

ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ СХИЛЬНОСТІ ДО КОМП'ЮТЕРНОЇ АДИКЦІЇ СЕРЕД ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Стаття присвячена виявленню та аналізу чинників виникнення і поширення залежності від комп'ютера серед дітей і підлітків, вивченню стану схильності до комп'ютерної адикції серед учнів різних вікових груп.

Ключові слова: чинники, комп'ютерна залежність, схильність до комп'ютерної залежності, комп'ютерні ігри, вільний час, активне дозвілля.

Постановка проблеми. Для сучасного суспільства характерний стрімкий розвиток комп'ютерних інформаційних технологій. Вони поступово увійшли у наше повсякденне життя і зайняли у ньому важливе місце. Зокрема, комп'ютер став невід'ємним інструментом нашого побуту, водночас, будучи популярним джерелом розваг. У зв'язку з цим у суспільстві поряд із тютюновою і наркотичною залежністю гостро постала проблема залежності молоді від комп'ютера – комп'ютерної адикції. Як відомо, надмірне захоплення комп'ютерними іграми, надання переваги проведенню часу у віртуальному просторі замість активного дозвілля може становити загрозу для людського організму, впливаючи як на фізіологічний, так і на психологічний стан людини. Особливо це актуально для молодого покоління, що росте і розвивається.

Окреслена проблема викликає занепокоєння серед науковців та практиків у різних країнах, що знайшло своє відображення в усвідомленні необхідності й прагненні регулювати потік медіаінформації. Зокрема, це представлено в Грюнвальдській декларації з медіаосвіти (1982 р.), резолюції ЮНЕСКО щодо розвитку критичної медіаосвіти (1989 р.), роботі та висновках Віденської конференції "Освіта для медіа та цифрового століття", Севільської конференції "Медіаосвіта молоді", Резолюції Європарламенту щодо медіаграмотності у світі цифрових технологій, Комюніке Єврокомісії "Європейський підхід до медіаграмотності у світі цифрових технологій" та інших документах, затверджених ЄС та ООН, у яких наголошується, що медіаграмотність є базовим елементом політики у сфері споживання аудіовізуальної інформації, основою обізнаності у питаннях інтелектуальних прав людини, необхідною умовою задля залучення громадян до участі у демократичному житті, дієвим фактором міжкультурного діалогу [5, с.3].

Основні засади вітчизняної політики у цій сфері відображено у законодавчій базі. Так, Конституція України (ст.34) проголошує, що "кожен має право вільно збирати, зберігати, використовувати і поширювати інформацію усно, письмово або в інший спосіб на свій вибір..." [4]. Водночас у законах України "Про охорону дитинства", "Про місцеве самоврядування в Україні", "Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю" чітко окреслено необхідність формування в особистості стандартів позитивної поведінки, здорового способу життя, створення необхідних умов для виховання дітей. З метою забезпечення реалізації прав дитини на життя, охорону здоров'я, освіти виділено необхідність контролю за дотриманням в ігрових залах, комп'ютерних клубах, відеотеках, дискотеках, інших розважальних закладах і громадських місцях правопорядку та етичних норм стосовно дітей.

Практичними реалізаторами соціальної політики у даному напрямі мають виступати сім'я та школа як провідні інституції соціалізації. Вони мають більше можливостей у регулюванні сфери позанавчальної активності дітей шляхом висування їм єдиних обґрунтованих та зрозумілих вимог. У виховній і спрямованій на збереження здоров'я роботі школи також необхідно враховувати залежність поведінки, фізичного стану учнів від впливу мас-медіа. Адже відомо, що людина, майже з перших хвилин свідомого життя опиняється в епіцентрі медіаполя. Медіа потужно і, водночас, суперечливо впливають на освіту та виховання дітей, перетворюючись на один із провідних факторів соціалізації. До того ж слід враховувати, що на взаємодію з інформаційними технологіями припадає значна кількість вільного часу молоді людини. У соціально-педагогічній діяльності необхідно враховувати зазначені аспекти, виявляти чинники, що сприяють виникненню та поширенню комп'ютерної адикції серед учнів різних вікових груп з метою запобігання розповсюдження даного типу залежності.

