

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет педагогики, психологии
и социальных наук

Кафедра «Прикладная
психология»

Направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология образования»

Бакалаврская работа
на тему:

**«Личностные характеристики школьников с игровой компьютерной
зависимостью»**

Студент _____ Соломатина Алена Александровна
подпись

Руководитель _____ Бухлина Л.Ю.
подпись

Нормоконтролер _____ Карманова Т.М.
подпись

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 10.01.2017 №7)

Заведующий кафедрой _____ Медведева И.А.
подпись

Работа защищена с отметкой _____ (протокол заседания ГЭК от _____ №)

Секретарь ГЭК _____ Карманова Т.М.
подпись

Пенза 2017

Содержание

Введение.....	2
Глава 1. Теоретический анализ проблемы игровой компьютерной зависимости в подростковом возрасте	
1.1. Современная концепция зависимого поведения.....	9
1.2. Проблема компьютерной игровой зависимости в подростковом возрасте.....	18
1.3. Психологические факторы формирования игровой компьютерной зависимости.....	21
1.4. Последствия игровой компьютерной зависимости в подростковом возрасте.....	29
Выводы по главе 1.....	35
Глава 2. Эмпирическое исследование личностных характеристик подростков с игровой компьютерной зависимостью	
2.1. Организация эмпирического исследования.....	38
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования личностных характеристик школьников с игровой компьютерной зависимостью.....	44
2.3. Рекомендации по формированию психологической устойчивости подростков с игровой компьютерной зависимостью.....	51
Выводы	55
Заключение.....	57
Список используемых источников	59
Приложение	64 - 69

Введение

Проблема противодействия игровой компьютерной зависимости и противодействие ей признана на государственном уровне. Особую тревогу вызывают дети и подростки, находящиеся в условиях, лишенных ценностно-смысловых ориентиров, и находящиеся под угрозой постоянно увеличивающейся игровой компьютерной зависимости. Именно они в большей степени подвергаются влиянию новых технологий в области компьютерных игр. Исходные данные общероссийского мониторинга показали, что 80% учащихся 5-7 классов общеобразовательных школ увлекаются компьютерными играми, причем многие увлекаются достаточно серьезно: дети в возрасте 10-12 лет имеют "игровой опыт" 4-6 лет. Численность детей и подростков в возрасте 7-14 лет с различной степенью выраженности игровой компьютерной зависимостью колеблется от 2% до 10% человек.

Сложившаяся ситуация требует экстренного поиска эффективных методов и средств по предупреждению игровой компьютерной зависимости, которые основаны на личностно-ориентированном подходе к каждому ребенку. Особую роль в способности и возможностях подростка противостоять игровой компьютерной зависимости играют психологические особенности его личности, внутренние механизмы реагирования, взаимодействия, адаптации к жизненным обстоятельствам.

Опыт показывает, что профилактика игровой компьютерной зависимости без учета психологического аспекта обречена на неудачу. Очевидно, это является одной из основных причин отсутствия действенных механизмов преодоления в подростковом возрасте игровой компьютерной зависимости.

В настоящее время основное внимание исследователей при изучении психологических аспектов игровой компьютерной зависимости сосредоточено на поисках причин игровой компьютерной зависимости (Ю.В.

Фомичева, А.Г. Шмелев, И.В. Бурмистров), факторов личностной предрасположенности к игровой компьютерной зависимости (Ю.Д. Бабаева, М. Коул, К. Янг, О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, , А.Е. Войскунский, А.В. Худяков, Ю.В. Староверова, М.С. Киселева, и др.), а также психологических последствий игровой компьютерной зависимости для индивида (О.К.Тихомиров, О.Н. Арестова, А.Е. Войскунский, И.В. Бурлаков, М.С. Иванов, Г.М. Авилов).

Однако не выработано некой общей теории игровой компьютерной зависимости, диагностические средства на разных возрастных этапах требуют дальнейшего изучения, индивидуально-психологические предпосылки игровой компьютерной зависимости на разных этапах онтогенеза, в частности в подростковом возрасте, изучены недостаточно.

На наш взгляд исследование психологических особенностей игровой компьютерной зависимости приобретает особое значение в подростковом возрасте, когда возникает потребность в самопознании и самоопределении, интенсивно формируется межличностное общение со сверстниками и значимыми взрослыми, развивается логическое и теоретическое мышление. Когда появляются качественные изменения в оценках сверстников, а также в отношениях со взрослыми.

На современном этапе развития психологии возрастные кризисы рассматриваются как нормативные, закономерные периоды жизненного цикла человека. Они являются переходными и выполняют функцию «разделителей» между стабильными периодами. Происходящие при этом изменения затрагивают различные уровни организации человека. В концепциях Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, Б. Д. Эльконина и К. Н. Поливановой возрастной кризис выступает как акт развития. Традиционным для отечественной психологии является анализ возрастного кризиса на основе возникающих в этот период психических новообразований и поведенческих реакций, называемых симптомами кризиса (Л. С. Выготский,

Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, Т. В. Гуськова и М. Г. Елагина, К. Н. Поливанова).

Кризис развития — сложный объект для изучения. Методологические трудности, возникающие при исследовании возрастных кризисов, связаны с определенной условностью его границ, с большой вариативностью кризисной симптоматики у детей и подростков. Так, начало и специфика протекания кризиса зависят от индивидуальных особенностей ребенка, от структуры и стилей семейных взаимоотношений. Наступление кризиса связано также с выходом на определенный этап социализации, когда ребенку открывается новое представление о взрослости. Эти особенности необходимо учитывать при организации экспериментальных исследований.

В подростковый период происходят значительные изменения, характеризующиеся переходом на качественно новый уровень самосознания и Я-концепции, изменением формирования самооценки. Степень сформированности личностных образований в подростковом возрасте и их дальнейшее развитие во многом определяет жизненный путь индивида, являются фундаментом для возникновения новых образований личности.

Как следует из исследований Д.Б. Эльконина, К.Н. Поливановой, Г.А. Цукерман, данный возраст сложен тем, что является кризисным переходным периодом. Как уточняет К.Н. Поливанова, периодом, «не нашедшим своего места в культуре, а не в психологических теориях» и периодизациях, а Г.А. Цукерман этот возрастной промежуток называет «ничьей землей».

Таким образом, суть проблемы игровой компьютерной зависимости младших подростков вытекает из противоречия подросткового возраста общепринятым психологическим периодизациям и предшествующим им теориям, отражающим факт отсутствия единого толкования всего подросткового возраста.

Проблема влияния игровой компьютерной зависимости на психическое и личностное развитие подростка изучена недостаточно. Анализ литературы показал, что недостаточно проработан вопрос о психологических факторах,

условиях и механизмах, определяющих особенности игровой компьютерной зависимости в подростковом возрасте.

Для выработки механизмов вытеснения игровой компьютерной зависимости из ценностного сознания подростка необходима долгосрочная профилактическая работа, направленная на воспитание личности ребенка в целом.

Цель исследования: выявить личностные характеристики подростков коррелирующие с наличием у них игровой компьютерной зависимости, для разработки рекомендаций, направленных на формирование психологической устойчивости школьников к игровой компьютерной зависимости.

Объект исследования: личностные характеристики подростков.

Предмет исследования: личностные характеристики подростков с игровой компьютерной зависимостью.

Гипотеза исследования: подростки с игровой компьютерной зависимостью характеризуются в большей степени, чем их сверстники, свободные от этого пристрастия, такими личностными характеристиками как: неадекватная, чаще завышенная самооценка, повышенное стремление к риску и поиску острых ощущений, слабый волевой потенциал.

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой исследования были определены его **задачи**:

1. Провести теоретический анализ подходов к изучению проблемы игровой компьютерной зависимости в отечественной и зарубежной психологии. Определить психологическую сущность, содержание и структуру феномена игровой компьютерной зависимости.

2. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме игровой компьютерной зависимости подростков.

3. Выявить психологические факторы возникновения игровой компьютерной зависимости в подростковом возрасте.

4. Экспериментально изучить психологические особенности подростков с игровой компьютерной зависимостью и без нее.

5. Разработать рекомендации по формированию психологической устойчивости подростка к игровой компьютерной зависимости.

Методологическую основу исследования определили: философские аспекты понимания человека как активного субъекта, познающего и преобразующего мир и самого себя в процессе деятельности (С.Л. Рубинштейн, М.Я. Басов, Л.А. Венгер, И.С. Кон, Г.Г. Гранатов и др.); положения философско-аксиологических теорий, рассматривающих ребенка как высшую ценность и самоцель общественного развития (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, В.С. Мухина, А.Г. Асмолов, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский, А.Г. Гостев и др.); положения отечественной психологии о причинах аддиктивного поведения (В.Ю. Завьялов, В.Я. Семке, Н.А. Бохан, А.И. Мандель, Ц.П. Короленко, Н.Л. Бочкарёва, Т.А. Донских, Е.П. Ильин); концепция психологической зависимости от Интернета (К. Янг).

Теоретическую основу исследования составили: общепсихологические теории подросткового возраста (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.); методологические работы отечественных и зарубежных авторов по проблемам игровой компьютерной зависимости: исследование психологических причин игровой компьютерной зависимости (Ю.В. Фомичева, А.Г. Шмелев, И.В. Бурмистров), анализ факторов личностной предрасположенности к игровой компьютерной зависимости, а так же психологических последствий игровой компьютерной зависимости для индивида (О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский, А.В. Худяков, Ю.В. Староверова, М.С. Киселева, М. Коул, К. Янг, И.В. Бурлаков, М.С. Иванов, Г.М. Авилов, О.К. Тихомиров, С. Бодкер, И.Г. Белавина, Н.А. Садовская, В.Д. Горский, С.А. Шапкин, Е.Е. Лысенко, Д. Гринфилд, К. Сурратт, О.В. Доронин, А.О. Прохоров, А.Е. Сережкина, А.Н. Моховиков, Л.П. Гурьева и др.)

Методы исследования:

- теоретические методы (теоретический анализ, социально-психологической, психолого-педагогической литературы по проблеме исследования);

- эмпирические методы (опрос, проективный метод, педагогическое наблюдение за учебной и внеучебной деятельностью школьников 7-8 классов, беседа);

- методы математической статистики (Т-критерия различий Стьюдента, критерия углового преобразования Фишера, Q-критерий Розенбаума). С целью обработки и анализа данных использовался интегративный пакет анализа: Excel.

Для реализации задач экспериментального этапа исследования применялся диагностический комплекс психодиагностических методик, который включал в себя:

1. Опросник на выявление уровня развития игровой компьютерной зависимости Гришиной А.В.;

2. Методика исследования особенностей самооценки школьников Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан;

3. Опросник склонности к риску СР-2 (А.И. Зеличенко, И.М. Карлинская, В.В. Столин, А.Г. Шмелев.);

4. Тест-опросник «Диагностика волевого потенциала личности» (А.В.Зверьков, Е.В. Эйдман).

База и выборка исследования. Исследование, проводилось в несколько этапов в период с сентября по декабрь 2016г. В исследовании принимали участие 86 учащихся 7-8 классов МБОУ «ЛСТУ № 2" г. Пензы, в возрасте 12-14 лет, из (46 %) мальчиков и (54 %) девочки.

Глава 1. Теоретический анализ проблемы психологической зависимости и игровой компьютерной зависимости.

1.1. Современная концепция зависимого поведения.

При описании явления психологической зависимости в литературе используются близкие по своей сущности понятия: «привязанность», «симбиотизм», «тревожность», «выученная беспомощность», «конформизм» (М.Ф. Белокрылова, В.Я. Семке, Е.О. Смирнова, Р. Радеева). То есть понятие зависимости применяют для обозначения широкого круга явлений. При этом в общем смысле зависимость связывают с навязчивым состоянием непреодолимого влечения к чему-либо (кому-либо), требующее тотального повиновения и сопровождающееся импульсивностью и безусловностью выполнения (А.С. Маркой, В.Д. Менделевич, С. Даулинг) [13].

Формирование психологической зависимости, по мнению исследователей (И.А. Бабюк, М.Ф. Белокрылова, В.Я. Семке), начинается с развития личности человека. При этом в развитии зависимости авторы выделяют два этапа:

1. Формирование структуры личности, склонной к зависимости.

Данному направлению посвящено множество исследований, но до сих пор четкие критерии потенциально зависимого человека не выявлены. Поэтому при исследовании зависимости используются вероятностные прогнозы с указанием на «факторы риска».

2. «Встреча с объектом», адекватным структуре личности человека.

На данном этапе некоторая характеристика выбранного «объекта» играет компенсаторную роль, и становится незаменимой частью в жизни человека, образуя так называемый аддиктивный комплекс [5].

Формирование психологической зависимости обуславливается как внешними (социально-политическими, экономическими, социально-

психологическими, педагогическими), так и внутренними (индивидуально-биологическими и индивидуально-психологическими) факторами.

Условно факторы риска психологической зависимости можно разделить на три группы (А.Е. Личко, В.С. Битенский): биологические факторы (обусловленные особенностями организма), психологические факторы (обусловленные складом характера и отношений) и социальные факторы (следствие влияния общества) [5, 26].

