ISSN 2304-120X
КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал

Ронжин Г. А. Подросток в цифровом мире // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2018. – № 7 (июль). – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2018/182016.htm.

ART 182016 **DOI 10.24422/MCITO.2018.7.14926** **УДК 159.922.8**

Ронжин Геннадий Алексеевич,
магистрант Педагогического института ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», г. Киров

Подросток в цифровом мире

Аннотация. *Современный ребенок погружен в цифровой мир с раннего детства. У подростка, развивающегося в цифровом мире, формируется игровая зависимость. Игровая зависимость опасна для психологического развития человека.*
Ключевые слова: *цифровой мир, особенности подростков с игровой зависимостью.*
Раздел: *(02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.*

Подростковый период практически у всех детей имеет свои особенности, которые влияют на переход к этапу взрослости. В подростковый период дети больше пытаются походить на взрослых: надевают выделяющуюся одежду; заводят друзей, большинство из которых старше их по возрасту; ходят на вечеринки; в некоторых случаях курят и употребляют алкоголь. И делается это лишь с одной целью – почувствовать себя взрослым. Однако в подростковый период дети больше проявляют самостоятельность в различной деятельности и принятии решений. Чем старше становится подросток, тем он больше перестает копировать взрослых и начинает формировать собственную систему оценок касательно окружающей его среды и различных обстоятельств. Всё это вырабатывается путем самопознания подростка. Общение подростков крайне противоречиво: с одной стороны, попытка быть как все и быть частью чего-то большего, а с другой стороны, отличаться от того же «большего». Что касается учебы, то отметки в школе не играют решающей роли. Чем лучше подросток учится, тем больше шансов занять более высокое положение среди сверстников в плане превосходства над ними. Но если находится другой способ возвышения среди сверстников, то оценки уже перестают представлять какую-то значимость [1–3].

Подростки, являющиеся частью цифрового мира или игрового сообщества, отличаются от большинства обычных подростков. Учебная деятельность сдвигается на второй план. Хотя социализация подростков всё также является ведущей, однако она проходит в иной форме: подростки-геймеры общаются по большей части посредством игровых чатов и мессенджеров, пытаясь превзойти друг друга в умении убийств виртуальных ботов, особенно это касается видеоигр жанров «стрелялки», «автосимуляторы», «симуляторы боевых искусств» и т. д. Процесс перехода к взрослости сопровождается не только степенью возрастного ограничения игры, но также степенью восприятия разной степени жестокости в видеоиграх. Данные аспекты сопровождаются различной степенью агрессивности, проявляющейся в ярких формах и в искажении восприятия действительности [4]. Как известно, большинство подростков очень впечатлительны, а видеоигры только усиливают это ощущение и вносят в мировосприятие подростка иные представления о себе и мире, искажая их самопознание и познание окружающего мира. И примером для подражания становятся не взрослые из реального мира, как у обычных подростков, а виртуальные персонажи различных видеоигр, придуманные разработчиками. Далее остановимся на классификации видеоигр и расскажем об их влиянии на особенности психики подростков.

На формирование самопознания и самооценки влияют не столько видеоигры в широком аспекте, сколько определенный тип видеоигр, который предпочитают подростки. При тщательном изучении видеоигр сообществом ученых были выделены их жанры [5]:

– шутер (от англ. “shooter” – стрелять). Это «стрелялки», игры от первого или от третьего лица, где всё внимание привлечено к игроку и необходимо пройти ряд линейных миссий, чтобы пройти игру;

– аркада – игра с примитивным сценарием либо с отсутствием его как такового. В данном типе игр игроку нужно проявить скорость реакции и внимательность. Также необходимо быстро принимать решения, чтобы пройти игру;

– квест – игра с широкой, глубокой сюжетной составляющей. Сюжет может быть, как линейный, так и разветвленный, представляющий собой сеть небольших побочных головоломок. Для прохождения данного типа игр игроку необходимо проявить смекалку и свои умственные способности;