Аналіз останніх досліджень проблеми. Дослідження проблеми комп'ютерної залежності є предметом вивчення науковців різних галузей знань. Так, медичний аспект ігрової адикції розглянуто у працях Ю. Азурманова, Л. Панченко та ін. Прояви психологічної залежності від комп'ютера досліджені А. Белих, А. Єгоров, С. Ігумнов, Л. Лещенко, Ю. Мешек, О. Решетникова та ін. Спектр досліджень проблеми комп'ютерної адикції у науково-педагогічних розвідках досить широкий. Так, науковець Н. Сергеева обґрунтувала соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної адикції серед підлітків. Т. Веретенко та М. Снітко звернули увагу на діяльність підлітків у Інтернет-мережі і виділили причини, які спонукають їх до цього. Дослідники В. Биховець, Ю. Вінтюк, Н. Дикун, Н. Максимовська виявили причини виникнення комп'ютерної залежності у дітей і підлітків, окреслили деякі аспекти запобігання даному явищу.

Загалом проблема комп'ютерної залежності представлена значним науковим доробком як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників. Проте багато важливих аспектів даного питання, зокрема щодо виявлення схильності на ранніх стадіях, обґрунтування необхідності розробки та впровадження програм первинної і вторинної профілактики серед неповнолітніх, залишаються недостатньо з'ясованими, що спонукає до проведення подальших науково-педагогічних розвідок. Відповідно метою нашої статті є аналіз чинників виникнення й поширення залежності від комп'ютера дітей і підлітків, вивчення стану схильності до комп'ютерної адикції серед дітей різних вікових груп.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У науково-педагогічній літературі для визначення проблеми комп'ютерної залежності використовується ряд термінів, таких як: "комп'ютерна адикція", "інтернет-залежність", "узалежнення від комп'ютера", "віртуальна адикція" та ін. Широке розповсюдження даної проблеми серед підлітків звернуло на себе увагу дослідників. Так, Н.Сергеева визначила, що комп'ютерна адикція підлітка – це різновид девіації особистості, який характеризується штучною зміною психологічного стану і ціннісних пріоритетів у результаті зосередження уваги на ігровій комп'ютерній діяльності, що заміщує реальне життя або сприяє уникненню відповідальності, складних проблем, пошуку шляхів їх розв'язання, задовольняє потребу щодо вияву емоцій у змодельованих ігрових ситуаціях і компенсує дефіцит соціальних контактів, соціальних домагань та безпосереднього спілкування з однолітками і в сімейному середовищі [6, с.6].

Слід зазначити, що даний вид девіації особистості передбачає поряд із захопленням комп'ютерними іграми надмірний інтерес і потребу у спілкуванні в мережі Інтернет. До того ж така тенденція має певну динаміку: якщо на початку 80-х рр. XX ст. масового розповсюдження набули відеоігри [1, с.74], то в даний час надзвичайно широкою популярністю користуються комп'ютерні ігри, що стали, як і в цілому Інтернет, одним з елементів способу життя, перш за все, дітей та молоді. Що стосується власне ігор, то їх негативний вплив пов'язаний зі згубною дією на психіку й свідомість захопленої їх змістом молодого людини. У першу чергу це стосується ігор, мета яких полягає в постійному переслідуванні жертви, знищенні віртуальних супротивників за допомогою різноманітних засобів і методів. Надмірне віртуальне спілкування, комп'ютерні ігри, а також пошук інформації в Інтернеті провокують те, що підліток все менше часу проводить у реальній дійсності, і все більше – у віртуальній реальності.

Зауважимо, що комп'ютерна адикція формується не внаслідок тривалої роботи за комп'ютером, а лише у випадку дії при цьому низки специфічних чинників.

Дослідники В.Биховець та О.Ситенко, вивчаючи проблему комп'ютерної адикції, серед чинників, що впливають на її формування, виділяють особливості сімейного виховання, а саме: недостатня опіка, непередбачуваність сімейних взаємовідносин, надмірна вимогливість у поєднанні із жорстокістю. Велике значення має приклад батьків, знайомих, їх часті ігри в домашніх умовах у присутності дитини або підлітка. Водночас В.Биховець зазначає, що процес гри може супроводжуватися зняттям емоційної напруги, відволіканням від проблем [2, с.30; 7, с. 168].

