

ВИРТУАЛЬНЫЕ ФОРМЫ ЗАМЕЩЕНИЯ ИНФОРМАТИВНО-КОММУНИКАТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ (КЛИНИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ)

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург

Проанализированы виртуальные формы замещения информативно-коммуникативного поведения у 251 подростка в возрасте 12–16 лет. Выявлено, что 33,1 % современных подростков проводят ежедневно более 3 ч за компьютером. В зоне особого риска развития компьютерной зависимости при этом находятся не менее 18 % подростков, засиживающихся за компьютером ежедневно более 5 ч. Основная часть времени используется такими подростками на поиск легкой, эффективной информации на уровне поверхностных сведений и их обсуждения со случайными собеседниками. Такая форма длительного использования времени за компьютером в ущерб учебе, сну и приему пищи объективно приводит к чувству внутренней опустошенности, снижению защитных сил организма и закономерным проблемам в учебе.

Ключевые слова: подростки, виртуальная реальность, девиантное поведение, компьютерная зависимость, Интернет-зависимость, веб-серфинг, информативно-коммуникативное поведение.

Введение

Информативно-коммуникативное поведение подростков традиционно относится к одной из форм подростковых реакций по типу хобби [18]. В последние годы в России и других развитых странах отмечается резкое увеличение числа лиц с зависимым от компьютера поведением среди подростков, что представляет серьезную угрозу национальной безопасности и психическому здоровью нации [3]. В некоторых работах компьютер рассматривается как своеобразное средство массовой информации, оказывающее существенное влияние на поведение современных подростков [19, 21]. Именно зависимость от компьютера на современном этапе развития общества многими признается одной из социально опасных аддиктивных форм, которая обуславливает развитие психопатологических изменений личности и ведет к нарушениям социальных норм поведения, правонарушениям и даже самоубийствам [10].

Термин «компьютерная зависимость» определяет патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером. Впервые о компьютерной зависимости заговорили в начале 1980-х годов американские ученые. В наше время термин «компьютерная зависимость» все еще не признан многими учеными, занимающимися проблемами психических расстройств, однако сам феномен формирования патологической связи между человеком и компьютером стал очевиден и приобретает все больший размах [31]. Помимо компьютерной зависимости, выделяют некоторые родственные виды зависимостей: Интернет-зависимость и игромания, которые так или иначе связаны с проведением длительного времени за компьютером.

Хотя, как уже упоминалось выше, термин «компьютерная зависимость» все еще не признан на международном уровне, можно встретить множество работ, предлагающих целый ряд диагностических критериев, помогающих определить наличие патологического пристрастия по отношению к работе за компьютером [12, 30, 35]. Как и с любым другим видом аддиктивного поведения, симптомы компьютерной зависимости могут быть двух типов: психические и физические [37].

В разумных пределах работа за компьютером, пользование Интернетом или некоторые видеоигры могут быть даже полезными для человека, как средства, развивающие логику, внимание и мышление. Многие компьютерные игры могут быть познавательными, а в Интернете можно прочесть много полезной и интересной информации. Проблемы возникают тогда, когда время, проводимое за компьютером, превосходит допустимые пределы (хотя эти пределы никем еще окончательно не определены) [22, 23].

При выраженной компьютерной зависимости наблюдается сильнейшая деградация социальных связей личности и так называемая социальная дезадаптация человека [3, 33]. Наиболее часто социальная дезадаптация развивается именно у детей и подростков, проводящих много времени за компьютерными играми и в Интернете. Деградация социальных связей в этом случае развивается из-за вытеснения объективной реальности виртуальной, созданной при помощи компьютера [2, 5, 11, 16]. На фоне социальной дезадаптации и углубления в мир виртуальной реальности у детей и подростков могут появиться избыточная агрессивность и различные виды асоциального поведения [8, 32]. Кроме того, неопрятный вид и очевидная отчужденность «компьютерщиков» де-

лают их непривлекательными для общества, что, в свою очередь, усугубляет конфликт между обществом и человеком, страдающим компьютерной зависимостью.

Физические аспекты компьютерной зависимости характеризуются общим истощением организма – хронической усталостью [4]. Как правило, лица, страдающие компьютерной зависимостью, пренебрегают сном и отдыхом. При этом эйфория и возбужденность, вызванные играми или пребыванием в Интернете, могут маскировать усталость, что становится причиной еще большего утомления организма [29, 32]. На фоне компьютерной зависимости могут возникнуть различные нарушения психики и поведения [30]. Пренебрежению подвергаются не только отдых и сон, но и питание.

