

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Навчально-науковий інститут педагогіки і психології
Кафедра соціальної роботи і менеджменту соціокультурної діяльності

Заїка Ірина Миколаївна

**ТЕХНОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ІГРОВОЇ
ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

Спеціальність: 231 Соціальна робота

Галузь знань: 23 Соціальна робота

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник

_____ Г. В. Кирилюк,
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри соціальної
роботи і менеджменту
соціокультурної діяльності
« ____ » _____ 2020 року
Виконавець

_____ І. М. Заїка
« ____ » _____ 2020 року

Суми 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ЯК ФОРМИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ	6
1.1. Методологічні підходи до дослідження залежної поведінки як форми девіації	6
1.2. Ігрова залежність як соціокультурне явище у сучасному суспільстві: сутність, причини та етапи виникнення	13
1.3. Соціальні та психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку	21
<i>Висновок до розділу 1</i>	28
РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНА ПРОФІЛАКТИКА ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ЯК ФАКТОР ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ СУСПІЛЬНОЇ ДЕВІАЦІЇ	30
2.1. Діагностика факторів ризику формування ігрової залежності серед учнів підліткового віку	30
2.2. Обґрунтування наслідків ігрової залежності учнів підліткового віку	37
2.3. Соціально-педагогічний тренінг як засіб соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку	45
<i>Висновок до розділу 2</i>	57
ВИСНОВКИ	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	62
ДОДАТКИ	69

ВСТУП

Актуальність теми. З розширенням глобалізаційних процесів у світі, у суспільстві відбувається ослаблення традиційних соціальних зв'язків, і як результат активно формується суспільство тотального споживання. Зокрема, така тенденція відбивається у надзвичайному зростанні індустрії дозвілля, а азартні ігри різної конфігурації стали окремою соціальною і культурною сферою – системно організованою сферою дозвілля. У результаті активного залучення в азартно-ігрову сферу людей різного віку, статі й соціального стану сформувався новий вид залежної поведінки – «ігроманія», що характеризується соціокультурними девіаціями і визнаний фахівцями ВООЗ такою ж проблемою, як наркоманія [7].

Особливої гостроти набуває проблема легалізації і практично безконтрольного доступу до комп'ютерних ігор дітей, підлітків і молоді, що, у свою чергу, корелює з формуванням психологічної залежності від такого роду розваг, погіршенням фізичного і психічного здоров'я, втратою соціальних контактів, деградацією особистості загалом. Так, згідно із даними соціологічного дослідження Українського бюро консалтингу та логістики станом на початок 2020 р. залежними від ігрової діяльності визнано 2 млн. учнів підліткового віку [51], що, безумовно, викликає особливе занепокоєння фахівців різних галузей наук, зокрема теоретиків і практиків соціальної роботи.

У зв'язку з цим, проблема формування комп'ютерної ігрової залежності серед учнів саме підліткового віку та обґрунтування технологічних засад її профілактики у реаліях сьогодення видається досить актуальною і нагальною.

Аналіз актуальних досліджень. Висхідним методологічним підґрунтям для дослідження ігрозалежної поведінки як форми девіації стали роботи Е. Дюркгейма [14], Р. Квінні [22], Т. Парсонса [41]. Теоретичним підґрунтям для вивчення проблеми ігрової залежності послуговували роботи філософського, соціологічного та культурологічного спрямування Ю. Зубок [18], Ф. Кадар [21], С. Кравченка [26], С. Красикова [28], В. Чупрова [57], О. Яницького [65] та ін.

Власне, практичну цінність для дослідження технологічних аспектів соціальної профілактики ігрової залежності підлітків становлять роботи А. Гришиної [11], О. Литвиненко [30], М. Шаталіна [60] та ін., у яких розробленими є основні детермінанти виникнення комп'ютерної ігрової залежності; напрацювання Ю. Серебренникова [47], Л. Шакірова [59], які розкривають проблему впливу комп'ютерних ігор на агресивність у підлітків; дослідження Т. Бальбот [5], В. Друзіна [13], С. Риженко [46], Л. Юр'єва [64] та ін., котрі присвячено питанням профілактики комп'ютерної ігрової адикції.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволяє констатувати про те, що попри її активне розроблення актуальною залишається потреба узагальнення й систематизації теоретичного матеріалу і практичного доробку щодо технологічних засад соціальної профілактики ігрової залежності саме учнів підліткового віку.

Актуальність проблеми, її практична значущість та існуюча доцільність подальшого теоретичного розроблення в теорії та практиці соціальної роботи зумовили вибір теми дослідження – *«Технологія соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку»*.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати, розробити та апробувати технологію соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку як фактору зниження рівня суспільної девіації.

Відповідно до мети було визначено такі **завдання дослідження**:

1. Охарактеризувати методологічні підходи до дослідження залежної поведінки, зокрема сутності, причин та етапів виникнення ігроманії як форми суспільної девіації.

2. Визначити соціально-психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку.

3. Обґрунтувати наслідки ігрової залежності учнів підліткового віку.

4. Розкрити технологічний потенціал соціально-педагогічного тренінгу як засобу соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку.

Об'єкт дослідження – ігрозалежні учні підліткового віку.

Предмет дослідження – технологічне забезпечення соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку.

Елементи наукової новизни дослідження полягають у тому, що *вперше* узагальнено і систематизовано передовий вітчизняний практичний досвід щодо технологічного забезпечення соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку, який подано іманентно в сучасному науковому дискурсі; *визначено* соціальні та психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку; *обґрунтовано* наслідки ігрової залежності учнів підліткового віку; *розкрито та апробовано* технологічний потенціал соціально-педагогічного тренінгу як засобу соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку.

Практичне значення отриманих результатів дослідження, які стосуються технологічного забезпечення соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку, знайшло відображення у розробці та впровадженні у практичну діяльність освітніх закладів соціально-педагогічного тренінгу як засобу соціально профілактичної роботи з наявними і потенційними ігрозалежними підлітками.

Апробація результатів і публікації. Результати дослідження висвітлено у збірниках: Студентські соціально-педагогічні та культурологічні читання: збірник наукових праць студентів і магістрантів / за заг. ред. А. О. Полянничко, А. В. Кирилюк. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2020 [16]; матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції «Особистість підлітка в нових соціокультурних реаліях» (22-23 березня 2020 р.) [17]. За результатами наукового дослідження опубліковано 2 наукові статті.

