

**Азлецкий Егор Олегович**

МКУ МО город Краснодар «Ресурсный центр “Детство”»

Россия, г. Краснодар

[egyogurt@gmail.com](mailto:egyogurt@gmail.com)

**К ВОПРОСУ О ПРОФИЛАКТИКЕ СОЦИАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С  
КОМПЬЮТЕРНОЙ АДДИКЦИЕЙ**

Аннотация. Настоящая статья посвящена актуальной проблеме изучения социально-психологической адаптации подростков с компьютерной аддикцией, выявления основных задач профилактики дезадаптации. В статье приведен краткий обзор теоретических аспектов взаимодействия личности с компьютером в сети Интернет. Описаны результаты исследования количественных различий социально-психологической адаптации подростков с компьютерной аддикцией и без нее. На основании выявленных различий обоснованы и сформулированы задачи профилактики социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, профилактика социально-психологической дезадаптации, подросток, компьютерная аддикция.

**Egor O. AZLETSKIY**

MKU MO Krasnodar city «Resource Center “Detstvo”»

Krasnodar, Russia.

[egyogurt@gmail.com](mailto:egyogurt@gmail.com)

**TO THE QUESTION OF PREVENTION OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL  
MALADAPTATION OF ADOLESCENTS WITH COMPUTER  
ADDICTION**

Annotation. This article is devoted to the urgent problem of studying the socio-psychological adaptation of adolescents with computer addiction, identifying the main tasks of the prevention of maladaptation. The article provides a brief overview of the theoretical aspects of the interaction of a person with a computer on the Internet. The results of the study of quantitative differences in the socio-psychological adaptation of adolescents with and without computer addiction are described. Based on the differences identified, the tasks of preventing the socio-

psychological maladaptation of adolescents with computer addiction are substantiated and formulated.

Keywords: socio-psychological adaptation, prevention of socio-psychological maladaptation, adolescent, computer addiction.

В последние десятилетия компьютер и всемирная система объединённых компьютерных сетей для хранения, обработки и передачи информации (интернет) стали мощными факторами, которые сказываются на социально-психологической адаптации и развитии личности подростков в целом [1; 2 и др.].

В настоящее время существует ряд исследований, доказывающих как положительный эффект от взаимодействия с компьютером, так и отрицательный. Так, ряд исследователей показали, что компьютер помогает приобретать новые знания [3]; развивает геометрические навыки и умения, способы манипулирования объектами и символами [4]; способствует развитию креативного мышления [5]; является средством эмоциональной разрядки [6] и др. Другие исследователи пришли к выводу о том, что безмерное использование компьютера может привести к негативным результатам: ухудшение физического здоровья [7]; снижение учебной мотивации и школьной успеваемости [8]; формированию деструктивного поведения [9] и др. Поэтому психологи, педагоги и родители обеспокоены по поводу чрезмерного времяпрепровождения подростков за компьютером.

На основании изученных литературных источников можно дать определение компьютерной аддикции как состояния, при котором происходит бегство подростка от проблем реальной жизни в виртуальный мир, сопровождаемое различными нарушениями личностных характеристик.

Мы придерживаемся точки зрения А.В. Смирнова, который исходя из феноменологического анализа компонентов аддиктивного поведения, пришел к заключению о существовании некой эволюционной «аддиктивной основы», которая имеется у всех людей. Автор пишет: «...любой человек, вне зависимости от пола и возраста, несет в себе потенцию развития

аддиктивного поведения. Переход от нормы к аддикции зависит от формы проявления, количества этих компонентов, проявляющихся одновременно, их комбинации с другими компонентами индивидуальности. ... между нормой и аддикцией лежит не качественное, а количественное различие» [11, с.11].

Ряд исследователей заключают, что характерным для большого числа подростков является не достаточно высокий общий уровень психологической адаптации. Д.Н. Дубровин отмечает, что проблемы в основном связаны с социально-психологической адаптацией [10].

Не смотря на то, что проблема аддиктивного поведения подростков в целом, компьютерной в частности является объектом пристального внимания исследователей, существует противоречие между нарастающей потребностью образовательных организаций в осуществлении системной профилактики социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией и не достаточной обоснованностью задач профилактики.

