

Список использованных источников

1. Богомаз, С. Л. Позиционирование в процессе профессионального самоопределения / С. Л. Богомаз // Актуальные проблемы профориентации и профадаптации : межвуз. сб. науч. ст. — Барановичи, 2006. — Вып. 5. — С. 58—64.
2. Климов, Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. — М. : Просвещение, 1990. — 159 с.
3. Кухарчук, А. М. Психодиагностика в профессиональном самоопределении учащихся / А. М. Кухарчук, Е. Л. Седова, В. В. Лях. — Минск : Белорус. наука, 2000. — 222 с.
4. Практическая психология образования : учеб. для студентов высш. и сред. спец. учеб. заведений / под ред. И. В. Дубровиной. — 2-е изд. — М. : Сфера, 1998. — 528 с.
5. Рогов, Е. И. Выбор профессии. Становление профессионала / Е. И. Рогов. — М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — 336 с.

Материал поступил в редакцию 20.03.2017

УДК 159.9:62

Е. Д. Быковская
БарГУ, Барановичи

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ИСКУССТВА

Представлены результаты исследования взаимосвязи личностных черт и уровня интернет-аддикции у студентов. Описан вариант реализации профилактических действий со стороны воспитательных структур университета по проблеме интернет-аддикции у студентов средствами искусства.

Ключевые слова: интернет-аддикция, личностная черта, профилактические меры, интроверсия, средства искусства, сублимация.

Интернет в настоящее время ученые сравнивают с оцифрованной ноосферой, рассматривают как фигуру и фон стремительного развития человеческого общества, поскольку в виртуальном пространстве формулируются и реализуются прототипные онлайн-формы человеческой деятельности: от коммуникативной до трудовой. Однако все более очевидна многогранность и злободневность проблемы интернет-аддикции, т. е. зависимости от многочисленных ресурсов сети Интернет, «навязчивого желания войти в Интернет, находясь offline, и невозможности выйти из Интернета, находясь online» [1, с. 74]. Многогранность проблемы заключается в том, что в русле одного типа аддикции возникает совокупность более частных видов аддикции. Исследователем А. Ю. Егоровым предложена следующая классификация типов зависимых пользователей Интернета: интернет-гемблеры (увлеченные разнообраз-

ными лотереями, азартными играми, аукционами); интернет-трудоголики (реализующие в Интернете свое стремление к работе); интернет-сексоголики (посетители порносайтов и приверженцы виртуального секса); интернет-эротоголики (любовные аддикты, заводящие романы в Интернете); интернет-покупатели (производящие множество онлайн-покупок); интернет-аддикты отношений (зависимые от онлайн-общения) [2].

В случае обращения к причинам интернет-аддикции мы встречаемся со следующим фактом, осмысленным в трудах ученых А. Г. Асмолова [3] и А. В. Цветкова [4]: при различных объектах аддикции природа ее причин едина. В свою очередь С. В. Березин и К. С. Лисецкий условно выделяют четыре основные группы факторов, способствующих развитию аддикции:

- нравственная незрелость личности (отрицательное отношение к обучению, отсутствие социально одобряемой активности и социально значимых установок);
- нарушенная социальная микросреда (неполная семья, искаженные семейные отношения, сильная занятость родителей);
- индивидуально-биологические особенности личности (органические поражения мозга, умственное недоразвитие);
- индивидуально-психологические особенности личности (низкая устойчивость к эмоциональным нагрузкам, повышенная тревожность) [5].

Так как одной из причин интернет-аддикции выступают индивидуально-психологические особенности личности, в нашем исследовании мы обратились к выявлению взаимосвязи между уровнем интернет-аддикции и личностными чертами студентов, являющихся пользователями сети Интернет. Базой исследования выступил Барановичский государственный университет. Выборку исследования составили 50 респондентов в возрасте от 20 до 25 лет. Для исследования личностных черт студентов нами был использован опросник «Большая пятерка» П. Коста и Р. МакКрае (в адаптации А. Б. Хромова) [6]. Для определения уровня интернет-аддикции студентов была использована методика «Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости» (Т. Ю. Больбот и Л. Н. Юрьева) [1]. Для выявления взаимосвязи личностных характеристик индивида с уровнем интернет-аддикции нами был проведен корреляционный анализ (вычислялся коэффициент корреляции Пирсона).

Интернет-аддикты ощущают оживление или облегчение, находясь в Сети. Они стремятся к возобновлению виртуальной активности, поскольку, находясь в реальности, чувствуют нервозность, раздражительность и пустоту. Возвращаясь к виртуальной активности, такие пользователи реализуют уход от реальных проблем. Самостоятельно прекратить работу в Сети интернет-аддиктам не удастся. Помимо социальных проявлений (пренебрежение семейными и общественными обязанностями) у них выражены физические симптомы интернет-аддикции: онемение и боли в кисти руки, боли в спине, головные боли и сухость в глазах.