Структура й обсяг роботи. Дослідження складається із вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків списку використаних джерел (68 найменувань), додатків. Загальна кількість сторінок становить 75, основний зміст дослідження викладено на 61 сторінці.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ЯК ФОРМИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

1.1. Методологічні підходи до дослідження залежної поведінки як форми девіації

Останнім часом у реаліях повсякденного життя доволі часто нам доводиться стикатися з таким поняттям, як залежність. Згідно із статистичними даними [51] практично кожна людина стикається з цією проблемою, тому можна нескінченно довго перераховувати її форми. Виходячи з цього, фахівці різних галузей науки протягом тривалого часу задаються питанням: чому люди так сильно схильні до залежності? Зокрема, психологи (Р. Грінсон [10], А. Котляров [23], В. Менделевич [34] та ін.) дають таку універсальну відповідь: у повсякденному житті людство часто незадоволене реальністю, яка його оточує, і постійно намагається відійти від неї у різний спосіб. Подібне бажання формує патологічні, згубні для самої людини звички, які полягають у постійному прагненні підмінити свою реальність за допомогою впливу на свій психічний стан.

Соціологи (Е. Дюркгейм [14], С. Кравченко [26], Т. Парсонс [41] та ін.), у свою чергу, наголошують на тому, що деструктивні соціальні процеси в сучасному суспільстві супроводжуються кризою традиційних цінностей і підвалин суспільства, світоглядними, духовними, психологічними деформаціями особистості. Активно формується новий тип людини – людини ігрозалежної. Відтак, маємо підстави стверджувати, проблема дослідження ігрової залежності складна і вимагає багаторівневого аналізу. У зв'язку з цим у роботі розглядалося кілька методологічних підходів до дослідження залежної поведінки як форми девіації.

Так, висхідним методологічним підґрунтям для дослідження ігрозалежної поведінки як форми девіації стали роботи Е. Дюркгейма [14],

Р. Квінні [2], Т. Парсонса [41], так як дослідження механізмів формування залежності традиційно розроблялося в рамках девіантологічного підходу.

Важливе значення для дослідження девіацій в сучасному суспільстві і формування такого наукового напрямку як соціології девіацій мають роботи М. Кабакової [20], Ф. Кадар [21], Ц. Короленка [24], С. Кравченка [26], С. Красікова [28], В. Менделевича [34], Е. Муньягисеньї [37], В. Плешакова [43], Ш. Ференці [52], О. Чикової [56] та ін.

Особливе значення для розуміння формування різного роду залежностей мають роботи в області ризикології, які вивчають ризикові аспекти як супроводжуючий фактор соціальних відхилень і трансформацій. Зокрема, роботи Ю. Зубок [18], С. Кравченка [26] і С. Красікова [28], Ф. Кадар [21], В. Чупрова [57], О. Яницького [65] та ін. послуговували теоретичним підґрунтям для вивчення проблеми ігрової залежності.

Огляд наукової літератури дозволяє констатувати широке поле дослідницьких інтересів і позицій. У цьому зв'язку методологічну основу пропонованої роботи склали загальнонаукові методи аналізу і синтезу, порівняння, узагальнення та інтерпретації даних, системний, порівняльно-історичний, культурологічний підходи, а також методи соціологічного дослідження, в тому числі спостереження, анкетування, експертне опитування, тестування, методи математично-статистичної обробки даних .

Зауважимо, робота ґрунтується на міждисциплінарному підході, що дозволяє використовувати методи психологічних, історичних та інших наук у процесі дослідження ігрової залежності учнів підліткового віку, а також для визначення можливостей профілактики цієї залежності, моделюванні технології соціальної реабілітації та ресоціалізації ігрозалежних підлітків.

Системний підхід дозволив розкрити цілісність феномена гри, виявити взаємозв'язки між її структурними елементами, розглянути азартну гру як соціокультурне явище сучасного суспільства. За допомогою порівняльно-історичного підходу виявлено окремі особливості ігрової субкультури в сучасному соціумі, визначено тенденції її розвитку і негативний вплив на

соціальних акторів. Методологічні принципи культурологічного підходу дозволили виявити механізми трансформації класичної ігрової культури в тотальну «ігроманію».

Отже, прикладаючи окреслені методологічні прийоми до дослідження залежної поведінки як форми девіації, зауважимо на тому, що поняття «залежність», «девіація» досить тісно корелюють із таким явищем, як «адикція». Зупинимось більш докладно на окресленому аспекті. Так, загальноприйнятою є позиція дослідників (Т. Безенко [3], А. Горбачова [9], Ц. Короленко [24] та ін.) щодо розгляду адикції в двох формах: хімічній і нехімічній. Хімічні адикції характеризуються системним споживанням психоактивних речовин, відчуттям непереборного потягу до постійного вживання обраної речовини, відчуваючи при цьому значні труднощі в добровільному припинення її вживання.

Натомість, об'єктом залежності при нехімічних адикціях, зауважує С. Красиков [28, с. 82], стає поведінковий патерн. При цьому дослідники виділяють наступні форми нехімічних залежностей:

- трихотиломанія (схильність до виривання волосся на голові та інших частинах тіла);
- піроманія (імпульсивна схильність до підпалів);
- клептоманія (імпульсивна схильність до крадіжок);
- ігроманія (залежність від ігор);
- адикція стосунків (сексуальна, любовна адикція);
- трудоголізм;
- адикція до витрачання грошей;
- залежність від фізичних вправ;
- залежність від ризикованого водіння автомобілем (синдром Тоада)
- жага до духовного пошуку та ін.

Звертаючись до предмету нашого дослідження, зауважимо, думки вчених при розгляді комп'ютерної ігроманії як адикції у цілому збігаються,

але виникають деякі розбіжності при більш детальному вивченні даного феномену. Розглянемо погляди провідних дослідників з декількох позицій.

По-перше, надмірне захоплення комп'ютерними іграми різні вчені називають по-різному: ігрова комп'ютерна залежність або комп'ютерна ігрова залежність (Т. Бальбот [5], О. Гришина [11], О. Литвиненко [30], С. Риженко [46], Л. Юр'єв [64] та ін.), киберадикція (М. Кошенова [25], Є. Осипов [40]), гейм-адикція (А. Котляров [23], В. Плешаков [43], О. Чикова [56] та ін.), комп'ютерна залежність (А. Акопов [1], М. Кабакова [20], Ф. Щеглов [63]), ігрова адикція (І. Іванов [19], П. Мунтян [36]).

По-друге, на сьогоднішній день місце комп'ютерної ігрової залежності в структурі адиктивної поведінки чітко не визначено. Уважаємо, це пов'язано зі стрімким прогресом у сфері комп'ютерних технологій, який не дозволяє вченим такими ж швидкими темпами вивчати даний феномен. Буквально щороку підвищуються якісний і кількісний показник у виробництві комп'ютерних ігор. При цьому тимчасові рамки вивчення особливостей комп'ютерної ігрової залежності за допомогою різних методів соціальної роботи є набагато ширшим.

Так, для позначення нових форм поведінкових адикцій, пов'язаних із високими технологіями, В. Друзін пропонує термін «технологічні залежності», які автор поділяє на пасивні і активні [13, с. 16]. Пасивні технологічні залежності припускають бездіяльність людини, наприклад, постійне переглядання певних телевізійних програм. У разі активних технологічних залежностей адикт вживає спеціальні дії, як, наприклад, при комп'ютерній ігроманії – пошук комп'ютерних ігор, спілкування в чатах з такими ж ігроманами, постійні маніпуляції з мишкою і клавіатурою тощо.

