

Ховрич М. О.

ORCID 0000-0002-1494-4550

Кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри технологічної освіти та інформатики
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: n.khovrich@gmail.com

Міткевич М. О.

Студентка магістратури технологічного факультету
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: mitkevichmarina92@gmail.com

КОМП'ЮТЕРНА ЗАЛЕЖНІСТЬ СЕРЕД СТАРШОКЛАСНИКІВ: АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті досліджується проблема комп'ютерної залежності учнів старшої школи. Розглянуто ознаки та причини залежності, використано діагностичну методiku для визначення рівнів залежності. Розкрито критерії оцінки ступеня прояву ознак залежності, визначено сутність загального показника залежності, проаналізовано результати експериментального дослідження.

***Мета дослідження** – визначити рівень комп'ютерної залежності учнів старшої школи, визначити основні ознаки та причини її виникнення.*

***Методологія дослідження** включає загальнотеоретичні методи: аналіз і синтез педагогічної, психологічної, соціологічної літератури з проблеми дослідження; порівняння, систематизація, узагальнення, інтерпретація наявних теоретичних підходів та емпіричних результатів; аналітична індукція як прийом для формування універсальних тверджень про суть та особливості комп'ютерної залежності.*

***Наукова новизна** полягає в реалізації діагностичної методики на визначення Інтернет-залежності та аналізі результатів експериментального дослідження.*

***Висновки.** У процесі проведеного теоретичного дослідження проблеми комп'ютерної залежності старшокласників визначено: проблема «комп'ютерна залежність» на сьогодні мало досліджена, а результати досліджень часто протилежні.*

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволив виділити основні причини виникнення інтернет-адикції у старшокласників та її ознаки. Кваліфікаційні ознаки психологічної залежності від комп'ютера можна покласти в основу діагностичної методики, якої на даний момент потребують шкільні психологи, педагоги, соціально-психологічні служби, батьки, стурбовані надмірним захопленням дітей кібернетичним простором.

За результатами проведеного експериментального дослідження з проблеми Інтернет-залежності учнів старшої школи можемо констатувати: є реальні підстави для занепокоєння зростанням серед учнів старшої школи тих, яких у першому наближенні можна віднести до групи Інтернет-залежних. Стурбованість викликає те, що ці учні психологічно звернені всередину себе, не помічають або ігнорують зовнішні події, погано адаптуються до реального життя. Поглиблення процесу комп'ютерної залежності буде сприяти відриву учня від реальності, робити його нездатним до вирішення реальних проблем, несамостійним у прийнятті рішень, відстороненим від навколишньої дійсності.

За попередньою оцінкою результатів експериментального дослідження встановлено, що учні знаходяться ще на стадії захопленості, а відтак зусилля в першу чергу батьків, педагогів, повинні бути звернені на профілактику цього явища у молодіжному середовищі.

Одним із важливих факторів виникнення комп'ютерної залежності є соціальний: недостатня увага та безпосередня участь батьків у вихованні дітей, зменшення часу безпосереднього, живого спілкування з дітьми.

Дієвим засобом запобігти комп'ютерній залежності є формування у старшокласників розуміння ролі та місця інформаційних засобів у житті, навчити їх сприймати комп'ютер як засіб для здійснення власної творчості, а не спробу втекти від

реальної дійсності у яскравий динамічний простір, де можна відпочити від негараздів життя.

Використання старшокласниками комп'ютера повинно бути дозвано в часі, сприяти формуванню інтересу переважно до інформаційних систем та розвивальних ігор.

Ключові слова: комп'ютерна адикція, Інтернет-залежність, Інтернет, старшокласники, діагностична методика, результати.