Основываясь на вышесказанном нами была сформулирована цель исследования: выявить количественные различия социально-психологической адаптации подростков с компьютерной аддикцией и без нее. На основании выявленных различий сформулировать задачи профилактики социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией.

Группа испытуемых составила 76 человек в возрасте от 14 до 15 лет.

При помощи теста К. Янг адаптированного В.А. Буровой [12] был выявлен уровень компьютерной аддикции среди респондентов (см. рис. 1).



*Рисунок 1.* Распределение показателей компьютерной аддикции у подростков по уровням

*Figure 1.* Distribution of indicators of computer addiction in adolescents by levels

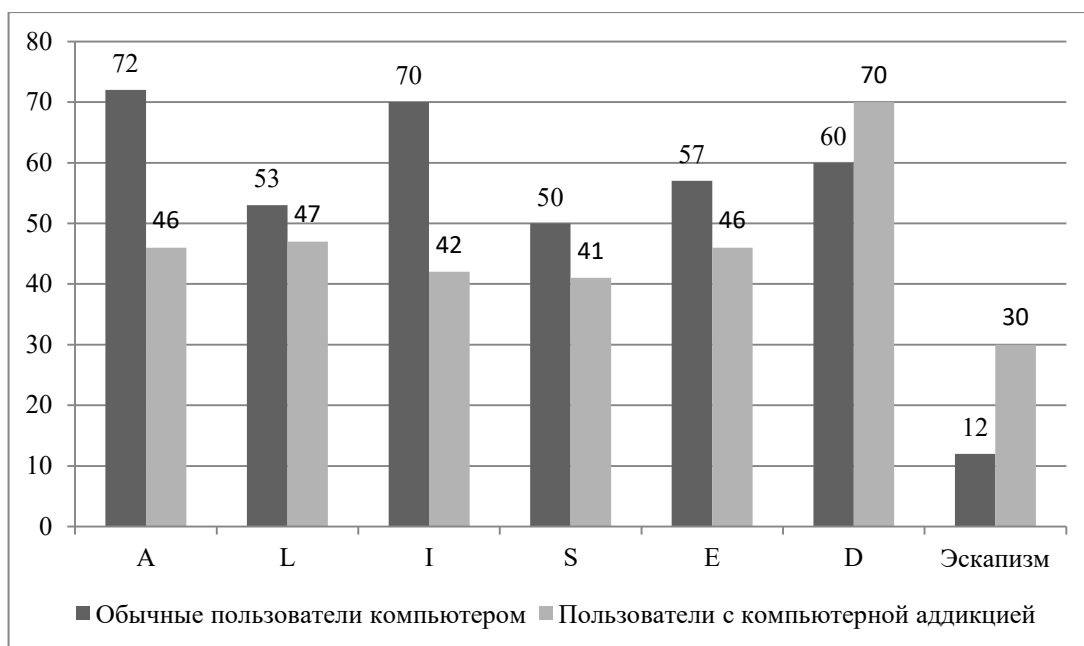
*Источник:* составлено автором научной статьи.  
*Source:* compiled by the author of the scientific article.

Как видно из рис. 1 в нашей выборке обнаружилось подростки как склонные к увлечению Интернетом (высоким и средне-высоким уровнем зависимости), так и обычные пользователи компьютера.

Исходя из полученных данных, все респонденты были разделены на две группы. В первую группу вошли пользователи, обнаружившие отклонения в сторону зависимости со средне-высоким уровнем (от 50 до 79 баллов) всего 28 подростков (38,16%) и высоким уровнем (80–100 баллов) всего 3 подростка (2,63%). Итого первая группа – компьютерных аддиктов – составила 40,79% от числа опрошенных (31 подросток). Во вторую группу попали обычные пользователи Интернета – 59,21% от числа опрошенных (45 подростков).

Результаты исследования социально-психологической адаптации подростков с помощью методики «Шкала социально-психологической

адаптированности» Р. Даймонда и К. Роджерса в адаптации А.К. Осницкого [13] по выделенным группам представлены на рис. 2.