У свою чергу, А. Котляров [23, с. 45] виділяє п'ять основних типів інтернет-залежності: комп'ютерна залежність, компульсивна навігація в Мережі, перезавантаженість інформацією, кіберкомунікативна залежність, кіберсексуальна залежність. Комп'ютерну ігрову залежність автор відносить

до комп'ютерних залежностей, розуміючи під нею обсесивну (від «одержимість») пристрасть до роботи з комп'ютером.

А. Акопов комп'ютерну ігроманію відносить до розряду технологічних аддикцій. При цьому автор підкреслює спірність питання винесення технологічних адикцій в окрему групу у зв'язку з її невизначеною феноменологічної самостійністю. На думку О. Єгорова, це пов'язано з тим, що об'єкт залежності є предметом залежності, засобом реалізації поведінкових форм адиктивної поведінки [1, с. 23].

Відомий вітчизняний дослідник В. Менделевич однією з найбільш поширених форм поведінки, що відхиляється поза психопатологічних рамок вважає надцінні психологічні захоплення, під якими розуміє підвищений інтерес до чого-небудь з формуванням упередженого емоційного ставлення. У цю групу нехімічних залежностей автор на ряду з гемблінгом, трудоголізмом, фанатизмом відносить і психологічну залежність від комп'ютерних ігор [34, с. 117-126].

Т. Бальбот виділяє позитивні, змішані і негативні соціально-психологічні залежності. Залежність від комп'ютерних ігор автор вважає переважно дитячою та відносить до позитивних інформаційних залежностей, коли дитина оперує інформацією, яка йде з екрану в процесі гри маніпулюючи мишкою – пультом управління [5, с. 46].

У рамках субстанціональних (нехімічних) адикцій А. Котляров виділяє наступні форми активності за комп'ютером, які приводять до залежності:

- залежність від ігор за комп'ютером (гейм-адикція);
- залежність від мережевих дій (інтернет-адикція);
- залежність від кримінальних дій за допомогою комп'ютера (хакінг і інші варіанти кримінального програмування) [23, с. 83].

В. Позднякова в структурі адиктивної поведінки виділяє інтернет-адикцію, в яку, на його думку, входять пристрасть до комп'ютерних ігор або програмування; патологічна прихильність до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів або електронним покупкам, котрі

поглиюються віртуальним спілкуванням і компульсивним блуканням у віддалених базах даних у процесі пошуку нової інформації [44, с.233-234].

У свою чергу М. Кошенова виділяє комп'ютерну залежність та інтернет-залежність. Автор вважає, що комп'ютерна залежність може виникати раніше, аніж інтернет-залежність, наприклад, у вигляді пристрасті у дітей, навіть дошкільного віку до комп'ютерних ігор. Ця пристрасть, у свою чергу, може стати патологічним феноменом і перетворитися в комп'ютерну залежність [25, с. 172].

Отже, можемо констатувати про те, що комп'ютерна залежність – це більш широке поняття, яке включає в себе будь-яку адикцію, пов'язану з роботою або проведенням часу за комп'ютером. Натомість, комп'ютерна ігроманія – це різновид комп'ютерної залежності.

Разом з тим, у контексті нашого дослідження виникає питання: що ж є предметом залежності – комп'ютер, як технічний засіб, або комп'ютерна гра? З одного боку, комп'ютер – це засіб, так би мовити проміжна ланка, між об'єктом і суб'єктом адиктивної поведінки. Психологічна залежність формується не від самого технічного засобу (комп'ютера), а від певних спеціально розроблених комп'ютерних програм (у нашому випадку комп'ютерних ігор), встановлених на комп'ютер. Тобто користувача цікавить в першу чергу програмне забезпечення, а не монітор, клавіатура, навушники. З іншого боку, саме комп'ютер і його гарнітура дозволяють грати, в повній мірі відчувати і переживати певні емоції від гри. У зв'язку з цим завзяті ігромани часто витрачають чималі гроші на придбання нових потужних комп'ютерів, щоб запусити нову гру, в якій використовуються найпередовіші технології.

Таким чином, комп'ютерна адикція безпосередньо пов'язана з певними видами комп'ютерних ігор і самим технічним засобом (комп'ютером). Тому комп'ютерну гру як предмет киберадикції не можна розглядати окремо від комп'ютера. Тільки в тісному взаємозв'язку ці два компоненти ведуть до формування психологічної залежності.

По-третє, у цілому, дослідники дещо одностайні при визначенні поняття комп'ютерної ігрової залежності. Саме поняття ігроманії передбачає хворобливий потяг до певних видів ігор. Виділяють такі різновиди ігроманії: лудоманія, гемблінг (залежність від азартних ігор) і комп'ютерна ігроманія, кібераддикції, гейм-адикція, комп'ютерна ігрова залежність (залежність від комп'ютерних ігор).

Досить цікавою видається теза Ф. Щеглова [63, с. 203] про те, що проблему ігроманії можна розглянути на конкретних прикладах. Зокрема, дослідник стверджує про те, що всі люди можуть бути азартними в різних сферах своєї діяльності. Але тільки у випадках, коли цей азарт стає безмежним можна говорити про манію. Прикладом може бути підліток, який не відходить від ігрових автоматів і комп'ютера, або дорослий, який пропадає в казино і залишає там суми, які будь-яка здорова людина витратила б на щось вартісне і цінне. У цьому контексті відразу можемо пригадати новелу С. Цвейга «24 години з життя жінки». Головна героїня знайомиться з юнаком, який цілу добу безперервно пропадає в казино, витрачаючи всі свої гроші і своє життя. «Він не помічає нічого навколо, для нього не існує світу, тільки червоний стіл і він, зі своїми фішками» [54, с. 282]. Після чергового програшу, єдиним прийнятним для нього рішенням стає рішення застрелитися. Головна героїня вміло розкриває сутність манії, спостерігаючи за юнаком-ігроманом. Вона описує цю хворобу так: «Його обличчя було спотворене пекельними муками гральної пристрасті ... ще страшнішою, ще жахливішою, ніж в минулий вечір, виявлялася його одержимість ... весь світ, все людство звелися для цього маніяка до шматка розділеного на квадрати зеленого сукна» [54, с. 282-284].

Можемо навести ще один, описаний у літературі, приклад ігроманії, зокрема у романі Ф. Достоевського «Гравець» головний герой так поглинений своєю пристрастю до гри, що вона стає єдиним сенсом існування.

Отже, у межах даного дослідження комп'ютерну ігрову залежність, гейм-адикцію, кіберадикцію, ігрову адикцію, комп'ютерну ігроманію будемо

розуміти як синонімічні поняття, які позначають патологічну пристрасть людини до постійного проведення часу за комп'ютерною грою.