– симулятор – вид игр, симулирующий управление каким-либо транспортом либо вид спорта или боевых искусств. В последнее время данный жанр совмещают с аркадами или добавляют элементы разветвленного сюжета;

– ролевые игры – в данном виде игр игрок становится частью мира видеоигры, так как ему отведена ключевая роль, которую он должен выполнить, чтобы пройти игру. Чаще всего сеттинг таких игр относится к фантастическому миру;

– стратегии – в данном жанре необходимо стратегическое мышление с целью военного или экономического превосходства противника. Чаще всего цель в таких играх простая: необходимо захватить определенный участок земли или целую планету в зависимости от задумки игры.

Согласно Эрнсту Адамсу, разработчику и консультанту компьютерных игр, погружение можно поделить на основные категории [6]:

1. Тактическое погружение ощущается при выполнении тактических операций, требующих сноровки. Игроки чувствуют себя «в ударе» при выполнении действий, которые приводят к успеху.
2. Стратегическое погружение более интеллектуальное, оно связано с решением умственных проблем. Шахматисты испытывают стратегическое погружение при выборе правильного решения среди широкого спектра возможностей.
3. Повествовательное погружение происходит тогда, когда игрок проникается сюжетом; оно похоже на то, что испытывает человек при чтении книги или при просмотре фильма.
4. Эмоциональное погружение происходит тогда, когда игрок начинает переживать эмоции: от первого лица (которые должен испытывать управляемый им персонаж в игре), от третьего лица (которые пытаются добавлять правильные действия и удачу персонажа, героя игры).
5. Сенсорное погружение: ощущение попадания в трехмерную среду и ее интеллектуальное стимулирование. Игрок испытывает единство времени и пространства, сливается с изображаемой средой, и она воздействует на его впечатления и сенсорное самовосприятие.
6. Пространственное погружение происходит тогда, когда игрок ощущает моделируемый мир чувственно убедительным. Игрок начинает ощущать размеры игрового пространства и расстояния находящихся от него объектов. Игрок считает, что он на самом деле в игровом мире и что видимый им мир выглядит и ощущается «реально».

7. Психологическое погружение происходит тогда, когда сознание игрока искусственно переходит управляемому персонажу в компьютерной игре. При этом чувствует физическое тело, находящееся реальном мире, посредством которого происходит управление персонажем игры.

Компьютерная зависимость подростков способствует развитию целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, хронические депрессии, определенные трудности в адаптации, потеря способности контролировать себя во время пребывания в Интернете, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования Интернетом [7].

Во время использования Интернета подросток вместо стремления «думать» и «учить» предпочитает «искать». Многие подростки признают, что очень часто посещают запрещенные родителями сайты. При этом у них возникает иллюзия безнаказанности. Иллюзия безнаказанности может оказаться ловушкой и иметь серьезные последствия в реальной жизни, так как происходит моральная деградация.

Несмотря на все причины, которые вызывают компьютерную аддикцию, в основе их лежит нарушение «равновесия» между подростком и окружающей средой, что создает затруднения, связанные с полной невозможностью адаптироваться к требованиям социальной среды [8].

Поэтому сегодня социальным педагогам, психологам и другим специалистам, работающим с подростками, совместно с родителями необходимо вовремя разглядеть симптомы, которые характерны именно для компьютерно-зависимых подростков, и самим делать шаги к преодолению данной зависимости у подрастающего поколения

Компьютерно-зависимого подростка можно достаточно быстро определить: он интровертирован, обращен внутрь себя, игнорирует или не замечает внешние события, плохо адаптируется к реальной жизни, красота природы не воспринимается с восторгом, поскольку возможности компьютерной графики безграничны и на экране монитора появляются дивные, фантастически прекрасные, но не существующие в действительности пейзажи [9].