Впервые данное расстройство было описано в 1995 г. доктором Авенном Голдбергом [31]. Несмотря на то, что в цели А. Голдберга не входило включение этого расстройства в официальные психиатрические стандарты, предложенное им описание базируется на описании расстройств, связанных со злоупотреблением психоактивными веществами. В 1997–1998 гг. были созданы исследовательские и консультативно-диагностические службы по данной проблематике. В 1998–1999 гг. вышли первые монографии по проблеме К. Янг, Д. Гринфилда и др. [26, 36]. В России данный феномен с 2000 г. изучают психологи Центра изучения истории и психологии (ЦИИП) «Omega Gnosis 21» под руководством А.Е. Войскунского [6]. В 2009 г. на факультете психологии МГУ состоялся симпозиум «Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития» с участием психиатров, психологов, социологов и философов, по материалам которого был издан первый в России сборник по Интернет-зависимости [13]. В него были включены и переводы полных текстов докладов основных зарубежных исследователей этой проблемы. Кроме того, проблема Интернет-зависимости рассматривалась на V съезде Российского психологического общества (Москва, 14–18 февраля 2012 г.) [17].

В настоящее время все большую актуальность приобретает проблема одной из разновидностей компьютерной зависимости – Интернет-зависимости, которой, по данным различных исследований, сегодня поражено около 10 % пользователей во всем мире [7, 29]. На сегодняшний день выделяются 6 основных типов Интернет-зависимости:

– навязчивый веб-серфинг – бесконечные путешествия по всемирной паутине, поиск информации;

– пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам – большие объемы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в сети;

– игровая зависимость – навязчивое увлечение компьютерными играми, в том числе – по сети;

– навязчивая финансовая потребность – игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в Интернет-магазинах или постоянные участия в Интернет-аукционах;

– пристрастие к просмотру фильмов через Интернет, когда больной может провести перед экраном весь день, не отрываясь из-за того, что в сети можно посмотреть практически любой фильм или передачу;

– киберсексуальная зависимость – навязчивое влечение к посещению порносайтов и занятию киберсексом.

Компьютер и Интернет – сами по себе нейтральные средства, изначально предназначенные для научно-исследовательских целей. Однако активно развивающаяся научная дискуссия о вреде чрезмерного увлечения компьютером и Интернетом приобретает в настоящее время серьезные масштабы [3, 4, 8, 16, 25, 29, 34]. Кроме того, рассмотрение данной проблемы с этой точки зрения является новым феноменом подростковой среды, который на сегодняшний день практически не изучен [15, 20].

Наиболее актуальными остаются вопросы, связанные с системным анализом ранних признаков нарушений коммуникативного поведения у подростков, поскольку проявления этих нарушений не имеют четко очерченной симптоматики и лежат в сфере донозологической диагностики, относясь зачастую к сфере компетенции узких специалистов, не учитывающих оценку состояния здоровья в целом, ориентированную на профилактику. Поэтому одним из наиболее перспективных направлений, включающих раннюю диагностику таких состояний, является клинико-психологическая диагностика нарушений адаптации, поскольку именно психологическое состояние подростка является наиболее чутким индикатором возникающих трудностей.

Материал и методы

Обследовали 251 подростка в возрасте 12–16 лет (115 мальчиков и 136 девочек), учащихся средних общеобразовательных школ № 91, 379, 541 различных районов Санкт-Петербурга. Данное исследование проводилось в рамках программы профилактики нарушений адап-

тации среди школьников. По просьбе администраций школ в эксперимент были специально включены учащиеся так называемых «трудных» классов с целью выявления подростков с высоким риском развития донозологических форм нарушений психической адаптации, в частности – риска формирования компьютерной зависимости.

В процессе исследования предполагалось, на основании данных клинко-психологического анализа информации, полученной в результате направленной беседы с каждым подростком, его одноклассниками и учителями, эмпирически выделить как непосредственно подростков с признаками донозологических форм нарушений психической адаптации, так и собственно группы риска различных вариантов нарушений адаптации и социально-адаптированных подростков. В соответствии с сущностью клинического метода психологические данные у подростков получали в ходе непосредственного общения с ними, организованного как психодиагностическая беседа и целевое наблюдение, направленные на выявление особенностей их нервно-психической устойчивости, а также психологических и социальных переменных, связанных с ними. Специальное внимание в клинко-психологическом исследовании уделялось истории жизни подростка. Акцент был сделан на анализе особенностей системы отношений подростков (к учебе, родителям, сверстникам, себе, алкоголю, наркотикам, пользованию компьютером, жизненным проблемам, особенностям самочувствия и настроения). Получаемые в результате обследования подростков данные подвергались тщательной проверке посредством изучения личных дел школьников, включая медицинские карты, а также бесед с педагогами, родителями и одноклассниками. Регистрация полученных данных осуществлялась при помощи специально разработанного опорного списка вопросов.