Підсумовуючи, зазначимо, використання методологічного потенціалу системного, порівняльного, культурологічного підходів дозволяє констатувати наявну небезпеку надмірного захоплення комп'ютерними іграми, яка з кожним роком зростає. Українськими є практично спрямовані питання вивчення комп'ютерної адикції, пов'язані з діагностикою комп'ютерної ігроманії, соціальною профілактикою і психотерапією залежної поведінки. При цьому теоретичний аспект даної проблеми не поступається за своєю важливістю прикладній складовій. Тому визначення місця комп'ютерної ігрової залежності в структурі адиктивної поведінки, формулювання основних понять, принципів та закономірностей формування комп'ютерної ігрової адикції уможливорює розкриття сутності, причин та етапи виникнення ігрової залежності як сучасного соціокультурного явища.

1.2. Ігрова залежність як соціокультурне явище у сучасному суспільстві: сутність, причини та етапи виникнення

У зв'язку з розвитком ігрової індустрії в усьому світі поряд із впровадженням інноваційних комп'ютерних технологій і появою глобальної мережі Інтернет все більше людей стають жертвами так званої ігрової залежності. На сьогоднішній день в світі близько 5% людей мають патологічну пристрасть до азартних комп'ютерних ігор [7].

Виходячи із даних Українського бюро консалтингу та логістики станом на початок 2020 року в Україні більше 16 млн. осіб у віці від 10 років користуються персональними комп'ютерами. Більше 8 мільйонів опитаних (51%) на запитання про цілі використання комп'ютера відповіли: «комп'ютерні ігри». Майже 3 млн. з них – діти та підлітки у віці від 10 до 18 років. Тривалість часу, який відводиться грі, в середньому становить від

20 до 50 годин на тиждень. Кожен четвертий гравець проводить за комп'ютером більше 20 годин на тиждень, що перевершує час, проведений на роботі при восьмигодинному робочому дню. Близько 700 тис. гравців не можуть відірватися від екрану своїх гаджетів – це підлітки, які вже є комп'ютерно залежними [5].

Згідно із офіційними даними Всесвітньої організації охорони здоров'я ігрова залежність з 2020 року офіційно буде визнана хворобою і розглядатися як психічний розлад особистості, що, безсумнівно, дозволяє нам розглядати ігроманію як глобальну і актуальну проблему сучасної соціокультурної реальності [7]. Варто також зауважити на тому, що в Міжнародній класифікації хвороб 10 перегляду (МКХ 10) ігроманія (лудоманія, гемблінг) є назвою хвороби під кодом F63.0. А в МКХ 11 перегляду (вступить в силу з 1 січня 2022 г.), ігрове порушення у включено в діагностичну групу «Розлади, викликані залежною поведінкою» [32], у зв'язку з тим, що в сучасному світі вже існують глобальні побоювання з приводу впливу проблемної ігрової діяльності (особливо онлайн ігор). Патологічний гемблінг, стверджує Є. Осипов, став першим поведінковим, адиктивним, не пов'язаним з вживанням ПАР, розладом особистісної сфери людини [40].

Однак поряд з цим є країни, наприклад Китай, де геймінг (заняття, захоплення іграми), визнаний офіційною професією [20]. У сучасному світі поширеними і визнаними на державному рівні є турніри і поєдинки з онлайн ігор, так звані «масові розраховані на багато користувачів рольові онлайн ігри» (ММОРПГ). Існують світові рейтинги і грошові нагороди переможцям, що дає підставу багатьом людям розглядати цю форму дозвільної діяльності як основний майданчик для заробітку грошей. Не менше поширені в сучасному світі онлайн ставки, онлайн казино та ін., що дає можливість людині легко і невимушено підвищити свій матеріальний достаток.

Зауважимо, коли гра не стає залежністю, а є лише частиною дозвілля чи-то заробітку, що не перешкоджає нормальній життєдіяльності і соціальним цілям людини, гемблінг носить лише умовно деструктивний

характер і схвалюється з боку суспільства. Така поведінка, згідно із даними Г. Кравцова, носить назву «поведінка умовної течії» [27, с. 46].

Однак, більшість сучасних дослідників схильні розглядати ігрову залежність (гемблінг-залежність), як один з різновидів девіантної (такої, що відхиляється від усталених загальноприйнятих норм) поведінки, яка відноситься до групи нехімічних адикцій. При цьому В. Друзін [13, с. 12], Л. Нікітіна [38] та ін. виокремлюють низку ознак такої адикції: шкоду соціальним, професійним, матеріальним і сімейним цінностям і зобов'язаннями. При цьому індивід втрачає контроль над власною волею, відмовляється розуміти свою відповідальність перед можливими наслідками, стає схильним до внутрішніх імпульсів, а не раціональному міркуванню. Життя людини, що має залежність від ігор, починає сильно відрізнятися від нормального, звичного життя, людина змінює систему цінностей, і стає повністю підлеглим їй.

Важливо зауважити на тому, що на сьогоднішній день не існує єдиної, загальноновизнаної типології ігрової залежності. Ученими пропонується безліч класифікацій, які мають свої особливості і характерні риси. Разом з тим аналіз наукової літератури (О. Белобрикіна [4], А Гришина [11], І. Іванов [19] та ін.) дозволяє досить умовно розділити ігрову залежність за такими видами:

- 1) карткові ігри (шулерство);
- 2) гра в наперстки (лохотронство);
- 3) лотереї;
- 4) іподром, ставки на результати заїздів;
- 5) рулетка та інші азартні ігри в казино;
- 6) лудоманія (залежність від гри на апаратах (деякі фахівці цей термін використовують як назву для всієї групи ігрових залежностей);
- 7) гра на різних тоталізаторах, букмекерство;
- 8) ставки, парі, заклади тощо;
- 9) комп'ютерні, електронні, відеоігри та ін.;
- 10) залежність від електронних іграшок і пристроїв тамагочі та ін.

За даними окремих дослідників досить часто, впоравшись, наприклад, з комп'ютерною ігровою залежністю, людина починає відчувати залежність іншого роду. Наприклад, у неї виникає залежність від азартних ігор, може з'явитися алкогольна або навіть наркотична залежність [6; 10; 22; 27].

Отже, аналіз наукової літератури дозволяє констатувати: ігроманія є складним соціокультурним, соціопсихологічним явищем, в якому дійовими особами є не тільки індивіди, які безпосередньо займаються азартними іграми (ігромани, ігрозалежні), але і члени їх сімей, родичі, друзі (співзалежні).

Звертаючись до питання характерних ознак проявів ігрової залежності, Ф. Кадар [21], С. Кравченко [26], В. Позднякова [44] та ін. у цілому виділяють декілька основних. По-перше, гра затягує поступово і створює у людини відчуття залежності. По-друге, ігроман акцентує увагу на власних переживаннях з приводу подій, що відбуваються в грі. По-третє, для людини стає неактуальним стан навколишнього світу, соціальна обстановка на рівні сімейного побуту, міжособистісні відносини.