При наличии компьютерной зависимости подросток постепенно отдаляется от родственников и друзей, оставляя приоритет за Всемирной паутиной. Как правило, пользователь скрывает от родных или знакомых, сколько времени он проводит на сайтах. Позже симптомы нарастают как снежный ком. Если подростка силой отлучить от сети, он будет переживать чувства, похожие на муки наркомана, которому не дали очередную дозу. У пользователя нарушается внимание, снижается работоспособность, появляются различные навязчивые мысли, порой бессонница или даже полный отказа от сна, резко увеличивается тяга к стимуляторам. Поэтому можно считать, что в некоторых случаях наркотическая зависимость является следствием увлечения общением в сети. К психическим расстройствам добавляются головная боль, перепады давления, ломота в костях [10].

Позже становится явной социальная дезадаптация. Пользователь, уже не получая удовольствие от общения через Интернет, все-таки постоянно «висит» на сайтах. Состояние депрессии приводит к серьезным конфликтам в школе, со сверстниками и в семье. Сильные, волевые личности еще могут совершить попытку в направлении переключения своего внимания на что-то другое, например влюбиться, сменить круг друзей. А тем подросткам, которых можно отнести к категории слабых, ничего не остается, кроме как обратиться за помощью к специалистам [11].

В США компьютерная зависимость считается официальным диагнозом, ее лечат психологи и психиатры, так как без Интернета у больных начинается ломка.

Наше общество нуждается в комплексной профилактической работе, которая была бы максимально эффективной, профилактические мероприятия данного вида воздействия на подростка должны быть построены очень грамотно, быть деликатными, чтобы не вызвать негативных реакций среди подрастающего поколения и не вызвать интернет-фобии.

Целью профилактической программы должно быть повышение осознанности в личном взаимодействии с интернет-средой, снижение, в идеале – полное преодоление компьютерной зависимости; понимание ценности Интернета как инструмента, который помогает в учебе и повседневной жизни.

В основу профилактики должно быть положено переключение внимания подростков на многообразие мира вне рамок сети: спорт, здоровый образ жизни, творческие прикладные увлечения и общение с живой природой, богатство полноценного межличностного общения.

Среди актуальных видов профилактической работы выделяется социально-педагогическая и психологическая, поскольку именно они призваны включить подростка в социальную среду, развивать способности к активному существованию в обществе и позитивному взаимодействию с другими людьми и коллективами [12].

Сущность социально-педагогической и психологической профилактики компьютерной зависимости среди подростков заключается во введении эффективного социального воспитания, помощи в выборе увлечений, расширении круга ведущей деятельности, создании позитивных отношений с родными и близкими.

Чтобы предупредить компьютерную зависимость, необходимо заблаговременно проводить ее социально-педагогическую и психологическую профилактику, а именно: активно привлекать подрастающее поколение к социально-воспитательной жизнедеятельности учебного заведения, способствовать их социальному развитию; привлекать родителей и близкое окружение к воспитательной деятельности. Очень важно взаимодействие различных учреждений и специалистов, которые бы помогали в преодолении компьютерной зависимости подростков [13].

Также в профилактике интернет-зависимости можно выделить такие методы работы [14]:

- информационный – обеспечение информацией по проблемам зависимости от компьютера у подростков;
- метод формирования поведенческих навыков – анализ конкретных жизненных ситуаций, которые способствуют расширению знаний, а также их «проигрывание»;
- конструктивно-позитивный метод – проведение тренингов, которые направлены на повышение психологической устойчивости, а также снижение уровня тревожности, повышение уверенности и т. п.

Из анализа современного опыта становится понятно, что наиболее реальными и результативными являются те программы, которые направлены на ближайшую среду подростков.