Ю.Вінтюк розрізняє внутрішні та зовнішні чинники виникнення комп'ютерної адикції неповнолітніх [3, с.219]. Так, до зовнішніх чинників, які зумовлені наявними соціальними умовами перебування дитини, він відносить деструктивний вплив однолітків; нестачу уваги і розуміння з боку батьків та вчителів; відсутність підтримки оточуючих; відсутність позитивного прикладу тощо. Внутрішніми, що сформовані в результаті тривалої дії зовнішніх чинників, дослідник вважає почуття самотності, беззахисності, безпорадності, непотрібності; невміння розібратися у своїх переживаннях; нестача досвіду у вирішенні наявних проблем; нестача або відсутність корисних зацікавлень; несформованість позитивних установок; відсутність альтернативних інтересів; відсутність значущих мотивів та цілей діяльності, установки на досягнення успіху, перспектив, поява зневіри; нестача відповідальності та ін.

Очевидно, що при виникненні комп'ютерної адикції у дитини, одночасно діють як внутрішні, так і зонісні чинники, що в цілому складають цілий комплекс несприятливих факторів. Одночасна дія кількох окреслених чинників свідчить про наявність серйозних психологічних проблем особистості, що визначає певну схильність неповнолітнього до комп'ютерної адикції і дозволяє говорити про групу ризику щодо даної проблеми. Певним проявом схильності до комп'ютерної адикції у дітей, на нашу думку, є використання комп'ютера як основного джерела розваг та способу проведення дозвілля; надмірне перебування за комп'ютером (більше 3 годин), особливо на шкоду сну, особистій гігієні, харчуванню, активному дозвіллю; входження у реальність гри; відсутність друзів у повсякденному житті внаслідок надання переваги віртуальним контактам; залученість батьків до комп'ютерних ігор та спонукання до цього власних дітей.

Для виявлення схильності до комп'ютерної адикції неповнолітніх ми провели пілотне дослідження серед учнів шкіл м. Чернігова. Інструментарієм дослідження стала розроблена нами анкета, що містить 16 питань, за допомогою яких з'ясувалися способи організації позанавчальної зайнятості учнів, особливості використання комп'ютера, Інтернету, надання переваги певним типам віртуальних ігор. В опитуванні взяло участь 293 учні (із них 142 хлопчики та 151 дівчинка) 4, 5, 6 і 10-х класів м. Чернігів. Використання такого вікового діапазону респондентів зумовлене припущенням про те, що нині учні початкової школи активно залучені до комп'ютерних ігор та надмірного спілкування в

Інтернет-мережах, і мало на меті виявлення особливостей такого залучення дітей на різних вікових етапах.

Як показав аналіз результатів опитування, лідируючі позиції у дозвіллі підростаючого покоління посідають безцільні види діяльності, які, по суті, нічому не вчать, не розвивають. Так, серед учнів 10-х класів виявлено, що 30% опитаних усвідомлюють, що після уроків вони нічим корисним не зайняті. Переглядом телепередач і відео зайняті 82% опитаних, проведення часу з однолітками відзначили 67% учнів, у комп'ютерні ігри (як хоббі) грає 30% і читанню книжок присвячує частину вільного часу лише 21% учнів 10-х класів.

Схожими виявились результати опитування серед учнів 5-х і 6-х класів. Читанням книжок у вільний час займається лише 15% учнів 5-х та 7% учнів 7-х класів. Як варіант проведення дозвілля "нічим не зайняті після уроків" обрали 42% учнів 6-х класів і 30% – 5-х класів; "перегляд телевізора" відзначило 8% учнів 6-х класів і 21% – 5-х класів. Привертає увагу той факт, що комп'ютерними іграми зайняті 29% учнів 6-х класів і 39% учнів 5-х класів. Фактично близько половини опитаних учнів 5-х класів віддає перевагу комп'ютерним іграм як способу проведення дозвілля. Такий стан справ викликає ще більше занепокоєння, якщо порівняти результати у різних вікових групах. Виявлено, що 63% учнів 4-х класів визначають комп'ютерні ігри як найкращий спосіб проведення вільного часу. Натомість читання книжок, робота у гуртках не є такими популярними (біля 20%). 47% учнів 4-х класів вказали на те, що вони нічим не зайняті у позанавчальний час. Таким чином, за даними опитування, учні початкової школи удвічі більше зайняті комп'ютерними іграми. Це можна пояснити стрімким розвитком інформаційних технологій, у зв'язку з чим навіть діти дошкільного віку активно залучаються до опанування різного роду діяльності за комп'ютером.