На основе полученных данных клинко-психологического исследования, а также с опорой на непосредственный запрос от педагогов, психологов и социальных работников исследованных школ, нами были определены признаки, на основании которых, с нашей точки зрения, можно было выделить группы подростков, характеризующихся донозологическими формами нарушений адаптации.

Как уже указывалось ранее [14], у 69 % от общего числа обследованных нами подростков отмечался клинко-психологический статус, соответствующий дезадаптации. Из дезадаптированных подростков 54,9 % имели проблемы

в области контроля над эмоциями, 68,5 % – не контролировали свое поведение и нередко в межличностных контактах не могли сдерживать гнев и агрессивные побуждения. При этом, нарушения контроля, приводящие к правонарушениям, встречались у четверти из них. 19,4 % подростков часто болели – имели физиологическую дезадаптацию. 11 % подростков обнаруживали признаки алкоголизации и 11 % – ранний опыт сексуальных отношений. 4,2 % подростков имели опыт употребления наркотических средств, хотя, как нам кажется, и это является довольно высоким процентом, если учитывать тот факт, что исследование проводилось как эпидемиологическое в обычных общеобразовательных школах Санкт-Петербурга.

Обратили на себя внимание риски, связанные с большим количеством времени, проводимым за компьютером (от 3 до 5 ч в день) (таких подростков было 74, или 29,5 %), а также 9 подростков (6,3 %), состояние которых можно было квалифицировать как зависимое от компьютера. Эти подростки в самоотчетах указывали на то, что ежедневно проводят за компьютером более 6 ч, порой в ущерб приему пищи и сну.

Поскольку именно количество времени, проводимого подростками за компьютером, выявило большую частоту встречаемости данного феномена в подростковой среде, представляется важным рассмотреть подробнее клинко-психологические факторы, влияющие на развитие виртуальных форм замещающего поведения, являющегося фактором риска формирования компьютерной зависимости. В связи с этим все обследованные нами подростки были разделены на 2 группы:

1-ю – составили подростки ($n = 83$) с наличием потенциального риска формирования компьютерной зависимости, которые более 3 ч в день проводили за компьютером;

2-ю – (контрольную) составили подростки ($n = 61$), тратившие на общение с компьютером не более 3 ч в день, в среднем – не более 2 ч в день.

Статистическую обработку материалов исследования провели с использованием статистического пакета SPSS Statistics 20. Производили вычисление среднего ранга показателя по группам с проверкой значимости различий по критерию Манна–Уитни для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню каждого из оцениваемых признаков, измеренных количественно, и проверку равенства дисперсий путем сравнения значения статистики с критическим значением соответствующего

распределения Фишера при заданном уровне значимости $p < 0,05$.

Результаты и их анализ

Вызывает серьезную озабоченность тот факт, что среди обследованных нами 251 подростка 33,1 % из них засиживались за компьютером ежедневно более 3 ч, в том числе не менее 4 ч – 18,1 %, не менее 5 ч – 11,8 %, а 6,3 % (9 подростков) – признались, что проводят ежедневно за этим занятием 6 ч и более, что не может не сказываться на их здоровье, успехах в школе и взаимоотношениях с окружающими. Кроме того, оказалось, что именно мальчики значимо чаще ($p = 0,010$) склонны были засиживаться за компьютером.

Как видно из табл. 1, подростки 2-й группы, пользующиеся компьютером не более 3 ч в день, имеют хорошие, теплые взаимоотношения с родителями, а также близких друзей среди одноклассников, предпочитая свободное время посвящать живому общению.

