

ПРОБЛЕМА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

Топильская О.А.

Россия, Центр развития творчества детей и юношества, г. Тамбов
topilskaya.o@mail.ru

Современный период развития общества характеризуется сильным влиянием на него компьютерных технологий, которые проникают во все сферы человеческой деятельности, обеспечивают распространение информационных потоков в обществе, образуя глобальное информационное пространство. Неотъемлемой и важной частью этих процессов является компьютеризация образования.

Продолжительное время Россия была вне указанной проблемы, что связано с поздней компьютеризацией, начавшейся только в конце 90-х годов 20 века. По результатам опросов фонда «Общественное мнение», преобладающей группой пользователей Интернета в России являются молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет. Данная группа составляет 48% от общего числа пользователей Интернета. Отмечается также, что количество молодежи в интернет-среде растет гораздо быстрее, нежели количество групп других возрастов. Молодое поколение воспринимает Интернет как основное средство образования и личной коммуникации. Среди молодежи также выделяется группа, которая наиболее часто использует сеть Интернет в повседневной жизни – студенты. В современном обществе сложилась ситуация, когда студенчество является одной из самых незащищенных от интернет-зависимости социальных групп, поскольку условия их учебы и социализации в вузе проходят на фоне бесплатного и обязательного использования сети Интернет как инструмента учебной деятельности [1, 2].

Положительное влияние Интернета на жизнь современного человека бесспорно, но у этого явления есть и обратная сторона: при неконтролируемом и частом посещении сети Интернет возрастает вероятность возникновения интернет-зависимости.

Интернет-зависимость – это патологическая потребность человека использовать Интернет-ресурсы, сопровождающаяся социальной дезадаптацией и психологическими симптомами [2]. Как отмечают А.Г. Хентонен и С.В. Турчанинов, интернет-зависимость относится к классу нехимической зависимости. Главным признаком ее является навязчивое желание войти в Интернет и неспособность из него выйти. Для любого пользователя Интернета зависимость становится проблемой тогда, когда поведение его выражено многочасовым времяпрепровождением в сети, отсутствием разделения во времени, чувством эйфории и безграничной свободы. Человек начинает нарушать режим питания, обманывать близких и друзей в преуменьшении количества времени в сети, к этому прибавляются физические расстройства (частые головные боли, рези в глазах, ломота в костях, скачки давления и др.). Последняя стадия интернет-зависимости – это социальная дезадаптация: люди перестают получать удовольствие от общения в сети, но продолжают находиться в виртуальном мире. Впоследствии это приводит к тяжелым депрессивным расстройствам [3].

У интернет-зависимых студентов наблюдаются изменения коммуникативной, эмоционально-волевой и мотивационной сфер личности, сопровождающиеся изменением уровня личностной тревожности, депрессии, агрессивности, враждебности, силы воли, самооценки, стрессоустойчивости, уверенности в себе, конфликтности и одиночества [4].

Широкое распространение интернет-зависимости в современном обществе делает актуальным необходимость выявления зависимых людей, изучения психологических характеристик их личности и разработки эффективных профилактических мероприятий. В основном, феномен интернет-зависимости изучается такими науками, как психология, психиатрия, социология, педагогика.

Педагогические исследования в основном посвящены подростковому возрасту. Так, Ф.А. Саглам исследует педагогические условия коррекции Интернет-зависимости у подростков, В.Н. Друзин изучает эффективность педагогической профилактики игровой компьютерной зависимости подростков, Л.И. Колесникова занимается вопросом изучения педагогических условий профилактики игровой зависимости среди подростков, В.А. Фролов рассматривает педагогические условия профилактики виртуальной аддикции старших школьников.

В то же время, есть и исследования, посвященные изучению интернет-зависимости у студентов. Так, проблема профилактики интернет-зависимости у студентов младших курсов представлена в исследованиях О. Генисаретского и Н. Носова, А.Г. Хентонен и С.В. Турчанинова [5].

