

ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРАДДИКЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Таланова Н.В.¹

¹ ФГКОУ ВО «Московский университет Министерства внутренних дел России имени В.Я. Кикотя», Москва, e-mail: gase117@mail.ru

Рост числа пользователей Глобальной сети обуславливает актуальность проблемы кибераддикции. Проблема кибераддиктивного поведения напрямую угрожает еще не до конца сформированной психике учащейся молодежи. В связи с этим видится необходимым проведение с субъектами образовательного процесса комплексной и планомерной профилактической работы, которая будет направлена на уменьшение возникновения рисков кибераддиктивного поведения обучающихся образовательных организаций. В статье автором приведены результаты эмпирического исследования, которое помогло выявить особенности профилактики киберзависимости обучающихся образовательных организаций высшего образования. Исследование проводилось посредством анкетирования. Диагностическим материалом являлась анкета, разработанная на основе теста на интернет-зависимость К. Янг. Тест является инструментом самодиагностики патологического пристрастия к сети Интернет. Модифицированная анкета позволила изучить следующие показатели: деятельностный, временной, мотивационный показатели, а также уровень цифровизации методов общения. Автором приведены примеры профилактических мероприятий, которые способны снизить/предотвратить развитие рисков кибераддиктивного поведения обучающихся образовательных организаций высшего образования. Систематическая комплексная работа по профилактике кибераддиктивного поведения обучающихся образовательных организаций высшего образования служит условием осознанного отношения к использованию сети Интернет, минимизации времени, проводимого в Сети.

Ключевые слова: Глобальная сеть, интернет-пользователь, кибераддиктивное поведение, сеть Интернет, киберзависимость, молодежь, кибераддикция.

PREVENTION OF CYBERADDICTION OF STUDENTS IN THE EDUCATIONAL ORGANIZATION OF HIGHER EDUCATION

Talanova N.V.¹

¹Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikotya, Moscow, e-mail: gase117@mail.ru

The growth in the number of users of the Global Network determines the urgency of the problem of cyber addiction. The problem of cyberaddictive behavior directly threatens not fully formed psyche of young students. In this regard, with the subjects of the educational process, it seems necessary to conduct a comprehensive and systematic preventive work, which will be aimed at reducing the risks of cyber-addictive behavior of students in educational organizations. In the article, the author presents the results of an empirical study, which helped to identify the features of the prevention of cyber addiction in students of educational institutions of higher education. The study was conducted through a questionnaire. The diagnostic material was a questionnaire developed on the basis of the Internet addiction test by K. Yang. The test is a tool for self-diagnosis of pathological addiction to the Internet. The modified questionnaire allowed us to study the following indicators: activity, time, motivational indicators, as well as the level of digitalization of communication methods. The author gives examples of preventive measures that can reduce / prevent the development of risks of cyber-addictive behavior of students in educational institutions of higher education. Systematic comprehensive work on the prevention of cyber-addictive behavior of students in educational institutions of higher education serves as a condition for a conscious attitude to the use of the Internet, minimizing the time spent on the Web.

Keywords: Global network, Internet user, cyber addictive behavior, Internet, cyber addiction, youth, cyber addiction.

Рост числа пользователей Глобальной сети обуславливает актуализацию проблемы кибераддикции. Ежегодно число пользователей Сети увеличивается. Об этом свидетельствует статистика We are Social и Hootsuite [1].

По данным глобального отчета за 2020 год, количество интернет-пользователей в мире выросло до 4,54 миллиарда, что на 7% больше показателя 2019 года. Web-Index отмечает, что время использования Интернета на 16% возросло среди интернет-пользователей 12-24 лет [2]. Этот возрастной промежуток включает в себя и возраст молодежи [3]. Данный факт подтверждает, что молодежь входит в группу риска развития кибераддиктивного поведения.

