

Социально-психологическое тестирование подростков Ленинградской области как ресурс выявления склонности к компьютерной зависимости

Л. Е. Захарова¹

¹ Ленинградский областной институт развития образования, 191028, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Фонтанки, 14

Сведения об авторе:

Захарова Людмила Евгеньевна

e-mail: Ludmilazah@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 7493-8083

© Автор (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Компьютерная зависимость признана одним из распространенных вариантов аддиктивных нарушений среди подростков и молодежи. В статье представлен обзор современных представлений о компьютерной зависимости в контексте Интернет-зависимости (далее – ИЗ). Актуализируется проблема компьютерной зависимости и профилактики последствий увлечения ресурсами Интернет среди обучающихся средних профессиональных организаций (СПО) и высших профессиональных организаций (ВПО).

Приведены результаты социально-психологического тестирования обучающихся, направленного на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ (далее – тестирование). ИЗ может служить предиктором дальнейшего потребления психоактивных веществ (ПАВ) подростками. С этой целью проанализированы данные тестирования среди обучающихся СПО и ВПО с 2015–2019 год из 18 районов Ленинградской области (24967 респондентов 15 лет и старше).

Представлен психологический портрет подростков с ИЗ-поведением с астено-невротическим, интровертированным и возбудимым типами акцентуаций характера. Рассмотрены утверждения респондентов, характеризующие их эмоциональное состояние и отношение к социуму. Подростки с признаками ИЗ поведения более раздражительны, склонны к аффективным вспышкам. Каждый третий респондент с трудом находит слова для выражения своих чувств, предпочитая общаться в чатах социальных сетей и мессенджеров. Все студенты имеют домашний компьютер или телефон с неограниченным выходом в Интернет. Большая часть подростков увлечена общением, обучением и компьютерными играми в сети Интернет. Более половины опрошенных обучающихся теряют способность контролировать время пребывания за компьютером.

В статье представлены современные подходы к профилактике компьютерной зависимости. Рекомендованы научно-методические сборники по первичной профилактике аддиктивного поведения подростков. Содержание включает материалы по медиации как способу реализации ресурсного подхода в системе первичной профилактики. В сборнике представлены программы по социальной адаптации подростков, развитию навыков эффективного общения и взаимодействия, навыков противостояния негативному влиянию, мотивов здорового образа жизни. Кроме того, рекомендованы материалы по профилактическому взаимодействию педагогов с родителями.

Ключевые слова: Интернет, акцентуации, компьютерная зависимость, подростки, зависимость, тестирование, аддикция.

Social and psychological testing of teenagers in the Leningrad Region as resource for identifying a tendency toward computer addiction

L. E. Zakharova¹

¹ Leningrad Regional Institute of Educational Development,
14 Fontanka Emb., Saint Petersburg 191028, Russia

Author:

Zakharova Ludmila E.

e-mail: Ludmilazah@mail.ru
SPIN: 7493-8083

Copyright:

© The Author (2019).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Computer addiction is recognized as one of the common types of addictive disorders among adolescents and young people. The article presents an overview of modern concepts of computer addiction in the context of Internet addiction (IA). This paper brings to light the problem of computer addiction and its prevention that arises as a consequence of students of secondary professional organizations (SPO) and higher professional organizations (HPO) gaining access to the Internet.

The results of students' socio-psychological testing are directed at early detection of non-medical consumption of drugs and psychotropic substances. IA can serve as a predictor of further

consumption of psychoactive substances by adolescents. To this end, we analyzed test data from those studying at SPOs and HPOs 15 years and older from 18 districts of the Leningrad Region over the period of 2015 to 2019 (24967 respondents).

This paper presents a psychological portrait of adolescents with asthenoneurotic, introverted, and excitable character types and examines statements of respondents indicating their emotional state and attitude toward society. Adolescents bearing markers of IA behaviour are more irritable and prone to affective outbursts. Every third respondent struggles to find words to express their feelings, preferring to communicate in social network chat rooms and messenger applications. All students have a home computer or a smartphone with unlimited Internet access. Most teenagers are passionate about communication, learning and computer games on the Internet. More than half of those surveyed are unable to monitor the amount of time they spend on the computer.