С повышением уровня интернет-аддикции у пользователей сети Интернет увеличивается степень выраженности интровертированных черт личности ($r = 0,42$; $p = 0,00$), т. е. личностные особенности интернет-зависимых студентов — это отсутствие уверенности в отношении правильности своего поведения и невнимание к происходящим вокруг событиям. Они обладают ровным, несколько сниженным фоном настроения, озабочены своими личными проблемами и переживаниями. Такие люди обычно сдержанны, замкнуты, избегают рассказывать о себе, не интересуются проблемами других людей, не доверяют первым побуждениям и всегда

строго контролируют свои чувства [6]. Данная группа студентов фактически исключена из учебного процесса и, в целом, из социальной жизни, ввиду неадекватного использования сети Интернет. Обращаясь к важности предотвращения развития данной проблемы со стороны социума и, в частности, учреждений образования, мы полагаем, что большим потенциалом обладают коллективы художественного творчества, которые функционируют на базе университета. Причиной тому служит сама деятельность внутри коллективов, подразумевающая сублимацию, под которой в психологии понимается перенаправление неприемлемых импульсов, независимо от их природы, на достижение социально приемлемых целей, на реализацию творчества [7]. Данный психический защитный механизм является единственно конструктивным как для самой личности, так и для развития общества в целом. Следует отметить, что значимость досуговой, культурно-творческой деятельности в русле профилактики девиантного поведения доказана в исследованиях ученых И. А. Герасимовой [8], Е. Б. Скачковой [9], К. О. Хвостунова [10] и др.

В процессе выступления на сцене с творческими номерами студенты могут актуализировать различные формы поведения, в том числе и те, которые они по ряду причин не реализуют в действительности. Причинами может выступать социальная нежелательность и деструктивность данного поведения, нежелание личности выходить из зоны комфорта, внутренняя уверенность индивида в негативной оценке со стороны его социального окружения, а также неуверенность личности в собственной способности аутентично выражать свое «Я». Данные факторы вызывают компенсаторную активность в сети Интернет, где есть возможность «быть незамеченным», анонимным и лишенным всех социальных индикаторов (социальные статусы, роли и др.).

Профилактика интернет-аддикции может быть реализована также в случае активной подготовки студентами-интровертами концертных номеров. Реализация пошива костюмов, создание целостных сценических образов, участие в написании сценариев и в создании музыкального сопровождения также позволит справляться интровертам с их внутренним тяготением к виртуальной жизни (и, соответственно, к другим формам девиантного поведения), поскольку эта творческая деятельность подразумевает выражение их собственного мировоззрения. При этом студенты могут сразу получить прямой отклик окружающих на результаты их творческой деятельности, в отличие от случаев косвенной и не всегда адекватной оценки этой деятельности пользователями сети Интернет. Мы не исключаем варианта позитивного внимания со стороны пользователей сети Интернет к публикуемым продуктам творчества, однако не исключаем последствий необоснованной агрессии со стороны пользователей сети Интернет, которые так же воспользовались физической непредставленностью в виртуальном взаимодействии, для индивидов с интровертированными чертами личности.

Реализация сотрудничества педагога-психолога университета, кураторов учебных групп с руководителями коллективов художественного творчества позволит выявить студентов с выраженными интровертированными чертами и создать все условия для творческой самореализации студентов. Необходимость данного сотрудничества заключается в том, что вероятность самостоятельного самопредъявления студентами с интровертированными чертами невелика.

Таким образом, студенты-интроверты, обладающие предрасположенностью к интернет-аддикции и, в целом, к другим видам отклоняющегося поведения, могут

развивать собственные способности и компенсировать нереализованные в жизни формы поведения в рамках творческой деятельности, тем самым получая условия для сохранения психологического здоровья и социального благополучия.

Список использованных источников

1. *Большот, Т. Ю.* Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика : монография / Т. Ю. Большот, Л. Н. Юрьева. — Днепропетровск : Пороги, 2006. — 196 с.
2. *Крылов, Е. Ю.* Формирование тактик целенаправленной самопрезентации у студентов в виртуальной среде : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Е. Ю. Крылов. — СПб., 2012. — 144 л.
3. *Асмолов, А. Г.* От мы-медиа к я-медиа: трансформации идентичности в виртуальном мире / А. Г. Асмолов, Г. А. Асмолов // Вестн. Моск. ун-та. — 2010. — № 1. — С. 3—21.
4. *Асмолов, А. Г.* Психологическая модель Интернет-зависимости личности / А. Г. Асмолов, А. В. Цветков, Н. А. Цветкова // Мир психологии. — 2004. — № 1. — С. 179—192.
5. Профилактика наркотизма: теория и практика / С. В. Березин [и др.]. — Самара : Самар. ун-т, 2002. — 273 с.
6. *Хромов, А. Б.* Пятифакторный опросник личности : учеб.-метод. пособие / А. Б. Хромов. — Курган : Изд-во Курган. гос. ун-та, 2000. — 23 с.
7. *Адлер, А.* Трансформация и сублимация сексуальной энергии. Психоаналитические очерки / А. Адлер. — М. : Независимая ассоциация психологов-практиков, 1996. — 240 с.
8. *Вахрамеева, О. А.* Социально-культурная деятельность интернатных учреждений как фактор профилактики девиантного поведения детей-сирот : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05 / О. А. Вахрамеева. — Челябинск, 2012. — 192 л.
9. *Скачкова, Е. Б.* Социально-культурная деятельность как фактор социально-психологической защищенности подростков «групп риска» / Е. Б. Скачкова // Образование в эпоху перемен. — 2011. — № 7. — С. 93—95.
10. *Хвостунов, К. О.* Социально-культурные условия профилактики девиантного поведения подростков в учреждениях дополнительного образования : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05 / К. О. Хвостунов. — Тамбов, 2004. — 222 л.

Материал поступил в редакцию 10.02.2017