Проблема зависимого поведения школьников, формирующегося в результате взаимодействия с объектами, способными вызвать зависимость, в образовательных учреждениях вплоть до настоящего времени не решается комплексно, поскольку не разработано ни в научном, ни методическом аспекте психолого-педагогическое обеспечение решения этой проблемы, а, следовательно, отсутствуют специалисты, способные оказать помощь в ее разрешении школьникам. Список объектов зависимости достаточно широк: различные вещества, игры, источники информации и эстетического наслаждения, люди, работа, культы. Их можно классифицировать по специфическому объекту зависимости: вещества, процессы, отношения. Некоторые из зависимостей одобряются обществом, другие представляют личностную проблему человека, но не являются социально опасными, третьи имеют статус социально опасных. Любая из зависимостей, что-то отнимает у человека. Различные аспекты зависимого поведения представлены в работах зарубежных исследователей, таких как: Blevins, Brickman, Coates, Cohn, Curry, Dana, Gordon, Kidder, Lewis, Marlatt и др. и российских исследователей: Битенский В.С., Братусь Б.С., Габиани А.А., Дмитриева Н.В., Кулаков С.А., Д.В. Колесов, Короленко Ц.П., Курек Н.С., Личко А.Е., Менделевич В.Д., Никольская И.М., Пятницкая И.Н., Сидоров П.И., Реан А.А., Худик В.А. Эйдемиллер Э.Г. и др.

Особую тревогу общества вызывает проблема зависимого поведения школьников, связанного с употреблением наркотиков. Эта проблема рассматривается в нашей стране как угроза безопасности нации. В поколении

родившихся за последние двадцать лет и употребляющих наркотики к своим 16 годам успевают познакомиться с наркотиками почти две трети – 61,6%. По своему возрасту это школьники. Статистический анализ этих данных показывает, что если нижнюю границу первого знакомства с наркотическими средствами удалось бы в ближайшие годы подтянуть к порогу 16-летнего возраста, то только одно это в течение трех, - четырех лет сократило бы количество актуальных потребителей наркотиков практически вдвое [18].

Человечество с древних времен использовало различные вещества, изменяющие настроение и восприятие окружающего мира. Одни средства успокаивают, другие снимают подавленное состояние, создают ощущение прилива энергии или особого состояния блаженства. Но все они способны при определенных условиях сформировать у человека как химическую, так и психологическую зависимость. В случае употребления наркотических средств мы говорим о развитии наркомании. Под психологической зависимостью при наркомании понимается непреодолимое влечение человека к изменению эмоционального состояния при помощи наркотического вещества (или веществ). В XX веке в эпоху развития химии, фармакологии многие зарубежные ученые рассматривали создание эффективных лекарственных препаратов, изменяющих состояние сознания человека, как способ осчастливить его, избавить от экзистенциальных проблем, порожденных техногенной цивилизацией. Поскольку в традициях медиков было исследовать действие лекарственных препаратов на себе, то первыми жертвами привыкания к ним тоже оказались медики, они же первыми испытали на себе достаточно жестокие методики разрушения психологической зависимости. В 1965 году известный психолог Волпе, разработчик поведенческого подхода, вылечил своего клиента медика при помощи портативного электрошокера. Как только у клиента появлялось непреодолимое желание принять наркотическое вещество, он сам приводил аппарат в действие. Использованная методика была обратным отражением методики образования зависимости у крысы, которой вживлялись электроды

в мозговые центры, отвечающие за наслаждения. Чтобы испытать его, крыса сама нажимала на педаль, замыкающую электрическую цепь [9].

Человек с развитым самосознанием, осознавая свое недозволенное системой моральных убеждений, влечение, может себя остановить на этапе мысли о возможности совершения действий, противоречащих его нравственному сознанию. Сам З. Фрейд отмечал, что влечение не означает поведения, в котором оно будет проявлено. Оказывается, человек может сам наказать себя за неприемлемое влечение, не дожидаясь мук совести по поводу случившегося. Задолго до того, как Волпе придумал свой метод разрушения зависимости при помощи электрошокера, мы можем найти похожий по механизму способ, описанный Аввакумом. Однако, самоуправление возможно только при приложении волевых усилий. Волевым усилием преодолеть психическую зависимость невозможно, потому что вся волевые усилия человека с зависимым поведением направлены на достижение объекта зависимости [31].

В мировом сообществе, начиная с США, сложился подход к оказанию помощи человеку, имеющему зависимость, основанный на комплексе методов, применяемых для разных видов зависимости. Этот подход применяется, прежде всего, в работе анонимных групп самопомощи, комплектуемых по специфическому объекту зависимого поведения. Организационно-деятельностная структура таких групп опирается на программу “12 шагов”. Эта программа, имеющая статус программы самопомощи, получила широкое распространение по всему миру и более десяти лет действует и в России.

В психолого-педагогических координатах зависимое поведение школьника может быть рассмотрено как поведение, над которым школьник потерял контроль, вследствие психологической зависимости от какого либо объекта. Когда человек не может преодолеть свое влечение к чему-то, он говорит: “Это как наркотик”. Раньше говорили, это как рулетка, потом как алкоголь. Мы полагаем, что интегративной характеристикой для всех видов

зависимого поведения является психологическая зависимость от специфического объекта (материального или идеального, или совокупности того и другого), лежащая в психике человека [43].

Зависимое поведение школьников проявляется в таких формах как зависимое учение (зависимость от опеки учителя), зависимое приготовление домашних заданий (зависимость от опеки матери), неуправляемые ложь и воровство, неуправляемая страсть к компьютерным и азартным играм, неуправляемое употребление психоактивных веществ, уход от реальной жизни в культовые процессы и др. У всех субъектов зависимого поведения есть нечто общее: субъектом поведения в специфической ситуации управляет объект влечения, поэтому, манипулируя объектом зависимости, можно манипулировать субъектом; взаимодействие с объектом влечения воспринимается субъектом поведения как единственный способ достижения максимально комфортного состояния; влечение к объекту является настолько сильным, что преодолеть его очень трудно или невозможно. Симптомами зависимого поведения являются неуправляемая страсть, отсутствие саморегуляции и самодисциплины в специфической ситуации [59].

Зависимое поведение школьников можно рассмотреть не с позиции дихотомии (зависимое или независимое), а с позиции континуума, в аспекте развития. В развитии зависимого поведения школьника есть свои источники, предыстория и история, на ход которой влияет ряд факторов. Их исследование позволяет представить индивидуальную каузальную картину изменений, происходящих на разных уровнях жизнедеятельности школьника. Необходимость такого подхода продиктована современными требованиями к оказанию психологической помощи с опорой на причины, а не на симптомы проблемы [53].

Проблемы ребенка в той или иной степени обусловлены жизненным стилем семьи, ее нормами и правилами, ролями, способами разрешения конфликтов и т.д., что требует подключения семьи и изменения ее некоторых позиций по отношению к ребенку для оказания ему действенной помощи.

Работая с семьей школьника, психолог - педагог пытается в сотрудничестве с ней найти ответы на вопросы: что происходило с ребенком до того, как обнаружилась проблема; что с точки зрения близких ребенку людей послужило причиной выбора нового поведения как способа взаимодействия с окружающим миром (включая и уход от него в субъективную реальность); когда появились первые симптомы потери контроля; когда близкие ребенка стали воспринимать поведение ребенка как проблемное; как проблемное поведение отразилось на других сферах жизнедеятельности ребенка; что делалось, чтобы изменить ситуацию; к чему это привело, и что можно сделать по-другому. Возможны разные подходы к проработке проблемы:

- * зависимое поведение можно переключить на другой, социально приемлемый объект зависимости;
- * зависимое поведение может быть изменено и доведено до состояния управляемого;
- * зависимое поведение может быть сублимировано в творчество;
- * зависимое поведение не может быть изменено без вмешательства специалистов из сферы медицины.

В традиции зарубежных психологических подходов к решению проблем человека выделяются базовые положения, на основе которых строятся модели деятельности специалистов по оказанию помощи в решении специфических проблем. Ниже приводится анализ концепции зависимого поведения, разработанная А.С. Марконом [33].

Зависимое поведение определяется А.С. Марконом как внешние действия человека, связанные с непреодолимым влечением к какому-либо объекту, т.е. оно обусловлено психологической зависимостью от него.

Объект зависимости, с одной стороны, является средством удовлетворения потребности, лежащей в основе влечения, а, с другой стороны - ведущим мотивом деятельности.

Зависимое поведение проявляется в отсутствии контроля над отношениями с объектом зависимости, обрести который человек не может самостоятельно.

Зависимое поведение полифункционально, по мере развития зависимого поведения доминирующая функция меняется.

Источником формирования зависимого поведения является влечение к какому-либо объекту, обладающему особой привлекательностью для человека. По мере развития отношений с объектом, влечение возрастает и становится непреодолимым, что выражается в потере контроля над поведением.

Корни зависимого поведения лежат в отношении человека к себе, другим и окружающему миру, т.е. в философии человека, которая влияет на выбор человека в определении способов удовлетворения базовых потребностей.

Динамика формирования зависимого поведения определяется результатом разрешения конфликтов между стремлением человека к удовольствию и необходимостью учитывать интересы других людей или общества.

В случае наркозависимости в роли объекта и мотива деятельности выступает психоактивное вещество (нелегальное). Наркозависимое поведение обусловлено психологической зависимостью от наркотика и проявляется как потеря контроля над отношением с ним [53].

В ходе развития зависимости на разных стадиях доминируют разные функции: познавательная, гедоническая, психотерапевтическая, компенсаторная, стимулирующая, адаптационная, анестетическая.

Для определения стратегии разрушения зависимости, либо ее первичной профилактики необходимо выявить совокупность функций каждого этапа формирования зависимого поведения и оценить их с позиций доминирования. На зависимое поведение влияет ряд факторов (биологические, социальные, духовные (культурные) и психологические).

Совокупность факторов в каждой конкретной ситуации определяет степень риска формирования предрасположенности к зависимому поведению. Зависимое поведение изменяет все уровни жизнедеятельности человека:

- * Когнитивный уровень (мысли, убеждения, фантазии, сны).
- * Эмоциональный уровень (чувства, эмоции)
- * Сенситивный уровень (ощущения)
- * Коммуникативный уровень (межличностные отношения)_
- * Уровень восприятия (себя, объективной и субъективной реальности).
- * Уровень биологического существования (привычки, двигательная активность, работоспособность, режим питания, паттерны сна, рацион, применяемые лекарственные препараты, ПАВ).
- * Поведенческий уровень (стереотипность, ритуальность, необходимость)
- * Духовный уровень (нравственность, альтруизм при употреблении наркотических средств сменяются безнравственностью и эгоизмом)

Все уровни взаимосвязаны. Каждый этап формирования зависимого поведения характеризуется пространственно – временными, качественными и количественными параметрами. Но у поведения человека всегда есть оценочный параметр – что человек думает, по поводу того, как он поступает. Поэтому в процессе формирования зависимого поведения важна смена его оценок человеком, влияющих на личностную позицию, определяющую следующий шаг.

В одном исследовании было установлено, что “не только одна и та же потребность может воплощаться в разных объектах, но и в одном и том же объекте могут воплощаться разные взаимодействующие, переплетающиеся, а иногда и противоречащие друг другу потребности” [6]. В относительной независимости потребности и мотива лежат потенциальные возможности психотерапии не бороться с потребностями человека, а создавать условия для нового их удовлетворения, их переопредмечивания. При этом, как отмечает В.В.Столин, для того чтобы актуализировать работу самосознания, иногда

необходимо полностью отказаться от всяких разъяснений и рекомендаций, либо сфокусировать внимание на процессах межличностного взаимодействия, либо привлечь внимание к процессам, тесно связанным с телесными, органическими функциями [33]. Таким образом, самосознание оказывается включенным в круговой причинный процесс: специально организованное психотерапевтическое общение актуализирует самосознание, что приводит к переопредмечиванию потребностей и переиерархизации мотивов. Вновь возникшие мотивы и их соподчинение реализуются уже в реальном, естественном общении и реальной жизнедеятельности субъекта. То, что предлагается В.В.Столиным, можно интерпретировать как применение эклектического подхода в психотерапии для переопредмечивания мотивов, фокусируясь на самосознании клиента. Что представляет ценность для работы со школьниками, имеющими опыт зависимого поведения, в аспекте переключения социально неприемлемого объекта пристрастия на социально приемлемый [33].

В концепции Д.В. Колесова о потребностном цикле с гедоническим ядром адекватно объясняется принципиальное сходство различных типов зависимостей, независимо от их предметного содержания. Кроме того, в нейрофизиологии давно известен факт наличия как прямой (от мозга к психике), так и обратной связи - от социума и психики к мозгу, что позволяет предположить сходство нейрофизиологических механизмов получения удовольствия от предмета пагубного пристрастия. Нарастающее понимание этого факта наблюдается и в зарубежной литературе, где позднейшие определения "процессуальных (деятельностных) зависимостей" по их признакам все более сближаются с традиционно рассматриваемыми в этом ключе химическими зависимостями [28].

Несмотря на имеющиеся фундаментальные разработки проблемы ИКЗ, психологические факторы, являющиеся причинами ИКЗ различных групп пользователей, относящихся к разным возрастным или профессиональным категориям, изучена мало. А именно: не выработано некой общей теории

игровой компьютерной зависимости, диагностические средства на разных возрастных этапах требуют дальнейшего изучения, индивидуально-психологические предпосылки игровой компьютерной зависимости на разных этапах онтогенеза, в частности, в подростковом возрасте, изучены недостаточно.

1.2. Проблема компьютерной игровой зависимости в младшем подростковом возрасте.

