

## ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ

*Поленков В.Ю.*

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
vlad.polenkov@gmail.com

В настоящее время проблема Интернет-зависимости становится все более актуальной, в связи с чем изучаются и разрабатываются адекватные методы и практические формы профилактики этого вида зависимости.

Для молодых людей Интернет является не только информационным пространством, средством общения, но и зачастую средством ухода от реальности. Было выявлено, что в этой проблеме существует два аспекта. С одной стороны, Интернет-зависимость приводит к проблемам в личностном развитии: возникают трудности в общении, сужается кругозор, возникают проблемы профессионального обучения. С другой стороны, люди, склонные к Интернет-зависимости, имеют специфические особенности психического и личностного развития. Эта специфика может рассматриваться не только как результат их пристрастного отношения к сети Интернет, но и как предпосылка, приводящая к зависимости [1].

Изучением вопросов профилактики зависимого поведения занимались Т.В. Боброва, Н. Галагузова, Н.И. Дереклеева, Н.Е. Завацкая, С.А. Кулаков, И.П. Лысенко, А.Е. Личко, В.Д. Москаленко, Н.Ю. Максимова, В.А. Никитин, Э.М. Наумова, Т.Ю. Студенова.

Понятие профилактики является междисциплинарным и представлено во многих научных областях: в медицине, в психологии, в социальной педагогике, в социальной работе. Профилактика трактуется как комплекс различного рода мероприятий, направленных на предупреждение какого-либо явления или устранение факторов риска. Существует ряд исследований (И. Голдберг, Д. Грохол К. Янг, и др.), которые создают основу для разработки программ профилактической направленности Интернет-зависимости.

Социально-педагогическая профилактика – это совокупность государственных, общественных и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих различного рода социальные отклонения в поведении личности.

Основными целями социально-педагогической профилактики можно считать:

- выявление причин и условий, способствующих возникновению какой-либо проблемы или комплекса проблем;
- уменьшение вероятности или предупреждение возникновения недопустимых отклонений от системы социальных стандартов и норм в деятельности и поведении человека или группы;
- сохранение, поддержание и защита оптимального уровня и образа жизни людей; - содействие человеку или группе в достижении поставленных целей, раскрытие их внутренних потенциалов и творческих способностей.

К важным принципам социально-педагогической профилактики можно отнести следующее:

- принцип превентивности с учетом возраста, пола, индивидуальных особенностей;
- принцип полидисциплинарности в социально-педагогической деятельности; - принцип системности;
- принцип своевременности педагогического вмешательства в процесс социального развития личности школьника;
- принцип комплексности в диагностической деятельности.

М.И. Дрепа рассматривает профилактику Интернет-зависимости у студентов как комплексный процесс развития психологических характеристик личности, обеспечивающих ее устойчивость к зависимому поведению с формированием навыков здорового образа жизни для предупреждения развития и прогрессирования зависимости [2, с.96].

Систематическая работа по профилактике Интернет-зависимости направлена на формирование у студентов осознанного отношения к использованию Интернета, контролирование количества времени, проводимого ими в Сети, приобретение конструктивных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций, повышение самооценки, стрессоустойчивости.

Как утверждает Т.В. Боброва, социально-педагогическую профилактику Интернет-зависимости у студенческой молодежи необходимо понимать как субъект-субъектный процесс,

направленный на формирование теоретической и практической готовности всех субъектов процесса профилактики к развитию у личности качеств социальной компетентности [3]. Так, исследователь подчеркивает, что в качестве педагогических условий организации профилактики Интернет-зависимости следует рассматривать обстоятельства и ситуации целенаправленного взаимодействия всех субъектов процесса профилактики в подготовке молодежи к освоению социально значимых средств преодоления сложных жизненных ситуаций.

Социально-педагогическая профилактика Интернет-зависимости у студентов должна строиться на комплексном подходе:

- информационный: предоставление информации о зависимом поведении и его негативных последствиях;
- социальный: развитие устойчивости к отрицательным социальным влияниям;
- компетентностный: помощь в достижении личных целей путем обучения социальным и личностным умениям;
- лично – ориентированный: нацелен на развитие эмоциональной, коммуникативной, мотивационной сфер личности в реальной жизни;
- духовно – ориентированный: формирование и укрепление определенной нравственной системы ценностей, создание здоровой личности;
- досуговый: расширение круга альтернативной деятельности, выявление способностей, интересов.

Основные направления социально-педагогической профилактики Интернет-зависимости заключаются в информировании студентов о механизмах воздействия сети Интернет на личность, развитии устойчивости к отрицательным социальным влияниям; развитии личностных ресурсов студентов; формировании навыков достижения личностных целей.

Анализ научной литературы показывает, что профилактика Интернет-зависимости была бы более полной и эффективной, если ее проводить в трех направлениях: первичная профилактика, вторичная и третичная.

Первичная профилактика – это комплекс социальных, образовательных и психологических мероприятий, предупреждающих возникновение Интернет-зависимости. Первичная профилактика направлена на предотвращение развития Интернет-зависимости.

Вторичная профилактика представляет собой комплекс различных мероприятий (социальных, психологических, педагогических, медицинских, правовых и др.), направленных на предотвращение перехода нарушений развития в устойчивые формы и предупреждение возникновения вторичных нарушений, например социальной дезадаптации, эмоционально-поведенческих расстройств, коммуникативных нарушений, личностных деструкций, разрушения собственного «Я».

Вторичная профилактика Интернет-зависимости основана на познании личности интернет-аддиктов с учетом генеза и механизмов их поведения и направлена на предотвращение и предупреждение развития интернет-зависимости и возобновление личностного и социального статусов [4, с.18].

Применительно к теме нашего исследования вторичная профилактика Интернет-зависимости представляет собой совокупность различных мероприятий, предотвращающих развитие Интернет-зависимости и предупреждающих формирование психофизиологических нарушений и социальных девиаций посредством актуализации личностных и поведенческих копинг-стратегий (копинг-стратегии — наиболее рациональные способы решения личностью сложных жизненных задач).

Вторичная профилактика Интернет-зависимости у студентов, по мнению исследователей, может включать следующие методы и формы: систематические тренинги коммуникативной компетентности, личностного роста, тренинги-семинары профессиональной самореализации, групповые методы работы (мозговой штурм, мастер-класс, групповая дискуссия), социально-психологический тренинг, психологическое консультирование.

Третичная профилактика определяется как комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, направленных на предотвращение срывов и рецидивов зависимости. В научной литературе третичную профилактику называют реабилитацией.

Систематическая работа по профилактике Интернет-зависимости является важным условием прекращения ее прогрессирования, так как способствует формированию у студентов осознанного отношения к использованию Интернета, уменьшению количества времени, проводимого ими в сети, приобретению высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов,

эффективных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций, повышению уровня коммуникабельности, самооценки.

Таким образом, социально-педагогическая профилактика Интернет-зависимого поведения студентов подразумевает под собой научно-обоснованные и своевременно предпринимаемые действия, направленные на сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья молодых людей, содействие им в достижении целей, раскрытии внутреннего личностного потенциала.

#### Литература

1. Войскунский А. Е. Перспективы становления психологии Интернета // Психологический журнал. 2013. № 3. С. 110-118.
2. Дрепа М.И. Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов: дис... канд. псих. наук. Ставрополь, 2009.
3. Боброва Т.В. Педагогические условия организации профилактики аддиктивного поведения в молодежной среде: автореф. дис... канд. пед. науки. М, 2004.
4. Ларионова С.О., Дегтерев А.С. Интернет-зависимость у студентов: вопросы профилактики. Екатеринбург, 2013.