Постановка проблеми. Життя цивілізації початку XXI століття характеризується активним впровадженням нової форми соціально-інформаційної комунікації – мережі Інтернет. Відповідно, з'явилися суттєві зміни в оточуючому нас середовищі, технологіях, споживанні матеріальних та духовних благ. Комп'ютерні та телекомунікаційні технології активно працюють в освіті, науці, економіці, політиці, культурі: Інтернет стає основою функціонування різних галузей суспільства, забезпечує інформаційний сервіс спілкування, дозвілля, видів професійної діяльності особистості. Інтернет стає своєрідним засобом розвитку особистості, істотно сприяє її самореалізації і розширює соціальні можливості. Користувачі мережі не тільки споживають інформацію, але й постійно наповнюють її різними інформаційними ресурсами.

У той же час з появою персональних комп'ютерів, а особливо із впровадженням та розширенням мережі Інтернет з'явилась проблема комп'ютерної та Інтернет-залежності. Інтернет-залежність відносять до нехімічних залежностей і розглядають на рівні з трудовоголізмом, спортивною адикцією, залежністю від нетрадиційних методів відновлення здоров'я, екстремальних видів спорту, адикцією до грошових витрат, компульсивним шопінгом, фанатизмом, нав'язливою духовністю, залежністю від мобільних телефонів, телебачення, реклами, комунікацій, фітнес манії тощо.

Офіційно проблема Інтернет-залежності в Україні не визнана, проте вона приймається до уваги в багатьох країнах.

Особливо серйозно ця проблема проявляється серед дітей шкільного віку та молоді. Першими проявами можуть бути розлади поведінки, неадекватність емоційних реакцій, дратівливість, замкнутість, конфліктність, невміння висловити думку, передати чи проаналізувати зміст навчального матеріалу, змарнілість зовнішнього вигляду, припухлість повік, почервоніння очей та ін. Саме такі ознаки свідчать про надмірне захоплення комп'ютером та Інтернетом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Існує ряд цікавих досліджень означеної проблеми у зарубіжних країнах.

Різні аспекти проблеми Інтернет та комп'ютерної залежності висвітлені у роботах російських дослідників Е. Н. Белінської, А. Е. Войскунського, А. М. Жичкиної, А. М. Мартинової, Г. С. Мельник та ін. [1, 4, 5].

Слід зазначити, що в Україні фундаментальні дослідження цієї проблеми практично відсутні.

Найбільш ґрунтовно проблема Інтернет-залежності почала вивчатись в США. Одним із основних спеціалістів у цій сфері вважається професор психології Пітсбургського університету в Бретфорді (США) Кімберлі Янг. Саме вона в 1994 р. розробила та помістила на web-сайт спеціальний опитувальник, який дозволяв визначити наявність у людини Інтернет адикції (IAD).

У 1997-1999 рр. були створені дослідницькі та консультативно-психотерапевтичні WEB-служби з проблеми IAD. У 1998-1999 рр. було опубліковано перші монографії з даної проблеми авторами К. Янг, Д. Грінфілд та К. Сурратт. Слід відзначити, що приведені вище російські вчені досить серйозно у своїх роботах посилаються на дослідження даних авторів.

Актуальність досліджуваної проблеми обумовлена суперечністю між дедалі більшим поширенням інформаційно-комунікаційних технологій у освітній галузі, в тому числі, і у змісті підготовки учнів закладів середньої освіти і небезпекою формування індивідуальної Інтернет-залежності.

Комп'ютер перестав бути просто засобом для зберігання й передачі надвеликих обсягів інформації, він перетворився на сферу життя величезної кількості людей.

Мета дослідження – визначити рівень комп'ютерної залежності учнів старшої школи, визначити основні ознаки та причини її виникнення.

Методологія дослідження включає загальнотеоретичні методи: аналіз і синтез педагогічної, психологічної, соціологічної літератури з проблеми дослідження; порівняння, систематизація, узагальнення, інтерпретація наявних теоретичних підходів та емпіричних результатів; аналітична індукція як прийом для формування універсальних тверджень про суть та особливості комп'ютерної залежності.