На современном этапе развития психологии возрастные кризисы рассматриваются как нормативные, закономерные периоды жизненного цикла человека. Они являются переходными и выполняют функцию «разделителей» между стабильными периодами. Происходящие при этом изменения затрагивают различные уровни организации человека. В концепциях Л.С.Выготского, Д.Б.Эльконина, К.Н.Поливановой возрастной кризис выступает как акт развития. Традиционным для отечественной психологии является анализ возрастного кризиса на основе возникающих в этот период психических новообразований и поведенческих реакций, называемых симптомами кризиса [21].

Кризис развития — сложный объект для изучения. Методологические трудности, возникающие при исследовании возрастных кризисов, связаны с определенной условностью его границ, с большой вариативностью кризисной симптоматики у детей и подростков. Так, начало и специфика протекания кризиса зависят от индивидуальных особенностей ребенка, от структуры и стилей семейных взаимоотношений. Наступление кризиса связано также с выходом на определенный этап социализации, когда ребенку открывается новое представление о взрослости. Эти особенности необходимо учитывать при организации экспериментальных исследований [59].

Подростковый период - особый период в развитии личности, характеризующийся неоднородностью и фазностью протекания - от

младшего к старшему подростковому возрасту: младший 10-11 лет, средний 12-13 лет, старший 14-15 лет [51]. В этот период происходят значительные изменения, характеризующиеся переходом на качественно новый уровень самосознания и развития личности.

Каждый этап подростничества имеет свои психологические особенности. Младший подростковый возраст является сложным и противоречивым периодом развития личности, поэтому, несмотря на то, что этот возраст часто объявляют «ничьей территорией», его значение в личностном онтогенезе человека трудно переоценить.

В своем исследовании подростков мы ориентируемся на положения отечественной психологической школы Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева по проблемам развития психики в онтогенезе, формирования личности, творчески развиваемых в трудах В.В. Давыдова, А.В. Петровского, Д.Б. Эльконина и др.

В отечественной психологии многими учеными подростковый возраст считается критическим периодом развития. Л.И. Божович связывает возникновение данного кризиса с тем, что быстрый темп физического и умственного развития создает предпосылки для образования таких потребностей, которые не могут быть удовлетворены в условиях недостаточной социальной зрелости детей этого возраста [7].

Степень сформированности личностных образований в подростковом возрасте и их дальнейшее развитие во многом определяют жизненный путь индивида, являются фундаментом для возникновения новых образований личности.

Как следует из исследований Д.Б. Эльконина, К.Н. Поливановой, Г.А. Цукерман, данный возраст сложен тем, что является кризисным переходным периодом. Как уточняет К.Н. Поливанова, периодом, «не нашедшим своего места в культуре, а не в психологических теориях» и периодизациях, а Г.А. Цукерман этот возрастной промежуток 10-12 лет называет «ничьей землей» [51].

Подростки быстро осваивают игровые компьютерные приложения. В этом возрасте психика ребенка очень пластична и не стабильна. Подросткам свойственно познавать мир и свойственно увлекаться различными его аспектами. Тот факт, что ребенок легко и быстро осваивает компьютерное пространство, на наш взгляд, может свидетельствовать о некой примитивности этой среды познания. В реальном мире гораздо сложнее реализовать процессы познания, целеполагания, осваивать механизмы общения и т.д. Компьютерные игры не создают проблемных ситуаций, требующих креативного решения. Они не дают возможности для развития творческой компоненты [31].

Зависимое поведение может быть рассмотрено как аддиктивное. Как отмечает И.С.Кон, несмотря на то, что девиантное поведение проявляется в разных формах, все они взаимосвязаны. Пьянство, употребление наркотиков, агрессивное поведение, противоправное поведение образуют единый блок. Приобщение подростка к одному виду девиантного поведения повышает вероятность его вовлеченности и в другие [21]. Многие исследователи рассматривают подростковый возраст как фактор риска для развития девиантного поведения. Причина такого подхода лежит в психологических особенностях подросткового возраста. К психологическим особенностям подросткового возраста относят перепады настроения, категоричность высказываний и суждений, желание подростка быть признанным и оцененным другими, сочетающееся с показной независимостью и бравадой, борьбу с авторитетами и обожествление кумиров. Эгоистичность подростка проявляется наряду с преданностью и самопожертвованием. Проявление грубости и бесцеремонности к другим людям сочетается с неимоверной собственной ранимостью, колебаниями ожиданий от сияющего оптимизма к самому мрачному пессимизму. Подростковый возраст – самый уязвимый для возникновения разнообразных нарушений и в то же время самый благоприятный для овладения нормами дружбы [16]. Подростки с зависимым

поведением отдают предпочтение надежной зависимости перед ненадежной неопределенностью.

Игровая компьютерная зависимость в младшем подростковом возрасте - это разновидность аддиктивного поведения, которое характеризуется чрезмерной и длительной фиксацией внимания на компьютерной игре, снижением, а также нарушением способности контролировать вовлеченность в данный вид деятельности и несамостоятельностью в выборе поведения [14].

Изучению особенностей взаимодействия детей и подростков с компьютерами посвящено множество научных исследований: О.Н. Арестовой, Л.Н. Бабанина, Ю.Д.Бабаевой, А.Е. Войскунского, С.А.Шапкина, М. Коул, С. и др.. Однако, по нашему мнению, без должного внимания остался вопрос о психологических факторах развития ИКЗ на разных этапах онтогенеза, в частности, в подростковом возрасте.

1.3. Психологические факторы формирования игровой компьютерной зависимости

Формирование психологической зависимости обуславливается как внешними (социально-политическими, экономическими, социально-психологическими, педагогическими), так и внутренними (индивидуально-биологическими и индивидуально-психологическими) факторами.

Условно факторы риска психологической зависимости можно разделить на три группы по В.С. Битенскому:

- биологические факторы (обусловленные особенностями организма);
- психологические факторы (обусловленные складом характера и отношений);
- социальные факторы (следствие влияния общества) [4].

Игровая компьютерная зависимость (ИКЗ) представляет собой новую форму психологической зависимости, качественно отличающуюся от других

нехимических форм зависимостей выходом на безграничные возможности виртуального мира, механизмами формирования, а также особенностями протекания на разных этапах возрастного развития.

В условиях информатизации подросток является заложником конфликта между обыденной и виртуальной реальностями. Виртуальная реальность имеет свою отличную от обыденной социо-культурную специфику. В исследованиях Бабаевой Ю.Д., Смысловой О.В. отмечается динамизм взаимодействия с Сетью, что косвенно подтверждается скоротечностью Интернет-зависимости. Помимо динамичности виртуального мира Нестеров В.Ю. указывает его изменчивость, которые, в общем порождают проблему сохранения традиций, существенно меняющихся с каждым обновлением состава сетевой группы [5].

В работах Белинской Е.П., Жичкиной А.Е. аргументируется выбор личностью Интернета (Сети) не только его доминирующим положением среди информационных сетей, но и возможностью сети уравнивать социальный фактор и способствовать актуализации личностных детерминант поведения. Так, трудность регулирования открытых систем с анонимным доступом обуславливает низкий уровень социального давления и позволяет отнести большинство ситуаций, возникающих в Интернете, к «слабым», при которых воздействия извне слабо влияют на поведение.

Также специфика виртуальной реальности определяется ее вербальной организацией с неизбежной перестройкой межличностной коммуникации. Возможность ухода в виртуальность как полноценную среду обитания, ведёт к десоциализации, деиндивидуализации при анонимном взаимодействии в Сети, к потере самоконтроля при Интернет-зависимости, к снижению традиционного общения на фоне роста общения через компьютер [22].

Субъективные предпосылки «конфликта реальностей» изучались на примере одной из функций самосознания – самосовершенствования Гиппенрейтер Ю.Б., которое является основополагающим свойством

личности по Мамардашвили М.К., Леонтьеву А.Н., Асмолову А.Г.. В работах Арестовой О.Н., Бабанина Л.Н., Войскунского А.Е. выявлены закономерности первичного выбора между реальностями. Так, вначале ищутся закономерности первичного выбора между реальностями, определяющего дальнейшее приложение активности человека. Его неизбежность вызвана внешними (социальный заказ) и внутренними факторами, а именно, влиянием социальных мотивов: делового, аффилиативного, коммуникативного. Итогом может быть отсутствие интереса к сфере ИТ, тогда говорить о субъекте как о пользователе не приходится. Или вариант полного сосредоточения интересов в области компьютера, но он граничит с патологией и требует особого подхода. Наиболее конструктивен третий вариант с постоянным перераспределением активности между реальностями, исходя из текущих потребностей и задач. Он позволяет охватить почти всех пользователей ИТ и изучать развитие самоотношения в зависимости от их типа [7].

Взаимодействие обыденной и виртуальной реальностей может происходить в виде плавных взаимопереходов (Носов Н.А.), но на примере самосовершенствования видно, как легко оно принимает характер конфликта [34]. Самосовершенствование в сфере ИТ обусловлено как извне: тенденциями рынка, эволюцией Интернета, социальным давлением, так и диспозиционно, под влиянием культурных мотивов: самоутверждения, самореализации, сотрудничества. Соответственно основанием для «конфликта реальностей» будет являться невозможность синхронизации процессов самосовершенствования личности, перераспределяющей свою активность между реальностями и в той или иной мере совершенствующейся в обеих. И как результат, бегство в виртуальность, освоение которой формирует позитивное самоотношение и определяет развитие личности. Либо пренебрежение совершенствованием в сфере ИТ из-за более успешной деятельности в реальном мире, тогда человек остаётся пользователем в сугубо инструментальном смысле. Для развития личности и

её отношения к себе интересен третий вариант – балансирования между реальностями. Конфликт здесь носит перманентный характер, вызывая различные трения в отношениях с близкими по мнению Войскунского А.Е. [9].

Преодоление «конфликта реальностей» носит деятельностный характер, в силу того, что деятельность объединяет эти реальности. Анализ деятельности, тот путь, по которому может идти личность в осознании «Я» и исследователь при анализе специфики самоотношения пользователя ИТ. Эксперименты с сетевой идентичностью показывают, что неизменный вклад в специфику деятельности самопознания вносит специфичность среды, так как «виртуальная личность» действует в принципиально иных условиях. Также осознание себя как пользователя ИТ является потребностью в едином, целостном «Я», способном адекватно действовать не только в обыденной или виртуальной реальности, но и в ситуации их тесного переплетения, составляющего «существование» личности [39].

Динамика самоотношения вовлеченного пользователя Сети определяется событийной плотностью и событийной значимостью содержания интернета. В основе этого утверждения лежат идеи Мамардашвили М.К. о существовании человека в пространстве событий, в данном случае, задаваемых компьютерной программой и М.М.Бахтина о том, что осознать жизнь можно как событие, а не как данность. Событийная плотность служит мерой активности и мерой нагрузки на самосознание индивида. Причем событийный ряд пользователя неоднороден по степени значимости события: личностный результат, либо поступок (Бахтин М.М.), или же статус деяния по Леонтьеву А.А. При активном применении ИТ будет расти как плотность поступков так и общее число событий. Соответственно и самоотношение активного и начинающего пользователя будут различаться.

Дж. Б. Уолтер так классифицирует причины аддиктивности i-net:

Взаимодействие с незнакомцами - вызывает социальный стресс [57].

Неясность самопрезентации и самоидентификации, полное отсутствие представления о партнере.

Ложь партнеров.

Неясность в сексуальных ролях (партнеры могут исказить брачный статус, сексуальные предпочтения, даже пол).

Флейминг (тенденция к использованию ненормативной и оскорбительной лексики) [56].

Утверждение некоторых авторов, что Интернет не провоцирует зависимость сам по себе, но является для склонных к зависимостям людей, в том числе страдающих тревожно-депрессивными расстройствами фактором риска, таким же как алкоголь и психоактивные вещества, как нам кажется, не совсем соответствует действительности [19]. Например, Дж. Грохол сравнивает Интернет с книгой или телефоном, неспособными сами по себе вызвать зависимость, однако классификация средств массовой коммуникации по таким параметрам как личностная насыщенность и информационная нагрузка на пользователя, показывают, что, возможно, количественное изменение этих показателей, имевшее место прежде, перешло при возникновении современных форм коммуникации, таких как Интернет и интерактивное телевидение в новое качество. Можно предположить, что информационная нагрузка провоцирует специфические нейрофизиологические изменения и т.д [9].

Трудно согласиться с Дж. Б. Уолтером в вопросе возникновения социального стресса: сперва возникает ориентировка или рефлекс «что такое» по И.П. Павлову, а реакция (положительная, негативная или нейтральная) является следствием исследовательской деятельности. Поэтому «социальный стресс» может возникать не при всяком общении с незнакомыми, но при отсутствии либо недостатке доступной информации о партнере.

Кроме того, к списку Уолтера нам хотелось бы добавить несколько положений, основанных на российских психологических традициях, в рамках

которых мы рассматриваем Интернет-аддикцию как следствие базовых характеристик Интернет-коммуникации [57].

«Полифония диалога», по М.М. Бахтину, уступает место «множественному монологу» или «доминанте на себе» (А.А. Ухтомский) – для участников ответы и высказывания других имеют существенно меньшую смысловую нагрузку, нежели собственные высказывания [36]. Частично это связано с анонимностью и малой личностной вовлеченностью в коммуникацию. В частности по причине практического отсутствия невербальных средств коммуникации, о важнейшей роли которых в психике человека, в его коммуникативных действиях писали многие отечественные и зарубежные авторы. Невербальные средства выражения редуцированы до разнообразных «смайлов» или эмотиконов (эмоциональных знаков).

