

Милютина Кристина Алексеевна

магистрант

Научный руководитель

Мухина Оксана Дмитриевна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина»

г. Рязань, Рязанская область

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ИГРОМАНИИ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в статье рассматриваются предпосылки возникновения игровой зависимости у подростка, обосновывается актуальность данной проблемы. Перечисляются факторы, катализирующие развитие игромании, черты характера, которые развиваются параллельно с развитием зависимости. Описывается роль семьи и психологов в профилактике игромании подростков.*

***Ключевые слова:** игромания, подросток, агрессия, семья, психотерапия, социально-психологические технологии.*

Игромания сравнивается специалистами Всемирной организации здравоохранения с такой же проблемой, как наркомания, и характеризуется социокультурными девиациями.

Согласно зарубежным социологическим исследованиям, в настоящее время этой социальной патологией только в России страдает до 5–10%. А в странах Азии есть данные о распространённости в подростковом возрасте до 30%.

Определением факторов предрасположенности личности к игровой компьютерной зависимости, занимались такие ученые, как О.Н. Арестова, М.С. Киселева, М. Коул, Ю.В. Староверова. Психологические последствия игровой компьютерной зависимости для индивида, выявили такие ученые, как И.В. Бурлаков, А.Е. Войскунский, М.С. Иванов. В данных исследованиях, качестве фактора возникновения компьютерной зависимости подростков рассмат-

риваются психологические особенности подросткового периода: перестройка ранее сложившихся психологических структур, высокая сензитивность к любым внешним влияниям, изменения в формировании социальных установок. Данной проблемой занимались: Ю.Д. Бабаева, А.В. Войскунский, А.Е. Жичкина, В.С. Собкин, А.В. Хворостов. Проблематика функционирования компьютерной игры в подростковой субкультуре и факторы, обуславливающие частое обращение подростков к игровой компьютерной деятельности, еще до конца не определены научным сообществом.

Исследователи (М.А. Шаманаева, О.А. Белобрыкина) отмечают, что возникновение игромании неуклонно сопровождается существенными сдвигами в структуре личности, большинство из которых носит негативный окрас. Приобретенные признаки позволяют охарактеризовать зависимого подростка как аддиктивную личность. В этот период у подростка начинают проявляться такие черты характера, как отрешение от реальной жизни, страх, обостренная реакция на те или иные неудачи, агрессия и т. д.

В настоящее время уровень интернет зависимости в подростковом возрасте очень высок. Это связано с комплексом таких проблем, как отсутствие родительского контроля, отсутствие навыков самоконтроля подростков, возможностями игрового и интернет-пространства предоставлять подросткам волю выбора того, кем им стать в виртуальном поле, а также их индивидуальные особенности и отношения в семье.

Для подтверждения выдвинутого нами предположения о том, что на возникновение игровой зависимости влияют индивидуальные особенности подростка, нами был использован Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми, разработанный А.В. Гришиной. Обобщая результаты опросника, можно сделать вывод о том, что у респондентов ярко выражены: шкалы эмоционального отношения к компьютерным играм; шкала самоконтроля, высокий показатель которой говорит о проблемах с чувством времени в реальном мире; шкала целевой направленности, которая является ориентиром к выделению азартной вовлеченности в виртуальную реальность;

шкала предпочтения виртуального общения, так как из-за индивидуальных особенностей в таком возрасте подростку легче общаться опосредованно, не напрямую. Каждый из этих показателей имеет высокую связь с индивидуальными особенностями подростков, объясняя паттерны их поведения в виртуальном мире и реальной жизни.

Для подтверждения гипотезы о том, что детерминантами агрессивного поведения подростков отношения в семье, мы использовали Тест на интернет-зависимость (для родителей) С.А. Кулакова, который позволяет оценить степень контроля родителей за детьми в интернет-пространстве. Проанализировав результаты по данной методике, можно сделать вывод, что большинство опрошенных (60%) имеют достаточно опасный уровень времени, проводимого за компьютером по наблюдениям родителей. Это может говорить о недостатке контроля со стороны родителей, малой заинтересованности родителей в том, чем занимается их ребенок в интернете и реальной жизни.

Одним из широко применяемых методов борьбы с игровой зависимостью у подростков является мотивационное интервью.

В основе лечения игромании лежит мотивационное интервью (МИ), с помощью которого пациент сможет сам эффективно выявить свои ошибки. Проводится пересмотр ценностей, что поможет исправить неконтролируемое игровое поведение, недооцененное ими ранее. В помощь, как пример, ставят отношение здоровых людей к играм. Если заболевание сопровождается постоянной тревогой и бессонницей, страхами и депрессией, то применяется соответствующая медикаментозная терапия.

Среди социально-психологических технологий преодоления игромании подростков ключевая роль отдается институту семьи, который является базисом социализации личности.

Профилактика внутри семьи должна сводиться к проведению воспитательных бесед и прочих мероприятий, целью которых является демонстрация того, что компьютер – не смысл жизни, а всего лишь средство достижения тех или иных целей. Кроме того, необходимо активно вовлекать подростка в процессы,

которые никак не связаны с компьютером. Например, совместный отдых, активное участие родителей в школьной и внешкольной деятельности детей. Нами разработана социально-психологическая технология работы с подростками – игроманами. Целями данной технологии являются: 1) возобновление социальных связей; 2) формирование направленности на спорт; 3) информирование родителей о возможных путях преодоления и профилактики возникновения компьютерной зависимости. Задачи: 1) объяснить родителям и самим подросткам опасность зависимости, проведение лекционных занятий по теме последствий возникновения зависимости; 2) организовать досуг подростков в реальном мире, провести активные спортивные занятия, игры, тренинги; 3) провести тренинги формирования личностных целей, а также тренинги на семейное сплочение.

Резюмируя вышеизложенное, можно сделать вывод: как и любая болезнь, игровая зависимость нуждается в лечении. Именно поэтому важнейшей составляющей борьбы с игроманией у подростка, является взаимодействие семьи и школы. Разумеется, при наступлении последних этапов развития игровой зависимости, в обязательном порядке необходимо обращаться к психологам и психотерапевтам, а в некоторых случаях даже госпитализация.

Список литературы

1. Шаманаева М.А. Социально-психологические особенности подростков, склонных к зависимости / М.А. Шаманаева, О.А. Белобрыкина // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – 2019.

2. Семенов А.А. Игрозависимая молодежь и ее психологические особенности / А.А. Семенов // Вестник МИЭП. – 2013.