

Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Факультет спеціальної освіти та соціально-гуманітарних наук
Кафедра психології та соціальної роботи

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

Соціально-педагогічна профілактика комп'ютерної залежності учнів старшої
школи

Виконала студентка групи СРм-2
спеціальності 231 Соціальна робота
Радзієвська Любов Юріївна
Керівник: Мосаєв Ю. В.
Рецензент: Коваль В. О.
Нормоконтроль _____ Анастасія ШТЕПЕНКО

Запоріжжя

2024 р.

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 113 с., 4 рис., 5 табл., 72 джерела, 3 додатки.

Об'єкт дослідження – комп'ютерна залежність учнів старшої школи.

Предмет дослідження – процес соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи.

Мета дослідження: теоретико-емпіричне дослідження процесу соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи.

Методи дослідження: теоретичні (вивчення й аналіз літературних джерел, узагальнення та систематизація, порівняння); емпіричні (формувальний та констатувальний експерименти); кількісний та якісний аналіз результатів дослідження.

Наукова новизна дослідження полягає в науковому осмисленні та обґрунтуванні особливостей профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи в діяльності соціального педагога.

Практична значущість дослідження полягає у розробці циклу занять з профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи та підкріплення його оригінальними методичними напрацюваннями. Розроблений цикл занять є важливим для соціальних педагогів, що на практиці реалізують профілактичні технології в роботі з учнями старшої школи.

Результати дослідження висвітлено у 2 друкованих працях та дістали апробацію на 2 науково-практичних конференціях.

**КОМП'ЮТЕРНА ЗАЛЕЖНІСТЬ, АДИКТИВНА ПОВЕДІНКА, УЧНІ
СТАРШОЇ ШКОЛИ, СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА.**

ВСТУП

Актуальність теми дослідження зумовлена стрімким зростанням обсягів процесу комп'ютеризації у сучасному суспільстві. Високий рівень цифровізації та віртуалізації соціальних процесів є основними характеристиками цифрової епохи, в межах якої діють соціальні інститути сучасного українського суспільства. Діджиталізація соціальних процесів стала необхідністю в наш час. Смартфони, ноутбуки та швидкісний інтернет стали необхідними засобами для навчання на всіх рівнях освіти. Умови російсько-української війни призвели до того, що українські студенти, школярі та навіть дошкільнята протягом двох років навчаються у форматі онлайн. Використання комп'ютерів та інших електронних пристроїв стало необхідною умовою для отримання якісної освіти та повноцінного спілкування з однолітками. У зв'язку з цим, сучасні старшокласники мають високі компетентності у сфері цифрової грамотності. Багато українських старшокласників володіють професійними навичками в сфері використання комп'ютерних технологій, що призводить до збільшення часу, яке вони витрачають на гаджети. Ці фактори свідчать про нахил підлітків до комп'ютерної залежності. Зростає кількість старшокласників, які впевнено користуються комп'ютерами, віртуальними сервісами та різноманітними програмами. Проте разом із позитивними сторонами діджиталізації, яка оптимізує багато сфер життя, важливо враховувати її негативні наслідки, що мають шкідливий вплив на соціально-психологічне здоров'я дітей і підлітків. Зокрема, зловживання комп'ютером може вести до розвитку комп'ютерної залежності. При цьому особливо вразливою групою щодо її виникнення є підлітки, які ще не мають достатніх психофізіологічних можливостей для протистояння віртуальному світу.

Різні аспекти проблеми комп'ютерної залежності вивчали: О. Арестова, Н. Андріанова, Т. Больбот, А. Войскунський, А. Жичкіна, Є. Кириченко, Н. Коритнікова, Г. Почепцов, Н. Сергєєва, О. Смилова, В. Нестєров, Л. Юрьєва, К. Янг та інші.

Дослідженню проблем залежної поведінки у контексті соціалізації та присвячені роботи М. Вебера, Дж. Г. Міда, Р. Мертон, Я. Морено, Т. Парсонса, Г. Спенсера, Т. Шибутані тощо.

Разом з цим, відчутним є дефіцит робіт, спрямованих на розробку методів і засобів профілактики комп'ютерної залежності підлітків в контексті соціальної роботи й соціальної педагогіки.

Виходячи з усього вищесказаного, вважаємо актуальним і доцільним здійснення наукового дослідження на тему: «Соціально-педагогічна профілактика комп'ютерної залежності учнів старшої школи».

Об'єкт дослідження – комп'ютерна залежність підлітків.

Предмет: процес соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності підлітків.

Мета: теоретико-емпіричне дослідження процесу соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи.

Завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз сутності та змісту поняття «комп'ютерна залежність».
2. Проаналізувати форми і методи профілактики комп'ютерної залежності у учнів старших класів.
3. Виявити рівень схильності учнів старших до комп'ютерної залежності.
4. Розробити цикл занять, спрямований на профілактику комп'ютерної залежності підлітків у процесі соціально-педагогічної діяльності.
5. Провести апробацію розробленого циклу занять.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація), емпіричні (опитування, кількісно-якісний аналіз

результатів). Також використано: «Методику скринінгової діагностики» Л. Юрьєвої та Т. Больбот та «Методику діагностики Інтернет-адикції» К. Янг.

Наукова новизна дослідження полягає в науковому осмисленні та обґрунтуванні особливостей профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи в діяльності соціального педагога.

Практична значущість дослідження полягає у розробці циклу занять з профілактики комп'ютерної залежності учнів старшої школи та підкріплення його оригінальними методичними напрацюваннями. Розроблений цикл занять є важливим для соціальних педагогів, що на практиці реалізують профілактичні технології в роботі з учнями старшої школи.

Експериментальна база: Запорізька загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 92 Запорізької міської ради Запорізької області. Вибірка складалася з 26 учнів 10 класу.

Апробація результатів дослідження здійснювалася в рамках IV Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених «Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу» (м. Запоріжжя, 13-14 квітня 2023 р.). та в рамках Міжнародної науково-практичної конференції «Стратегічні орієнтири освіти та реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного часу» проблеми, рішення, перспективи конференції (м. Запоріжжя, 26-27 жовтня 2023 р.)

Зміст і результати дослідження висвітлено у публікаціях:

1. Радзієвська Л. Соціально-педагогічна профілактика ігрової залежності підлітків у контексті воєнного часу. *Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу : збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених (м. Запоріжжя, 13-14*

квітня 2023 р.) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2023. С.571-572.

2. Радзівська Л. Комп'ютерна залежність старшокласників як соціально-педагогічна проблем. Стратегічні орієнтири освіти та реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного часу: проблеми, рішення, перспективи : збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 26-27 жовтня 2023 р.) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. – Запоріжжя : Видво Хортицької національної академії, 2023. С.531-532.

Структура. Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел (72 позиції), 3 додатків, 5 таблиць, 4 рисунка. Загальний обсяг роботи становить 113 сторінок.

ВИСНОВКИ

Тема комп'ютерної залежності є актуальною проблемою сучасного суспільного та освітнього простору. Все більше українських старшокласників мають комп'ютерну залежність і тому соціальним педагогам та психологам приходится досліджувати рівень комп'ютерної залежності у учнів старшої школи та застосовувати на практиці профілактичні соціально-педагогічні технології. Задля вдосконалення зазначеного процесу ми провели наше кваліфікаційне дослідження магістра.

Результати проведеного нами дослідження забезпечили позитивне вирішення поставлених завдань, а також дозволили сформулювати такі висновки.

Під час виконання першого завдання, на підставі теоретичного аналізу наукової літератури було встановлено, що термін "комп'ютерна залежність" можна розглядати як один з варіантів відхилення особистості, конкретно, як форму технологічної адикції. Цей стан характеризується штучною зміною психологічного стану та зміною ціннісних пріоритетів, що виникає внаслідок акцентуації уваги на комп'ютерній діяльності. Це призводить до заміщення реального життя, сприяє ухиленню від відповідальності за пошук рішень у реальних проблемах, задовольняє потребу в емоційному вираженні у віртуальних ігрових сценаріях і компенсує відсутність соціальних контактів та безпосереднього спілкування.

Виділено 2 групи симптомів комп'ютерної залежності.

Соціально-психологічні симптоми. Обмеженість способів проведення вільного часу. Особи, залежні від комп'ютера, обмежують різноманітність своїх розваг та дозвілля, замінюючи їх виключно комп'ютерною діяльністю.

Непереборне бажання користуватися комп'ютером: Інтенсивне бажання використовувати комп'ютер може вказувати на проблему комп'ютерної залежності, коли це стає пріоритетом навіть перед іншими

важливими аспектами життя.

Агресивність, дратівливість при неможливості скористатися комп'ютером: Отримання доступу до комп'ютера може стати причиною негативних емоцій та реакцій у випадку обмеження або заборони.

Труднощі у спілкуванні з людьми в реальному житті: Комунікаційні труднощі в реальному житті можуть виникнути через підвищений фокус на віртуальному світі, що впливає на соціальні навички.

Фізичні симптоми:

Сухість та різи в очах. Довгий період часу, проведений перед екраном, може спричиняти негативний вплив на зіниці та обсяг зору.

Головні болі та болі в спині: Сидячий спосіб життя, характерний для користувачів комп'ютера, може викликати фізичні проблеми, такі як болі в голові та спині.

Порушення травлення через нерегулярне харчування: Комп'ютерна залежність може впливати на режим харчування, що призводить до нерегулярного та несистематичного харчування.

Нехтування особистою гігієною: Фокус на комп'ютері може призвести до знехтування особистою гігієною та здоров'ям.