Наукова новизна полягає в проведенні експериментального дослідження проблеми комп'ютерної та Інтернет-залежності

Результати дослідження. Перш за все необхідно розглянути поняття «комп'ютерна залежність». Слід зазначити, що у науковій літературі цей феномен одержав назву Internet Addiction Disorder (IAD) – «Інтернет-адиктивний розлад» або Інтернет-адикція.

Комп'ютерна залежність поділяється на два основні види – це залежність від комп'ютерних ігор та Інтернет-залежність.

Більш широко ми розкриємо поняття «Інтернет-залежність», визначимо ознаки та причини її виникнення.

Термін «Інтернет-залежність» вперше був запропонований американським лікарем А. Голдбергом. Під цим поняттям він розумів непереборне бажання до Інтернету, що характеризується «згубною дією на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності». За ступенем виходу з реальності Інтернет-залежність дуже нагадує потяг до наркотиків, алкоголю, азартних ігор. Згідно з дослідженнями американських учених, 6-8% користувачів Інтернету вже мають дану патологію, адже багато хто використовує його не тільки для роботи або навчання, але і ведуть листування, користуються сайтами, призначеними для розваг [3].

Термін «Інтернет-залежність» часто трактується дуже широко і означає велику кількість проблем поведінки. Основні типи поведінки, що були виділені в процесі дослідження, характерні саме в підлітковому середовищі, в інших «вікових» групах деяких може просто не існувати [2, 32-58]:

1. Кіберсексуальна залежність – нездолане бажання до відвідування порносайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах чи спеціальних телеконференціях «для дорослих».

2. Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств – надмірна кількість знайомих і друзів у мережі, великі об'єми листування, постійна участь у форумах.

3. Нав'язлива «фінансова» потреба у мережі – гра в онлайнві ігри (як азартні так і рольові), постійні покупки чи участь в інтернет-аукціонах.

4. Інформаційне перевантаження (нав'язливий web-серфінг) – нескінченні подорожі по мережі, пошук інформації по базах даних і пошукових сайтах.

Проаналізувавши різні методики визначення Інтернет-залежності, ми вирішили провести дослідження на основі тесту, що був розроблений Кімберлі Янг для визначення наявності й тяжкості залежності [6]. Цей тест виявляє неконтрольоване користування Інтернетом та оцінює симптоми залежності. Він включає 20 питань, кожне з яких оцінюється за 5-бальною шкалою Лайкерта від 1 до 5 (дуже рідко/ніколи, інколи, часто, дуже часто, завжди), максимальний бал дорівнює 100. Питання були такі:

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування Мережею?
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в Мережі?
3. Як часто ви надаєте перевагу проведенню часу в Мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями по Мережі?
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, який ви проводите в Мережі?
6. Як часто ваше навчання страждає через кількість часу, проведеного в Мережі?
7. Як часто ви перевіряє електронну пошту, перш ніж зайнятись чимось іншим?
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в Мережі над спілкуванням з оточуючими?
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в Інтернеті?
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в Інтернет всупереч їхній волі?
11. Як часто ви проводите час в своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?
12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?
13. Як часто ви огризаетесь, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в Мережі?
14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було Інтернету?
15. Як часто ви думаєте про повернення до Мережі, коли ви не знаходитесь в ній?
16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в Мережі?
17. Як часто ви надаєте перевагу знаходженню в Мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?
18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в Мережі?
19. Як часто ви, замість прогулянок з друзями надаєте перевагу проведенню часу в Мережі?
20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєте, коли знаходитесь поза мережею, а по поверненні до Мережі все це зникає?

У дослідженні брало участь 113 учнів старшої школи: 40 учнів десятого класу та 73 учні одинадцятого на початку навчального року.

Опитування проводилося анонімно.

Результати експерименту відображено в таблиці 1.

