформували підліткову субкультуру.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Аветисова А.А. «Опыт потока» и общение в групповых ролевых Интернет-играх Текст. / А.А. Аветисова // Вестник МГУ. Серия 14. - Психология. - 2005, № 1, с. 68 - 69.
2. Акопов А.Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни Личности Текст. / А.Ю. Акопов. СПб.: Речь, 2008. - 224 с.
3. Арестова О.Н., Бабанин JI.H., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия Текст. / О.Н. Арестова // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. - 1996. - № 4, с. 14 - 20.
4. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации Текст. / Ю.Д. Бабаева // Психологический журнал. № 1. —1998.-С.89-100.
5. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Смыслова О.В. Интернет: воздействие на личность Текст. / Ю.Д. Бабаева // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е.Войскунского. М., «Можайск-Терра», 2000, с. 11 -40.
6. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте Текст. / Л.И.Божович. М.: Просвещение, 1968. - 767 с.
7. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике Текст. / Л.Ф. Бурлачук. СПб.: Питер, 2001. - С. 528.
8. Виртуальное счастье или виртуальная зависимость (опыт психологического анализа) Текст. / А.В.Россохин // Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте. М.: Росс. Ассоц. Искусств. Интеллекта,1998.-С. 247-255.
9. Воеводин И.В. Копинг-поведение при аддиктивных состояниях: относительность критериев адаптивности Томск Электронный ресурс. / Режим доступа: www.consilium-medikum.com.
10. Войскунский А.Б. Актуальные проблемы зависимости от Интернета Текст. / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. № 1. - 2004. - С. 90-100.
11. Войскунский А.Е. Психологические аспекты информационной безопасности Текст. / А.Е.Войскунский. Глобальная информатизация и безопасность России. — М.: Изд-во Московского университета, 2001. - С. 168 -175.
12. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете Текст. / Под ред. А.Е. Войскунского. М.: «Можайск-Терра», 2000, с. 11 — 40.
13. Выготский Л.С. Педагогическая психология Текст. / Л.С. Выготский. М.: Педагогика, 1991. - 479 с.
14. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Учебное пособие «Психическое здоровье и защитные механизмы личности» Текст. / Л.Д. Демина // Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. — 123 с.
15. Евстигнеева Ю.М. Психологические особенности обращения к компьютерным играм в подростковом возрасте: Дисс. канд. психологических наук Текст. -М.: РГБ, 2003. 171 с.
16. Змановская Е.В. Девиантология: (психология отклоняющегося поведения): Учеб.пособие для студентов высших учеб. заведений Текст. / Е.В. Змановская. М.: Издат. центр «Академия», 2003. - 288 с.
17. Иванов М.С., Авилов Г.М.Ролевая компьютерная игра как особый вид деятельности Текст. М.С. Иванов, Г.М. Авилов // Сибирская психология сегодня: Сб. науч. тр. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. - С. 41 - 55.
18. Иванов М.С. Личностные предпосылки формирования игровой компьютерной аддикции Текст. / М.С. Иванов // Сибирская психология сегодня: Сб. науч. тр. Вып. 2. - Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. - С. 368 -374.
19. Иванов М.С. Особенности самореализации личности в компьютерной игровой деятельности: Дисс. канд. психологических наук Текст. / М.С. Иванов. -М.: РГБ, 2005. 155с.
20. Ильин В. Сущность зависимого (аддиктивного) поведения (краткий популярный итог психологических исследований) Электронный ресурс. / В. Ильин // Режим доступа: http: / www.narkotiki.ru. 29.03.2009.
21. Информационная и психологическая безопасность в СМИ. В 2 томах. Том 1. телевизионные и рекламные коммуникации Текст. / Под ред. А.И.Донцова, Я.Н.Засурского, JI.B. Матвеевой, А.И.Подольского. — М.: Аспект-Пресс, 2002.
22. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения Текст. М.: ТЦ Сфера, при участии «Юрайт-М», 2001. — 160 с.
23. Ковалев В.В. Социально-психологический аспект проблемы девиантного поведения у детей и подростков Текст. / В.В. Ковалев. М., 1981. - С. 11-24.
24. Кон И.С. Психология юношеского возраста: (Проблемы формирования личности). Учеб.пособ для студентов пед. вузов. Текст. / Ред. С.Д. Креко-ва. М.: Просвещение, 1979. - 386 с.
25. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития Текст. / Ц.П.Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. — 1991. № 1.-8 — 15 с.
26. Левитов Н.Д. Психологические особенности подростков Текст. / Н.Д. Левитов. М.: АПН РСФСР, 1954. - 51 с.
27. Мунтян П. Вид компьютернойаддикции: зависимость от компьютерных игр Электронный ресурс. / П. Мунтян // Режим доступа: http: // www.psynet.ru 22.01.2009.
28. Мухина B.C. Возрастная психология. Феноменология развития, детство, отрочество: Учебное пособие для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям Текст. / B.C. Мухина. — М.: Академия, 2000. 452 с.
29. Определение зависимости Электронный ресурс. / Электронный словарь Википедия // Режим доступа: http: // www.Wikipedia.ru 13.03.2009.
30. Определение компьютерной зависимости Электронный ресурс. / Электронный словарь Википедия // Режим доступа: http: // www.Wikipedia.ru -18.11.2008.
31. Практикум по возрастной психологии: Учеб .пособие / Под ред. Л.А.Головей, Е.Ф.Рыбалко Текст. СПб.: Речь, 2002. - 694 е.: ил.
32. Психология подростка. Хрестоматия Текст. /Фролов Ю.И. РоссийскоеПед. Агентство, 1997. - 400 с.
33. Рубцов В.В. Ученик за компьютером: что можно, что нельзя Текст. / В.В. Рубцов // Основы социально-генетической психологии. М.: Воронеж, 1996.-23 с.
34. Творогова Н.Д., Прокопишин, Р.А. Концепции зависимого поведения Электронный ресурс. / Н.Д. Творогова, Р.А. Прокопишин // Электронный словарь «Яндекс»: Режим доступа: http: www.yandeks.ru.
35. Тихомиров O.K., Лысенко, Е.Е. Психология компьютерной игры Текст. / O.K. Тихомиров и др. // Новые методы и средства обучения. Вы-пуск№1. - М.: Знание, 1988. - С.ЗО - 66.
36. Ухтомский А.А. Феномен психологической зависимости Электронный ресурс. / А.А. Ухтомский // Режим доступа: http: www.NarCom.ru. -01.11.2008.
37. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах Текст. / Д.Б.Эльконин. М., 1995. - 265 с.
38. Янг К.С. Диагноз Интернет-зависимость Текст. / К.С. Янг // Мир Интернет, 2000. - № 2. - С. 24 - 29.