Порушення кількості та якості сну: Занадто тривале використання комп'ютера може призводити до розумового та фізичного виснаження, що впливає на якість і тривалість сну.

Також були виявлені причини виникнення комп'ютерної залежності серед підлітків, такі як відсутність теплих емоційних стосунків у сім'ї, відсутність різноманітних інтересів і хобі, труднощі у встановленні контактів та відсутність підтримки від оточуючих. Такі фактори, спільно з компенсацією через віртуальний світ, можуть сприяти розвитку комп'ютерної залежності серед підлітків.

У ході дослідження були розглянуті провідні наукові тенденції, що стосуються організації соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності. З'ясовано, що ефективна система соціально-профілактичних

заходів повинна спрямовуватися на створення у підлітків альтернативної мотивації, яка дозволить їм обдуманно вибирати інші, позитивні шляхи задоволення своїх потреб. Збереження особистісних рис і елементів позитивної мотивації є ключовою основою, на якій може будуватися програма підтримки підлітків із комп'ютерною залежністю.

У дослідженні були визначені найбільш ефективні методи соціально-педагогічної профілактики комп'ютерної залежності серед підлітків. Серед них варто відзначити консультативні бесіди, диспути, усні журнали, профілактичні тренінги, методи нейтралізації конфліктів, а також наявність телефону довіри та інші практичні інструменти.

Профілактична соціально-виховна робота повинна бути орієнтована на розвиток активності і самостійності підлітків, а також їхню здатність до самостійного й критичного мислення. Важливо, щоб підлітки розуміли свідоме використання комп'ютера, тривалість його використання, а також були залучені до соціально-значущої діяльності. Одночасно, необхідно проводити просвітницьку роботу серед батьків, щоб пояснити причини та наслідки комп'ютерної залежності підлітків і вказати на необхідність розностороннього та змістовного використання часу для власного розвитку.

Дослідження підтверджує, що соціально-педагогічні заходи з попередження наслідків надмірного захоплення комп'ютером серед підлітків мають бути систематичними та цілеспрямованими. Ця діяльність повинна бути регулярною, а також передбачати спільні зусилля школи, батьків та громади в цілому.

Основні висновки дослідження підкреслюють необхідність організації систематичних та цілеспрямованих заходів у шкільному середовищі, спрямованих на попередження негативних наслідків комп'ютерної залежності серед підлітків. Важливо, щоб ці заходи охоплювали не лише навчальний процес, але й включали участь батьків та широкого соціального оточення.

Системний підхід до розв'язання проблеми включає узгоджені зусилля різних сторін - шкільної спільноти, батьків та громади в цілому. Це може

включати в себе впровадження освітніх програм, організацію тренінгів для батьків, а також створення спеціальних заходів для підлітків, спрямованих на розвиток альтернативних інтересів та позитивних звичок.

3. Реалізація третього завдання передбачала виявлення рівня схильності підлітків до комп'ютерної залежності.

У якості діагностичного інструментарію, в контексті нашого дослідження було використано: «Методику скринінгової діагностики» Л. Юрьєвої та Т. Больбот.

У даному дослідженні взяли участь 26 учнів 10 класу з числа учнів Запорізької загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 92 Запорізької міської ради Запорізької області.

На підставі кількісно-якісного аналізу отриманих результатів можна зробити висновок, що проблема комп'ютерної залежності серед підлітків є актуальною. Згідно з результатами, 23,07 % підлітків виявлено з ознаками комп'ютерної залежності, 38,46 % опитаних віднесено до групи ризику розвитку цієї залежності, і 26,92 % підлітків є об'єктом уваги, оскільки перебувають на стадії захоплення комп'ютерними іграми та Інтернет-мережею, що може призвести до подальшого розвитку комп'ютерної залежності. Лише у 11,54 % опитаних виявлено відсутність ризику розвитку комп'ютерної залежності.

На основі цих результатів було розроблено цикл занять "Вільний від комп'ютерної залежності" з метою попередження та поглиблення комп'ютерної залежності серед підлітків. Задачі цього циклу занять включають залучення підлітків до участі в профілактичних заняттях, створення умов для розвитку самопізнання та саморозвитку, свідомого ставлення до впливу комп'ютерної залежності на особистість, а також розвиток інформаційної та комунікаційної культури.

Узагальнення та систематизація отриманих знань та навичок повинні сприяти формуванню безпечного та обізнаного користування комп'ютером серед підлітків.

Процес упровадження цього циклу занять передбачає три етапи: організаційно-мотиваційний, профілактично-просвітницький та підсумково-узагальнювальний. Зазначені кроки спрямовані на покращення рівня обізнаності та попередження розвитку комп'ютерної залежності серед підлітків.

Узагальнені результати дослідження підтверджують актуальність розробки та впровадження соціально-педагогічних заходів для профілактики комп'ютерної залежності серед учнів старших класів та їх використання в рамках роботи соціальних педагогів, педагогів та психологів у гімназіях та ліцеях.