The article presents modern approaches to the prevention of computer addiction. Scientific and methodical collections on primary prevention of addictive behaviour of teenagers are recommended. The content includes materials on mediation as a way to implement a resource approach in the system of primary prevention. This collection of materials presents programmes related to adolescent social adaptation, development of skills of effective communication and interaction, skills of resistance to negative influence, and examples of a healthy lifestyle. In addition, materials related to preventative measures involving teacher/parent cooperation are recommended.

Keywords: Internet, accentuations, computer addiction, adolescents, addiction, testing.

На современном этапе развития общества происходит информатизация всех сфер общественной жизни человека. Увеличение роли информации, знаний и информацион-

ных технологий в повседневной жизни привело к тому, что Интернет стал неотъемлемой частью социального пространства

обучающихся подросткового и юношеского возраста.

Аналитическое агентство We Are Social и крупнейшая SMM-платформа Hootsuite совместно подготовили пакет отчетов о глобальном цифровом рынке Global Digital 2018. Среднестатистический интернет-пользователь сегодня проводит около 6 часов в день (что составляет треть всего времени бодрствования), пользуясь устройствами и сервисами, подключенными к сети Интернет. Важно отметить, что Интернет стал мощным фактором, под влиянием которого происходит становление личности подростков.

Наряду с позитивным влиянием использования Интернет-ресурсов, становится значимой проблема компьютерной зависимости и интернет-зависимого поведения (Войскунский 2009; Егоров 2015; Менделевич 2005).

Компьютерную зависимость мы рассматриваем в контексте Интернет-зависимости (ИЗ) как формы нехимической аддикции. Согласно К. Янг компьютерная зависимость (computer addiction) – обсессивное пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности).

Современные исследования доказывают, что «поведенческие аддикции напоминают химические аддикции во многих аспектах: историческом, феноменологическом, концепции толерантности, коморбидности, общем генетическом влиянии, нейробиологических механизмах, а также ответе на терапию» (Кибитов, Трусова, Егоров, 2019, 28). Таким образом, ИЗ может служить своеобразным предиктором дальнейшего потребления психоактивных веществ (ПАВ) подростками. Существует взаимосвязь между ИЗ и алкоголизмом, наркоманией, спортивным фанатизмом, а также патологическим гемблингом (Войскунский 2000; Кибитов, Трусова, Егоров 2019).

Менделевич В. Д. определяет, что аддиктивное поведение подростка является след-

ствием нарушенной адаптации к своему реальному окружению. Уход от реальности выбирают, как правило, те, кто относится к ней негативно и оппозиционно и не способен адаптироваться к условиям жизни. Особенность аддиктивного поведения подростка состоит в том, что, уходя от реальности, он искусственно меняет свое психическое состояние, что создает иллюзию безопасности и восстановления равновесия. Согласно Менделевичу В. Д., существование единых механизмов аддиктивного поведения позволило разработать психодиагностический инструментарий для диагностики склонности к различным (не только химическим) видам зависимостей: наркотическая, компьютерная, алкогольная, спортивный и музыкальный фанатизм (Менделевич 2005).

Для социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ (далее – тестирование) подростков Ленинградской области, применялся:

1. базовый вариант теста «Склонность к зависимому поведению» (Менделевич 2005);
2. опросник «Психологическая безопасность образовательной организации» (Баева И. А.).

Социально-психологическое тестирование подростков Ленинградской области проводилось в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 № 658 и на основании Распоряжений Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области (2014, 2015, 2016, 2017, 2018 г.г.).

Социально-психологическое тестирование студентов системы СПО и ВПО проведено в 18 районах Ленинградской области с 2015 по 2019 год. Всего в тестирование с 2015 по 2019 год приняло участие 24967 обучающихся СПО и ВПО Ленинградской области.

В ходе исследования решалась задача выявления групп студентов с различным уровнем склонности к зависимому поведению, в том числе к компьютерной зависимости. Потенциальная «группа риска» выявлялась согласно предложенным автором шкалам: низкий уровень, признаки тенденции, признаки повышенной склонности, признаки высокой вероятности.

