

Белозерова Лилия Алмазовна

канд. биол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный
педагогический университет им. И.Н. Ульянова»

г. Ульяновск, Ульяновская область

РЕГУЛЯТОРНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ КОМПЬЮТЕРНОЙ УВЛЕЧЕННОСТИ

***Аннотация:** в статье поднимается проблема изменения личности и познавательной сферы современных подростков под влиянием современных информационно-коммуникационных технологий. Автор отмечает, что эти эффекты могут быть как позитивного, так и негативного характера. Исследование показало, что среди опрошенных подростков 53% имеют низкий уровень, а 47% средний уровень компьютерной увлеченности. Сравнительный анализ регуляторных личностных особенностей между двумя выборками подростков показал значимо более высокие показатели уровня саморегуляции, а также применения конструктивных стратегий преодоления стрессовых ситуаций у подростков с естественным уровнем компьютерной увлеченности.*

***Ключевые слова:** саморегуляция, стратегии преодоления стрессовых ситуаций, подростки, компьютерная увлеченность, компьютерная зависимость.*

Современные компьютерные технологии и Интернет стали мощными средовыми факторами, под действием которых происходит формирование личности современных детей и подростков, изменение их познавательной сферы. Эти влияния носят неоднозначный характер. С одной стороны, отмечаются положительные эффекты пользования современными информационно-коммуникационными технологиями: развитие свойств внимания, рабочей памяти, пространственного и логического мышления, скорости сенсомоторных реакций и др., а, с другой, наряду с позитивным влиянием «цифровизации», становится все более актуальной проблема киберзависимого поведения подраста-

ющего поколения [4]. В частности, злоупотребление компьютерными играми и Интернетом изменяет сферу произвольной регуляции поведения и эмоционального реагирования подростка, что может приводить к социальной дезадаптации, которая может усугублять проявления кризиса подросткового возраста. В связи с этим становится актуальным изучение регуляторных характеристик личности подростков, увлекающихся компьютерными играми.

В исследовании приняло участие 34 подростка – учащихся 6–7 классов. С помощью тест-опросника А.В. Гришиной у них была определена степень увлеченности компьютерными играми [2]. Оценка саморегуляции выполнена по методике «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой [3], а стратегии преодоления стрессовых ситуаций выявлены по методике SACS (С. Хобфолл) в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой [1]. Математико-статистическая обработка результатов выполнена с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни.

По уровням увлеченности компьютерными играми испытуемые, принявшие участие в исследовании, были дифференцированы на две группы: с естественным (низким) уровнем – 53% и средним уровнем – 47%, для которых компьютерные игры стали важной частью жизни, выполняя компенсаторные функции. В выборке отсутствуют испытуемые, с высоким уровнем увлеченности компьютерными играми.

Результаты методики «Стиль саморегуляции поведения» показал значимо более высокие показатели общего уровня саморегуляции у подростков с естественным уровнем увлеченности (ср. знач.=32) по сравнению со второй группой (ср. знач.=26). Следовательно, они более гибко и адекватно реагируют на изменение условий, увереннее чувствуют себя в новых или незнакомых ситуациях, более осознанно идут к достижению поставленных целей.

У подростков с естественным уровнем компьютерной зависимости более выражено предпочтение просоциальной стратегии преодоления стрессовых ситуаций – они имеют значимо более высокие показатели по моделям поведе-

ния вступление в социальный контакт (ср. знач.=29) и поиск социальной поддержки (ср. знач.=27) по сравнению с испытуемыми со средним уровнем увлеченности (ср. знач.=23 и 20 соответственно). Это свидетельствует о том, что они склонны объединять усилия с другими для преодоления сложных ситуаций, готовы делиться с ними своими переживаниями, искать сочувствия и понимания.

Выраженность пассивной стратегии преодоления стрессовых ситуаций оказалась несколько выше у подростков с естественным уровнем увлеченности, что проявляется в осторожных действиях с их стороны (ср. знач.=22, во второй группе – 19) и избегании решительных действий (ср. знач.=20, во второй группе – 16). Напротив, у подростков со средним уровнем увлеченности значимо выше склонность к импульсивным действиям по первому желанию, без обдумывания под влиянием эмоций (ср. знач.=18 и 24 соответственно).

Остальные модели поведения при преодолении стрессовых ситуаций (ассертивные, манипулятивные, асоциальные и агрессивные действия) существенно не различались по выраженности между сравниваемыми группами.

Общий индекс конструктивности оказался значимо выше в группе подростков с естественным уровнем увлеченности по сравнению со второй группой (ср. знач.= 0,72 и 0,63 соответственно), однако он находится на низких значениях в двух группах. Вероятно, это связано с тем, что опрошенные подростки преимущественно используют непродуктивные стратегии преодолевающего поведения, избегая стрессовых ситуаций посредством ухода от них в переживания, не связанные с реальным решением возникающих проблем, что, в свою очередь, может приводить к формированию игровой и интернет-зависимости.

Таким образом, изучение влияния компьютерных технологий на развитие личности современных детей и подростков продолжает оставаться актуальной проблемой, решение которой имеет практическую значимость для педагогов и психологов образовательных учреждений.

Список литературы

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Гришина А.В. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми / А.В. Гришина // Вестник Московского университета. – Серия 14: Психология. – 2014. – №4. – С. 131–141.

3. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В.И. Моросанова. – М.: Наука, 1998.

4. Швацкий А.Ю. Социально-психологические последствия увлечения подростков компьютерными играми / А.Ю. Швацкий // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – №2 (27). – С. 409–412.