Коррекционная работа, направленная на преодоление компьютерной зависимости у подростков, призывает к длительной работе с личностью. Но необходимо также помнить, что на последних стадиях зависимости с детьми подросткового возраста становится необходимой работа психологов и психотерапевтов. Именно поэтому наше государство и нуждается в квалифицированных кадрах, которые бы занимались решением вопросов представленного направления и данной проблемой, внедрением результативной профилактической программы по профилактике компьютерной зависимости именно в подростковом возрасте, так как подростки наиболее уязвимы в этом плане [15, 16].

Итак, можно сделать следующий вывод: отличительной особенностью игровой компьютерной онлайн-зависимости является «уход» подростка в виртуальную реальность. Последствия такого поведения: нарушение социальных связей личности, проблемы в семье и школе, чрезмерная агрессивность и различные виды асоциального поведения, невозможность самовыражения. Также в процессе изучения психолого-педагогических методов преодоления компьютерной онлайн-зависимости был найден целый комплекс тренинговых упражнений как наиболее эффективная форма, реализуемая в подростковой среде и несущая в себе как превентивный характер, так и исцеляющий.

Таким образом, изучив психологические особенности подростков с развивающейся компьютерной онлайн-зависимостью и возможности оказания им психолого-педагогической помощи, мы утверждаем, что психолого-педагогическая помощь подросткам на начальных этапах развития онлайн-зависимости будет эффективна, если в процессе ее реализации осуществляется комплексная программа, направленная на преодоление или коррекцию игровой онлайн-зависимости подростков, формирование конструктивных ресурсов и моделей здорового преодолевающего поведения в стрессогенных ситуациях; формирование самоконтроля за своим поведением в онлайн-играх.

Ссылки на источники

1. Клепцова Е. Ю. Возрастные особенности формирования гуманных межличностных отношений воспитанников // Образование в Кировской области. – 2012. – № S. – С. 17–24.
2. Клепцова Е. Ю. Выявление отношения подростков и молодежи к разным субъектам действит ельности // Воспитание школьников. – 2008. – № 7. – С. 17–21.
3. Клепцова Е. Ю., Тюлькина О. А. Психологические особенности толерантного отношения старших подростков сельской школы // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 29. – С. 370–377.
4. Клепцова Е. Ю. Психологическая составляющая оценки качества образования // Реалии и перспективы психологической науки и практики в российском обществ: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / под ред. Р. А. Ахмерова, Г. С. Прыгина. – Набережные Челны, 2005. – С. 323–324.
5. Шайдулина А. Ф. Интернет-зависимость – новая форма аддиктивного поведения подростков // Вопросы психологии. – 2011. – № 4. – С. 79–87.
6. Адамс Э. Постмодернизм и три типа погружения, 2004.
7. Боярова К. В. Кибер-аддикция: еще один вид зависимости // Вестник Харьковского Национального Университета. – Харьков: Психология, 2006. – С. 41–46.
8. Коптелова Н. И., Попов В. А. Социально-педагогическая профилактика компьютерной зависимости у подростков в общеобразовательных учреждениях // Молодой ученый. – 2015. – № 24. – С. 970–973.
9. Шайдулина А. Ф. Указ. соч.
10. Якушина Е. В. Подростки в Интернете: специфика информационного взаимодействия // Педагогика. – 2001. – № 4. – С. 55–61.
11. Григорьев С. Г., Мильчакова В. А., Рыбалтович Д. Г. Анализ анкетирования интернет-пользователей, имеющих опыт on-line-игры // Вестник психотерапии. – 2012. – № 46. – С. 68–81.
12. Клепцова Е. Ю., Тюлькина О. А. Указ. соч.
13. Боярова К. В. Указ. соч.
14. Акопов А. Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности. – 2-е изд. – СПб.: Речь, 2009. – 230 с.
15. Клепцова Е. Ю., Тюлькина О. А. Указ. соч.
16. Клепцова Е. Ю. Психологическая составляющая оценки качества образования.