Нарушение хронотопа, его временной перспективы: чем более «он-лайнным» является процесс, тем больше субъект ориентируется на текущий процесс, а не на содержания и смыслы. Из-за этого смысловая составляющая коммуникации также подвергается редукции, уступая место примитивно-эмоциональным переживаниям. Поэтому выстраивание четкого представления о настоящем и прогнозирование вероятного будущего субъектом Интернет-коммуникации крайне затруднено, а имеющиеся представления об индивидуальном прошлом практически не актуализируются в ходе общения в Сети. Таким образом, субъект оказывается оторван от "линии своей жизни", ее прошлой и будущей составляющих (К.Левин), что ведет к невротизации, дальнейшему отчуждению от социума и нарушению коммуникации, поскольку временная перспектива является одной из основ нормального общения, приведения в соответствие собственных аффективных комплексов, представлений и установок (Э. Блейлер) с социально-заданными, интроекцией социальной жизни на внутреннюю жизнь субъекта [5].

Как мы предполагаем, насыщенность личностным смыслом радикально падает при возрастающем расходе когнитивных ресурсов.

Таким образом, классический «треугольник сознания» (чувственная ткань-значение-смысл) А.Н. Леонтьева оказывается нарушен [26]. Ввиду диспропорционального соотношения личностного смысла деятельности, ее чувственной ткани и значения получаемой субъектом информации происходит переориентация субъекта с внешних, социально-ориентированных смыслов на внутренние, аутистические по сути содержания (Э. Блейлер).

Характерной чертой происходящего процесса является его генерализация с коммуникации, опосредствованной техническими средствами коммуникации (в т.ч. Интернет-коммуникации) и переход на другие формы общения и взаимодействия.

Причинами такой генерализации являются:

Нарастание общего когнитивного дефицита – общее истощение нервной системы, выражающееся и в изменениях нейродинамики. При этом страдают в первую очередь процессы, не относящиеся к доминантным – то есть снижение энергетического снабжения ведущей деятельности (во взрослом возрасте, при условии относительного здоровья нервной системы) происходит в последнюю очередь за счет «обкрадывания» других психических функций [5].

Перестройка общения как функциональной системы – изменяются источники смыслов коммуникации, уплощается эмоциональное реагирование – в т.ч. и за счет бедности выразительных средств.

Действительно огромное влияние оказывают преморбидные особенности личности. Однако, на наш взгляд, нельзя ограничиваться только рассмотрением пограничных и патологических состояний, таких как аффективные, социопатические, тревожные расстройства. Существенную роль может сыграть «обыкновенная» интроверсия как ориентация личности на внутренние мотивы в построении поведения.

В психологической теории деятельности А.Н. Леонтьева выделяют следующие компоненты деятельности:

Мотив – предмет, побуждающий деятельность и на который направлена цель.

Цель – представление о результате действия.

Объективно-предметные условия деятельности, среди которых важнейшую роль играют средства достижения цели (4).

Цель, данная в определенных условиях представляет собой задачу деятельности [3.с.82-83].

Перечисленные выше компоненты составляют предметное содержание деятельности, которому свойственна изменчивость в зависимости от особенностей каждого из этих компонентов. Немаловажна подвижность, гибкость отношений между компонентами деятельности: то, что является в одной ситуации целью деятельности, может при определенных условиях стать средством ее достижения, и наоборот. Именно превращение способа действия, средства достижения некоторой цели в самостоятельную цель имеет место при формировании Интернет-зависимости (переход мотива на цель по А.Н. Леонтьеву).

Процессуальная структура деятельности представлялась А.Н. Леонтьеву в виде иерархии: деятельность- действие – операция, отношения которых определяются предметным содержанием деятельности [54].

Так, деятельность определялась по критерию побуждающих ее мотивов, действия – процессы, подчиненные некоторой цели, операции непосредственно зависят от условий достижения поставленных целей. Единица каждого типа состоит из системы связанных между собой единиц нижележащего уровня, а их отношения имеют столь же гибкий характер, как у элементов предметного содержания деятельности. Так, действие может принимать характер деятельности. В целом же действие обладает сравнительной автономией, поскольку, в зависимости от мотивации, может входить в структуру разных деятельностей.

Игровая компьютерная зависимость в подростковом возрасте возникает в результате сочетания двух групп факторов: индивидуально-личностного,

обусловленного психологическими особенностями младшего подросткового возраста и социально-психологического, обусловленного социальными и психологическими условиями жизни подростка.

1.4. Последствия игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте.

Существуют, по меньшей мере, два принципиально различных подхода к решению вопроса о влиянии компьютера и компьютерных игр, в частности, на личностное развитие ребенка.

С одной стороны, компьютерные игры способствуют развитию и преобразованию деятельности человека за счет возникновения новых навыков, операций и способов выполнения действий, новых целевых и мотивационно-смысловых структур, новых форм опосредования и новых видов деятельности. По мнению исследователей: С. Бодкер, И.Г. Белавина, Н.А. Садовская, В.Д. Горский, С.А. Шапкин, Е.Е. Лысенко и др., компьютерные игры оказывают положительное влияние на развитие ребенка. Ребенок, хорошо владеющий навыками работы с компьютером, быстро выбирает стратегию поведения или самообучения, у него вырабатывается алгоритмический стиль мышления [44].

С другой стороны, при патологической поглощенности компьютерными играми отмечается значительное количество негативных последствий - технострессы, компьютерофобия, сужение круга интересов, некоммуникабельность и аутизм. Авторы: К. Янг, Д. Гринфилд, К. Сурратт, О.В. Доронина, О.К. Тихомирова, А.О. Прохоров, А.Е. Сережкина, А.Н. Моховиков, Л.П. Гурьева, А.Е. Войскунский и др. считают, что частые сеансы компьютерной игры способствуют выработке привычки к виртуальному миру, вследствие чего ребенок может неадекватно воспринимать мир реальный. Компьютерные игры вырабатывают у ребенка

привычку к бездумным развлечениям и легкости в достижении цели, отучая от терпения и ослабляя силу воли [14].

По Л.С. Цветковой, наглядно-образное мышление вовлекает в основном активность теменных и височных долей мозга, а также третичной зоны ТРО [34]. Затылочные доли, непосредственно участвующие в процессе обработки зрительной информации, в наглядно-образном мышлении, тем не менее, играют вторичную роль, поскольку основой наглядно-образного мышления являются процессы опознавания предметных образов, их вербализации, и анализ пространственной конфигурации различных частей стимула, а также нескольких стимулов, предъявляемых одновременно. Именно так организована информация на наиболее распространенных в настоящий момент Интернет-сайтах - все реже встречаются страницы, заполненные практически исключительно текстом, чаще короткие текстовые фрагменты, насыщенные гиперссылками, перемежаются большим количеством сложных полноцветных иллюстраций, в том числе анимационных роликов (примером такого рода роликов является ставшая всероссийски известной «Масяня»). Помимо перегрузки блока приема и переработки информации, по А.Р. Лурия, такая структура подачи материала, наблюдаемая в настоящий момент даже при оформлении электронных версий научных статей (с чем мы столкнулись в ходе подготовки данной работы) ведет к еще большей деформации смысловой структуры деятельности: текст из самостоятельного элемента, несущего как содержание, так и смысл, превращается в "обрамление" иллюстративного материала, оттягивающего на себя "центр тяжести" смыслового компонента. Однако иллюстраций недостаточно для понимания и усвоения содержания вербальной информации [27]. Связь между информацией и ее иллюстрацией устанавливается не на основе простой ассоциации, а в ходе предметной деятельности, ведущей к пониманию информации (смысла, значения и содержания). В Интернет эта деятельность не возникает: ориентация на постоянное общение ведет к редукции психологического содержания ВПФ,

прекращает интеллектуальную деятельность и снижает коммуникативную ценность материала. Основным принципом конструирования иллюстраций является насыщение комическим, игровым или гиперболизированным социальным содержанием для стимулирования интереса пользователя, в качестве психологического противовеса содержанию текста. На практике это приводит к смысловому кризису и аутизации [16].

Аутизм в настоящий момент рассматривается как первичное нарушение общения, эмоционального контакта с окружающими [7], приводящее к нарушению усвоения, интериоризации социокультурного опыта как основы мышления. Однако, во-первых, это не отменяет характеристики аутистического мышления, данной Э. Блейлером, а во-вторых, исходя из теории кольцевой структуры действия Н.А. Бернштейна, а также данных о распаде речи при афферентной моторной афазии как о нарушении коррекции двигательной программы из-за нарушения работы кинестетического анализатора [15], можно предположить, что нарушение коммуникации даже во взрослом состоянии (а особенно у подростков со слабо структурированными личностными смыслами) приведет ко вторичному нарушению и познавательных процессов по аутистическому типу.

Исходя из предложенной классификации, ответ на вопрос: является ли Интернет средой, вызывающей зависимость или же люди, склонные к зависимостям, заходят в Интернет, нам кажется положительным в обеих частях. На субъекта воздействуют многие факторы, как то: социальная нагрузка – попадание в необычную, и в чем-то маргинальную социальную группу, коммуникативная нагрузка – необходимость взаимодействовать с огромным количеством корреспондентов, большинство из которых анонимны, многие – склонны к употреблению ненормативной лексики и прямым оскорблениям, следующая из этого необходимость постоянного отбора референтной группы – кому отвечаю, кому нет.

Школьник, имеющий опыт зависимого поведения, часто недоверчиво относится к взрослым, пытающимся ему помочь. Он подозревает, или почти уверен, что они будут бороться против его пристрастия, будут уговаривать, требовать отказаться от него. Он по-своему переживает свое вовлечение в компьютерные игры, пытаясь оправдать свое поведение. А за всяким переживанием, с точки зрения Л.С.Выготского, стоит реальное динамическое отношение среды по отношению к ребенку [10]. Выделяют два типа кризисных ситуаций: серьезные потрясения, которые предполагают возможность выхода на прежний уровень жизни, и кризис, перечеркивающий жизненные замыслы. В случае кризиса единственным выходом является модификация личности и переосмысление жизни, что и реализуется в процессе психотерапии, психологического консультирования с применением техник, адекватных проблеме. Процесс преодоления кризисных ситуаций, в представлении Василюк Ф.Е, сопровождается переживанием, внутренней интеллектуально-волевой работой по восстановлению душевного равновесия и обретения смысла жизни, борьбой “против невозможности жить” [12]. Внутренняя деятельность по преодолению критических ситуаций опирается на отношение человека к окружающему миру и уровень интеллектуального развития личности.

В процессе развития зависимого поведения постепенно формируется зависимость, а вместе с ней и ощущение своего бессилия перед ней. Это вносит определенный вклад в мотивацию принятия решения искать пути выхода из создавшейся ситуации. Однако до тех пор, пока ребенок не осознает, какой вклад он вносит сам в формирование своей зависимости, не оценит влияния зависимого поведения на свою жизнедеятельность, не поверит, что проблема может быть решена, вероятность того, что будет принято решение об изменении поведения, невелика. Оценка своего поведения - критический момент в принятии решения об изменении поведения [13].

В настоящий момент в детских образовательных учреждениях обеспечение профилактической работы по проблеме зависимостей сводится в основном лишь к чтению лекций, т.е. к сообщению информации о вреде, наносимом зависимым поведением. Несмотря на то, что такая информация, скорее всего, является полезной при ее грамотной подаче, только лекторско-просветительная работа не решит проблемы. В целях предупреждения развития зависимого поведения, у детей необходимо целенаправленно формировать личностное сопротивление к приему вредных для здоровья веществ, чувство меры при взаимодействии с компьютером, экзистенциальное чувство опасности при возможных контактах с сомнительными культовыми организациями; формировать и развивать экзистенциальный комплекс базовых социальных умений, формировать автономное ответственное поведение, подразумевающее ответственный выбор школьником способов удовлетворения своих потребностей и способов решения своих проблем. Требуется специальная организация школьников в приобретении такого опыта, а, следовательно, и соответствующего обеспечения [11]. Во многих работах отечественных педагогов и психологов, таких как: Иванов И.П., Караковский В.А., Ковалев А.Г, Коломинский Я.Л., Кон И.С., Макаренко А.С., Муздыбаев К., Парыгин Б.Д., Петровский В.А., Реан А.А., Сухомлинский В.А., Трусков В.П., Фельдштейн Д.И. и др. акцентируется просоциальная активность, как необходимость для полноценного развития школьников, а, следовательно, и предупреждения девиантного поведения. Включение подростка в просоциальную группу рассматривается Реаном А.А. как один из способов “вытягивания” подростков из групп делинквентного характера. В аспекте предупреждения зависимого поведения школьников, связанного с употреблением психоактивных веществ, привлекательные просоциальные группы могут сыграть решающую роль [42]. Наличие общности, совместности в жизни ребенка и взрослого, сотрудничества между ними, в процессе которого происходит становление новых способов их социального взаимодействия,

рассматривается Слободчиковым В.И. и Исаевым Е.И. как общее психолого-педагогическое требование благополучного разрешения подросткового кризиса [46]. Поскольку создание общности в жизни взрослого и подростка, расширение сферы их сотрудничества и содержательных контактов составляют необходимые условия преодоления кризиса отрочества.

В современных условиях развития российского общества возрастает значимость поиска новых видов и форм социально значимой деятельности, способных создать условия для самоутверждения и самовыражения современных подростков. Участие в социально признаваемой и одобряемой деятельности дает возможность подростку осознать и оценить себя, приобрести уверенность, развить общественно направленную мотивацию, адекватно воспринять внешнюю оценку других [53].