«Кибераддиктивное поведение – это форма отклоняющегося поведения, которая выражается в стремлении абстрагироваться от реального мира путем изменения психического состояния посредством злоупотребления использованием сети Интернет» [4].

В настоящее время изучением проблемы кибераддиктивного поведения занимаются такие ученые, как О.И. Кашник, Е.А. Веселкова [5], П.П. Щербачева, Н.А. Устинова [6], Т.Ю. Захарова, Е.С. Синогина, А.А. Смирнова [7] и другие.

Важно отметить, что возрастные психологические особенности молодежи являются немаловажными причинами формирования кибераддиктивного поведения. Одна из причин формирования зависимого поведения – жажда новых ощущений, которые молодые люди могут получить на различных интернет-сайтах. Также данный возрастной период характеризуется частыми эмоциональными переживаниями по поводу внешности, отношений со сверстниками, близкими людьми и др. [8]. Для того чтобы снять напряжение, девушки и юноши погружаются в виртуальный мир, где ищут поддержку и помощь. Если молодым людям удастся получить какие-либо положительные эмоции от пребывания в Сети, то они возвращаются туда снова и снова, что ведет к развитию киберзависимости.

Наше исследование будет направлено на изучение особенностей профилактики кибераддикции учащейся молодежи от 17 до 24 лет, так как именно этот возрастной промежуток охватывает период обучения в образовательной организации высшего образования.

Введем авторское понимание термина «профилактика кибераддикции». «Профилактика кибераддикции – это комплекс социальных, педагогических, психологических мер, направленных на предупреждение или устранение влияния негативных факторов использования сети Интернет на развитие личности» [9].

Сегодня посредством сети Интернет решается множество жизненных задач: образовательных, социального, правового характера и другие. Но наряду с положительными сторонами Глобальной сети выделяют и отрицательные. Речь идет о риске формирования кибераддикции.

«Кибераддикция – это нехимическая зависимость от пользования Интернетом, которая характеризуется стремлением ухода от реального мира путем достижения особого

эмоционального состояния удовлетворенности, уверенности в себе, если другим путем человеку невозможно достичь такого состояния» [10].

В основе кибераддиктивного поведения лежит навязчивая потребность в использовании интернет-ресурсов, которая может сопровождаться социальной дезадаптацией и другими психологическими симптомами.

Таким образом, проблема киберзависимости напрямую угрожает еще не до конца сформированной психике учащейся молодежи. В связи с этим с субъектами образовательного процесса необходимо проводить комплексную и планомерную профилактическую работу, направленную на уменьшение возникновения рисков кибераддиктивного поведения.

Материалы и методы исследования

С целью выявления особенностей профилактики кибераддикции обучающихся образовательных организаций высшего образования нами была использована анкета, разработанная на основе теста на интернет-зависимость профессором психологии К. Янг [11]. Тест К. Янг является инструментом самодиагностики патологического пристрастия к сети Интернет. В модифицированной анкете изучаются следующие показатели: деятельностный, временной, мотивационный, изучается уровень цифровизации методов общения.

В интересах выявления особенностей использования сети Интернет обучающимися образовательной организации высшего образования нами было организовано и проведено эмпирическое исследование на базе Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя. В качестве респондентов выступали курсанты 1-4 курсов. Общий объем выборки составил 90 человек.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе эмпирического исследования было выявлено, что 76 (84%) опрошенных проводят в сети Интернет более 3 часов в день (рис. 1). При этом 56 (62%) курсантов остаются в Сети на более длительное время, хотя планировали зайти лишь «на минуточку». Данный результат указывает на тот факт, что обучающиеся образовательной организации испытывают трудности в контроле над временем нахождения в сети Интернет.