*Рисунок 2.* Средние показатели по шкалам опросника социально-психологической адаптированности по группам обычных пользователей компьютером и пользователей с компьютерной аддикцией

*Figure 2.* Average indicators on the scales of the socio-psychological adaptation questionnaire for groups of ordinary computer users and users with computer addiction

*Примечание:* где, А – адаптивность, L – принятие других, I – интернальность, S – самопринятие, E – эмоциональный комфорт, D – стремление к доминированию.

*Note:* where, A – adaptability, L – acceptance of others, I – internality, S – self-acceptance, E – emotional comfort, D – desire for dominance

*Источник:* составлено автором научной статьи.

*Source:* compiled by the author of the scientific article.

Как видно из рис. 2 в группе пользователей с компьютерной аддикцией был выявлен высокий уровень эскапизма (30 баллов) и низкий уровень адаптивности (46 баллов) и интернальности (24 балла). Напротив, в группе

обычных пользователей, обнаружилось достаточно низкие показатели по шкале эскапизма (12 баллов) и высокие – по шкалам адаптивности (52 балла) и интернальности (70 балла).

Для расчета значимости различий интегральных показателей социально-психологической адаптированности мы применили U-критерий Манна – Уитни для несвязных выборок (см. табл.).

*Таблица.* Результаты расчета коэффициента значимости различий показателей социально-психологической адаптированности подростков старшего школьного возраста с компьютерной аддикцией и без нее

*Table.* Results of calculating the coefficient of significance of differences in indicators of socio-psychological adaptation of teenagers of senior school age with and without computer addiction

	Критерии анализа социально-психологической адаптированности						
	адаптивность	прятие других	интернальность	самопрятие	эмоциональный комфорт	стремление к доминированию	эскапизм
Z	62,50	82,00	61,50	71,00	70,00	70,00	52,00
Асимптотическая значимость (α)	0,04*	0,22	0,03*	0,09	0,09	0,09	0,01**

*Примечание:* где, знаком \* отмечена значимость различий на уровне  $p \leq 0,05$ , знаком \*\* – на уровне  $p \leq 0,01$ .

*Note:* where, the sign \* marks the significance of differences at the level  $p \leq 0.05$ , the sign \*\* – at the level  $p \leq 0.01$ .

*Источник:* составлено автором научной статьи.

*Source:* compiled by the author of the scientific article.

Анализ табл. показал следующее. Если коэффициент асимптотической значимости меньше 0,05, то можно утверждать, что различия значимы. Таким образом, значимость различий по показателям шкал «адаптивность» ( $\alpha = 0,04$ ) на уровне  $p \leq 0,05$ , «интернальность» ( $\alpha = 0,03$ ) на уровне  $p \leq 0,05$  и «эскапизм» ( $\alpha = 0,01$ ) на уровне  $p \leq 0,01$  у подростков с компьютерной аддикцией и без нее доказана.

Следовательно, анализ данных позволяет утверждать, что для подростков с компьютерной аддикцией характерно следующее. Стремление подростков уйти от общепринятых стандартов общественной жизни, желание отдать другому ответственность за принятие решений. Их поведение представляет собой обособленно-примиренческое тяготение «улизнуть» в иллюзорное пространство, спрятавшись от реальности. Возможно, это связано с неуверенностью подростков с компьютерной аддикцией в разумности общеустановленных норм, составляющих базис представлений социума либо это разновидность психологической защиты. Эскапизм – это побег от злободневных реалий, уход куда угодно, в том числе в виртуальную реальность. Кроме того, низкий уровень интернальности присущ людям, которые не принимают ответственность за то, что происходит с ними, за свои поступки. Так как интернальность отражает уровень субъективного контроля, то находится в тесной связи с развитием личностной ответственности. Следовательно, можно предположить, что уровень ответственности подростков с компьютерной аддикцией низкий. В целом, они меньше социально адаптированы, чем их сверстники без компьютерной зависимости.

На основе полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. У подростков с компьютерной аддикцией уровень эскапизма значимо выше, чем у подростков без аддикции; уровень адаптивности и интернальности значимо ниже, чем у подростков без аддикции.

2. Социально-психологический портрет компьютерных аддиктов подросткового возраста выглядит следующим образом:

- 1) подростки отличаются экстернальностью поведения;
- 2) неуверенностью в себе в социальных взаимодействиях;
- 3) избеганием ситуаций, требующих проявления ответственного поведения;

- 4) эскапизмом – склонностью уходить от решения проблем.