Значний вплив на таку ситуацію здійснює і те, що самі батьки активно грають у комп'ютерні ігри. Так, на запитання "хто познайомив тебе з комп'ютерними іграми" серед школярів 4-х класів 40% відповіло, що "навчили батьки", 28% "познайомились самі" і 32% "дізналися від однолітків". Схожі результати простежуються серед опитаних 5 і 6-х класів. На те, що "навчили батьки" вказали 46% учнів 5-х і 21% учнів 6-х класів, "познайомились самі" 31% учнів 5-х та 29% учнів 6-х класів. Значний вплив на цей процес мали й однолітки. Так, серед учнів 6-х класів на це вказали 45%, 5-х класів – 23%. Натомість інші результати виявленні при опитуванні учнів 10-х класів. Так, 7% респондентів відзначили, що їх навчили батьки, 43% – однолітки і 50% познайомились самі. Можна припустити, що батьки старшокласників свого часу менше зазнали впливу комп'ютерних технологій через їх незначне розповсюдження, менше самі залучені до комп'ютерних ігор, тому відповідно не стимулюють зацікавленість комп'ютерними іграми у своїх дітей. Учні старших класів самі вчилися користуватися комп'ютером у більш старшому у порівнянні з наймолодшими респондентами віці, а тому зазнали меншого впливу комп'ютерних ігор.

Проте виявлений факт не означає, що вони менше схильні до комп'ютерної адикції. Аналізуючи результати відповідей щодо основної мети використання учнями Інтернету, зазначимо, що серед учнів 10-х класів 82% користуються соціальними мережами, 59% скачують музику та фільми; 25% мандрує сайтами і 20% грає в онлайн-ігри. Виявлено, що учні 6-х класів менше схильні до Інтернет-залежності: 63% з них є дописувачами соціальних мереж, 26% скачує музику та фільми, водночас 26% учнів 6-х класів грають в онлайн-ігри, чим суттєво випереджають учнів 10-х класів, і 3% мандрує сайтами у пошуках цікавого. Схожі результати спостерігаються і в учнів 5-х класів: 50% спілкується у соціальних мережах, 24% скачує музику та фільми, 24% грає в онлайн-ігри, 35% мандрує Інтернетом. Лише 3% учнів 5-х класів не мають доступу до Інтернету. Як показали результати опитування, учні 4-х класів теж знайомі з Інтернетом та соціальними мережами. Так, 35% із них задіяні у соціальних контактах, що у 2,5 рази менше порівняно із старшокласниками, 20% скачує музику та фільми, 27% грає в онлайн-ігри, 6% мандрує сайтами.

Щодо кола друзів 14% опитаних учнів 4-х класів усвідомлюють, що надають перевагу віртуальним друзям. Крім того, 10% учнів 6-х класів, 11% – 5-х і 7% учнів 10-х класів відзначають, що більше спілкуються в Інтернеті, ніж з реальними друзями. Проте, вважаємо, що окреслені результати є дещо зменшеними з огляду на чисельність задіяних дітей у соціальних мережах.

При опитуванні було звернуто увагу на кількість часу, яку витрачають діти на комп'ютерні розваги впродовж дня. З'ясувалося, що найбільше – 2 і більше годин на день – витрачають учні 10-х класів – 44%. Таку ж кількість часу витрачає дещо менше учнів 5-6-х та 4-х класів, відповідно – 30% і 20%. Це в основному весь вільний час, особливо старшокласників, який можна було б використати для саморозвитку. Окрім того, 34% учнів 10-х класів усвідомлюють це і зазначають, що не встигають виконати домашнє завдання або виспатися, що позначається як на навчанні, так і на фізичному здоров'ї дітей. Перед тією ж проблемою через надмірне захоплення комп'ютером постають учнів 5, 6-х (15% і 11%) та 4-х (12%) класів. Причиною таких відмінностей щодо даного питання у дітей різних вікових груп вважаємо те, що молодші школярі мають більше вільного від навчання часу, відповідно менша кількість з них не встигає впоратися з домашніми завданнями чи виспатися через надмірне захоплення комп'ютерними іграми чи Інтернетом.

Зазначимо, що ігри, в які грають діти, здійснюють значний вплив на їхню психіку та емоційний стан. Причому найбільш згубно діють рольові ігри, тобто ті, в яких бачення світу постає перед гравцем

очима комп'ютерного героя. Їх специфіка полягає у повному зануренні у роль. Таким іграм надають перевагу 17% учнів 10-х класів, 18% – 6-х класів, 30% – 5-х класів і 20% – 4-х класів. Ігри з баченням "свого" комп'ютерного героя збоку характеризуються меншою силою входження у роль, порівняно з попереднім типом ігор. Результати анкетування показали, що найбільше задіяні у даному типі ігор учні 10-х (25%) і 6-х (17%) класів; найменше – учні 5-х (7%) та 4-х (5%) класів, що надають перевагу іграм з повним входженням в їхню реальність. Проте переважна більшість опитаних дітей зайнята іграми керування. Це також рольові ігри, але характеризуються вони найменшою силою втягування в гру. Виявлено, що 63% учнів 5-х, 49% – 4-х, 46% – 10-х, 44% – 6-х класів надають перевагу цим іграм.