Наголосимо, прояви такого роду є ознаками адиктивної, тобто залежної поведінки. Погоджуючись у цілому із П. Мунтян [36, с. 13], зауважимо, основний сенс адиктивної поведінки полягає в бажанні змінити свій психічний стан за допомогою вживання деяких наркотичних речовин або фіксацією уваги на певних предметах або видах діяльності. Ігроманія або гемблінг, на відміну від інших видів залежності не пов'язана з вживанням психоактивних речовин. Втім, у стані гемблінгу, наголошує Т. Безенко, змінюється коло інтересів, з'являються нав'язливі думки про гру, уявні ситуації превалюють над дійсністю, виникаючи в ігрових комбінаціях [3, с. 165]. У певному сенсі формується психологічний дискомфорт, а через порівняно невеликі відрізки часу після гри наростає роздратування, вгамувати яке можна тільки почавши грати знову.

У рамках нашого дослідження досить цікавими є напрацювання Ц. Короленка [24] і М. Кошенова [25], які розкривають ознаки, характерні для ігрової залежності:

1. Безперервна залученість, збільшення часу в грі.
2. Ігри займають більшу частину думок, людина досить часто уявляє ігрові ситуації.
3. Повна втрата контролю, що проявляється в нездатності людини зупинити гру, незважаючи на виграш або поразку.
4. Поява стану психологічного дискомфорту.
5. Прагнення до збільшення ризику кожен новий раз.
6. Бажання знайти можливість участі в азартній грі.

У свою чергу, німецький соціолог Р. Грінсон [10, с. 102] виділив типологію азартних гравців: любителі, професіонали і невротики. Так, перші отримували від гри тільки почуття розваги, яка, власне, і є основною метою ігрової діяльності. Професіонали ж вбачають у грі матеріальне джерело свого існування. Натомість, невротики характеризуються несвідомим прагненням до гри і неможливістю її припинення. У такому разі, гра домінує в житті невротика і стає патологічною пристрастю.

Сьогодні у фахівців, які досліджують соціальні причини ігроманії, не існує єдиної точки зору на те, як виникають і розвиваються подібного роду залежність, на даний момент також не описаний соціальний портрет ігрозалежної особистості, що ускладнює організацію ефективної профілактичної і реабілітаційної системи. Однак, наголосимо, з огляду на те, що ігрова залежність є формою девіантної поведінки, проблема соціальної реабілітації ігрозалежних особистості є особливо актуальною для нашої країни, де в останні роки гральний бізнес набув характеру пандемії.

Аналізуючи причини виникнення ігрової залежності, зауважимо, визначити початок такої залежності досить складно в силу того, що її розвиток протікає поступово і до неї повністю відсутня критичне ставлення самого індивіда. Наприклад, Ю. Зубок [18, с. 80] припускає, одним з факторів

формування гемблінг-залежності є генетичний фактор. Сутність його полягає в тому, що у людей, схильних до залежності, підвищена активність ферменту, що руйнує ендорфіни. Наслідком цього є недолік позитивних емоцій і задоволення.

Учені (С. Красіков [28, с. 82], Є. Осипов [40], Ю. Шепель [61, с. 19] та ін.) за результатами досліджень виявили важливу роль виховання в сім'ї як одного з чинників формування ігрової адикції. Зокрема, серед таких чинників дослідники виокремлюють непостійність/хаотичність відносин в родині, надмірну або недостатню опіку, жорстокість, вимогливість та ін. При цьому Є. Осипов [40] наголошує на тому, що особливо значущу роль в становленні ігрової адикції може відігравати «речізм», який батьки демонструють при дітях або направляють на нього виховання. Дотримуючись такої моделі поведінки, батьки добиваються того, що діти отримують установку не на моральні та етичні цінності, а на матеріальні; вони починають заздрити багатшим родичам і знайомим, а в їх ціннісній системі установок гроші і розкіш оцінюються як сенс життя.

Ще одну гіпотезу висунув угорський психоаналітик Ш. Ференці [52], назвавши її «гіпотезою інфантильної всемогутності». Її сутність полягає в тому, що гравець відчуває ілюзорне почуття всемогутності в процесі гри, наприклад, при вгадуванні випадających номерів. Це є відголосом дитинства, зауважує Ш. Ференці, коли дитина була наділена правом керувати поведінкою дорослих. Саме це почуття абсолютної впевненості і знаходить відображення у причинах ігрової залежності у більш старшому віці.

За результатами соціологічних досліджень учені (І. Іванов [19], А. Котляров [23], Л. Нікітіна [38] та ін.) визначили ще один можливий фактор формування ігрової залежності. Зокрема, таким фактором є жага до ризику і потреба в гострих відчуттях, що успішно досягається в процесі азартних ігор різної конфігурації. У одних людей така жага є стійкою рисою характеру, у інших – нестача таких відчуттів у повсякденному житті. Як

правило, люди другого типу в основному зайняті в спокійних і рутинних професіях, такі як бухгалтер, бібліотекар, ветеринар.

Попри те, що дослідники не прийшли до єдиної думки щодо справжніх причин ігроманії, на наш погляд, в основі гемблінгу лежить, бажання людини відійти від реальності, від проблем, пов'язаних із нею. При цьому ігroman змінює стан своєї свідомості, у віртуальному світі у нього виникають інші відчуття, в яких його несвідомі потяги знаходять своє вираження. Звичний, в деякому сенсі, табуйований стан свідомості, який стримує ці потяги, змінюється новим станом, в якому змінюється і сама свідомість, усуваючи табу реального світу. У момент гри між ігromanом і предметом манії виникає діалог, що дозволяє позбутися безглуздості і знайти заспокоєння.

У науковому дискурсі представлено також різні точки зору щодо етапів становлення ігрової адикції. Загалом, такі етапи включають в себе ті ж самі характеристики, що і етапи формування будь-якої іншої залежності, будь-то наркоманія або тютюнопаління. Поділяючи думку О. Литвиненко [30, с. 16], виділимо три таких етапи.

I – етап легкого захоплення. На цьому етапі відбувається пробне занурення у гру, причому діє таке правило: чим менший вік гравця першої проби, тим вищою є ймовірність подальшого формування ігрової залежності. Характерною особливістю етапу є ситуативний характер залучення до ігрової діяльності. Зберігається відсутність нехтування обов'язками та іншими захопленнями на користь ігрового часу. Стійка потреба в грі відсутня, а процес не є значущою цінністю. Досить часто «дебют» ігрового занурення здійснюється в компанії, в умовах групового конформізму.

II – етап пошукової поведінки, захоплення грою. На цьому етапі індивід займається активним пошуком об'єкта адикції, в даному випадку гри, формує свої переваги на основі різних випробуваних варіантів. Етап відрізняється систематичним характером гри. З'являються перші симптоми

ігроманії, а саме: агресія, подразливість на втручання в процес гри, діти і підлітки починають вдаватися до активних дій для задоволення потреби в грі.