Одним из возможных способов обеспечения такой необходимости является волонтерская подростковая психологическая служба, дающая возможность просоциальной активности специально подготовленным школьникам – волонтерам, и развития ответственности их сверстников в сфере решения межличностных проблем. Выступая в позиции субъектов предупреждения развития зависимого поведения, волонтеры, изначально являющиеся предпочитаемыми, значимыми для других детей, являются еще и позитивными моделями поведения для сверстников и детей младшего возраста.

Таким образом, игровая компьютерная зависимость не менее опасна в своем влиянии на человека как, например, алкоголизм или наркомания, так как имеются неоспоримые факты негативного воздействия на личностное развитие человека. Коварство данной зависимости заключается в том, что она развивается относительно медленно, незаметно меняя личность, ее направленность и круг интересов [63].

Выводы по главе 1

При описании явления психологической зависимости в литературе используются близкие по своей сущности понятия: «привязанность», «симбиотизм», «тревожность», «выученная беспомощность», «конформизм» (М.Ф. Белокрылова, В.Я. Семке, Е.О. Смирнова, Р. Радеева). То есть понятие зависимости применяют для обозначения широкого круга явлений. При этом в общем смысле зависимость связывают с навязчивым состоянием непреодолимого влечения к чему-либо (кому-либо), требующее тотального повиновения и сопровождающееся импульсивностью и безусловностью выполнения (А.С. Маркой, В.Д. Менделевич, С. Даулинг).

Формирование психологической зависимости, по мнению исследователей (И.А. Бабюк, М.Ф. Белокрылова, В.Я. Семке), начинается с развития личности человека. При этом в развитии зависимости авторы выделяют два этапа: формирование структуры личности, склонной к зависимости и «встреча с объектом», адекватным структуре личности человека.

Формирование психологической зависимости обуславливается как внешними (социально-политическими, экономическими, социально-психологическими, педагогическими), так и внутренними (индивидуально-биологическими и индивидуально-психологическими) факторами.

Условно факторы риска психологической зависимости можно разделить на три группы (А.Е. Личко, В.С. Битенский):

- биологические факторы (обусловленные особенностями организма);
- психологические факторы (обусловленные складом характера и отношений);
- социальные факторы (следствие влияния общества).

Игровая компьютерная зависимость (ИКЗ) представляет собой новую форму психологической зависимости, качественно отличающуюся от других нехимических форм зависимостей выходом на безграничные возможности

виртуального мира, механизмами формирования, а также особенностями протекания на разных этапах возрастного развития.

Игровая компьютерная зависимость в младшем подростковом возрасте - это разновидность аддиктивного поведения, которое характеризуется чрезмерной и длительной фиксацией внимания на компьютерной игре, снижением, а также нарушением способности контролировать вовлеченность в данный вид деятельности и несамостоятельностью в выборе поведения.

Игровая компьютерная зависимость в младшем подростковом возрасте возникает в результате сочетания двух групп факторов: индивидуально-личностного, обусловленного психологическими особенностями младшего подросткового возраста и социально-психологического, обусловленного социальными и психологическими условиями жизни младшего подростка.

На основе анализа психолого-педагогической литературы можно заключить, что существуют, по меньшей мере, два принципиально различных подхода к решению вопроса о влиянии компьютера и компьютерных игр, в частности, на личностное развитие ребенка.

С одной стороны, компьютерные игры способствуют развитию и преобразованию деятельности человека за счет возникновения новых навыков, операций и способов выполнения действий, новых целевых и мотивационно-смысловых структур, новых форм опосредования и новых видов деятельности. По мнению исследователей (С. Бодкер, И.Г. Белавина, Н.А. Садовская, В.Д. Горский, С.А. Шапкин, Е.Е. Лысенко и др.), компьютерные игры оказывают положительное влияние на развитие ребенка. Ребенок, хорошо владеющий навыками работы с компьютером, быстро выбирает стратегию поведения или самообучения, у него вырабатывается алгоритмический стиль мышления.

С другой стороны, при патологической поглощенности компьютерными играми отмечается значительное количество негативных последствий - технострессы, компьютерофобия, сужение круга интересов, некоммуникабельность и аутизм, вырабатывание привычки к виртуальному

миру, неадекватность восприятия мира реального, привычка к бездумным развлечениям и легкости в достижении цели (К. Янг, Д. Гринфилд, К. Сурратт, О.В. Доронина, О.К. Тихомирова, А.О. Прохоров, А.Е. Сережкина, А.Н. Моховиков, Л.П. Гурьева, А.Е. Войскунский и др.).

Таким образом, ИКЗ не менее опасна в своем влиянии на человека как, например, алкоголизм или наркомания, так как имеются неоспоримые факты негативного воздействия на личностное развитие человека. Коварство данной зависимости заключается в том, что она развивается относительно медленно, незаметно меняя личность, ее направленность и круг интересов.

Глава 2. Эмпирическое исследование личностных характеристик подростков с игровой компьютерной зависимостью.

2.1. Организация эмпирического исследования

Эмпирическое изучение личностных характеристик подростков с игровой компьютерной зависимостью и без нее осуществлялось поэтапно.

На первом этапе осуществлялось исследование ИКЗ у подростков всей выборки (86 учащихся 7-8 классов МБОУ «ЛСТУ № 2» г. Пензы, в возрасте 12-14 лет, из (46 %) мальчиков и (54 %) девочки), посредством опросника «Уровень ИКЗ» Гришиной А.В. Далее для изучения психологических факторов ИКЗ у подростков из общей выборки были выделены две группы исследования: в первую группу вошли школьники с высоким уровнем ИКЗ, во вторую группу - с низким уровнем ИКЗ.

На следующем этапе исследовались психологические особенности подростков с игровой компьютерной зависимостью и без нее:

- различия самооценки подростков с разным уровнем ИКЗ;
- различия волевой саморегуляции подростков с разным уровнем ИКЗ;
- различия склонности к риску подростков с разным уровнем ИКЗ.

На последнем этапе исследования разрабатывались рекомендации по формированию психологической устойчивости подростка к игровой компьютерной зависимости.

Обоснование и описание психодиагностических методик

* Измерение ИКЗ у подростков осуществлялось опросником «Уровень ИКЗ» Гришиной А.В. Данная методика разработана автором на базе методики, предложенной психологом К. Янг, с учетом возрастных особенностей младших подростков.

Опросник «Уровень ИКЗ» позволяет с известной степенью вероятности оценить количественную выраженность уровня ИКЗ для детей на данном

возрастном этапе развития. Опросник имеет удовлетворительные показатели надежности и валидности.

В опроснике используются такие показатели игрового поведения как: эмоциональное отношение к компьютерной игре; самоконтроль в компьютерной игре; целевая направленность на компьютерную игру; родительское отношение к компьютерной игре; предпочтение виртуального общения реальному.

В соответствии с этим опросник состоит из пяти шкал:

1. Шкала эмоционального отношения к компьютерным играм (Иэ - индекс эмоционального отношения к компьютерным играм).
2. Шкала самоконтроля в компьютерной игре (Ис).
3. Шкала целевой направленности на компьютерную игру (Иц).
4. Шкала родительского отношения к компьютерной игре (Ир).
5. Шкала предпочтения виртуального общения в компьютерной игре реальному общению (Ип).

По показателям индексов ИКЗ по формуле $KKЗ = 0,21 * Иэ + 0,43 * Ис + 0,08 * Ир + 0,34 * Ип + 0,3$ вычисляется коэффициент игровой компьютерной зависимости (ККЗ), по которому определяется уровень ИКЗ:

1. Естественный уровень (ККЗ от 6 до 14 баллов). Характеризуется средними показателями эмоционального самовыражения ребенка. Компьютерная игра носит характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, способны спланировать окончание сеанса игры за компьютером, редко играют и думают об игре.

2. Компенсаторный уровень (ККЗ от 15 до 24 баллов). Игра является важной частью в жизни подростка. Его внимание сфокусировано на определенных видах компьютерных игр, но при этом они не теряют контроль над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру. Компьютерная игра играет роль компенсаторных функций.

3. Зависимый уровень (ККЗ от 25 до 37 баллов). Компьютерная игра занимает все свободное время. Подросток думает о компьютерной игре, о достигнутых результатах, стремится повысить уровень этих результатов. Можно предположить наличие проблем в связи с патологическим пристрастием к компьютерным играм, разрешение которых возможно с помощью специалиста.

* Для изучения самооценки и уровня притязаний учащихся использовалась методика исследования особенностей самооценки школьников Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Данная методика основана на самооценивании по критериям: уверенный, способный, счастливый, общительный, трудолюбивый, сообразительный

По каждой из шести шкал определяются: а) уровень притязаний в отношении данного качества - по расстоянию в миллиметрах (мм) от нижней точки шкалы («0») до знака «х»; б) высота самооценки - от «0» до знака «—»; в) величина расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - разность между величинами, характеризующими уровень притязаний и самооценку, или расстояние от знака «х» до «—».

Для оценки, данные испытуемого и его результаты по каждой шкале сравниваются со стандартными значениями:

Параметр	Количественная характеристика (в баллах)			
	Низкий	Средний	Повышенный	Очень высокий
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100

* Посредством теста-опросника А.В. Зверькова и Е.В. Эйсмана «Исследование волевой саморегуляции» измерялся уровень развития волевой саморегуляции младших школьников.

Методика позволяет определить величины индексов волевой саморегуляции по пунктам общей шкалы (В) и индексов по субшкалам «настойчивость» (Н) и «самообладание» (С). В вопроснике 6 маскировочных

утверждений. Поэтому общий суммарный балл по шкале «В» должен находиться в диапазоне от 0 до 24, по субшкале «настойчивость» – от 0 до 16 и по субшкале «самообладание» – от 0 до 13:

В самом общем виде под уровнем волевой саморегуляции понимается мера овладения собственным поведением в различных ситуациях, способность сознательно управлять своими действиями, состояниями и побуждениями. Уровень развития волевой саморегуляции может быть охарактеризован в целом и отдельно по таким свойствам характера как настойчивость и самообладание.

Уровни волевой саморегуляции определяются в сопоставлении со средними значениями каждой из шкал. Если они составляют больше половины максимально возможной суммы совпадений, то данный показатель отражает высокий уровень развития общей саморегуляции, настойчивости или самообладания. Для шкалы «В» эта величина равна 12, для шкалы «Н» – 8, для шкалы «С» – 6.

Высокий балл по шкале «В» характерен для лиц эмоционально зрелых, активных, независимых, самостоятельных. Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство собственного долга. Как правило, они хорошо рефлексируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. В предельных случаях у них возможно нарастание внутренней напряженности, связанной со стремлением проконтролировать каждый нюанс собственного поведения и тревогой по поводу малейшей его спонтанности.

Низкий балл наблюдается у людей чувствительных, эмоционально неустойчивых, ранимых, неуверенных в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано как с

незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

Субшкала «настойчивость» характеризует силу намерений человека – его стремление к завершению начатого дела. На положительном полюсе – деятельные, работоспособные люди, активно стремящиеся к выполнению намеченного, их мобилизируют преграды на пути к цели, но отвлекают альтернативы и соблазны, главная их ценность – начатое дело. Таким людям свойственно уважение социальным нормам, стремление полностью подчинить им свое поведение. В крайнем выражении возможна утрата гибкости поведения, появление маниакальных тенденций. Низкие значения по данной шкале свидетельствуют о повышенной лабильности, неуверенности, импульсивности, которые могут приводить к непоследовательности и даже разбросанности поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у таких лиц повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Субшкала «самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Высокий балл по субшкале набирают люди эмоционально устойчивые, хорошо владеющие собой в различных ситуациях. Свойственное им внутреннее спокойствие, уверенность в себе освобождает от страха перед неизвестностью, повышает готовность к восприятию нового, неожиданного и, как правило, сочетается со свободой взглядов, тенденцией к новаторству и радикализму. Вместе с тем стремление к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение спонтанности может приводить к повышению внутренней напряженности, преобладанию постоянной озабоченности и утомляемости.

На другом полюсе данной субшкалы – спонтанность и импульсивность в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения.

Социальная желательность высоких показателей по шкале неоднозначна. Высокие уровни развития волевой саморегуляции могут быть связаны с проблемами в организации жизнедеятельности и отношениях с людьми. Часто они отражают появление дезадаптивных черт и форм поведения. отличие от них низкие уровни настойчивости и самообладания в ряде случаев выполняют компенсаторные функции. Но также свидетельствуют о нарушениях в развитии свойств личности и ее умении строить отношения с другими людьми и адекватно реагировать на те или иные ситуации.

* Исследование склонности к риску проводилось посредством опросника А.Г.Шмелева. Исследование проводилось как индивидуально, так и групповым вариантом.

Для оценки отношения испытуемого к исследованию в опроснике заданы утверждения. Показатель совпадений ответов по второй шкале, равный 8, 9 или 10, свидетельствует о недостоверности результатов тестирования. В этом случае тестирование нужно повторить, обратив дополнительное внимание испытуемого на инструкцию.

Анализ склонности к риску как черты характера имеет важное значение для психологического прогнозирования процессов принятия решения в ситуации неопределенности. В ходе анализа результатов следует ориентироваться на то, что показатель склонности к риску может варьировать от 0 до 40. Чем больше величина показателя, тем больше склонность к риску.