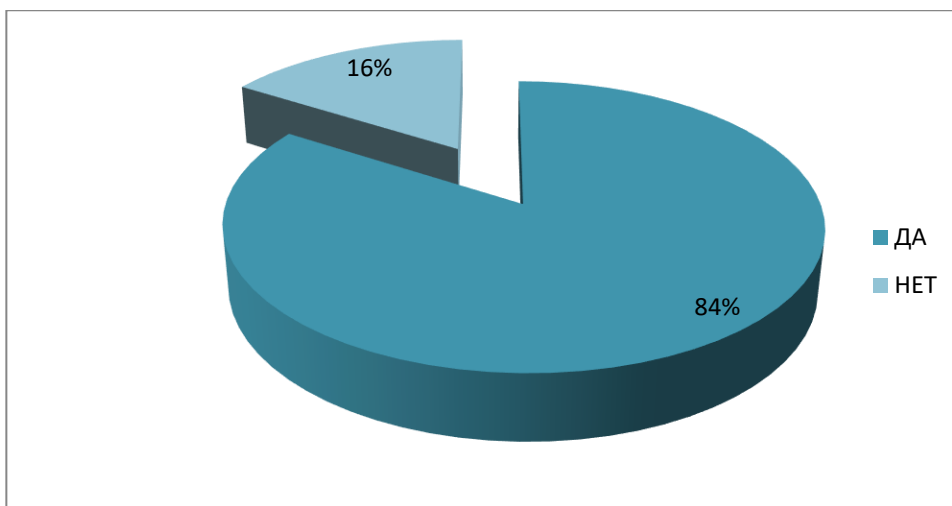


Рис. 1. Временной показатель использования сети Интернет курсантами

Это подтверждается ответами респондентов на вопрос анкеты «Я контролирую количество времени, которое провел (а) в Сети» (рис. 2). 59 (66%) респондентов ответили «Нет».

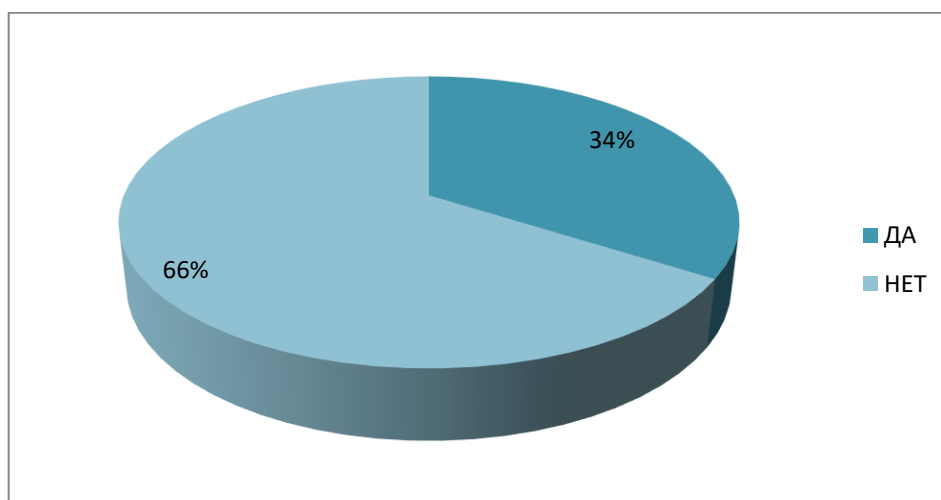


Рис. 2. Контроль курсантами количества времени, проведенного в сети Интернет

Рассматривая деятельностный показатель использования сети Интернет курсантами образовательной организации МВД России, обратимся к полученным ответам на вопрос анкеты «Большую часть нахождения в Сети я...» (рис. 3).



Рис. 3. Деятельностный показатель использования сети Интернет курсантами

Из представленной выше диаграммы мы видим, что большая часть опрошенных (40%) используют сеть Интернет для общения с друзьями, 34% слушают музыку и смотрят фильмы, 15% просматривают и делятся различными новостями в социальных сетях.