III – етап залежності. На цьому етапі світогляд гравця кардинально змінюється. Відбуваються сильні зміни цінностей дітей і підлітків, при цьому гра стає пріоритетною і домінує над іншими потребами. Крім припинення виконання звичних повсякденних обов'язків, діти і підлітки перестають задовольняти найпростіші потреби, як-от в їжі, воді та ін. Яскраво вираженою є вкрай нездорова поведінка і реакція на втручання в процес гри. Характерною є навіть втрата маси, погіршення здоров'я, недосипання, безсоння і так далі. Отже, головною характеристикою цього завершального етапу є перехід залежної від гри поведінки у хворобу. Звичайно, глибина, швидкість і наповнення такого процесу залежать від соціальних, біологічних, психологічних факторів.

Підбиваючи підсумок, відзначимо, надмірне захоплення населення ігровою діяльністю в умовах сьогодення є, безумовно, дихотомічним соціокультурним явищем. З одного боку, залучення все більшої кількості людей до ігрової діяльності є логічним і нестримним наслідком глобалізаційних процесів, увиразнення діджиталізації суспільного буття, маркетингових прийомів і комп'ютерних технологій. З іншого – ігрова залежність є однією з форм адиктивної і девіантної поведінки, яка визнана в сучасному світі гострою соціально-педагогічною і психологічною проблемою. Можемо констатувати, проблема ігрової залежності вимагає пильної уваги як з боку держави, так і з боку фахівців, а саме психологів і працівників соціальних служб, за рахунок розробки виключно своєчасного та інноваційного підходу до виявлення соціальних і психологічних характеристик портрету ігрозалежних, а також профілактики даного явища, передусім серед підростаючого покоління

1.3. Соціальні та психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку

Ігрова діяльність як особливий соціокультурний феномен завжди була в центрі уваги дослідників різних галузей науки. Апелюючи до робіт Л. Виготського [8], зауважимо, зароджуючись у дитячому віці, гра, в її варіативних формах і змісті, супроводжує людину протягом всього його життя. Однак, своє ключове розвиваюче значення гра як провідний вид діяльності проявляє в дошкільний період дитинства [8, с. 203]. Переоцінити вплив гри на розвиток особистості практично неможливо. Адже саме завдяки грі у дошкільника формується система особистісних якостей, основи рефлексивного самосвідомості, у тому числі, і становлення передумов вольової регуляції; вибудовується і закріплюється модель спілкування з дорослими і однолітками; освоюються норми і правила конструктивної соціальної взаємодії; змістовно збагачується емоційно-чуттєва сфера; відбувається виникнення соціальних емоцій і етичних інстанцій як основи моральності. У нормі саме цей «психологічний багаж», стверджує інший відомий угорський дослідник Ш. Ференці [52], дитини виступає базисом його розвитку у всіх наступних вікових етапах розвитку.

На цій підставі Г. Кравцов [27, с. 83] припускає наступне: якщо ігрова діяльність дошкільника симпліфікована, її розвивальний потенціал не реалізований, а ігрова потреба дитини своєчасно не задоволена повною мірою, можемо говорити про ігровий дизонтогенез, котрий несприятливо впливає на соціально-психологічне становлення особистості.

Власне, у даний час й набуває поширення явище, коли соціально-психологічний розвиток дошкільника у грі пригнічується тотальною інтелектуалізацією (рання підготовка до школи, нарощування темпів розвиваючого навчання та ін.), заміщення реального спілкування опосередкованими формами комунікації, зосередження ігрової діяльності дитини переважно на застосуванні засобів «цифровізації» (гаджети,

смартфони, планшети тощо). Погоджуючись із переважною більшістю дослідників О. Белобрикіною [4], Г. Кравцовим [27], Н. Терещук [50] та ін., зауважимо, усі ці умови в сукупності переводять ігрові потреби і можливості дитини, яка не отримала своєчасного і адекватного задоволення, у «режим очікування», які при їх повторної активації на подальших етапах онтогенезу набувають спотворених форм заповнення (насичення), в окремих випадках адиктивних за своєю сутністю. Саме ігровий дизонтогенез, стверджує О. Белобрикіна [4, с. 21], у період дошкільного дитинства є своєрідним «стартовим майданчиком» для виникнення ігрових форм залежності в підлітковому віці.

Незважаючи на неоднозначне ставлення до ігрової залежності в світі і безліч згадок ігроманії в наукових джерелах, в умовах сьогодення недостатньо вивченими залишаються особистісні характеристики підлітків, у яких вже є ігрова залежність або фіксується наявність стійкої схильності до неї. Маємо усі підстави стверджувати, що саме ця вікова категорія становить ризик виникнення і закріплення адиктивної поведінки, так як гемблінг серед підлітків та молоді, за даними низки дослідників (А. Гришина [11, 4], Є. Осипов [40] та ін.), зустрічається в 2-4 рази частіше, ніж серед дорослих.

Важливим також залишається і той факт, що в підлітковому віці відбуваються глибокі якісні перетворення, як зазначає Л. Виготський, які здатні змінити життя підлітка і можуть призвести до перебудови всієї психіки [8, с. 96]. Очевидно, що вплив ігрової залежності може мати непередбачуване вплив на «незміцнілий» організм. До того ж сприйняття підлітків носить досить вибірковий характер, адже вони схильні сприймати тільки найбільш цікаві для них предмети і явища.

Безпосередньо сама проблема ігрової залежності була розглянута в роботах багатьох вітчизняних (Т. Бальбот [5], Т. Безенко [3], Н. Дідик [12], Ц. Короленко [24], Н. Терещук [50] та ін.) і зарубіжних (Р. Квінні [22], К. Лідін [29], Ю. Серебреніков [47], Л. Шнейдер [62] та ін.) учених, однак сутність і природа ігроманії повною мірою не розкриті. На сьогоднішній день

поки немає можливості достовірно визначити особливості людини ігромана, у зв'язку з тим, що люди не завжди своєчасно звертаються до фахівців, а тому і фіксація випадків досить фрагментарна, звідси і відсутність ресурсу для своєчасного лікування та профілактики такого виду залежної поведінки.

Втім, маємо наголосити на тому, що тільки виявивши соціальні і психологічні характеристики типового ігромана, систему ціннісних орієнтацій індивіда, сукупність причин і факторів, що сприяють формуванню ігрової залежності, стане можливим визначити і способи профілактики і реабілітації ігрозалежних осіб.

Розмірковуючи про особливості індивіда, який має схильність до ігрової адикції, В. Менделевич вказує на те, що однією з головних є саме психологічна нестійкість, яка виявляється, перш за все, в моменти кризи або проблемних ситуацій, з якими індивід стикається в повсякденному житті [34, с. 89]. Згідно з даними Ц. Короленка, сутність адиктивної поведінки полягає в наявності у людини прагнення до відходу від реальності і розвитку інтенсивних емоцій за допомогою зміни власного психічного стану, прийому деяких речовин або постійної фіксації уваги на певних предметах, активних видах діяльності [24, с. 14].