Если показатель склонности к риску составляет 30 и более единиц, то ее уровень является высоким, такого человека можно назвать рискующим при условии, что его ответы были достаточно искренними. Если показатель в границах от 11 до 29 – то склонность к риску средняя, а если меньше, чем 11, то уровень риска низкий, такой человек не любит рисковать, и его можно назвать осмотрительным. Во время интерпретации результатов следует принять во внимание, что большая склонность к риску свидетельствует не только о решительности, но может вести и к авантюризму.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования личностных характеристик подростков с ИКЗ

Измерение ИКЗ у подростков осуществлялось опросником «Уровень ИКЗ» Гришиной А.В. Данная методика разработана на базе методики, предложенной психологом К. Янг, с учетом возрастных особенностей младших подростков. По результатам диагностики общей выборки на уровень ИКЗ были получены данные, представленные в таблице 2.

Таблица 2.

Школьники (%) с разным уровнем ИКЗ

Уровни компьютерной зависимости	Кол-во (%) подростков
Естественный уровень	57
Компенсаторный уровень	30
Зависимый уровень	13

Для большей части выборки (57 %) компьютерная игра носит характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Эти дети контролируют свою игровую активность, способны спланировать окончание сеанса игры за компьютером, редко играют и думают об игре.

Для 1/3 общей выборки школьников игра уже стала важной частью в их жизни и играет роль компенсаторных функций. Внимание подростков фокусируется на определенных видах компьютерных игр, но при этом они не теряют контроль над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру.

А, для меньшей части выбоки (1/10) компьютерная игра занимает уже все свободное время. Такие подростки думает о компьютерной игре, о достигнутых результатах, стремятся повысить уровень этих результатов.

Некоторые родители считают, что играя за компьютерном их ребенок получает возможность для психологической разрядки. Определенная часть

родителей воспринимает игру за компьютером как отдых. Реально же никакой разрядки и никакого отдыха не происходит. Ребенок напряжен, сосредоточен. А после игр он истощен и переутомлен. Это дополнительная нагрузка на нервную систему.

Самые явные проблемы, которые быстро становятся очевидными, связаны с нарушением осанки и зрения. Статичная искривленная поза и близкое сидение за экраном монитора наносят непоправимый ущерб. При работе за компьютером руки постоянно согнуты в локтях, кисти находятся в напряжении, кровообращение в ней застаивается, и снабжение тканей кислородом замедляется. Как следствие могут появиться головные боли.

Высокий показатель уровня ИКЗ у подростков является условием, predisposing к неблагоприятным вариантам жизненного самоопределения, приводящим к психологическому и физическому истощению от сильного напряжения, ухудшению социального, семейного и межличностного функционирования.

Далее для изучения личностных характеристик подростков с ИКЗ были созданы две группы исследования: в первую группу вошли младшие подростки с высоким уровнем ИКЗ (12 испытуемых), во вторую группу - с низким уровнем ИКЗ (13 испытуемых).

Исследование самооценки школьников средних классов с разным уровнем ИКЗ проводилось с помощью проективной методики Дембо-Рубинштейн (С.Я. Рубинштейн). При исследовании самооценки рассматривались показатели по таким критериям, как: уверенный, способный, счастливый, общительный, трудолюбивый, сообразительный. Полученные данные представлены в таблице 3 и рис 1.

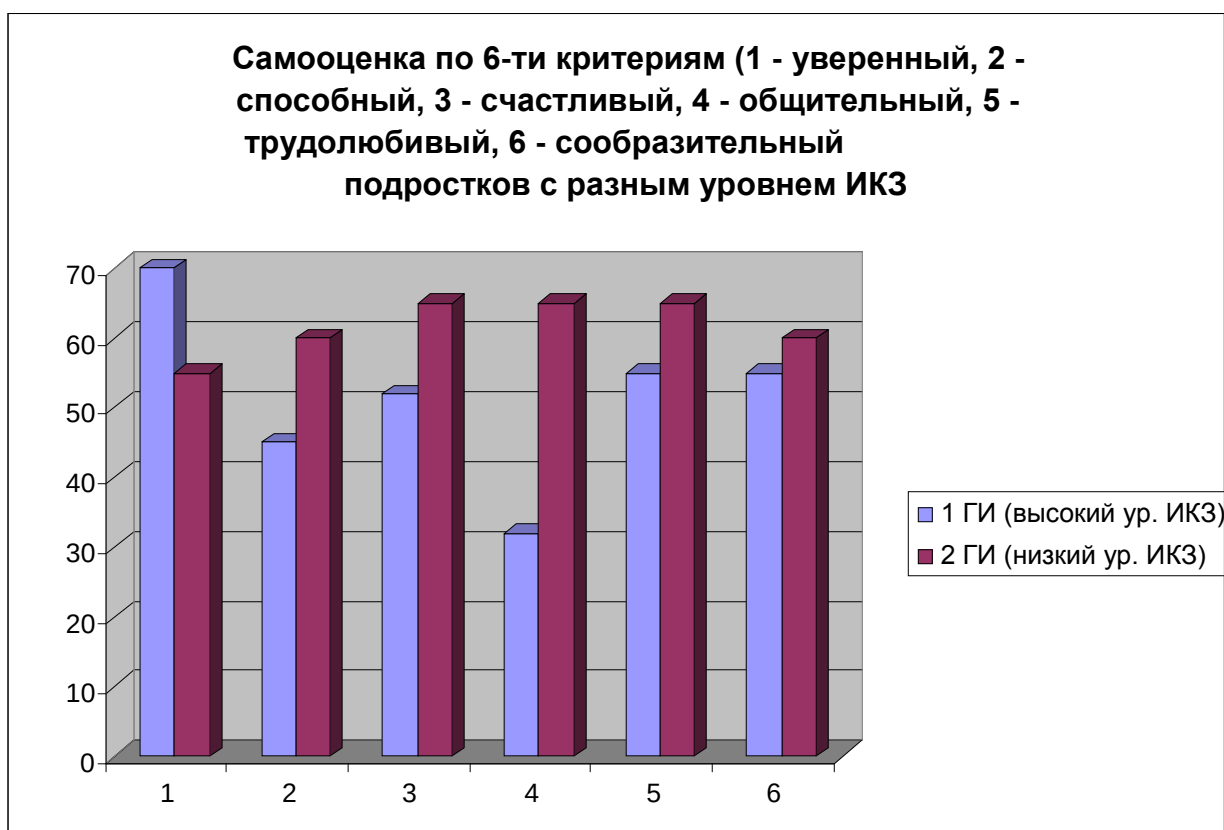


Рис. 1. Показатели СО школьников с разным уровнем ИКЗ

Было установлено, что подростки с высокой степенью игровой компьютерной ориентированности более уверены ($M + Q = 70,61 + 22,83, p < 0,01$) и менее общительны ($M + Q = 48,818 + 29,399, p < 0,001$), по сравнению с обычными сверстниками.

Неадекватность отношения к себе у школьников с высоким уровнем ИКЗ может быть результатом существенных расхождений «Я реального» и «Я виртуального». Во время игры психика ребенка образует свой собственный виртуальный мир, который имеет определенную степень устойчивости. Игровая реальность выступает своеобразным трансформатором сознания ребенка. При этом эмоции сконцентрированы вокруг персонажа компьютерной игры и действий, происходящих с ним. Измененное состояние сознания чутко реагирует на малейшие изменения в игровом пространстве. Победы виртуального персонажа воспринимаются как личные достижения, ребенок чувствует себя героем. Победа – это положительная самооценка и положительные эмоции. Игра становится средой формирования личностных качеств, показателем успешности.

Подростки, не прошедшие ролевую идентификацию в социальной действительности, находят свой образ в игре.

Таблица 3.

Самооценка по критерию «уверенность» школьников с разным уровнем ИКЗ

Уровень самооценки	Подростки с низким уровнем ИКЗ	Подростки с высоким уровнем ИКЗ	$\varphi^*_{\text{эмп}}$
Завышенный	30 %	46 %	1,83*
Адекватный	53 %	32 %	2,16**
Заниженный	17 %	22 %	0,84

Выявлено, что среди подростков с высоким уровнем ИКЗ достоверно меньше [$\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,83^*$, $p < 0.05$] учеников (32 %) с адекватной самооценкой личности, чем среди подростков с низким уровнем ИКЗ (53 %).

Большинство зависимых подростков (68 %) имеют неадекватную СО, среди них больше тех у кого преобладает завышенная СО (46 %), причем их количество значимо [$\varphi^*_{\text{эмп}} = 2,16^*$, $p < 0.01$] превышает подростков с низким уровнем ИКЗ (30 %).

Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в формировании личности и может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности - «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

Таким образом, неадекватная самооценка личности, чаще завышенная является индивидуально-личностной особенностью возникновения игровой компьютерной зависимости в подростковом возрасте.

Посредством теста-опросника А.В. Зверькова и Е.В. Эйсмана «Исследование волевой саморегуляции» измерялся уровень развития волевой саморегуляции младших подростков. Определялись величины индексов

волевой саморегуляции по пунктам общей шкалы (В) и индексов по субшкалам «настойчивость» (Н) и «самообладание» (С). Полученные данные представлены в таблице 4.

Таблица 4.

Индексы уровней развития волевой саморегуляции школьников с
разным уровнем ИКЗ

	1 ГИ с низким ИКЗ	2 ГИ с высоким ИКЗ	t-Стьюдент
Индекс общей шкалы волевой саморегуляции	9,5	8,2	2,71*
Индекс «Настойчивость» (Н)	6,1	6,8	2,62*
Индекс «Самообладание» (С)	4,2	4,6	0,94

На этапе обработки данных были обнаружены различия между результатами уровня развития волевой саморегуляции двух групп испытуемых. Так, индекс общей шкалы волевой саморегуляции достоверно [$t = 1,83^*$, $p < 0.05$] ниже у испытуемых с высоким уровнем ИКЗ (8,2) нежели у независимых подростков (9,5). Также, значимость различий индексов по шкале «Настойчивость» [$t = 2,62^*$, $p < 0.05$] обнаружена у школьников с высоким (6,8) и низким (6,1) уровнем ИКЗ. Следовательно, сила намерений, стремление к завершению начатого дела более слабо выражены у подростков с ИКТ. Повышенная лабильность, неуверенность, импульсивность подростков с ИКЗ могут приводить к непоследовательности и даже разбросанности их поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у них повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Таблица 4.

Волевая саморегуляция школьников с разным уровнем ИКЗ

	Высокий уровень ВС	Средний уровень ВС	Низкий уровень ВС
1 ГИ с низким ИКЗ	12 %	84 %	4 %
2 ГИ с высоким ИКЗ	-	82 %	18 %

Волевые качества у подростков с высоким уровнем ИКЗ значительно ниже (18 %), чем в другой группе (4 %). Этих подростков можно охарактеризовать как эмоционально незрелых, слабоактивных, зависимых от обстоятельств, не самостоятельных. Они слабо рефлектируют личные мотивы, непланомерно реализуют возникшие намерения, не рационально распределяют усилия, часто не контролируют свои поступки, некоторые из них обладают социально-негативной направленностью.

Среди подростков с высоким уровнем ИКТ не выявлены лица с высокой волевой саморегуляцией. В то же время 12 % ИК независимых подростков являются более эмоционально зрелыми, активными, независимыми, самостоятельными. Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство собственного долга. Как правило, они хорошо рефлексировать личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью.

Таким образом, учитывая специфические возрастные особенности школьников подросткового возраста, такие как слабая волевая регуляция, становится очевидным тот факт, что компьютерные игры провоцируют детей на систематическое невыполнение домашних заданий, а также пропуски школьных занятий. Как следствие возможен психологический отрыв ребенка от школы со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Исследование склонности к риску проводилось посредством опросника А.Г.Шмелева. Полученные данные представлены в таблице 5 и на рисунке 2.

Диаграмма 2.

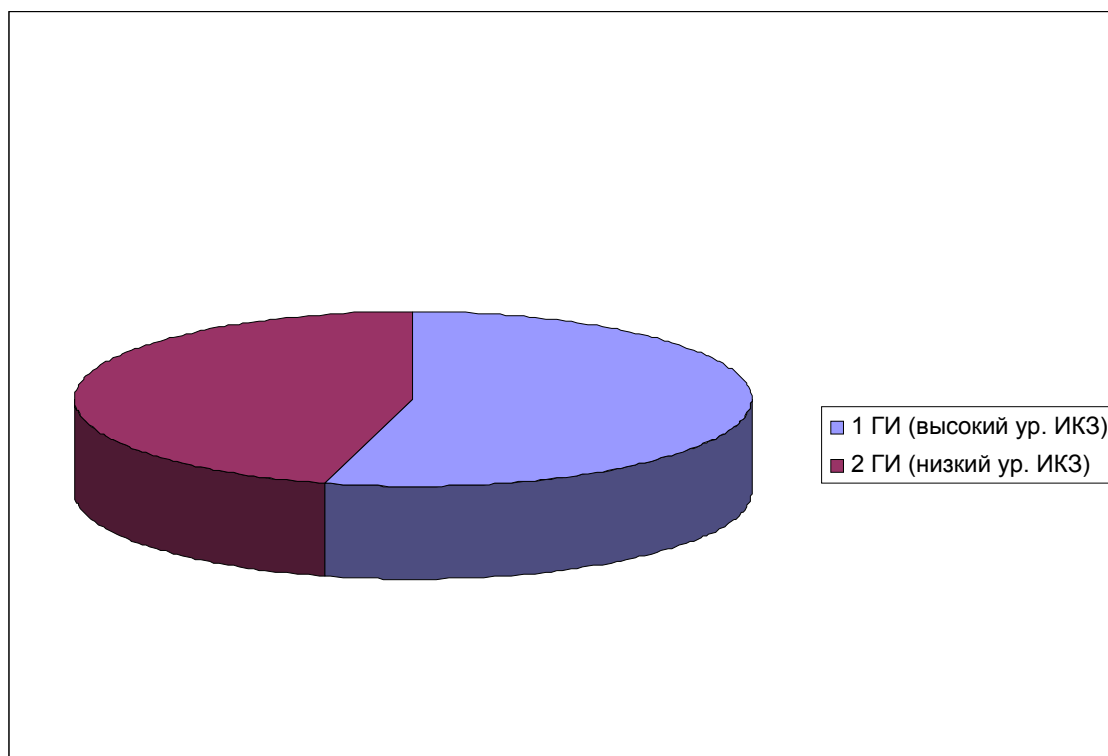


Рис.2 Соотношение показателей склонности к риску у подростков с разным уровнем ИКЗ.