Только 11% от числа опрошенных используют Интернет в качестве образовательного ресурса. Данный показатель напрямую свидетельствует о возрастании роли Интернета в качестве досугового компонента, а также о значительном влиянии профессорско-преподавательского состава системы высшего образования на формирование у обучающихся стереотипа о недостоверности и негативном влиянии информации, содержащейся на интернет-просторах. «Это обосновывается низким качеством модерации и фильтрации публикуемых материалов. Таким образом, у обучающихся формируется модель восприятия сети Интернет исключительно как развлекательного портала» [12].

На вопрос «Я стал (а) больше общаться с членами семьи, друзьями посредством сети Интернет» 66% ответили «ДА» (рис. 4).

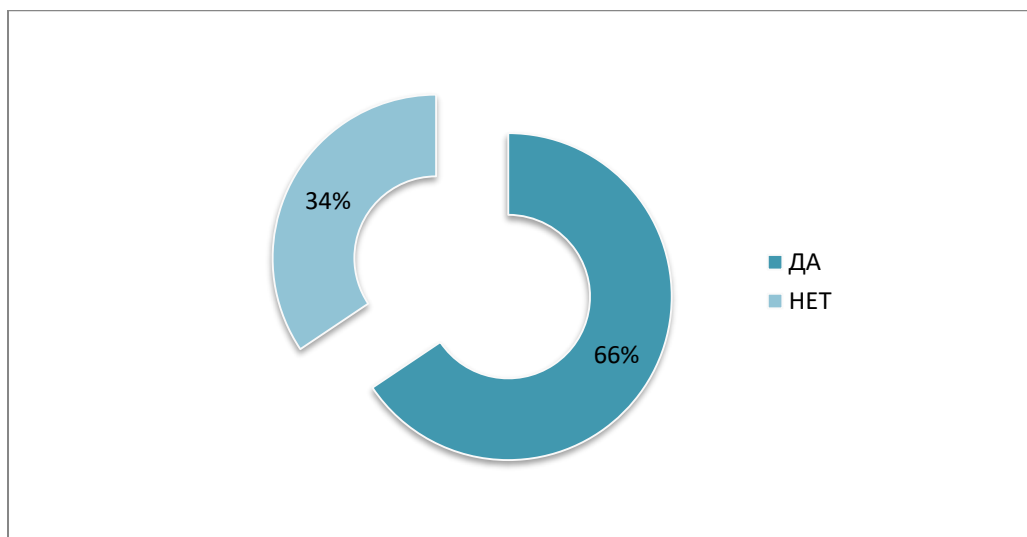


Рис. 4. Диаграмма цифровизации методов межличностного общения

Исходя из представленных данных, мы можем сделать вывод, что в настоящее время происходит подмена реального общения виртуальным. В некоторых случаях это является необходимостью (например, невозможность встречи из-за проживания в разных городах), но зачастую пользователи Сети переносят живое общение в виртуальный мир. «Проблема такой подмены живому общению заключается в том, что в дальнейшем возникают трудности в сфере межличностных отношений, а также возрастает риск возникновения психологической зависимости от интернет-общения» [13]. Отсюда появляется необходимость проведения профилактических мероприятий, касающихся привития курсантам культуры использования сети Интернет, а также грамотного и безопасного общения в Сети.

Заключение

Проведенное нами эмпирическое исследование позволило убедиться в возрастающей роли сети Интернет для современной молодежи, а также в актуальности проблемы кибераддикции.

На наш взгляд, профилактика кибераддиктивного поведения должна включать большой комплекс мероприятий, направленных на отвлечение курсантов от сети Интернет. К таким мероприятиям можно отнести следующие:

1. Организация спортивно-массовых мероприятий и вовлечение курсантов в работу спортивных секций.
2. Участие курсантов в культурно-просветительских мероприятиях.
3. Приобщение курсантов к совместной творческой деятельности (например, конкурс самодеятельности, шефская работа, работа тематических кружков).

