

4. Кон И. С. Психология ранней юности. / <http://sexology.narod.ru/book19.html>
5. Майерс Д. Дж. Социальная психология /Д. Дж. Майерс. - 7-е изд., 2002. – 516 с.
6. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций /Л.Б.Шнейдер. –М.: Апрель-Пресс, Изд-во Эксмо-Пресс, 2000. – 504 с.

Волохова Я. О.

Особливості комп'ютерної залежності у підлітковому віці

Актуальність. З розвитком суспільства все більша роль відводиться комп'ютерним технологіям і системам. Без сумніву, комп'ютер дуже допомагає людині в житті, але і шкоди наносить чимало. Проблемі комп'ютерної залежності недостатньо приділяється уваги. Особливо ця проблема є актуальною для підлітків, свідомість яких найбільше піддається впливові. Це зумовлено тим, що вони знаходяться на етапі формування, не досягли певного рівня фізичної і психічної зрілості і їм важко протистояти віртуальним можливостям, які дають повну свободу дій і можливість реалізувати себе у віртуальному світі, а не реальному. Підлітки хочуть використовувати можливості комп'ютерної техніки максимально, оскільки потребують контактів і розширення інформаційного простору. Це не в останню чергу призводить до залежності, так званої адикції, яка негативно впливає на соціальний розвиток особистості та від якої важко позбавитися. Цьому присвячені дослідження К. Галкіна, І. Голдберга, Р. Грановської, М. Іванова, О. Лисенко, А. Мудрика, С.Шапкіна, Т. Шишковець, К. Янга та інших фахівців. Однак, специфіка саме соціально - педагогічної профілактики адитивної поведінки підлітків залишилася поза увагою фахівців.

Мета: теоретико-експериментальний аналіз комп'ютерної залежності та її особливостей у підлітковому віці.

Термін *«комп'ютерна залежність»* з'явився в 1990 році. Психологи класифікують цю шкідливу звичку як *різновид емоційної залежності, спричиненої технічними засобами* [1,130].

А. Г. Шмельов надає таке визначення комп'ютерній залежності – це надмірне захоплення рольовими комп'ютерними іграми, в яких гравець відіграє роль віртуального персонажа і живе його життям, відчуваючи себе в реальності дискомфортно [2].

Комп'ютерна залежність — патологічна тяга людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Головний зміст комп'ютерної залежності в тому, що комп'ютер починає керувати людиною. З часом для залежного підлітка стає важливим не результат гри, а процес, у якому втрачається контроль над часом.

У структурі комп'ютерної залежності виділяють 5 типів: нав'язливий серфінг (подорож у мережі, пошук інформації з баз даних і пошукових сайтів); пристрасть до онлайн-ових біржових торгів; віртуальні знайомства без

прагнення перевести їх у реальність; кіберсекс (захоплення порносайтами); комп'ютерні ігри [3].

Існує ряд факторів, які впливають на формування комп'ютерної залежності. В більшості комп'ютерними адиктами стають діти та підлітки, які мають нестабільні і конфліктні сімейні та шкільні стосунки. Саме вони знаходять у віртуальному світі підтримку, успіх, тим самим самостверджуються для покращення свого психологічного стану.

Л.А.Булахова визначає основні причини зацікавленості підлітків комп'ютером: 1) заміщення реального світу як можливість забуття неприємного оточуючого середовища; 2) наявність власного світогляду, який притаманний тільки йому; 3) можливість виправити будь-яку помилку шляхом багатьох інших спроб; 4) можливість самостійно приймати рішення (в рамках гри), 5) незалежно від того, до чого вони можуть призвести; 6) відсутність відповідальності за скоєні вчинки [2].

Дослідники визначають різні чинники формування комп'ютерної залежності. Але основними серед них є: недостатнє спілкування і взаєморозуміння з батьками і однолітками. Ігри для них - це шлях самоствердитися, бо у віртуальному світі, все залежить тільки від твого уміння грати, а не від особистих якостей та умінь. Виникає ілюзія, що ти чогось досягаєш, а в житті може бути навпаки.