Низка дослідників, зокрема Л. Нікітіна [38], О. Яницький [65] та ін., відзначають, що розвиток ігроманії протікає з об'єктивно і суб'єктивно низькою переносимістю труднощів повсякденного життя. Підліток відчуває, що не справляється зі своїми обов'язками; не може вирішити проблеми, з якими стикається; страждає від того, що він відрізняється від інших людей, не вписується в рамки повсякденного життя. Від заниженої самооцінки, яка набувається у результаті тиску оточуючих («якщо ти й справляєшся, суспільство тебе намагається «розчавити» [65, с. 203]), минаючи адекватну самооцінку, підлітки переходять відразу до завищеної. «Поява відчуття переваги над оточуючими виконує захисну психологічну функцію, сприяючи підтримці самоповаги в несприятливих мікросоціальних умовах конфронтації особистості з родиною чи колективом» [19, с. 80].

Більш того, зауважує І. Іванов [19, с. 81], з боку соціуму підліток піддається цілеспрямованому впливу через «випадання» за рамки «нормального», такого, який прийнято в суспільстві. Внаслідок цього особистість починає формально виконувати свої соціальні ролі, які вона отримала. Тобто, підліток створює видимість того, що він наслідує «правила»: спілкується лише у разі необхідності, не заводить інтимно-особистісних зв'язків тощо. І навпаки, демонстрована суб'єктом легкість налагодження контактів, все одно поєднується з маніпулятивною поведінкою і поверховістю емоційних зв'язків. «Гравець» цурається відповідальності, прихильності, починає швидко втрачати інтерес, тому він боїться стійких і тривалих емоційних контактів. У підлітка, наголошує В. Менделевич виникає прагнення говорити неправду, щоб виправдати себе і свій «комплекс неповноцінності», переклавши провину і всю відповідальність на когось-небудь іншого [35, с. 216].

Залежність, яка знаходиться у процесі формування, призводить до серйозних особистісних змін, зазвичай, негативного характеру, які і виступають індикаторами адиктивної особистості. Домінуючим в поведінці підлітка з ігровою залежністю, стверджує В. Менделевич [34, с. 79], стає прагнення відходу від реальності, страх реалій повсякденного життя, яке видається нудним і наповненим зобов'язаннями, проблемами, а також страхами через можливі втрати, невдачі або розчарування. Відповідальність насторожує і максимально турбує залежну особистість, внаслідок чого у неї з'являється схильність до пошуку поза межних емоційних переживань, навіть ціною серйозного ризику.

Втім, погоджуючись із Л. Нікітіною [38] зауважимо про те, що сама психологічна схильність до адиктивної поведінки проявляється не завжди досить явно, вона може перебувати в прихованому чи-то латентному стані. Залежність актуалізується лише в ситуації ускладнення задоволення значущих соціальних потреб підлітка.

Аналіз наукової літератури (Т. Бальбот [5], В. Друзін [13], Г. Кравцов [27], Ю. Шепель [61] та ін.) дозволяє стверджувати про те, що виникнення психологічної готовності до залежної поведінки зумовлюють такі внутрішні і зовнішні причини:

- 1) нездатність підлітка до продуктивного виходу із ситуації ускладнення задоволення актуальних життєво важливих потреб;
- 2) несформованість або неефективність способів психологічного захисту підлітка, які дозволяли йому хоча б тимчасово зняти емоційну напругу;
- 3) наявність психотравмуючої ситуації, з якої підліток не знаходить конструктивного виходу.

У якості основних психічних особливостей підлітків, схильних до формування залежної поведінки, Л. Шнейдер [62, с. 220] визначає: слабкий розвиток самоконтролю, самодисципліни, неадекватна (знижена або завищена) самооцінка, низька стійкість до всіляких несприятливих впливів і стресів, невміння долати труднощі, емоційна нестійкість, схильність неадекватно реагувати на фруструючі обставини, невміння знайти продуктивний вихід з психотравмуючої ситуації, а також низький рівень розвитку соціальних навичок. На думку автора, до числа характерних рис особистості підлітків, які сприяють розвитку залежної поведінки, відносяться знижена здатність переносити труднощі повсякденного життя; прихований комплекс неповноцінності; стереотипність мислення, повторюваність поведінки; тривожність.

Отже, залежність призводить до серйозних особистісних змін негативного характеру, які і виступають ознаками, котрі дозволяють ідентифікувати адиктивну особистість. У свою чергу В. Менделевич [34] вважає, що навіть п'яти (з перерахованих нижче) характеристик досить для виявлення та діагностики ігрової залежності:

- 1) відсутність здатності приймати рішення без сторонньої допомоги;
- 2) перекладання прийняття рішення на інших людей;

- 3) безумовне прийняття позиції інших через страх бути відкинутим, навіть якщо інші не праві;
- 4) складності у виконанні самостійної діяльності;
- 5) добровільне виконання принизливих або неприємних робіт з метою отримати підтримку, схвалення і любов з боку оточуючих;
- 6) низька переносимість самотності;
- 7) відчуття спустошеності або безпорадності, коли обривається зв'язок близькими людьми;
- 8) страх бути знехтуваним;
- 9) підвищена вразливість за будь-якої критики або несхвалення з боку оточуючих [34, с. 502].

Уваги заслуговують також роботи П. Мунтяна [36], В. Плешакова [43], К. Янга [67] зокрема ті, що стосуються опису клінічних проявів ігрової залежності (рис. 1.1.).

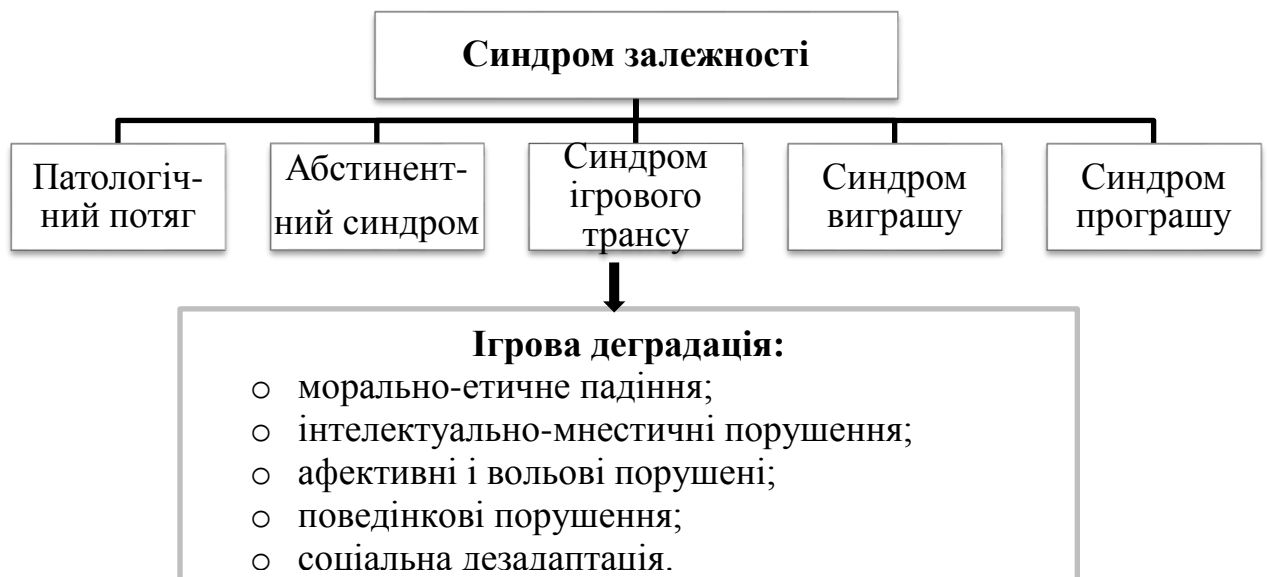


Рис. 1.1. Клінічні прояви ігрової залежності.