Gennady Ronzhin,
Graduate Student, Pedagogical Institute, Vyatka State University, Kirov

Teenager in the digital world

Abstract. A modern child is deep in the digital world from early childhood. A teenager, developing in the digital world, assumes specific features, in particular, the game dependence is formed. Gaming addiction is dangerous for psychological development of a person.

Key words: digital world, features of teenagers with gaming addiction.

References

1. Klepcova, E. Yu. (2012). “Vozrastnye osobennosti formirovaniya gumannyh mezhlichnostnyh otnoshenij vospitannikov”, *Obrazovanie v Kirovskoj oblasti,* № S, pp. 17–24 (in Russian).
2. Klepcova, E. Yu. (2008). “Vyyavlenie otnosheniya podrostkov i molodezhi k raznym sub"ektam dejstvit el'nosti”, *Vospitanie shkol'nikov*, № 7, pp. 17–21 (in Russian).
3. Klepcova, E. Yu. & Tyul'kina, O. A. (2017). “Psihologicheskie osobennosti tolerantnogo otnosheniya starshih podrostkov sel'skoj shkoly”, *Nauchno-metodicheskij ehlektronnyj zhurnal “Koncept”,* t. 29, pp. 370–377 (in Russian).
4. Klepcova, E. Yu. (2005). “Psihologicheskaya sostavlyayushchaya ocenki kachestva obrazovaniya”, in Ahmerov, R. A. & Prygin, G. S. (eds.). *Realii i perspektivy psihologicheskoj nauki i praktiki v rossijskom obshchestv: materialy Vseros. nauch.-prakt. kon*f., Naberezhnye CHelny, pp. 323–324 (in Russian).
5. Shajdulina. A. F. (2011). “Internet-zavisimost' – novaya forma addiktivnogo povedeniya podrostkov”, *Voprosy psihologii,* № 4, pp. 79–87 (in Russian).
6. Adams, Eh. (2004). *Postmodernizm i tri tipa pogruzheniya* (in Russian).
7. Boyarova, K. V. (2006). “Kiber-addikciya: eshche odin vid zavisimosti”, *Vestnik Har'kovskogo Nacional'nogo Universiteta*, Psihologiya, Har'kov, pp. 41–46 (in Russian).
8. Koptelova, N. I. & Popov, V. A. (2015). “Social'no-pedagogicheskaya profilaktika komp'yuternoj zavisimosti u podrostkov v obshcheobrazovatel'nyh uchrezhdeniyah”, *Molodoj uchenyj*, № 24, pp. 970–973 (in Russian).
9. Shajdulina. A. F. (2011). Op. cit.
10. Yakushina, E. V. (2001). “Podrostki v Internete: specifika informacionnogo vzaimodejstviya”, *Pedagogika*, № 4, pp. 55–61 (in Russian).
11. Grigor'ev, S. G., Mil'chakova, V. A. & Rybaltovich, D. G. (2012). “Analiz anketirovaniya internet-pol'zovatelej, imeyushchih opyt on-line-igry”, *Vestnik psihoterapii,* № 46, pp. 68–81 (in Russian).
12. Klepcova, E. Yu. & Tyul'kina, O. A. (2017). Op. cit.
13. Boyarova, K. V. (2006). Op. cit.
14. Akopov, A. Yu. (2009). *Svoboda ot zavisimosti. Social'nye bolezni lichnosti*, 2-e izd., Rech', St. Petersburg, 230 p. (in Russian).
15. Klepcova, E. Yu. & Tyul'kina, O. A. (2017). Op. cit.
16. Klepcova, E. Yu. (2005). Op. cit.

Рекомендовано к публикации:
Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук;
Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,
главным редактором журнала «Концепт»

ISSN 2304-120X

www.e-koncept.ru

Поступила в редакцию *Received*	24.04.18	Получена положительная рецензия *Received a positive review*	15.05.18
Принята к публикации *Accepted for publication*	15.05.18	Опубликована *Published*	29.07.18

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)
© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2018
© Ронжин Г. А., 2018