Нами були проведені 2 анкети: для визначення комп'ютерної залежності та інтернет - залежності. Всього опитуваних було 30 респондентів підліткового віку. Розглянемо отримані результати за анкетною на визначення комп'ютерної залежності (Л. Н. Юрьєва, Т. Ю.Боябот) [4].

До 15 балів набрало тільки 3,3% опитуваних, що вказує на те, що в них не має ризику розвитку комп'ютерної залежності. Більшість досліджуваних - 56,7% (17 чоловік) - набрали 16-22 бали, відносяться до групи підлітків, які знаходяться на стадії захоплення. Більше третини досліджуваних, а саме 40% опитуваних (12 чоловік), які набрали 23-37 балів, мають ризик розвитку комп'ютерної залежності, тому потребують застосування профілактичної роботи. Серед опитаних досліджуваних більше 38 балів не набрав ніхто, отже жоден з респондентів не має комп'ютерної залежності.

58,3% опитуваних користуються мережею інтернет. 73,3% почали користуватись інтернетом у підлітковому віці (10-15р), а 26,7% опитуваних - навіть з 7-10 років.

Серед мотивацій знаходження в інтернеті переважає потреба в спілкуванні. 51,4 % опитуваних люблять E – MAIL, ICQ. 32,4% дітей користуються інтернетом задля ігор. Досить великий відсоток 16,2% опитуваних відвідує порносайти. Це свідчить про те, що батьки мало часу приділяють дітям і їм треба частіше розмовляти з підлітками на такі теми.

Серед емоцій, які супроводжують дітей в інтернеті переважає розслаблення і полегшення. Так відповіли 46.9% і 2.7% відповідно. А під час гри переважає азарт і радість. Так вважають 27% і 18,75 % опитуваних. Ейфорію ніхто не відчуває.

Серед причин відвідування інтернет - клубів основною є бажання поспілкуватися. Так відповіли 34,9%. Майже однаковий відсоток бажаючих знайти інформацію (25,6%) та пограти(23,2%). Досить великий відсоток опитуваних, які хочуть розслабитись (16,3%). Варіант самоствердитись не обрав ніхто з опитуваних.

Емоції, які виникають в реальному житті переважають невдоволення оточуючими – 24,7%, неможливість розслабитись – 22,22% та тривожність 20,4%. Самотність і депресію відчувають 12,9% і 11,1%. Найменший відсоток невдоволення самим собою – 9,26%.

Стає очевидним, що залежні від комп'ютерних ігор підлітки потребують кваліфікованої психотерапевтичної допомоги. Але відомо, що ефективність допомоги залежить від бажання отримати її. У більшості ж випадків залежні підлітки заперечують свою аддикцію, відмовляються від консультації психотерапевта. Тому ми вважаємо, що найефективнішим способом боротьби з різними формами аддикції є профілактика.

Ми висунули гіпотезу, що у підлітковому віці з'являється група дітей, в яких є схильність до комп'ютерної залежності. Провівши анкетування, ми підтвердили нашу гіпотезу і з'ясували, що в 40% опитуваних існує ризик розвитку комп'ютерної залежності і надалі вони потребують профілактичної роботи. Серед мотивацій перебування в інтернет мережі переважає потреба в спілкуванні. Це 51,4% опитуваних. Тобто, інтернет-залежні – це дуже самотні люди, яким не вистачає спілкування в реальному світі. Такими в основному стають підлітки, тому що саме для них дуже важливий авторитет зі сторони однолітків і, якщо їм не вдається його здобути, вони поринають у віртуальний світ, де не потрібні особливі вміння або навички. Незважаючи на те, що питання патологічного потягу до комп'ютерів є відносно новим для України, його небезпека явно недооцінюється та не викликає помітної стурбованості у соціумі. Тим не менш, цій проблемі у теперішній час присвячується все більша кількість наукових праць, в яких звертається увага на загрозу безконтрольної комп'ютерної діяльності. Але саме профілактичній діяльності відводиться мало уваги, хоча це питання є дуже актуальним в наш час. Саме тому дуже важливо, щоб батьки слідкували за тривалістю користування комп'ютером дітьми і частіше з ними спілкувалися. Також важлива роль в профілактиці комп'ютерної залежності належить психологічним службам і вчителям. Необхідно проводити різноманітні тренінги, бесіди, лекції про всю можливу небезпеку комп'ютера.