Выявлено преобладание склонности к риску у подростков с высокой степенью игровой компьютерной ориентированности ($M + Q = 8,861 + 1,945$), по сравнению со школьниками с низкой степенью ориентированности ($M + Q = 7,486 + 1,777$), на уровне значимости $p < 0,001$.

Таблица 5.

Склонность к риску школьников с разным уровнем ИКЗ

	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1 ГИ с низким ИКЗ	25 %	55 %	20%
2 ГИ с высоким ИКЗ	14 %	74 %	12 %

Преобладание высокой склонности к риску выявлено у 25% у подростков с высоким уровнем ИКЗ, по сравнению с 14 % испытуемых с

низким уровнем ИКЗ. Такие подростки склонны рисковать при принятии решения в ситуации неопределенности, при этом следует принять во внимание, что большая склонность к риску свидетельствует не только о решительности, но может вести и к авантюризму.

Компьютерная игра позволяет ребенку испытать особое возбуждение – ощущение собственной успешности и значимости. Восторг от получения желаемого результата и возбуждение от его ожидания становятся привлекательнее, чем все остальные радости жизни. Мотивация компьютерного игрока основана на принципе: оперативный ответ на мгновенный запрос. Ребенок все больше времени начинает посвящать компьютерным играм, он постоянно думает, размышляет о них. Он все чаще стремится играть и при этом становится все более рискованным.

2.3. Рекомендации по формированию психологической устойчивости младшего подростка игровой компьютерной зависимости.

Проблема профилактики игровой компьютерной увлеченности в младшем подростковом возрасте в настоящее время особенно значима, поскольку современный ребенок взрослеет и развивается в напряженной социальной обстановке. Жизнь младших подростков наполнена различными эмоциями, связанными со сложностями в отношениях с родителями или неблагополучием семьи, влиянием молодежной субкультуры, средств массовой информации, отсутствием материального достатка в семье и т. д. Следовательно, ребенок организует свое свободное время в связи со своими интересами, потребностями и возможностями. Таким образом, задача заключается в профилактике патологического интереса к компьютерным играм, а также направлении деятельности младших подростков и освоение окружающего ребенка мира в положительное конструктивное русло. По возможности, минимизировать отрицательные социальные воздействия, связанные с компьютерными играми.

Результатом такой работы может считаться эффект развития, взросления ребенка (младшего подростка) - расширение сферы интересов, зоны осознания себя, своих особенностей, готовность самостоятельно принять ответственное решение, способность видеть и находить выход в сложной ситуации.

Подростковый возраст кризисный, а, следовательно, уязвимый. В этот период происходят значительные перемены не только на физиологическом уровне, но и в душевной организации взрослеющего человека. Это и граница детства, и граница взрослости; это время перехода от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. Когда подростковый опыт уже недостаточен для нормального самочувствия, а взрослый еще не освоен, старшеклассник вынужден в короткий промежуток времени находить решение основных задач дальнейшего развития.

Сгладить остроту переживаний подростка возможно за счет подготовки ребенка к предстоящим изменениям. Обучая ребенка навыкам конструктивного преодоления возникающих трудностей, можно обеспечить подростку максимально безболезненное преодоление пространства между детством и взрослостью.

Профилактическая работа предполагает работу со следующими целевыми группами: работа с педагогическими работниками (педагогами и школьными психологами), направленная на информирование о проблеме ИКЗ, проводимая в форме консультационных бесед.

Профилактическая работа с родителями, направленная на повышение психолого-педагогической компетенции родителей по проблеме ИКЗ, проводимая в форме семинарских занятий и индивидуального консультирования. Психолого-педагогическая работа с учащимися, направленная на информирование детей о последствиях игровой компьютерной зависимости; формирование здорового образа жизни; развитие коммуникативных и поведенческих навыков учащихся; общих знаний, отношений и установок о самих себе, об окружающих. Форма

проведения работы: ролевые игры, дискуссии, круглые столы, ток-шоу, конкурсы и спектакли.

Профилактическое воздействие должно строиться с учетом когнитивного (информационного), эмоционального (эмоционально-оценочного) и поведенческого компонента психики человека.

1. Когнитивный компонент (информирование).

1. Формирование у учащихся, их родителей и педагогов реалистичных представлений о явлении ИКЗ, ее причинах, поведенческих проявлениях и последствиях для развития личности младшего подростка. Возможно обсуждение информации о том, с чем младший подросток может столкнуться при длительных сеансах за компьютером. Акцент в работе со взрослыми делается на осознании ИКЗ как проблемы и понимании, что использование подростками информационных технологий, не регулируемое взрослыми, может стать причиной игровой компьютерной зависимости, но может быть сбалансировано в процессе взаимодействия с компетентным взрослым, трансформировано в здоровое отношение к использованию возможностей ИТ.

2. Развитие представлений о психологических особенностях школьников средних классов. Профилактическая работа направляется на развитие личностной рефлексии и понимания собственной уникальности и понимания другого как ценности: ознакомление со способами самоанализа, осознания своих индивидуально-психологических особенностей, в том числе интеллектуальных и коммуникативных способностей, особенностей отношений со взрослыми и сверстниками, познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми, сферы интересов, возможностей и путей саморазвития и самореализации.

2. Эмоциональный компонент (формирование эмоционально-положительного отношения к предотвращению и преодолению ИКЗ).

Отношение к ИКЗ. Формирование стойкого негативного отношения к ИКЗ на основе понимания ее пагубных последствий в сочетании с развитием осознанного положительного отношения к здоровому образу жизни.

Формирование адекватного позитивного самоотношения на основе реалистичного образа «Я», развитие позитивного отношения к окружающим на основе осмысления своего «Я» как части социальной группы в семье или классе, развитие интереса к общению со сверстниками и взрослыми и совместной деятельности с ними за счет повышения ее интенсивности и эмоционально-позитивной насыщенности в ходе деловых игр, дискуссий, тренингов, формирование предпочтения выбора сверстников для общения, а не виртуальных персонажей.

3. Поведенческий компонент (укрепление уз, связывающих ребенка с социумом, формирование навыков эффективного общения). Поведенческий компонент интегрирует знания и навыки в определенный поведенческий акт, являющийся в той или иной степени реализованной целью деятельности профилактической системы. Разработка и обсуждение правил пользования компьютером и компьютерными играми, внедрение их в повседневный распорядок дня. Формирование самодисциплины и самоконтроля, развитие умения ставить цель и прогнозировать результаты своих действий, планировать свободное время. Развитие навыков установления и поддержания психологического контакта в общении. Осознание и снятие внутренних барьеров и зажимов, мешающих эффективной коммуникации, развитие навыков разрешения конфликтов. Развитие способности прогнозировать поведение другого человека, находить общие темы взаимодействия.

Выводы

1. Исследование ИКЗ у подростков, выявило, что для большей части выборки (57 %) компьютерная игра носит характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Эти дети контролируют свою игровую активность, способны спланировать окончание сеанса игры за компьютером, редко играют и думают об игре. Для 1/3 общей выборки подростков игра уже стала важной частью в их жизни и играет роль компенсаторных функций. Внимание подростков фокусируется на определенных видах компьютерных игр, но при этом они не теряют контроль над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру. А, для меньшей части выборки (1/10) компьютерная игра занимает уже все свободное время. Такие подростки думают о компьютерной игре, о достигнутых результатах, стремятся повысить уровень этих результатов.

Для изучения личностных характеристик ИКЗ у подростков были созданы две группы исследования: в первую группу вошли испытуемые с высоким уровнем ИКЗ – 11 испытуемых, во вторую группу - с низким уровнем ИКЗ - 12.

2. Было установлено, что подростки с высокой степенью игровой компьютерной зависимостью оценивают себя более уверенными ($M + Q = 70,61 + 22,83$, $p < 0,01$) и менее общительными ($M + Q = 48,818 + 29,399$, $p < 0,001$), по сравнению с обычными сверстниками.

Сравнительный анализ двух групп подростков с разным субъективным отношением к компьютерным играм по уровням самооценки (заниженная, адекватная и завышенная) показал значимые различия. В группе испытуемых с высоким уровнем ИКЗ детей с завышенной самооценкой больше (46 %), чем в группе их сверстников с низким уровнем ИКЗ (22 %). Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в формировании личности и может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с

другими. Такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности - «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

3. Обнаружены различия между результатами уровня развития волевой саморегуляции двух групп школьников средних классов. Так, индекс общей шкалы волевой саморегуляции достоверно [$t = 1,83^*$, $p < 0.05$] ниже у испытуемых с высоким уровнем ИКЗ (8,2) нежели у независимых подростков (9,5). Такие подростки слабо рефлексировать личные мотивы, непланомерно реализуют возникшие намерения, не рационально распределяют усилия, часто не контролируют свои поступки, некоторые из них обладают социально-негативной направленностью. Становится очевидным тот факт, что вследствие слабой волевой регуляции, компьютерные игры могут провоцировать детей на систематическое невыполнение домашних заданий, а также пропуски школьных занятий. Как следствие возможен психологический отрыв ребенка от школы со всеми вытекающими отсюда последствиями.

4. Выявлено преобладание склонности к риску у подростков с высокой степенью игровой компьютерной ориентированности ($M + Q = 8,861 + 1,945$), по сравнению с подростками с низкой степенью ориентированности ($M + Q = 7,486 + 1,777$), на уровне значимости $p < 0,001$. Компьютерная игра позволяет ребенку испытать особое возбуждение – ощущение собственной успешности и значимости. Восторг от получения желаемого результата и возбуждение от его ожидания становятся привлекательнее, чем все остальные радости жизни. Мотивация компьютерного игрока основана на принципе: оперативный ответ на мгновенный запрос. Ребенок все больше времени начинает посвящать компьютерным играм, он постоянно думает, размышляет о них. Он все чаще стремится играть и при этом становится все более рискованным.

Заключение

Проведен теоретический анализ подходов к изучению проблемы игровой компьютерной зависимости в отечественной и зарубежной психологии. Определена психологическая сущность, содержание и структура феномена игровой компьютерной зависимости. Уточнено понятие игровой компьютерной зависимости, как разновидности аддиктивного поведения, характеризующегося чрезмерной и длительной фиксацией внимания на компьютерной игре, снижением, а также нарушением способности контролировать вовлеченность в данный вид деятельности и невозможностью быть самостоятельным и свободным в выборе поведения. Игровая компьютерная зависимость в подростковом возрасте как психологическая форма зависимости, определяется положительным эмоциональным отношением к компьютерной игре, низким самоконтролем в компьютерной игре, высокой целевой направленностью на компьютерную игру и предпочтением виртуального общения реальному.

Установлено, что игровая компьютерная зависимость возникает в результате сочетания факторов, обусловленных психологическими особенностями подросткового возраста и психологическими условиями жизни подростка.

Эмпирически подтверждено, что личностными характеристиками подростков с игровой компьютерной зависимостью являются:

- завышенная неадекватная самооценка (46 % - в группе младших подростков с высоким уровнем игровой компьютерной зависимости; 22 % - в группе младших подростков с низким уровнем игровой компьютерной зависимости),
- повышенное стремление к риску и поиску острых ощущений (25%; 14%)
- слабый волевой потенциал (15%; 3%)

Таким образом, гипотеза исследования полностью подтвердилась, действительно, подростки с игровой компьютерной зависимостью характеризуются в большей степени, чем их сверстники, свободные от этого пристрастия, такими личностными характеристиками как: неадекватная, чаще завышенная самооценка, повышенное стремление к риску и поиску острых ощущений, слабый волевой потенциал.

На основании результатов исследования разработаны рекомендации по формированию психологической устойчивости подростка к игровой компьютерной зависимости, также позволяющие нивелировать негативные эффекты имеющейся игровой компьютерной зависимости, снизить риск возникновения более глубокого уровня игровой компьютерной зависимости.

Результаты исследования могут представлять интерес для трех групп субъектов: педагогических работников (учителей, социальных педагогов, психологов), членов семей учащихся и самих учащихся.