Исследования с использованием данной методики, проводимые в Ленинградской области, носили анонимный добровольный характер. Подростки отмечали только свой пол, возраст, образовательную организацию и место ее нахождения (городское или сельское). В инструкции подчеркивалась важность личного мнения каждого подростка и необходимость ответов, исходящих из собственных представлений о данной проблеме. Также отмечалась необходимость независимой оценки, без вариантов совместного обсуждения между участниками исследования. Тестирование с 2015 по 2019 год проводилось с использованием современных компьютерных технологий в

соответствии с распорядительным актом руководителя образовательной организации.

В целях информирования обучающихся и родителей о целях и задачах тестирования в образовательных организациях проведены классные и родительские собрания, индивидуальные беседы. Родителям (законным представителям) обучающихся была обеспечена возможность доступа в аудитории во время проведения процедуры согласно утвержденному Порядку тестирования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 № 658).

Согласно представленным данным в 2018–2019 уч. году в исследовании приняли участие более 90 % от общего количества подлежащих тестированию обучающихся Ленинградской области.

На диаграмме определены уровни склонности к компьютерной зависимости. Высокая вероятность отмечается у 29,8 % среди обучающихся в СПО и ВПО Ленинградской области в 2018–2019 уч. году.

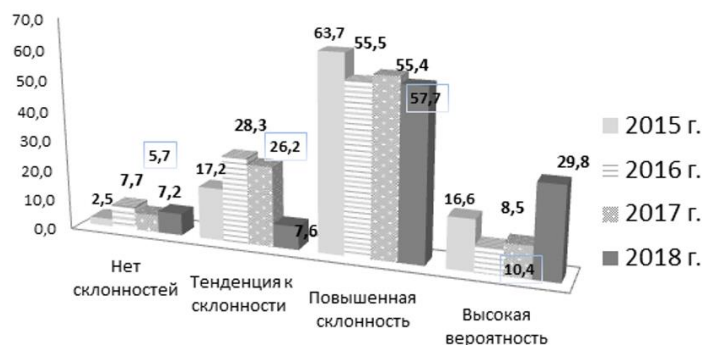


Диаграмма. Сравнение показателей (%) по критерию «Склонность к компьютерной зависимости» за 2015–2018 гг.

Подростки утверждали, что их «нелегко оторвать от игры в компьютере» – 34 % от общего числа респондентов в 2018–2019 уч. году и 38,8 % в 2017–2018 уч. году. Вспомним, что ежедневное и длительное пребывание в сети Интернет – признак, по

которому можно судить о возникновении компьютерной зависимости.

В тестирование с 2016 по 2018 год были введены дополнительные вопросы для студентов на предмет использования ресурсов Интернет. Респондентам предлагалось от-

ветить на вопросы, сколько времени они проводят в сети Интернет, контролируют ли доступ родители к ресурсам сети, с какой целью обучающиеся используют Интернет.

Анализ данных показал, что в сети Интернет более 5 часов в день за один сеанс проводит 27,9 % студентов, до 3-х часов за один сеанс – 22,5 % подростков, менее часа – 14,3 % обучающихся. Интернет-пользователями со стажем более 5 лет являются 3272 подростка (73 % от общего числа испытуемых 2017–2018 уч. г.) и 67,5 % (2016–2017 уч. г.). Не пользуются ресурсами Интернета 131 подросток (2,9 % от общего числа испытуемых 2017–2018 уч. г.). Непродуктивное использование онлайн-времени создает проблемы не только у родителей и педагогов, но и у самих подростков, которые реализуют свое влечение к Интернету в ночное время. Бессонные ночи способствуют проявлению постоянной усталости, расстройству восприятия и запоминания учебного материала, снижению иммунитета подростка в целом.

В 2017–2018 учебном году 2050 студентов в возрасте 15–17 лет (68,8 % от общего числа испытуемых 2017–2018 уч. г.) и 74 % от общего числа испытуемых 2016–2017 уч. г. утверждали, что у них *«нет ограничений к ресурсам Интернета»*. Только 272 студента (9,1 %) отметили, что родители *«ограничивают доступ»* к сети Интернет; 22 % (2017–2018 уч. г.) и 18,5 % (2016–2017 уч. г.) ответили, что родители *«частично ограничивают»* доступ к Интернету. Настойчивое желание и неудачные попытки самостоятельно контролировать, сократить или прекратить использование Интернета считаются критериями диагностики ИЗ.