В то же время, подростки 1-й группы, проводящие за компьютером более 3 ч в день, достоверно чаще чувствуют себя одиноко, информация, которую они черпают из всемирной сети, призвана заполнять их чувство внутренней пустоты и скуки ($p = 0,036$). Именно у них отношения между родителями и детьми ($p = 0,001$) и близкая дружба ($p = 0,043$) чаще становятся жертвами Интернета. При всей своей кажущейся безобидности подобные развлечения оставляют мало времени для общения с реальными людьми. У подростка появляются новые on-line-знакомые. Время, проведенное с реальными людьми, зачастую становится меньше времени, проведенного в обществе компьютера. Наконец, подростки продолжают уже эмоционально разрывать свои отношения с реальными людьми и сознательно, все больше и больше, погружаться в виртуальный мир. Ну и наконец, они начи-

нают лгать о количестве времени, проведенном за компьютером окружающим. При этом они сами отдают себе отчет в том, что такое времяпрепровождение часто сказывается не только на их учебе ($p = 0,001$), поскольку все это часто происходит в ущерб выполнению домашних заданий ($p = 0,001$), но и собственно на состоянии здоровья, поскольку ради занятий на компьютере они часто готовы отказаться от пищи ($p = 0,014$) и сна ($p = 0,001$). Физический вред здоровью от подобного рода зависимости не столь очевиден. Попытки реализовать свое влечение в условиях ограничений по времени приводят к возникновению тенденции засиживаться за компьютером по ночам. Такие бессонные ночи способствуют появлению постоянной усталости и ослаблению иммунной системы подростка, после чего резко повышается вероятность заболевания. В частности, наше исследование показало, что эти дети достоверно чаще ($p = 0,041$) болеют простудными заболеваниями.

Интересно было бы проследить также то, чем именно так увлечены подростки, отдавая свое время компьютеру. Для выявления частоты тематической направленности занятости подростков при взаимодействии с компьютером мы в опросе задавали направленные вопросы, исходя из наиболее распространенных представлений о соответствующих формах. Прежде всего, мы оценивали частоту и приоритетность таких форм взаимодействия с компьютером, свойственных подросткам, как общение в социальных сетях («В Контакте», Facebook, Twitter, а также непосредственное общение в различных чатах), игры, поиск и изучение информации познавательного характера и др.

В последнее время виртуальное общение все чаще вытесняет личное. Неудивительно – ведь общаться в сети не только дешевле, но и проще, здесь не имеют значения разделяющие собеседников километры, а нередко даже годы.

Противники виртуального общения бьют тревогу, утверждая, что социальные сети убивают коммуникабельность и даже культуру [34]. В информационном обществе виртуальное общение служит не только основой для формирования мышления и языка человека, оперирования значимыми информационными потоками, но и предпочитаемой средой обитания индивида, в которой разворачивается его основная деятельность.

Важной особенностью виртуальной коммуникации является возможность одновременного общения с несколь-

Таблица 1
Клинико-психологические характеристики подростков, приверженных виртуальным формам информативно-коммуникативного поведения

Показатель	Группа, ранг		p <
	1-я	2-я	
Наличие хороших, теплых взаимоотношений с родителями	63,89	84,21	0,001
Наличие близких друзей среди одноклассников	69,22	76,96	0,043
Предпочтение занятий за компьютером в ущерб:			
• выполнению домашних заданий	79,68	58,58	0,001
• учебе	79,69	58,57	0,001
• сну	80,67	57,16	0,001
• приему пищи	76,98	62,45	0,014
Головная боль и чувство дискомфорта при длительной работе на компьютере	76,58	63,01	0,008
Частота простудных заболеваний	76,99	66,39	0,041
Чувство скуки/внутренней пустоты	78,29	64,62	0,036

кими людьми, что становится возможным вместе с обеднением языка. Это позволяет быть успешным в Интернете, но играет негативную службу в живом общении [9]. Виртуальное общение, если не создает, то, по крайней мере, существенно влияет на личность человека [24].

Азарт, с которым молодежь рвется за свои персональные компьютеры, нельзя сравнить практически ни с чем. Первым делом они стремятся зайти и посмотреть, кто и что им из их друзей написал, хотя, казалось бы, только час назад они виделись в школе или после школы. Постепенно такое общение может перейти в зависимость. В своей книге «Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other» («Одиночество вместе. Почему мы ожидаем больше от технологий и меньше друг друга») [34] проф. Массачусетского технологического института Шерри Теркл утверждает, что уже ставшее привычным поведение людей на самом деле является признаком серьезной патологии.

В социокультурных исследованиях сетевых сообществ [28, 34] Интернет выступает как система некоторых групп, обладающих своими особенностями языка, норм коммуникации и социальной иерархии участников. Наличие этих особенностей позволяет говорить об Интернете как о социальной среде, которая делает возможным формирование новых оснований социальной самокатегоризации и, тем самым, может вносить вклад в формирование нового содержания идентичности пользователя.