3. Основными задачами профилактики социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией являются:

- 1) развитие личностной рефлексии как способности дифференцировать и интегрировать представленность своих переживаний о себе самом, выяснение границ собственной представленности в мире, принятие переживаний как жить с этой представленностью [14];

- 2) формирование адекватной самооценки – соответствие реальным результатам деятельности подростка, реальным фактам его жизни, ожиданиям референтной группы людей;

- 3) способствовать формированию ответственного поведения – действия, совершенного подростком по собственному желанию во вменяемом состоянии, предполагающим активность сознания, способность моделировать будущие возможные ситуации и предполагаемые результаты деятельности [15].

Полагаем, что на основании полученных результатов исследования возможна разработка эффективных программ профилактики социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией.

## **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ**

1. Войскунский А.Е. Интернет-аддикция и трудности межличностного общения [Текст]. // Гуманитарные исследования в Интернете. – М., 2000.
2. Тукшумская А.В., Калмыкова Е.С., Наместников В.В., Сухарева Ю.С. Влияние социальных условий на становление личности подростка //



Вестник ВГТУ. 2012. №10-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialnyh-usloviy-na-stanovlenie-lichnosti-podrostka>.

3. Казарина Т.М. Использование компьютера в учебно-воспитательном процессе // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2009. №7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-kompyutera-v-uchebno-vospitatelnom-protssesse>.

4. Устатджилова Х.А. Применение компьютерных средств обучения на уроках геометрии с целью развития геометрических умений и навыков учащихся // Вест. КРАУНЦ. Физ.-мат. науки. 2013. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-kompyuternyh-sredstv-obucheniya-na-urokah-geometrii-s-tselyu-razvitiya-geometricheskih-umeniy-i-navykov-uchaschihsya>.

5. Печенежская В.Н. Развитие креативного мышления на уроках русского языка и литературы // Концепт. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-kreativnogo-myshleniya-na-urokah-russkogo-yazyka-i-literatury-1>.

6. Матвеева Л.В., Аникеева Т.Я., Мочалова Ю.В., Петракова Е.Е., Макалатия А.Г. Особенности восприятия эмоциональных состояний в информационной коммуникации // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-voSPIriatiya-emotsionalnyh-sostoyaniy-v-informatsionnoy-kommunikatsii>.

7. Павлова Е.А. О необходимости и возможностях профилактики интернет-зависимости у учащихся. – СПб, 2002. URL: <http://psynet.carfax.ru/texts/pavlova.htm>.

8. Шайдуллина А.Ф. Интернет-зависимость – новая форма адиктивного поведения у подростков // Материалы конгресса детской психиатрии. – М. 2003. – №3. – С.73–75.

9. Белинская Е.П., Жичкина А. Е. Стратегии самопрезентации в Интернет и их связь с реальной идентичностью. [Электронный ресурс]. URL: <http://flogiston.ru/projects/articles/strategy.shtml>.

10. Дубровин Д.Н. Психологическая адаптация как фактор личностного самоопределения: дис. ... канд. психол. наук. М., 2005. URL: <http://childpsy.ru/dissertations/id/18403.php>

11. Смирнов А.В. Базовые психологические компоненты аддиктивного поведения в структуре интегральной индивидуальности: дис. ... д-ра. психол. наук. Екатеринбург. 2015. URL: [http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/34174/1/urgu1460\\_d.pdf](http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/34174/1/urgu1460_d.pdf)

12. Бутова В.А. Социально-психологические аспекты интернет-зависимости. [Электронный ресурс]. URL: <http://cyberpsy.ru/articles/burova-internet-addiction/>.

13. Осницкий А.К. Определение характеристик социальной адаптации // Журнал практического психолога. 1998. – №1. – С.54–64.

14. Хаяйнен Е.В. Становление личностной рефлексии в подростковом возрасте. [Электронный ресурс]. URL: [https://superinf.ru/view\\_helpstud.php?id=2422](https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=2422)

15. Азлецкая Е.Н. Личностные и средовые детерминанты формирования субъектности личности: дис. ... канд. психол. наук. Краснодар. 2001.