Література

1. Войскунський А. Є. Групова ігрова діяльність в інтернеті / А.Є.Войскунський // Психологічний журнал. – 1997. – Т. 20. – С. 126–132.
2. Максимовська Н. О. Соціально-педагогічна профілактика комп'ютерної залежності серед підлітків/ Н.О. Максимовська, Н.В.Дикун/ Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Srvu/2009_2/6malsymoska-dykun.PDF
3. Самардакова Г.О. Комп'ютерна залежність/ Г.О. Самардакова / Режим доступу: <http://knmu.kharkov.ua/uk/node/663>

4. Юрьева Л.Н. Компьютерная зависимость. Формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот // Пороги. -2006. - 196с.

Прахова С.А.

Порівняльний аналіз особливостей переживання тривожності дітьми молодшого шкільного віку та підлітками

У зв'язку з загостренням соціально-економічних та політичних проблем в сучасній Україні, особливої актуальності набуває питання соціальної адаптації підростаючого покоління до нестабільних умов сьогодення, насичених фрустраційними ситуаціями, коли унеможливлена безперешкодна реалізація значущих цілей та життєвих планів особистості. Одним з яскравих показників дезадаптованості людини є підвищений рівень тривожності, яскраві ознаки якої можна зустріти у дітей різних вікових категорій.

Теоретична і практична значущість проблеми тривожності обумовлює традиційно високий інтерес до неї як у загальній, так і у галузевій психології. Різні аспекти проблеми тривожності розкриваються у роботах західних (З. Фрейд, К. Хорні, Е. Фромм, У. Морган, О. Маурер, Г. Мандлер, І. Сарасон, Дж. Доллард, Н. Міллер, Дж. Тейлор та ін.) та вітчизняних дослідників (Ю. Александровський, Г. Араkelов, Ф. Василюк, М. Левітов, Н. Лисенко, Н. Імедадзе, С. Ільїн, Т. Немчінова, А. Прихожан, В. Некрасов, Ю. Пахомов, В. Кисловська, Ф. Горбов, А. Леонов, К. Шафронська та ін.). Теоретичний аналіз їх досліджень показав, що основними є такі положення: 1) сучасні психологічні дослідження тривожності в основному походять з трьох головних джерел: класичної теорії емоцій, психоаналізу і теорії навічіння; 2) важливим моментом психологічного аналізу проблеми є розмежування поняття тривоги і страху; оскільки у страху і тривоги є спільний емоційний компонент у вигляді почуття хвилювання і неспокою, і в обох поняттях відображено сприймання загрози; 3) підвищена тривожність розглядається як результат складної взаємодії когнітивних, афективних і поведінкових реакцій; 4) більшість дослідників розглядають тривожність як ситуативне явище і як особистісну характеристику (тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості або темпераменту).

Виходячи з актуальності тематики дослідження ми визначили за мету зробити порівняльний аналіз кореляційних зв'язків між шкалами тесту шкільної тривожності у дітей молодшого шкільного віку та підлітків.

Для досягнення поставленої мети нами була використана розповсюджена в психологічній практиці методика розрахована на виявлення рівня і характеру тривожності пов'язаної зі школою у дітей молодшого та середнього шкільного віку «Тест шкільної тривожності Філіпса».

Дослідження проводилося на базі Криворізького Науково-технічного металургійного ліцею № 16 з учнями 3 – А (32 учнів) та 7 – А класів (50 учнів).