Анализ научных работ позволяет нам сделать вывод о том, что одним из наиболее эффективных механизмов решения проблемы интернет-зависимости у студентов является педагогическая профилактика.

Профилактика в педагогическом процессе имеет социальную ориентацию. Профилактические мероприятия педагогического характера направляются, прежде всего, на микросоциум студента, т.е. его ближайшее окружение, влиянию которого он подвержен в большей степени. Они включают внесение изменений в характер воздействия на студента, преобразование взаимоотношений с теми или иными людьми, развитие представлений об окружающих, их системе ценностей и направления деятельности. Кроме того, важное значение имеет изменение взглядов и позиций студента по отношению к общественному устройству и его членам.

В целом, принято выделять первичную, вторичную и третичную профилактику. Первичная профилактика направлена на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих интернет-зависимость, а также на повышение устойчивости личности к влиянию этих факторов. Первичная профилактика может широко проводиться среди всех студентов и реализовываться в групповой форме педагогами при максимальной вовлеченности студентов в этот процесс. Задача вторичной профилактики - раннее выявление и реабилитация нервно-психических нарушений и работа с «группой риска», то есть со студентами, имеющими выраженную склонность к формированию отклоняющегося поведения без проявления такового в настоящее время. Третичная профилактика решает такие специальные задачи, как лечение нервно-психических расстройств, сопровождающихся нарушениями поведения, предупреждение рецидивов у лиц с уже сформированным девиантным поведением.

Мы полагаем, что применение в том или ином студенческом сообществе комплекса мероприятий, относящихся к первичной, вторичной и третичной профилактике, способно дать наилучший профилактический эффект.

Несмотря на то, что в настоящее время не существует универсального, общепринятого способа профилактики интернет-зависимости, существует ряд исследований (И. Голдберг, Д. Грохол, К. Янг, и др.), которые создают основу для разработки программ профилактической направленности данной аддикции.

В связи с рассмотрением проблемы педагогической профилактики интернет-зависимости нам также представляется необходимым опереться на работу А.Е. Бойкова «Подходы к педагогической профилактике зависимого поведения школьников» [6]. Полагаем, что описанные в ней подходы вполне можно использовать в профилактической работе не только со школьниками, но и со студентами.

Автор выделяет несколько подходов. Информационный подход, базирующийся на предоставлении информации о процессах, связанных с формированием зависимого поведения, и его негативных последствиях, является наиболее распространенным. Целью профилактической деятельности с этой позиции является осуждение соответствующего поведения. Второй подход основан на учете роли социальной среды и исходит из того, что поведение индивида – это результат его взаимодействия со средой. Дестабилизация

равновесия между средой и человеком ведет к риску возникновения психосоциальных расстройств. Согласно данному подходу, можно понять и предвидеть результаты поведения человека через анализ процесса взаимодействия между личностью и средой. Третий подход основан на формировании жизненных навыков – навыков личного поведения и межличностного общения, позволяющих учащимся контролировать и направлять свою жизнедеятельность, развивающих умение жить вместе с другими и вносить позитивные изменения в окружающую среду. Четвертый подход основан на аффективном обучении. Согласно этому подходу, профилактическая работа направлена на психокоррекцию предрасполагающих к формированию зависимости личностных дефицитов: ощущений, переживаний человека, его навыков распознавать их и управлять ими. Пятый подход основан на альтернативной деятельности. Сторонники данного подхода предполагают, что значимая деятельность, альтернативная вредным привычкам, способствует снижению распространения случаев развития зависимости. Шестой подход основан на укреплении здоровья учащихся. Профилактическая деятельность в рамках данного подхода направлена на формирование здоровой личности ученика [6].