Результати дослідження засвідчили, що не грають у комп'ютерні ігри 40 учнів із опитаних, що становить 14%, із них 10 хлопчиків (7% від загальної кількості респондентів чоловічої статі) і 30 дівчаток (19,8% від загальної кількості респондентів жіночої статі), що переконує у факті більшої залученості хлопчиків до комп'ютерних ігор. Порівняння результатів у різних вікових групах показало, що найбільше учнів, які не грають у комп'ютерні ігри взагалі, є представниками наймолодших респондентів (19%). Серед опитаних учнів 5, 6 та 10-х класів виявлено незначний відсоток дітей, які не цікавляться даним видом діяльності (приблизно по 12% у кожній віковій групі).

Висновки та перспективи подальших досліджень. Як показав аналіз літератури та результати проведеного дослідження, проблема комп'ютерної залежності є досить актуальною, і схильність до неї простежується у різних вікових групах учнів. Порівняння виявлених результатів показало, що респонденти молодшого віку не поступаються старшокласникам у схильності до комп'ютерної адикції. До того ж вони схильні до надмірного захоплення грою на комп'ютері, що характеризуються повним входженням у реальність гри. Виявлені факти підтверджують наше припущення щодо надмірного проведення часу учнів початкової школи за комп'ютером і, зважаючи на негативні наслідки комп'ютерної адикції для особистості, яка формується, переконують у необхідності розробки програм первинної та вторинної профілактики у загальноосвітніх закладах. Причому головний акцент у таких програмах має бути зроблений на формуванні медіаграмотності батьків та дітей; вихованні культури потреб, бажань та захопленнь учнів, що стимулюватиме їх прагнення до активних і змістовних видів дозвілєвої діяльності; налагодженні контактів загальноосвітніх закладів з різними соціальними інституціями для організації альтернативних способів проведення вільного часу школярів. Саме у розробці таких програм просвітницького та корекційного характеру, виявленні ефективних технологій щодо запобігання та подолання комп'ютерної адикції ми вбачаємо перспективи подальших досліджень в означеному напрямі.

Використані джерела

1. Белецька І. Сучасна соціокультурна ситуація у сфері дозвілля молоді / І. Белецька // Вісник Луганського національного університету імені Т.Г.Шевченка. – Луганськ: ЛНУ, 2010. – № 9. – С. 71-76. – (Серія: педагогічні науки).
2. Биховець В. Психологічна залежність від азартних ігор як соціальна проблема / В.Биховець // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. – Чернігів: ЧДПУ, 2008. – Вип. № 50. – С.29-31 – (Серія: педагогічні науки).
3. Вінтюк Ю. Узалежнення від комп'ютера: формування і можливості протидії / Ю.Вінтюк // Вісник Львівського національного університету. – Львів: ЛНУ імені І. Франка; 2010. – Вип.13. – С.215-226. – (Серія: психологічні науки).
4. Конституція України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua>
5. Навчальна програма "Медіаосвіта (Медіаграмотність)" (для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників). – К.: СПД Цимбаленко Є.С., 2011. – 96 с.
6. Сергеева Н.В. Соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної адикції підлітків: автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.05 "Соціальна педагогіка" / Н.В. Сергеева. – К., 2010. – 19 с.
7. Ситенко О. Проблеми особистості залежного гравця / О. Ситенко // Вісник Одеського національного університету імені І.І. Мечникова. – Одеса: Астропринт, 2010. – Том 15, Вип. 4. – С. 165-170. – (Серія: психологічні науки).

Ren' L.V., Levenok M.V.

THE RESEARCH STATE OF DISPOSITION TO COMPUTER ADDICTION AMONG CHILDREN AND TEENAGERS

The article is devoted to discovering and analyses of the factors of computer addiction's appearing and expansion among children and teenagers; studying of state of disposition to computer addiction among different age gropes pupils.

Key words: *factors, computer games, computer addiction, disposition to computer addiction, spare time, active kinds of leisure-time.*

Стаття надійшла до редакції 31.10.2011 р.