## REFERENCES

1. Voyskunsky A.E. Internet addiction and difficulties of interpersonal communication [Text]. // Humanitarian research on the Internet. - M., 2000.

2. Tukshumskaya A.V., Kalmykova E.S., Namestnikov V.V., Sukhareva Yu.S. The influence of social conditions on the formation of the personality of a teenager // Bulletin of VSTU. 2012. No. 10-2. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialnyh-usloviy-na- stanovlenie-lichnosti-podrostka>.

3. Kazarina T.M. The use of a computer in the educational process // Psychology and Pedagogy: methodology and problems of practical application. 2009. No7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-kompyutera-v-uchebno-vospitatelnom-protssesse>.

4. Ustatjalilova H.A. The use of computer-based teaching aids in geometry lessons with the aim of developing geometric skills of students // West. KRAUNZ. Phys.-mat. science. 2013. No2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-kompyuternyh-sredstv-obucheniya-na-urokah-geometrii-s-tselyu-razvitiya-geometricheskih-umeniy-i-navykov-uchaschihsya>.

5. Pechenegskaya V.N. The development of creative thinking in the lessons of the Russian language and literature // Concept. 2016. No2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-kreativnogo-myshleniya-na-urokah-russkogo-yazyka-i-literatury-1>.

6. Matveeva L.V., Anikeeva T.Ya., Mochalova Yu.V., Petrakova E.E., Makalatiya A.G. Features of the perception of the emotional state in communication // Bulletin of Moscow University. Series 10. Journalism. 2016. No2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vospriyatiya-emotsionalnyh-sostoyaniy-v-informatsionnoy-kommunikatsii>.

7. Pavlova E.A. On the need and possibility of preventing Internet addiction in students. - St. Petersburg, 2002. URL: <http://psynet.carfax.ru/texts/pavlova.htm>.

8. Shaidullina A.F. Internet addiction is a new form of addictive behavior in adolescents // Materials of the Congress of Child Psychiatry. - M. 2003. - No. 3. - S.73–75.

9. Belinskaya EP, Zhichkina A. Ye. Self-presentation strategies on the Internet and their connection with real identity. [Electronic resource]. URL: <http://flogiston.ru/projects/articles/strategy.shtml>.

10. Dubrovin D.N. Psychological adaptation as a factor in personal self-determination: dis. ... cand. psychol. sciences. M., 2005. URL: <http://childpsy.ru/dissertations/id/18403.php>

11. Smirnov A.V. Basic psychological components of addictive behavior in the structure of integral personality: dis. ... dr. psychol. sciences. Ekaterinburg. 2015. URL: [http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/34174/1/urgu1460\\_d.pdf](http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/34174/1/urgu1460_d.pdf)

12. Burova V.A. Socio-psychological aspects of Internet addiction. [Electronic resource]. URL: <http://cyberpsy.ru/articles/burova-internet-addiction/>.

13. Osnitsky A.K. Determination of characteristics of social adaptation // Journal of the practical psychologist. 1998. - No. 1. - S.54–64.

14. Khayainen E.V. The formation of personality reflection in adolescence. [Electronic resource]. URL: [https://superinf.ru/view\\_helpstud.php?id=2422](https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=2422)

15. Azletskaya E.N. Personal and environmental determinants of the formation of personality subjectivity: dis. ... cand. psychol. sciences. Krasnodar. 2001.

***Информация об авторе:*** Азлецкий Егор Олегович, педагог-психолог МКУ МО город Краснодар «Ресурсный центр “Детство”», Россия, г. Краснодар. e-mail: [egyogurt@gmail.com](mailto:egyogurt@gmail.com)

***Information about the author:*** Azletsky E.O., psychologist of MKU MO Krasnodar city «Resource Center “Detstvo”», Russia, Krasnodar. e-mail: [egyogurt@gmail.com](mailto:egyogurt@gmail.com)

***Для ссылки:*** Азлецкий Е.О. К вопросу о профилактике социально-психологической дезадаптации подростков с компьютерной аддикцией // Педагогика: история, перспективы. Т. 2. № 6. С.50-58.