В последнее время представлены единичные работы, посвященные эпидемиологии интернет-зависимости в России. Анализ распространенности ИЗ среди московских подростков показал, что она присутствует у 4,3 % обследованных, а 29,3 % находятся в группе риска. ИЗ выявлена у 12 % из

527 обследованных студентов университетов в г. Уфе, Республика Башкирия. Мониторинг 16574 учащихся средней школы показал, что 89 % мальчиков и 64 % девочек играют в компьютерные игры, в то время как каждый третий мальчик и каждая пятая девочка входят в группу риска в ИЗ (Кибилов, Трусова Егоров 2019).

В диссертационном исследовании Хомирики Н. С. (2013) на основании полученной модели 22 (73,3 %) подростка Москвы и ближайшего Подмосковья были классифицированы как здоровые и 8 (26,7 %) как ИЗ. Ведущими типами акцентуаций характера в группе подростков с ИЗ-поведением являются астено-невротический тип, интровертированный тип и возбудимый тип. На основании полученных данных автор представляет психологический портрет: «подростки с ИЗ-поведением раздражительны, склонны к аффективным вспышкам. Им трудно устанавливать неформальные, эмоциональные контакты – эта неспособность нередко тяжело переживается, быстрая истощаемость в контакте побуждает к еще большему уходу в себя, недостаток интуиции проявляется неумением понять чужие переживания, угадать желания других, догадаться о невысказанном вслух. Подростки с ИЗ-поведением испытывают трудности самоконтроля и саморегуляции, а эти навыки особенно важны при планировании эффективной деятельности в Интернете, поскольку необходимо сопротивляться гипер-стимулирующей интернет-среде» (Хомирики 2013, 11)

Анализ данных по результатам тестирования позволил детально рассмотреть ответы подростков на утверждения, характеризующие их эмоциональное состояние и отношение к социуму. Так, в 2018–2019 уч. году 40,5 % респондентов Ленинградской области согласились с утверждением: *«Мне часто трудно находить правильные слова для моих чувств»*; среди них студентов I курса (15,6 %), II курса (10,9 %), III курса (8,7 %) от общего числа испытуемых.

Большая часть обучающихся (64,8 %) утверждали, что им *«скучно и нечем заняться»*, 43,6 % подростков отметили, что их *«невозможно оторвать от интересного дела, игры, занятия»* (7259 респондентов).

Подростки соглашались с утверждением, что они *«часто обижаются на родителей и друзей»* – 4049 человек (24,3 %), из них 554 человека (13,4 %) отметили, что *«родители часто пытаются обращаться со мной как с маленьким ребенком»*.

Респонденты утверждали, что *«если я чем-то увлеченно занят, то часто даже не замечаю, что происходит вокруг»* – 9020 человек (54,2 %) полностью или частично согласились с утверждением. 15,5 % от общего числа испытуемых отмечали, что *«легче перенести скандал, чем однообразную размеренную жизнь»*.

На утверждение *«меня влечет все новое и необычное»* в 2017 г. положительно ответили 2445 человек (54,5 %); в 2018 г. – 10650 человек (64 %). Детальный анализ позволил установить, что интерес и влечение к *«новому и необычному»* отмечен у студентов I курса (18,7 %), II курса (12,6 %), III курса (10,6 %) обучающихся СПО и ВПО. Персональный контроль и анонимность передачи информации, большой уровень доверия к общению в чатах, доступность информации увеличивают количество времени пребывания в сети Интернет.

Последние исследования в области ИЗ свидетельствует, что подростки хотят получать информацию в своих любимых местах, сообществах, социальных сетях. «Они не сёрфят пространство Интернета, т.к. знают или убеждены, что все самое важное появится в их ленте. Фильтром часто выступает не мнение редакции, а мнение друзей, субкультуры, в которые они вхожи. Поколение Z предпочитает сайтам вроде Tumblr онлайн-сообщества, в которых можно делать все – и общаться, и работать. В этом плане такие платформы, как age.na, на

которых можно собрать собственное онлайн-медийное пространство, подходят постмиллениалам больше всего, ведь большую часть времени они проводят в Сети» (Кучерихин 2018, 71).