Что касается приверженности играм на компьютере, данный феномен также анализировался нами отдельно, причем мы разделяли подростков по характеру предпочитаемой игры, поскольку приверженность разным играм, по нашему мнению, может свидетельствовать о различных формах эмоциональной и поведенческой адаптации подростков. В разных источниках можно встретить различные описания типов компьютерных игр [24, 25, 27]. Чаще всего основным критерием классификации является жанровый критерий [1]. Основные группы игр в таких классификациях следующие:

1) шутер («shooter») – «стрелялка», игра от первого лица (или от третьего лица), где персонаж должен преодолеть ряд препятствий, завершить задание или пройти игру;

2) аркада – игра с примитивным сценарием, в которой геймеру приходится действовать быстро, полагаясь, в первую очередь, на скорость принятия решений и быстроту реакций;

3) квест (поиск) – приключенческая игра, требующая от геймера решения умственных задач для продвижения по сюжету;

4) симулятор – игры, имитирующие чаще всего управление каким-либо транспортным средством или аппаратом;

5) ролевые игры, где участник принимает какую-то роль и в воображаемой ситуации действует соответственно этой роли (чаще фантастической);

7) традиционные игры – сформированные на основе традиционных игр, например, карточные игры, шашки, шахматы и т. п.

В своем исследовании мы условно разделили их на 2 большие группы – игры-стрелялки и игры-квесты, предполагая, что первые могут иметь некоторое отношение к проявлению агрессивности, а вторые – к потере чувства реальности.

Так, в «стрелялках» успех игрока в большой степени зависит от его скорости реакции и способности быстро принимать тактические решения. Действие таких игр развивается очень динамично и требует напряжения внимания и быстрой реакции на происходящие в игре события. При этом в качестве основного средства прогресса в игре, как правило, используется какое-либо оружие, а успех зависит от того, все ли препятствия уничтожены (включая «живую силу» противника).

«Квесты» требуют от игрока решения умственных задач для продвижения по сюжету. Сюжет может быть predetermined или же давать множество исходов, выбор которых зависит от действий игрока. Современный трехмерный графический интерфейс внес в игру не только элементы неожиданности, но и соответствующую атмосферность, заставляющую игрока погрузиться с головой во вселенную игры, будь то таинственный дом, полный ужасов, заброшенная научная лаборатория, город-призрак или что-то другое.

Помимо общения в социальных сетях и игр, безусловно, нельзя исключать и такой функции компьютера, как помощь в поиске информации в Интернете, что соответственно нами также принималось во внимание.

Рано или поздно каждый пользователь всемирной паутины сталкивается с проблемой поиска информации. В этом случае нам на помощь приходят всевозможные поисковые машины, каталоги и базы знаний. Интернет – это информационное пространство, в котором можно отыскать ответ практически на любой интересующий пользователя вопрос. Сегодня глобальная сеть превращается в важный социальный и политический фактор современного информационного общества. С развитием Интернет-технологий появился новый гигантский источник

информационных ресурсов, доступ к которым является не только относительно дешевым, но и очень быстрым. В Интернете с каждым днем скапливается все больше информации, когда-либо созданной и вновь создаваемой людьми. Подростки, обучаясь в школе, так или иначе вынуждены использовать этот ресурс для образования. Вопрос, какое место подобного рода деятельность занимает во взаимодействии подростка с компьютером, до конца не ясен.

Зачастую поиск даже самой простой информации с использованием сети Интернет превращается в своего рода «серфинг», поскольку практически любой современный компьютер оснащен специальной программой – браузером (обозревателем), позволяющим связываться с веб-узлами сети, просматривать (и прослушивать) содержащиеся в них информацию, а также перемещаться к другим узлам, щелкая мышью на гиперссылки, содержащиеся в просматриваемом на экране документе и выделенные тем или иным способом. Новый документ может, в свою очередь, содержать дальнейшие ссылки, что позволяет вам как бы «плыть» по этому океану информации. Можно полагать, что данный вид поиска оказывается созвучным с тем, что в свое время А.Е. Личко [18] описывал в своих работах как особый вид подростковой хобби-реакции – «информативно-коммуникативное хобби». Данный вид хобби заключается в поиске легкой, эффектной информации на уровне поверхностных сведений, новостей, которыми подростки обмениваются. Это увлечение проявляется в многочасовой пустой болтовне со случайными приятелями, в обсуждении приключенческих, детективных или фантастических фильмов. Не будучи осмысленной, полученная информация легко забывается.