**Таблиця відповідей
учнів 10 та 11 класів**

Відповіді	10 клас		11 клас	
	Загальний показник	Відсотки %	Загальний показник	Відсотки %
Дуже рідко/Ніколи (1 бал)	343	20.7	670	23.3
Іноді (2 бали)	424	25.6	796	27.7
Часто (3 Бали)	372	22.5	684	23.8
Дуже часто (4 Бали)	208	12.6	340	11.8
Завжди (5 Балів)	310	18.6	385	13.4

Порівняння результатів свідчить, що учні 10 класу більше приділяють уваги комп'ютеру та Інтернету. Так, позитивну відповідь відносно переваги мережі Інтернету відносно інших подразників та середовища, а саме «Дуже часто» та «Завжди» дали 31,2%, що складає майже третину опитаних. У 11 класі по даних позиціях відсоток менший – 25,2%, практично кожний четвертий. Отримані результати свідчать про те, що ці учні мають досить високий рівень ризику комп'ютерної залежності.

Для більшої візуалізації результати дослідження ми представили у вигляді діаграми (рис. 1).

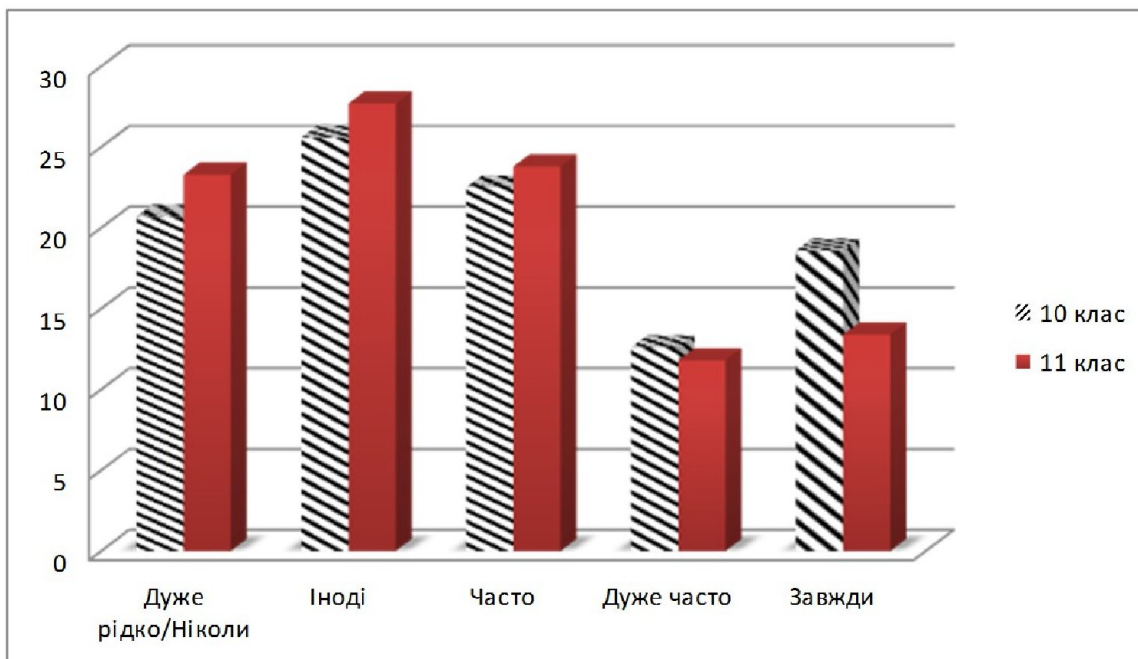


Рис. 1. Діаграма прояву Інтернет-залежності учнів 10 і 11 класів

З порівняльної діаграми (рис. 1) видно, що учні 11 класу більше відповідей дали на перші три варіанти, а саме: «Дуже рідко/ніколи», «Іноді», «Часто», що склало 74,8%. В учнів 10 класу відповіді на ці ж питання склали 68,8%, що на 6% більше, ніж в 11 класі. Це говорить про те, що учні 11 класу менш залежні від комп'ютера та Інтернету, ніж учні 10 класу. Крім того, не слід виключати розвиток подальшої, більш суттєвої залежності в учнів 10 класу до закінчення навчання у школі, а також