Резюмируя, следует отметить, что многие подростки имеют домашний компьютер и телефон с неограниченным выходом в Интернет. Большая часть подростков увлечена общением, обучением и компьютерными играми в сети Интернет. Более половины опрошенных подростков теряют способность контролировать время пребывания за компьютером. Каждый третий подросток с трудом находит слова для выражения своих чувств, предпочитая общаться в чатах социальных сетей и мессенджеров.

В качестве одного из профилактических мероприятий представляется полезным вывешивание на различных сайтах в онлайн-режиме диагностических опросников и шкал, чтобы пользователи Сети могли самостоятельно определить, насколько они «продвинулись» в плане развития онлайн-аdditивного расстройства (Егоров 2019).

В работах Н. В. Рубцовой представлена классификация современных инструментов, используемых для профилактики ИЗ, где автор предлагает разработать законы, нормативные акты, ограничивающие использование гаджетов для определенных категорий людей; национальные проекты и программы, направленные на профилактику и лечение ИЗ; использование гаджетов только в специально отведенных местах или полный запрет на их использование; блокировка сигнала; программное обеспечение, ограничивающее время пребывания в сети Интернет, повышение стоимости доступа к сети Интернет (Рубцова 2019).

Сегодня нет возможности законодательного регулирования и ограничения доступа к ресурсам Интернета для обучающихся подросткового и юношеского возраста. Этот

факт придает максимальное значение именно профилактическим мероприятиям в рамках психолого-педагогической профилактики в образовательной среде.

Адресная профилактическая деятельность в образовательных организациях Ленинградской области регулируется органами исполнительной власти в сфере образования с учетом кадрового потенциала специалистов.

В ГАОУ ДПО «ЛОИРО» разработаны курсы повышения квалификации для педагогических работников Ленинградской области «Психолого-педагогические аспекты первичной профилактики аддиктивного поведения детей и подростков». По результатам тестирования ежегодно издается научно-методический сборник по рассмотрению некоторых аспектов первичной профилактики аддиктивного поведения детей и подростков. В материалах представлены результаты тестирования по всем 18 районам Ленинградской области, что способствует адресной разработке рекомендаций. В центре внимания исследователей находится определение склонности подростков и молодежи к зависимостям на уровне тенденции, обоснование позиционирования социально-психологического тестирования как существенного компонента системной превентивной деятельности в образовательной среде (Васютенкова 2017).

В сборнике представлены материалы по медиации как способу реализации ресурсного подхода в системе первичной профилактики аддиктивного поведения обучающихся в образовательной организации: нормативно-правовой пакет документов, алгоритм деятельности школьной службы медиации, организация сетевого взаимодействия, основные восстановительные программы для участников. Кроме того, рекомендованы программы для социальной адаптации подростков, развития навыков эффективного общения и взаимодействия, навыков противостояния негативному влиянию, мотивов здорового образа жизни; формы профилактического взаимодействия с родителями и педагогами (Васютенкова 2017).

Следует отметить, что необходимость овладения компьютерными технологиями на современном этапе развития общества не вызывает сомнений, однако требует повышенного внимания проблема профилактики аддиктивных последствий увлечения компьютерными играми, гаджетами и социальными сетями. Полученные в ходе социально-психологического тестирования результаты являются важным источником информации для специалистов при решении задач профилактики употребления ПАВ и формирования компьютерной аддикции среди подростков и молодежи в образовательной среде.

Литература

- Васютенкова, И. В. (ред.) (2017) *Психолого-педагогические аспекты первичной профилактики аддиктивного поведения детей и подростков*. СПб.: ЛОИРО, 421 с.
- Войскунский, А. Е (ред.). (2000) *Гуманитарные исследования в Интернете*. М.: Терра-Можайск, 431 с.
- Егоров, А. Ю. (2015) Современные представления об интернет-аддикциях и подходах к их коррекции. *Медицинская психология в России*, № 4(33), с. 4. [Электронный ресурс]. URL: <http://mprj.ru> (дата обращения 21.08.2019).
- Кибитов, А. О., Трусова, А. В., Егоров, А. Ю. (2019) Интернет-зависимость: клинические, биологические, генетические и биологические аспекты. *Вопросы наркологии*, №2 (173), с. 22–47.