Одной из таких возможностей является просмотр фильмов и прослушивание музыки. Хотя это не основные возможности, но многие подростки используют их чаще, чем основной функционал. Сеть Интернет – это кладезь информации и не только в виде документации, но и в виде мультимедиа файлов, которыми и являются

фильмы и музыка. Сразу хочется отметить, что огромное количество фильмов и музыкальных файлов, которые находятся в свободном пространстве, – это чаще всего пиратская продукция. Она нарушает авторские права правообладателя. Несмотря на то, что идет постоянная борьба с этим явлением, от этого такой продукции меньше не становится. И это еще одна проблема, поскольку не каждый взрослый, а тем более подросток в состоянии в полной мере отдавать себе отчет в том, что каждый раз, когда он скачивает какой-либо фильм или музыкальное произведение из сети Интернет, в большинстве случаев он нарушает закон. Но это тема отдельного обсуждения, имеющая отношение к юридическим границам нормативного поведения.

Собственно в процессе оценки частоты занятий определенными видами деятельности в связи с взаимодействием с компьютером у подростков нами особо обращалось внимание на то, является это занятие монотематическим либо за время занятий на компьютере подросток успевает выполнить несколько задач одновременно – и пообщаться с друзьями, и найти что-то интересное, и поиграть. И так, в табл. 2 представлены частоты распределения увлеченности подростков определенной тематикой, в том числе в зависимости от пола.

Как видно из табл. 2, по частоте времяпровождения I место занимает так называемое online-общение в социальных сетях, причем девочки используют этот ресурс значительно чаще мальчиков ($p = 0,001$). В то же время, почти четверть (23,6 %) мальчиков предпочитают так называемые игры-стрелялки, а для девочек такой вид игр вообще не свойствен. II место по частоте времяпровождения общей группы подростков занимает так называемый «веб-серфинг», когда большая часть времени, затрачиваемого на компьютер, уходит на бесцельное блуждание по сети Интернет в поиске легкой, эффектной информации на уровне поверхностных сведений, новостей, видео-роликов и т. п. Для мальчиков данный вид времяпрепровождения оказывает

Таблица 2

Тематики занятости подростков при проведении времени за компьютером, n (%)

Тематика занятости	Группа			p <	Группа		p <
	общая	мальчики	девочки		1-я	2-я	
Общение в социальных сетях, чатах	68 (48,2)	14 (25,5)	54 (62,8)	0,001	37 (44,6)	31 (50,8)	0,943
Игры-стрелялки	13 (9,2)	13 (23,6)	0 (0)	0,001	10 (12,1)	3 (4,9)	0,001
Игры-квесты	4 (2,8)	2 (3,6)	2 (2,3)	0,950	3 (3,6)	1 (1,6)	0,675
Познавательные сайты в Интернете	5 (3,5)	1 (1,8)	4 (4,7)	0,667	2 (2,4)	6 (9,8)	0,024
Другое (чаще – скачивание фильмов и музыки)	21 (14,9)	8 (14,5)	13 (15,1)	0,882	7 (8,4)	14 (23,0)	0,001
Несколько вариантов из приведенных выше (« веб-серфинг»)	30 (21,3)	17 (30,9)	13 (15,1)	0,048	24 (28,9)	6 (9,8)	0,001

ся на II месте среди приоритетных занятий на компьютере (более 30 % случаев), чем для девочек (15,1 %) ($p = 0,048$), у которых он располагается на II–III месте. Интерес к просмотру кинофильмов и скачиванию музыки мало зависит от пола подростка и располагается на III месте у девочек (15,1 %) и на IV – у мальчиков (14,5 %). Не может не вызывать озабоченности тот факт, что именно полезная информация, располагающаяся на сайтах познавательной и учебной направленности, в меньшей степени интересует современных школьников. Всего 3,5 % обследованных нами подростков указали на то, что именно эти ресурсы являются их целью при работе на компьютере.

Интересно рассмотреть, собственно каким именно образом распределяется активность подростков в зависимости от максимального времени, проводимого за компьютером. Как видно из табл. 2, и у подростков 1-й группы потенциального риска развития компьютерной зависимости (50,8 %), и у подростков 2-й (контрольной) группы (44,6 %) приоритетным занятием на компьютере является именно общение в социальных сетях. Это, в целом, характеризует подростковый возраст, поскольку именно общение со сверстниками, формирующее интимно-личностные привязанности, выходит на первый план. Подростки в этом возрасте испытывают острый дефицит общения, ищут родственную душу и близкого друга. Проще всего, атравматичнее это сделать посредством дистанционного on-line-общения, когда можно легко вступать в контакты с разными людьми, в том числе противоположного пола, разыгрывать различные роли или быть искренним, не опасаясь попасть в неловкую ситуацию. Возможности Интернета здесь представляются поистине фантастическими. Что касается других видов занятости, здесь можно видеть значительные различия в приоритетах, которые квалифицируются как признаки формирующейся дезадаптации. Так, именно среди подростков, проводящих большое количество времени за компьютером (более 3 ч в день), следующим по частоте встречаемости является занятие «веб-серфингом» (28,9 %). В отличие от подростков, не злоупотребляющих временем, проводимым за компьютером ($p = 0,001$), они, не имея возможности (или желания) реализовать свои потребности (к примеру, в общении), бесцельно «бродят» по страничкам в сети Интернет, нигде особенно не задерживаясь. Несмотря на то, что Интернет является идеальным исследовательским инструментом, у этих школьников появляются проблемы с учебой именно потому, что они