Мы также придерживаемся мнения о том, что педагогическая профилактика студентов будет наиболее эффективна при использовании именно системы превентивных мер. Профилактика интернет-зависимости у студентов должна включать разработку комплекса социальных, психологических, педагогических, медицинских, правовых и других мероприятий по предотвращению социальной дезадаптации, эмоционально-поведенческих расстройств, коммуникативных нарушений, личностных деструкций, разрушения собственного «Я».

Все мероприятия, проводимые в условиях образовательной среды вуза, должны быть направлены на предупреждение психолого-физиологических нарушений учащейся молодежи на основе развития их личностных ценностей и поведенческой деятельности.

В то же время, в изученной нами научной литературе по проблеме педагогической профилактики интернет-зависимости у студентов, практически не встречается описания результативности реализации профилактических программ. Основной упор авторы делают на применении диагностических программ, позволяющих выявлять и дифференцировать по уровням интернет-зависимых студентов, и на описании профилактической программы (Л.А. Декунова, В.Л. Городишенина, Л.М. Гитихмаева и др.). Таким образом, отсутствует доказательная база эффективности той или иной педагогической программы профилактики интернет-зависимости.

Кроме того, несмотря на то, что на начальном этапе эмпирического исследования авторы проводят диагностику, направленную на выявление интернет-аддиктов и устанавливают различные степени их зависимости, в дальнейшем профилактическая программа разрабатывается единая для всех аддиктов с различными уровнями зависимости.

Мы считаем такой подход неверным, поскольку к аддиктам с различной степенью зависимости индивидуально должны применяться меры профилактики различной направленности: первичная, вторичная, либо третичная. А результаты диагностики должны лечь в основу составления комплексов профилактических мероприятий индивидуально для каждого аддикта с учетом его индивидуальных особенностей. В том числе, в обязательном порядке должна проводиться промежуточная и итоговая диагностика, иначе невозможно будет определить эффективность всей профилактической работы.

Таким образом, мы предполагаем, что реализация программы педагогической профилактики, включающей комплекс подходов и направлений профилактической работы с интернет-зависимостью у студентов в образовательной среде ВУЗа и ориентированной на индивидуальный подход к работе с каждым аддиктом, создаст условия для прекращения ее прогрессирования, так как будет способствовать формированию у студентов осознанного отношения к использованию Интернета, уменьшению количества

времени, проводимого ими в сети, снижению уровня их зависимости, приобретению высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов, эффективных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций; эффективному целеполаганию; повышению уровня коммуникабельности, самооценки, уверенности в себе и стрессоустойчивости.

Литература

1. Проект «Интернет в России / Россия в Интернете». Вып. 27 (Осень 2009). М.: Фонд «Общественное мнение», 2009. URL: <http://d.fom.ru/pdf/intosen09.pdf>.
2. Ларионова С.О., Дегтерев А.С. Интернет-зависимость у студентов: вопросы профилактики // Педагогическое образование в России. 2013. № 2. С.232–239.
3. Толкачева В.Л. Сетоголизм как одна из форм компьютерной зависимости в современной подростковой среде // Психологическая студия / под ред. С.Л. Богомаза, В.А. Каратерзи. Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова. 2016. Вып.8. С. 211-212.
4. Борисова О.В., Игнатьева А.А. Интернет-зависимость среди студентов России и Германии // Международный журнал экспериментального образования. 2014. № 6-1. С. 76-76. URL: <http://exeducation.ru/ru/article/view?id=4964> (дата обращения: 10.03.2020).
5. Хентонен А.Г., Турчанинов С.В. Педагогическая профилактика интернет-зависимости у студентов младших курсов // Молодой ученый. 2017. №4. С. 393-396. URL <https://moluch.ru/archive/138/38638/> (дата обращения: 11.03.2020).
6. Бойков А.Е. Подходы к педагогической профилактике зависимого поведения школьников // Молодой ученый. 2016. №6.1. С. 11-13. <https://moluch.ru/archive/110/27069/> (дата обращения: 11.03.2020).