збільшення відсотка за рахунок учнів з тих, що на сьогодні складають 68,8%. Таке твердження ґрунтується на тому, що учні 10 класу до закінчення школи будуть знаходитись у сформованому роками статичному середовищі класу з певними стабільними товарицькими, дружніми зв'язками один з одним. Зміна соціального статусу (навчання, працевлаштування після закінчення школи) знаходиться ще в досить віддаленій перспективі, тому вільний час, відсутність певної мотивації займатись іншим видом діяльності буде сприяти саме подальшому захопленню Інтернетом.

Висновки. За результатами проведеного експериментального дослідження з проблеми Інтернет-залежності учнів старшої школи можемо констатувати:

1. Є реальні підстави для занепокоєння зростанням серед учнів старшої школи тих, яких у першому наближенні можна віднести до групи Інтернет-залежних. Стурбованість викликає те, що ці учні психологічно звернені всередину себе, не помічають або ігнорують зовнішні події, погано адаптуються до реального життя. Поглиблення процесу комп'ютерної залежності буде сприяти відриву учня від реальності, робити його нездатним до вирішення реальних проблем, несамостійним у прийнятті рішень, відстороненим від навколишньої дійсності.

За попереднього оцінкою результатів експериментального дослідження встановлено, що діти знаходяться ще на стадії захопленості, а відтак зусилля в першу чергу батьків, педагогів, повинні бути звернені на профілактику цього явища у молодіжному середовищі.

2. Одним із важливих факторів виникнення комп'ютерної залежності є соціальний: недостатня увага та безпосередня участь батьків у вихованні дітей, зменшення часу безпосереднього, живого спілкування з дітьми.

3. Дієвим засобом запобігти комп'ютерній залежності є формування у старшокласників розуміння ролі та місця інформаційних засобів у житті, навчити їх сприймати комп'ютер як засіб для здійснення власної творчості, а не спробу втекти від реальної дійсності у яскравий динамічний простір, де можна відпочити від негараздів життя.

4. Використання старшокласниками комп'ютера повинно бути дозовано в часі, сприяти формуванню інтересу переважно до інформаційних систем та розвивальних ігор.

References

1. Бабаєва Ю., Войскунський А. Є., Смилова О. В. Інтернет: вплив на особистість. Гуманітарні дослідження в Інтернеті: / за ред. А.Є. Войскунського. Москва: Терра-Можайськ, 2000. 431 с.
Babaieva, Yu., Voiskunskiy A. Ye., & Smyslova O. V. (2000). Internet: vplyv na osobystist. Humanitarni doslidzhennia v Interneti [Internet: influence on the individual. Humanities research on the Internet]: / za red. A.Ie. Voiskunskoho. Moskva, Russia : Terra-Mozhaisk
2. Балонов І. М. Комп'ютер і підліток. Москва, 2002. 120 с.
Balonov, I.M. (2002) Kompiuter i pidlitok [Computer and teenager]. Moskva, Russia.
3. Бурова (Лоскутова) В.А. Інтернет-зависимость – патология XXI века. *Вопр. ментал. медицины и экологии*. 2000. №1. С. 11-13.
Burova, (Loskutova) V. A. (2000). Internet-zavisimost – patologiya XXI veka [Internet addiction is a 21st century pathology]. *Vopr. mental. medicyny i ekologii – Questions of mental medicine and ecology*, 1, 11-13.
4. Бурова (Лоскутова) В. А. Механизмы формирования Интернет-аддикции. *13 съезд психиатров России: материалы съезда*. Москва, 2009. С. 290-291.
V.A., Burova (Loskutova) (2009). Mehanizmy formirovaniya Internet-addikcii [Mechanisms for the formation of Internet addiction]. *13 sezd psichiatrov Rossii: materialy sezda – 13th congress of psychiatrists of Russia: materials of the congress*. Moskva, Russia.
5. Войскунский А. Е. Феномен зависимости от Интернета: Гуманитарные исследования в Интернете. *Психологический журнал*. 2004. т.25. №1. С. 90-100.
Vojskunjij, A. E. (2004). Fenomen zavisimosti ot Interneta: Gumanitarnye issledovaniya v Internete [The phenomenon of Internet dependence: Humanitarian research on the Internet.]. *Psykhologicheskyy zhurnal – Psychological magazine*, Vol. 25, 1, 90-100.
6. Тест Кімберлі Янг на інтернет-залежність [Електронний ресурс]. URL: <http://psylab.info> (дата звернення 10.11.2019).
Test Kimberli Yang na internet-zalezhnist [Test Kimberli Young for Internet-staleness]. Retrieved from <http://psylab.info>.