посещают не относящиеся к делу сайты, часами болтают в чатах, беседуют с друзьями и незнакомыми людьми и играют в интерактивные игры вместо занятий. В то же время, подростки, проводящие гораздо меньше времени за компьютером (менее 3 ч в день), стараются использовать его с пользой – в 3 раза чаще обращаются за информацией к познавательным и обучающим сайтам ($p = 0,024$), скачивают полезную информацию (рефераты, аудио- и видеофайлы) ($p = 0,001$). На их фоне ребята, подолгу засиживающиеся за компьютером вместо возможной пользы, напротив, приобретают проблемы, связанные с невыполнением домашних заданий, и как следствие – плохая успеваемость.

Выводы

Исходя из вышесказанного, можно сделать следующие выводы, что 33,1 % современных подростков проводят ежедневно более 3 ч за компьютером. В зоне особого риска развития компьютерной зависимости при этом находятся не менее 18 %, поскольку, засиживаясь за компьютером ежедневно более 5 ч, они, безусловно, подвержены негативному влиянию компьютера не только на соматическое здоровье, но и на социальную и психологическую адаптацию. Вред, наносимый в данном случае здоровью ребенка, не может быть оправдан «полезным» проведением времени, поскольку основная часть времени используется такими подростками не с целью повышения своего образовательного уровня и формирования близких привязанностей, а на поиск легкой, эффективной информации на уровне поверхностных сведений и многочасовую пустую болтовню со случайными приятелями. Подобного рода продолжительное сидение за компьютером в ущерб учебе, сну и приему пищи объективно приводит к чувству внутренней опустошенности, снижению защитных сил организма и закономерным проблемам в учебе.

Литература

1. Аветисова А.А. Психологические особенности игроков в компьютерные игры // Психология. Журн. высш. шк. экономики. – 2011. – Т. 8, № 4. – С. 35–58.
2. Архитектура виртуальных миров / под науч. ред.: М.Б. Игнатъева, А.В. Никитина, А.Е. Войскунского. – СПб. : ГУАП, 2009. – 288 с.
3. Асмолов А.Г., Цветкова Н.А., Цветков А.В. Психологическая модель Интернет-зависимости личности // Мир психологии. – 2004. – № 1. – С. 170–192.
4. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Одаренный ребенок за компьютером. – М. : Сканрус, 2003. – 336 с.