4. Организация встреч курсантов с выдающимися личностями с возможностью прямого общения.
5. Привитие привычки поиска необходимой служебной и учебной информации в библиотеке (зачастую искомая информация является специализированной, а значит, производя поиск в открытых источниках сети Интернет, можно столкнуться с неточностями и искажениями действительной информации).
6. Лекции-беседы о безопасном и плодотворном (качественном) использовании ресурсов сети Интернет.
7. Проведение информационно-просветительской работы, касающейся безопасного использования информационных ресурсов (например, информационные стенды).

Важно обратить внимание на недопустимость пассивного, попустительского отношения к проблеме кибераддикции курсантов со стороны профессорско-преподавательского состава и начальствующего звена курса, факультета образовательной организации. Должностным лицам необходимо подавать личный пример курсантам, используя интернет-ресурсы и мобильные устройства с возможностью выхода в Сеть лишь при необходимости.

Систематическая комплексная работа по профилактике кибераддиктивного поведения курсантов образовательной организации МВД России служит условием прекращения его прогрессирования, так как способствует формированию у курсантов осознанного отношения к использованию сети Интернет, минимизации времени, проводимого в Сети. Профилактическая работа способна снизить уровень зависимости курсантов от Интернета, а также сформировать эффективные поведенческие стратегии и личностные ресурсы каждого обучающегося. Проводимые профилактические мероприятия служат инструментами развития конструктивных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций, адекватного целеполагания, повышения уровня коммуникабельности, самооценки, уверенности в себе, рефлексивности и стрессоустойчивости.

Список литературы

1. Digital 2020: ежегодное глобальное исследование от We Are Social и Hootsuite [Электронный ресурс]. URL: <http://www.Web-canare.ru> (дата обращения: 12.01.2022).
2. Вся статистика Интернета на 2020 год – цифры и тренды в мире и в России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.raec.ru> (дата обращения: 11.01.2022).
3. Ф3 от 30.12.2020 N489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации».

- [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/400156192/> (дата обращения: 11.03.2022).
4. Евдокимова, И. А. Игровая компьютерная зависимость как вид аддиктивного поведения // Молодой ученый. 2014. № 4 (63). С. 956-958. URL: <https://moluch.ru/archive/63/10075/> (дата обращения: 25.01.2022).
 5. Кашник О.И., Веселкова Е.А. Аддиктивное поведение студентов как предмет воспитательной работы в вузе // Образование как единство обучения и воспитания: материалы международной научно-методической конференции. Новосибирск: Сибирский государственный университет путей сообщения, 2016. С. 363–367.
 6. Щербачева П.П., Устинова Н.А. Влияние кибераддикции на личность подростка // Гуманитарный научный журнал. 2017. № 1. С.93-98.
 7. Захарова, Т. Ю., Синогина Е.С., Смирнова А.А. Влияние кибераддикции на характеристики внимания подростков // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2018. Вып. 2 (20). С. 106–112.
 8. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002. 432 с.
 9. Таланова Н.В. Риски пребывания детей в интернет-пространстве // Образовательное пространство детства: исторический опыт, проблемы, перспективы: сб. науч. статей и материалов VII международной научно-практической конференции (29-30 октября 2020 г.). 2020. С. 92-94.
 10. Ларионова С.О., Дегтярев А.С. Интернет-зависимость у студентов: вопросы профилактики // Педагогическое образование в России. 2013. № 2. С. 232-239.
 11. К. Янг Тест на интернет-зависимости [Электронный ресурс]. URL: http://www.Cyberpsy.ru/tests/internet_addiction_test_young/ (дата обращения: 10.01.2022).
 12. Ульянова И.В. Информационные риски современной образовательной системы // Современные проблемы науки и образования. 2018. №2. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27508> (дата обращения: 23.02.2022).
 13. Таланова Н.В. Отрицательное влияние сети Интернет на духовно-нравственное воспитание юношей // Современные векторы в образовании: теория и практика: материалы II Всероссийской научно-практической конференции. 2021. С. 167-169.