Список используемых источников

1. Алтухов Н.И., Галкин К.Ю. Зависимость от компьютерной виртуальной реальности // Независимый психиатрический журнал. – 2007. – №3. – С. 285-289.
2. Акопов А. Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности. – 2-е изд. – СПб.: Речь, 2009.– 230 с.
3. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия // Вестник Московского университета. – М.: Вестник Московского университета, 1997. – С. 15-23.
4. Болескина Е.Л. Потребители игровой компьютерной культуры // Социологические исследования. – 2002. – №9. – С. 80-87.
5. Бабаева, Ю. Д. Одаренный ребенок за компьютером / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский. – М.: Сканрус, 2003. – 336 с.
6. Боярова К.В. Кибер-аддикция: еще один вид зависимости // Вестник Харьковского Национального Университета. – Харьков: Психология, 2006. – С. 41-46.
7. Бабюк И.А. Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков. Мин. здравоохранения Украины. Донец, гос. ун-т им. М. Горького, Харьков, 2004. - 191 с.
8. Ю.Белокрылова М.Ф., Семке В.Я. Привязанность. Зависимость. Симбиоз. -Томск, 2001.-104 с.
9. Белавина, И. Г. Восприятие ребенком компьютера и компьютерных игр / И. Г. Белавина // Вопросы психологии. – 1991. - № 9. – С.62-69.
10. Боброва В.Г. Общая характеристика развития личности подростка (из курса лекций по психологии). Ростов-на-Дону, 1966
11. Н.Богатырева Т.Л. Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10 12 лет). Методическое пособие для школьных психологов и социальных педагогов. - М.: Педагогическое общество России, 2006. - 144 с.

12. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Инст-т практического психолога, Воронеж: МОДЭК, 1995 352 с.
13. Божович Л.И., Славина Л.С. Психическое развитие школьника и его воспитание. -М.: Знание, 1979, 96 с.
14. Борисова Л.Г. Негативное потребление среди подростков: социальные и личностные факторы риска и защиты. Новосибирск, изд-во ЧЭОПП СОРАН, 2005. - 181 с.
15. Бурлаков И.В. Homo Gamer: Психология компьютерных игр. М.: Класс. -2000. - С. 38-41.
16. Бхандари М., Сильвестер Ш.Л., Ригеттин А. Никотин и курение сигарет// Наркология/ под ред. Л.С. Фридмана М.: СПб: изд-во БИНОМ - «Невский диалект», 1998, с. 143 - 160
17. Валитов М.С. Особенности профессиональной консультации подростков // Вопросы психологии.-1984.-№ 6.-С.60-63
18. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы психологии от Интернета // Психологический журнал. – 2005. – №5. – С. 90-100.
19. Войскунский А.Е., Петренко В.Ф., Смылова О.В. Мотивация хакеров: психосемантическое исследование. Психологический журнал, том 24, №1, 2003
20. Гурьева Л.П. Психологические последствия компьютеризации: функциональный, онтогенетический и исторический аспекты // Вопросы психологии. – 2005. – №3. – С. 6-17.
21. Григорьев С.Г., Мильчакова В.А., Рыбалтович Д.Г. Анализ анкетирования интернет-пользователей, имеющих опыт on-line-игры // Вестник психотерапии. – 2012. – №46. – С. 68-81.
22. Джаримова Х.А. Межличностные отношения подростков и их зависимость от социального окружения, из-во МГТИ, 2000 — 38 с.
23. Диагностика волевого потенциала личности / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. С.54-55.

24. Денисов А.А. Особенности ценностных ориентаций пользователей онлайн-игр Электронный ресурс // Медицинская психология в России. – 2011. – №6. – С. 36-44.
25. Жичкина Е.А. Интернет-зависимость // Научно-популярный журнал «Ломоносов». – 2009. – №7. – С. 17-25.
26. Иванов М.С. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера // Психологический журнал. – 2013. – №2. – С. 11-16.
27. Изучение мотивации поведения детей и подростков/ под ред. Л.И. Божович, Л.В. Благондежной —М.: Просвещение, 1972, 352 с.
28. Исследование самооценки по Дембо-Рубинштейн с элементами клинической беседы / Яньшин П.В. Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности. СПб., 2004.
29. Кастельс, М. Информационная эпоха: экономика, общество и культура. Пер. с англ. / М. Кастельс / под ред. О. Шкаратана. – М.: ГУ-ВШЭ, 2000. – 608 с.
30. Коринн, С. Соскочить с крючка: Как избавиться от вредных привычек и пристрастий / С. Коринн. – СПб: Питер, 1997. – 360 с.
31. Короленко, Ц. П. Социодинамическая психиатрия / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – М.: Академический Проект, Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 460 с.
32. Крайг Г. Психология развития. – 3-е изд. – СПб.: Питер Ком, 2010. – 416 с.
33. Кулаков С.А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков. – 3-е изд. – М.: Фолиум, 1997. – 270 с.
34. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии/ под ред. Д.А. Леонтьева, Е.Е. Соколовой М.: Смысл; КДУ, 2005, 511 с.
35. Ламот, А. Программирование игр для Windows. Советы профессионала, 2-е изд.: Пер. с англ. – М.: Вильямс, 2003. – 880 с.

36. МакДональд Д., Твардон Э.М., Шафер Г.Д. Алкоголь// Наркология/ под ред. Л.С. Фридмана М.: СПб: изд-во БИНОМ - «Невский диалект», 1998 - с. 115-142
37. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения: Учебное пособие / В. Д. Менделевич. – М., МЕДпресс, 2001. – 432 с.
38. Москаленко, В. Д. Зависимость: семейная болезнь / В. Д. Москаленко. – М.: PerSe, 2002. – 335 с.
39. Менделевич В.Д. Психология зависимой личности или подросток в окружении соблазнов. Йошкар-Ола, 2002, 239 с.
40. Моторин, В. Н. Об использовании компьютера в педагогическом процессе / В. Н. Моторин // Дошкольное воспитание. – 2001. – № 12. – С.21-26.
41. Носов Н.А. Виртуальная психология. М.: 2000. - 430 с.
42. Панов, С. «Интернет-зависимость»: причины и последствия / С. Панов // Учитель. – 2007. - № 12. – С.12-16.
43. Психология и лечение зависимого поведения./Под ред. С. Даулинга. М.: «Класс», 2000 - 240 с.
44. Пэррот Лес III Подросток и его проблемы. Спт, 2003. - 336 с.
45. Розин В. М. Культурная деятельность подростка в контексте современной подростковой культуры/Школьные технологии. 2000. - № 5
46. Свит К. Соскочить с крючка. СПб.: Питер Пресс, 1997, 256 с.
47. Собкин В.С. Подросток: виртуальность и социальная реальность. М.: Центр социологии образования РАО, 2001. 156 с.
48. Уткина Т.А. Личностная сфера подростков, склонных к развитию компьютерной зависимости: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Т.А. Уткина. Московский городской психолого-педагогический университет]. – Москва, 2013. – 136 с.
49. Фомичева Ю.В., Шмелев А.Г., Бурмистров И.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми// Вестник МГУ, сер. 14 (Психология), 1991, № 3.

50. Чудова Н.В. Особенности образа «Я» «жителя Интернета». Психологический журнал, том 23, №1, 2002
51. Шайдулина А.Ф. Интернет-зависимость – новая форма аддиктивного поведения подростков // Вопросы психологии. – 2011. – №4. – С. 79-87.
52. Яковлев А.Г. Виртуальная реальность новая информационная технология человеко-машинного взаимодействия. М. 1999. 173 с.
53. Янг К.С. Диагноз – Интернет-зависимость // Мир Интернет. – 2000. – №2. – С. 24-29.
54. Янг К.С. Пойманные сетью. – 2-е изд. – Нью-Йорк: Нью-Йорк Таймс, 2001. – 255 с.

Приложение 1.

Коэффициент компьютерной зависимости подростков

№ п/п	ККЗ	№ п/п	ККЗ	№ п/п	ККЗ	№ п/п	ККЗ	№ п/п	ККЗ
1	17	22	16	43	14	64		85	17
2	25	23	13	44	15	65	20	86	16
3	12	24	15	45	20	66	12		
4	18	25	24	46	19	67	13		
5	23	26	22	47	12	68	17		
6	28	27	26	48	18	69	16		
7	22	28	23	49	23	70	20		
8	31	29	16	50	24	71	20		
9	26	30	12	51	23	72	20		
10	24	31	20	52	18	73	12		
11	23	32	12	53	12	74	24		
12	18	33	13	54	13	75	23		
13	13	34	17	55	17	76	18		
14	19	35	16	56	24	77	13		
15	12	36	20	57	23	78	15		
16	26	37	20	58	18	79	24		
17	24	38	23	59	13	80	22		
18	24	39	21	60	19	81	13		
19	29	40	21	61	12	82	15		
20	31	41	29	62	26	83	24		
21	24	42	17	63	23	84	21		

Приложение 2.

Количество набранных баллов детьми с повышенной тревожностью по тесту "Самооценка" Дембо-Рубинштейн

№		Уверен ный	Способ ный	Счаст ливый	Общит ельный	Трудо люби вый	Сообра зитель ный
1	Самооценка	70	45	52	52	55	55
	Уровень притязаний	80	55	65	70	65	75
	Разность	10	10	13	18	10	20
2	Самооценка	50	35	50	50	45	50
	Уровень притязаний	95	95	90	90	85	90
	Разность	45	60	40	40	40	40
3	Самооценка	50	40	45	50	65	50
	Уровень притязаний	95	95	85	90	80	70
	Разность	45	55	40	40	15	20
4	Самооценка	45	30	30	70	5	55
	Уровень притязаний	95	90	85	85	95	95
	Разность	40	60	55	15	90	40
5	Самооценка	70	55	45	25	50	55
	Уровень притязаний	95	85	55	65	70	75
	Разность	25	30	10	40	20	20
6	Самооценка	40	70	35	55	55	40
	Уровень притязаний	95	95	80	65	95	85
	Разность	55	25	45	10	40	45
7	Самооценка	55	75	30	50	55	65
	Уровень притязаний	80	80	40	65	60	75
	Разность	35	5	10	15	5	10
8	Самооценка	55	35	20	75	65	55
	Уровень притязаний	85	95	90	90	95	95
	Разность	30	60	70	20	30	40
9	Самооценка	55	70	50	55	70	50
	Уровень притязаний	70	95	75	85	90	70
	Разность	15	25	25	30	20	20
10	Самооценка	55	55	70	50	55	50
	Уровень притязаний	85	70	80	80	80	80
	Разность	30	25	20	30	25	30
11	Самооценка	50	55	60	50	50	50
	Уровень	60	65	80	60	60	60

	притязаний						
	Разность	10	10	20	10	10	10
12	Самооценка	60	75	60	35	50	55
	Уровень притязаний	85	95	80	90	70	95
	Разность	25	20	20	65	20	40
1	Самооценка	50	50	65	40	60	55
	Уровень притязаний	65	90	85	80	95	80
	Разность	15	40	20	40	35	25
2	Самооценка	55	70	40	35	55	45
	Уровень притязаний	75	80	70	75	75	75
	Разность	20	10	30	40	20	30
3	Самооценка	55	50	85	95	75	45
	Уровень притязаний	75	85	90	100	85	90
	Разность	20	35	5	5	10	45
4	Самооценка	55	50	60	50	75	65
	Уровень притязаний	65	85	100	65	100	85
	Разность	10	35	40	15	25	20
5	Самооценка	95	85	95	95	80	85
	Уровень притязаний	100	95	100	100	100	100
	Разность	5	10	5	5	20	15
6	Самооценка	80	95	95	85	95	95
	Уровень притязаний	100	100	100	100	100	100
	Разность	20	5	5	15	5	5
7	Самооценка	50	65	60	45	85	55
	Уровень притязаний	90	90	90	90	90	90
	Разность	40	25	30	45	5	35
8	Самооценка	75	85	85	60	80	75
	Уровень притязаний	90	95	95	95	95	95
	Разность	15	10	10	35	15	20
9	Самооценка	70	80	85	85	100	85
	Уровень притязаний	100	100	90	100	100	100
	Разность	30	20	5	15	0	5
10	Самооценка	80	60	65	75	95	80
	Уровень притязаний	95	95	90	95	98	90
	Разность	15	35	25	20	3	10
11	Самооценка	85	95	80	55	95	70
	Уровень притязаний	100	100	100	100	100	100
	Разность	15	5	20	45	5	30

12	Самооценка	70	75	80	55	80	70
	Уровень притязаний	80	80	90	70	100	90
	Разность	10	5	10	15	20	20
13	Самооценка	55	50	70	55	55	65
	Уровень притязаний	65	90	90	95	70	85
	Разность	10	40	20	40	15	20

Показатели волевой саморегуляции школьников

№ п/п	общая шкала волевой саморегуляции (В)	«настойчивость» (Н)	«самообладание» (С)
1	11	10	11
2	16	13	9
3	7	14	10
4	13	8	12
5	21	5	7
6	9	8	11
7	12	11	8
8	7	9	12
9	13	10	11
10	12	12	9
11	21	11	10
12	8	9	12
1	21	13	10
2	16	9	13
3	18	11	12
4	14	7	8
5	9	10	11
6	18	12	9
7	16	10	10
8	14	11	12
9	17	12	11
10	13	8	9
11	8	10	9
12	9	11	12
13	14	13	

Показатели склонности к риску школьников с разным уровнем ИКЗ

№ п/п 1 ГИ	Показатель склонности к рisku	№ п/п 2 ГИ	Показатель склонности к рisku
1	14	1	24
2	16	2	18
3	21	3	32
4	10	4	12
5	15	5	14
6	13	6	28
7	14	7	31
8	11	8	12
9	17	9	15
10	8	10	18
11	9	11	10
12	18	12	19
		13	23