- Кучерихин, В. В. (2018) Поколение Z – поколение «прямого эфира» и «историй». В кн.: Целикова Е. В. (ред.) *Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Череповецкие чтения», часть 1*. Череповец, ЧГУ, с.70–72.
- Менделевич, В. Д. (2005) *Психология девиантного поведения*. СПб.: Речь, 445 с.
- Распоряжение Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области («О проведении социально-психологического тестирования обучающихся общеобразовательных организаций в 2018–2019 учебном году» от 09.10.2018 г. № 2205-р; от 08.11.2018 г. № 2479-р; от 24.12.2018г. № 2787-р).
- Рубцова, Н. В. (2019) Стоимость доступа к Интернету как инструмент профилактики Интернет-зависимости. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*, том 8, № 1 (26), с. 370–372.
- Хомерики, Н. С. (2013) *Индивидуально-психологические особенности подростков с Интернет-зависимым поведением* : автореферат дис. ... канд. психол. наук. СПб., 24 с.

References

- Egorov, A. Yu. (2015) *Sovremennye predstavleniya ob internet-addiktsiyakh i podkhodakh k ikh korrektsii* [Modern ideas about Internet addictions and approaches to their correction]. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii* [Medical psychology in Russia], no. 4(33). pp. 4. [Online]. URL: <http://mprj.ru> (assessed 21.08.2019). (In Russian)
- Khomeriki, N. S. (2013) *Individual'no-psikhologicheskie osobennosti podrostkov s Internet-zavisimym povedeniem* [Individual psychological characteristics of adolescents with Internet addiction behavior] : PhD thesis. SPb, 24 p. (In Russian)
- Kibitov, A. O., Trusova, A. V., Egorov, A. Yu. (2019) Internet-zavisimost': klinicheskie, biologicheskie, geneticheskie i biologicheskie aspekty [Internet addiction: clinical, biological, genetic, and biological aspects]. *Voprosy narkologii* [Issues of narcology], no. 2 (173), pp. 22–47. (In Russian)
- Kucherikhin, V. V. (2018) Pokolenie Z – pokolenie “pryamogo efira” i “istorii” [Generation Z generation “live broadcast” and “stories”]. In: E. V. Tselikova (ed.) *Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii “Cherepovetskie chteniya”* [Proceedings of the Russian scientific and practical conference “Cherepovets reading”], part 1. Cherepovets, ChGY, pp.70–72 p. (In Russian)
- Mendelevich, V.D. (2005) *Psikhologiya deviantnogo povedeniya* [Psychology of deviant behavior]. SPb.: Rech', 445 p. (In Russian)
- Rasporyazhenie Komiteta obshchego i professional'nogo obrazovaniya Leningradskoi oblasti (“O provedenii sotsial'no-psikhologicheskogo testirovaniya obuchayushchikhsya obshcheobrazovatel'nykh organizatsii v 2018–2019 uchebnom godu” ot 09.10.2018g. No. 2205-r; ot 08.11.2018 g. No. 2479-r; ot 24.12.2018 g. No. 2787-r).* [The Committee of General and professional education of the Leningrad region (“On the conduct of socio-psychological testing of students of educational institutions in the 2018–2019 school year” from 09.10.2018, No. 2205-R; from 08.11.2018, No. 2479-R; from 24.12.2018, No. 2787-R)]. (In Russian)
- Rubtsova, N. V. (2019) Stoimost' dostupa k Internetu kak instrument profilaktiki Internet-zavisimosti [The cost of Internet access as a tool for preventing Internet addiction]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya* [Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology], vol. 8, no. 1 (26), pp. 370–372. (In Russian)

- Vasyutenkova, I. V. (ed.) (2017) *Psikhologo-pedagogicheskie aspekty pervichnoi profilaktiki addiktivnogo povedeniya detei i podrostkov [Psychological and pedagogical aspects of primary prevention of addictive behavior in children and adolescents]*. SPB.: LOIRO Publ., 421 p. (In Russian)
- Voiskunskii, A. E. (ed.) (2000) *Gumanitarnye issledovaniya v Internetе [Humanitarian studies on the Internet]*. M.: Terra-Mozhaisk, 431 p. (In Russian)