Khovrych M.

ORCID 0000-0002-1494-4550

Candidate of pedagogical sciences, Associate Professor,
Head of Department of Technological Education and Information Technologies,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: n.khovrich@gmail.com

Mitkevych M.

Master's Degree Candidate, Faculty of Technologies,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine)E-mail: mitkevichmarina92@gmail.com

COMPUTER ADDICTION AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS: THE EXPERIMENTAL RESEARCH RESULTS ANALYSIS

The article deals with the problem of high school students' computer addiction. The addiction features and reasons are considered. The diagnostic technique for the determination of addiction level is used. The estimation criteria of the manifestation of addiction signs degrees are revealed. The essence of the general addiction index is determined. The results of the experimental study are analyzed.

The aim of the research is to determine the high school students' computer addiction level, to identify its main features and occurrence reasons.

The research methodology includes general theoretical methods: a pedagogical, psychological and sociological literature analysis and synthesis within the research issue; comparison, systematization, generalization, interpretation of existing theoretical approaches and empirical results; analytical induction as a technique for generating universal statements about the nature and features of computer addiction.

The scientific novelty is to implement a diagnostic technique for determining Internet addiction and analyzing the experimental research results.

Conclusion. During a theoretical study of the high school students' computer addiction such problems were identified:

The problem of «computer addiction» is poorly explored today and the research results are quite controversial.

The psychological and pedagogical literature analysis revealed the main causes of high school students' Internet addiction and its characteristics.

Qualifying features of psychological computer addiction can be the basis of the diagnostic technique that is currently needed for school psychologists, teachers, social and psychological services, parents who are concerned about children over-usage cyberspace.

According to the results of the experimental research on high school students' Internet addiction, we can state:

There are real reasons to be concerned about the growth among high school students of those who can be Internet-addicted in the first place. These students are psychologically turned inside, do not notice or ignore events of the outer world, and poorly adapt to real life. Deepening the process of computer addiction will help to separate the student from reality, make them incapable to solve the real problems, an independent decision-maker, removed from the surrounding reality.

According to a previous evaluation of the experimental study results, students are still on an enthusiasm stage, and therefore the efforts of parents, teachers, first and foremost, should be addressed to prevent this phenomenon among the youth.

One of the important computer addiction factors is a social factor: insufficient attention and direct involvement of parents in the upbringing of children, reducing the time of direct, lively communication with children.

An effective way to prevent computer addiction is to give high school students an understanding of the role and place of information in life, to teach them to perceive the computer as a means of their creativity, rather than an attempt to escape from reality into a vibrant dynamic space where one can have a rest from life's troubles.

The use of a computer by high school students should be dosed over time, contributing to the interest of information systems and educational games.

Keywords: computer addiction, Internet-addiction, the Internet, high school students, diagnostic technique, results.

Стаття надійшла до редакції 16.11.2019

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **О. М. Торубара**