5. Браславский П.И., Колпачников В.В., Дрикер М.Б. Игровая виртуальная реальность – новое пространство приобретения личного опыта // Изв. Урал. гос. ун-та. – 2005. – № 35. – С. 74–81.
6. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета // Психол. журн. – 2004. – Т. 25, № 1. – С. 90–100.
7. Войскунский А.Е. Психология и Интернет: монография. – М.: Акрополь, 2010. – 440 с.
8. Войскунский А.Е. Развивается ли агрессивность у детей и подростков, увлеченных компьютерными играми // Вопр. психологии. – 2010. – № 6. – С. 119–130.
9. Выгонский С.И. Обратная сторона Интернета. Психология работы с компьютером и сетью. – М.: Феникс, 2010. – 320 с.
10. Гилянский Я.И. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийств и других «отклонений». – СПб.: Юрид. центр Пресс, 2004. – 520 с.
11. Грязнова Е.В. Виртуально-информационная реальность и становление личности // Виртуально-информационная реальность в системе «Человек – Универсум»: монография. – Н. Новгород, 2006. – С. 239–253.
12. Евдокимов В.И. Методические аспекты диагностики развития Интернет-зависимости / В.И. Евдокимов, О.В. Литвиненко // Вестн. психотерапии. – 2007. – № 25 (30). – С. 68–75.
13. Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / ред.-сост. А.Е. Войскунский. – М.: Акрополь, 2009. – 279 с.
14. Калинин Н.И. Клинико-психологическая типология нарушений психической адаптации в подростковом возрасте / Н.И. Калинин, Е.Е. Малкова // Мед.-биол. и соц.-психол. пробл. безопасности в чрезв. ситуациях. – 2012. – № 2. – С. 86–91.
15. Керделлан К., Грезийон Г. Дети процессора. Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых. – Екатеринбург: У-Фактория, 2006. – 272 с.
16. Кузнецова Ю.М., Чудова Н.В. Психология жителей Интернета. – М.: ЛКИ, 2011. – 224 с.
17. Культурно-деятельностная парадигма конструктивизма: методология междисциплинарного познания в сетевом столетии // Материалы V съезда общерос. обществ. орг. «Российское психологическое общество», Москва, 14–18 февр. 2012 г. – М., 2012. – Т. 3. – С. 398–447.
18. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – СПб.: Речь, 2009. – 256 с.
19. Милюкова Е.В. Влияние компьютера, как средства массовой информации, на появление и увеличение уровня агрессивности в поведении подростка // Проблемы практической психологии. – Шадринск, 2000. – Ч. 2. – С. 124–129.
20. Палфри Дж., Гассер У. Дети цифровой эры. – М.: Эксмо, 2011. – 368 с.
21. Попова Н.М. Интернет-аддикция как социально-психологический феномен в подростковом возрасте // Профилактика аддиктивных состояний в детско-подростковом возрасте: сб. материалов всерос. конф. с междунар. участием. – Томск, 2003. – С. 173–180.
22. Block J.J. Issues for DSM-V: Internet Addiction // Am. J. of Psychiatry. – 2008. – Vol. 165, N 3. – P. 306–307.
23. Dowling N.A., Quirk K.L. Screening for internet dependence: do the proposed diagnostic criteria differentiate normal from dependent internet use? // Cyberpsychol. Behav. – 2009. – N 12. – P. 21–27.
24. Griffiths M.D. Gambling and gaming addictions in adolescence. – Leicester: British Psychological Society/Blackwell, 2008. – 72 p.
25. Griffiths M.D. Internet and video-game addiction // Adolescent Addiction: Epidemiology, Assessment and Treatment / C. Essau (ed.). – San Diego: Elsevier, 2008. – P. 231–267.
26. Griffiths M.D. Internet addiction: Does it really exist? // Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Applications / J. Gackenbach (ed.). – New York: Academic Press, 1998. – P. 61–75.
27. Griffiths M.D., Davies M.N.O., Chappell D. Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers // J. of adolescence. – 2004. – Vol. 27, N 1. – P. 87–96.
28. Human Perspectives in the Internet Society: Culture, Psychology and Gender / K. Morgan, C.A. Brebbia, J. Sanchez, A. Voiskounsky (eds.). – Boston: WIT Press: Southampton, 2004. – 568 p.
29. Internet Addiction. A handbook and guide to evaluation and treatment / K.S. Young, C.N. de Abreu (ed.). – Hoboken: John Wiley & Sons, Inc., 2011. – 314 p.
30. Internet addiction disorder: An Italian study / G. Ferraro, B. Caci, A. D'Amico, M. Di Blasi // Cyber Psychology & Behaviour. – 2007. – Vol. 10, N 2. – P. 170–175.
31. Internet addiction: metasynthesis of 1996–2006 quantitative research / S. Byun, C. Ruffini, J.E. Mills [et al.] // Cyber Psychology & Behavior. – 2009. – Vol. 12, N 2. – P. 203–207.
32. Plusquellec M. Are virtual worlds a threat to the mental health of children and adolescents? // Arch. Pediatrics. – 2000. – Vol. 7, N 2. – P. 209–210.
33. Stieger S., Burger Ch. Implicit and explicit self-esteem in the context of Internet addiction // Cyberpsychology, behavior and social Networking. – 2010. – Vol. 3, N 6. – P. 681–688.
34. Turkle S. Alone together: why we expect more from technology and less from each other. – Hardcover: Basic Books, 2011. – 360 p.
35. Widyanto L., Griffiths M.D. Internet addiction: Does it really exist? (Revisited) // Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Applications / J. Gackenbach (ed.). – 2nd Edition. – New York: Academic Press. 2006. – P. 141–163.
36. Young K. S. Caught in the Net: How to Recognize Internet addiction and A Winning Strategy for Recovery. New York: John Wiley & Sons, Inc., 1998. – 256 p.
37. Young K.S., O'Mara J., Buchanan J. Cyberdisorders: The mental health concern for the millennium // Cyber Psychology & Behavior. – 2000. – Vol. 3, N 5. – P. 475–479.