



Социологические науки

УДК 379.81

А.А. Носков

Носков Антон Андреевич, студент 3 курса факультета социально-культурной деятельности и туризма Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: NTNO@mail.ru

Научный руководитель: **Павлова Ольга Александровна**, доктор филологических наук, доцент кафедры социально-культурной деятельности Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: lexfati72@mail.ru

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЙ КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВОГО ТИПА

В данной статье рассматривается актуальная проблема интернет-зависимости у подростков, аспекты, симптомы этой зависимости, факторы возникновения интернет-аддикции, сопутствующие проблемы физического и психологического характера.

Ключевые слова: интернет, интернет-зависимость, зависимость подростков, социальные сети, социальные факторы.

A.A. Noskov

Noskov Anton Andreevich, student of 3d course of faculty of social and cultural activity and tourism of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40- letiya Pobedy st., Krasnodar), e-mail: NTNO@mail.ru

Research supervisor: **Pavlova Olga Aleksandrovna**, doctor of philology, associate professor of department of social and cultural activities of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy st., Krasnodar), e-mail: lexfati72@mail.ru

PREVENTION OF INTERNET DEPENDENCE OF ADOLESCENTS IN THE CONDITIONS OF CULTURAL AND LEISURE INSTITUTIONS

This article examines the actual problem of Internet addiction in adolescents, aspects, symptoms of this addiction, factors of the emergence of Internet addiction, accompanying problems of a physical and psychological nature.

Key words: Internet, Internet addiction, adolescent addiction, social networks, social factors.

Мир уже трудно представить без интернета: покупки, общение, работа, музыка, фильмы, новости. Современный человек проводит в сети немало времени. Возможно, это обусловлено удобством и доступностью. Несмотря на плюсы, нельзя забывать об опасностях, которые кроются рядом, а именно – интернет-зависимости. На данный момент возраст интернет-пользователей молодеет, что требует новых подходов в информационно-психологической защите подростков. Данную статью мы хотим посвятить профилактике интернет-зависимости у подростков в условиях учреждений культурно-досугового типа.

Термин «интернет-зависимость» не нов и рассматривался в зарубежных источниках еще в 1995–1996 годах, он был предложен Иваном

Голдбергом и Кимберли Янг. В те годы термин вызвал недоумение и не был воспринят всерьез. Тему интернет-зависимости также изучали: Блинов А.М., Галатенко В.А., Грачев Г.В., В.М. Губанов, Петров В.П., Джонсон С., Салмин А., Кобб М., Джост М., Хаулет Т., Корниенко А.А.

Интернет-зависимость уже давно приравнивают к алкогольной, табачной и даже наркотической зависимости. «Занимаясь ежедневно скроллингом сайтов, человеческий мозг претерпевает ряд изменений, постепенно приводящих к потере функции глубоко мыслить и обучаться», к такому выводу пришла команда психологов, которую возглавил Николас Карр [1, с. 190].

Исходя из исследований М. Орзак, психологическими симптомами являются: продолжительное нахождение у компьютера, игнорирование живого общения, повышенная раздражительность, возникновение проблем на работе или учебе.

Физические симптомы: туннельный синдром запястий, слезотечение или сухость глаз, хондрозные заболевания позвоночника, мигрени, нарушение пищеварения, нерегулярное питание, пропуск приемов пищи, игнорирование личной гигиены, бессонница, синдром задержки фазы сна [3].

Не исключены и финансовые проблемы: ежемесячная оплата за услугу интернет, скрытые подписки, вложения в киберспорт, раскрутка аккаунтов, интернет-шопоголизм, различные виды интернет-мошенничества.

Подростковый возраст – это фаза созревания: это переходный период физического и психологического развития человека между детством и взрослой жизнью, цель которого подразумевает подготовку к взрослой жизни. В этом возрасте индивид выходит на качественно новую социальную позицию, в это время формируется его сознательное отношение к себе как к члену общества. Следовательно, от того, как протекает социальная ориентация в этот период, зависит очень многое в формировании социальных установок человека [2, с. 34]. Современный подросток во многом отличается от подростков 90-х годов. При этом нельзя сказать, что он лучше или хуже

своих сверстников прошлого столетия, просто с изменением мира и развитием технологий он стал другим. Теперь интернет может удовлетворить большую часть потребностей подростка. Именно в подростковом периоде интернет становится наиболее интересным и привлекательным. Здесь ежедневно можно переживать как негативные, так и позитивные эмоции, влюбляться, общаться, оставаясь анонимным, и без затруднения менять собеседника, находя единомышленников, создавать тематические группы или присоединяться к уже существующим. Онлайн-жизнь незамедлительно заменяет подростку реальную жизнь. Находясь в сети, он может получить желаемый социальный статус, который в реальной жизни по каким-либо причинам получить не удалось. Одной из главных черт интернет-общения является анонимность. Благодаря анонимности подросток ощущает себя в сети защищенным.

В данное время интернет-зависимость не включена в список официальных болезней. В здравоохранении считают интернет-зависимость патологическим пристрастием. Мнение специалистов сходится в одном, что сеть пагубно влияет на подростка, разрушая его личность. Об этом говорит М. Гриффитс: «...я утверждаю, что большая часть тех, кто избыточно применяет Интернет, не являются зависимыми непосредственно от Интернета, для них Интернет – это своего рода питательная среда для поддержания других зависимостей... Я полагаю, что следует проводить различие между зависимостью непосредственно от Интернета и зависимостями, связанными с применениями Интернета» [4, с. 192].

Внутри учреждения досугового типа должна быть разработана профилактическая программа, направленная на подростков, посещающих кружковую деятельность. В программу могут быть включены различные тренинги, нацеленные на развитие коммуникативных навыков, сплочение, ответственность и социализацию подростка в обществе. Вовлечение подростка в различные кружки по интересам помогут формировать навыки здорового образа жизни (профилактика зависимого поведения) через

демонстрацию преимуществ живого общения. Применение различных форм СКД поможет сформировать положительное отношение к живому общению. Одной из таких форм является игра. Вовлечение всех участников в игровое взаимодействие формирует игровую культуру подростков, учит работать сообща, согласовывать свои действия. Возможно также донесение информации об интернет-зависимости с помощью тематических бесед, театрализованных постановок, видеоклипов.

Немаловажно в решении проблемы участие родителей. Родители подростка должны быть проинформированы и иметь понятие, какие последствия несет за собой интернет-зависимость. Со стороны работников культурно-досугового учреждения родителям должна быть оказана помощь в организации досуга подростка.

Список используемой литературы:

1. *Груздева К.Н.* Ценностные ориентации подростков, склонных к аддиктивному поведению / К.Н. Груздева; науч. рук. Л.А. Дубровина // Актуальные проблемы личности, образования и общества в контексте социально-гуманитарных наук: тез. I Междунар. студен. науч.-практ. конф. (22 фев. 2018 года) / Сост. Т.Ю. Морозова. – М., 2018. – С. 488–491.
2. *Николас К.* Пустышка. Что интернет делает с нашими мозгами / К. Николас. – М.: Best Business Books, 2012. – 190 с.
3. *Янг К.* Диагноз – интернет-зависимость // Мир Интернет. –2000. – № 2. – С. 24–29.
4. *Griffiths M.A* “components” model of addiction within a biopsychosocial framework // Journal of Substance Use. – 2005. – V. 10. – P. 191–197.