Так, синдром залежності від комп'ютерних ігор можемо розглядати як патологічний потяг до азарту, відходу від реальності, який поєднується із різним ступенем прояву когнітивних, поведінкових, емоційних і соматичних порушень. Такий синдром, зауважує К. Янг [67, с. 156], може включати деякі ознаки, які характерні адиктивним порушенням, які виникають у результаті

зловживання ПАР (МКХ-10), а саме патологічний потяг, втрата ігрового контролю, абстинентний синдром, підвищення ігрової толерантності, довготривала участь у грі попри явні ознаки деструктивних її наслідків.

У свою чергу, синдром патологічного потягу до гри (ігровий драйв, мотиваційний концепт) проявляється у безкомпромісному бажанні участі у грі, не дивлячись на будь-які перепони, як-от родина, навчання, соціальні обов'язки, соматичні захворювання, які потребують уваги або лікування (рис. 1.2.). У структурі цього синдрому, зауважує В. Плешаков [43], превалюють ідеаторні порушення, які включають нав'язливі уявлення (фантазування) про особливості гри, варіанти «обов'язкового виграшу», комбінацію цифрового, символічного порядку, які принесуть безумовну перемогу та особистий тріумф.



Рис. 1.2. Структура синдрому патологічного потягу до гри.

Підбиваючи підсумки, зазначимо, дослідження проблеми ігрової адикції серед учнів підліткового віку в даний час має передбачати

застосування міждисциплінарного підходу, зокрема синтез наукових знань і практичної складової психології, соціальної роботи, психіатрії та медицини. Саме такий симбіоз є основою своєчасного та адекватного попередження даного виду девіантної поведінки, у тому числі для якісної ідентифікації виду ігрової залежності та профілактики ігроманії серед підлітків. Навіть на рівні пілотного дослідження, проведеного нами у рамках цієї роботи (підрозділ 2.1.) визначаються несприятливі для соціально адаптивної поведінки особистісні характеристики підлітків зі схильністю до ігрової залежності, що може значно полегшити роботу по виявленню і попередженню гемблінга серед підростаючого покоління.

Висновок до розділу I

Висвітлення теоретико-методологічних засад дослідження ігрової залежності як форми девіантної поведінки дозволило схарактеризувати методологічні підходи до дослідження залежної поведінки, розкрити сутність, причини та етапи виникнення ігрової залежності та визначити соціальні й психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку.

Методологічну основу дослідження склали загальнонаукові методи аналізу і синтезу, порівняння, узагальнення та інтерпретації даних, системний, порівняльний, культурологічний підходи, а також методи соціологічного дослідження, в тому числі спостереження, анкетування, експертне опитування, тестування, методи математично-статистичної обробки даних.

Використання системного підходу уможливило розкрити цілісність феномену гри, виявити взаємозв'язки між її структурними елементами, розглянути комп'ютерну гру як соціокультурне явище сучасного суспільства; методологічні принципи культурологічного підходу дозволили виявити механізми трансформації класичної ігрової культури в тотальну «ігроманію»,

а також визначити можливості профілактики цієї залежності, змодельовати технологію соціальної реабілітації та ресоціалізації ігрозалежних підлітків.

Застосування різних методологічних підходів дозволило позиціонувати комп'ютерну ігрову залежність, гейм-адикцію, кіберадикцію, ігрову адикцію, комп'ютерну ігроманію як синонімічні поняття, котрі позначають патологічну пристрасть людини до постійного проведення часу за грою.

Констатовано, що основними причинами виникнення ігрової залежності є непостійність/хаотичність відносин в родині, надмірна або недостатня опіку, жорстокість, надмірна вимогливість з боку найближчого соціального середовища, жага до ризику і потреба в гострих відчуттях, що успішно досягається в процесі азартних ігор різної конфігурації, бажання людини відійти від реальності, від проблем, пов'язаних із нею та ін.

Серед етапів виникнення ігрової залежності виокремлено етап легкого захоплення, етап пошукової поведінки, захоплення грою та етап залежності. Наголошено на тому, що глибина, швидкість і наповнення такого процесу залежать від соціальних, біологічних, психологічних факторів.

З'ясовано, соціально-психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку можна розкрити через такі ознаки, як безперервна залученість у процес гри та збільшення часу перебування в ній; ігри займають більшу частину думок, людина досить часто уявляє ігрові ситуації; повна втрата контролю, що проявляється в нездатності людини зупинити гру, незважаючи на виграш або поразку; поява стану психологічного дискомфорту; прагнення до збільшення ризику кожен новий раз; бажання знайти можливість участі у більш складній азартній грі; скритність, відособленість, відчуженість і недовірливість; спостерігаються труднощі у встановленні міжособистісних, безпосередніх контактів та ін.

РОЗДІЛ 2

СОЦІАЛЬНА ПРОФІЛАКТИКА ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ЯК ФАКТОР ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ СУСПІЛЬНОЇ ДЕВІАЦІЇ

2.1. Діагностика факторів ризику формування ігрової залежності серед учнів підліткового віку

Виходячи з актуальності проблеми ігрової залежності та її поширеності серед учнів підліткового віку за умов сьогодення, нами було здійснено пілотне дослідження на предмет виявлення факторів ризику формування ігрової залежності серед таких учнів; виявлення соціально-психологічних характеристик особистості підлітків з схильністю до ігрової залежності. Діагностичне дослідження проведене на вибірці старших підлітків (N = 35) у віці від 16 до 17 років (учні 10-11 класів Лебединського НВК № 2, Хоружівської школи-інтернату), які дали добровільну згоду на участь у відповідному дослідженні.

Так, у січні 2020 році нами було проведено анкетування підлітків на тему: «Моє ставлення до ігроманії та комп'ютерної залежності» (Додаток А). Респондентам потрібно було письмово відповісти на 10 запитань, вибравши в кожному випадку один з трьох відповідей: «Так», «Ні», «Важко відповісти». За підсумками анкетування маємо такі результати:

1. Актуальність ігроманії: 56% учнів усвідомлюють актуальність даної проблеми і визнали факт захоплення комп'ютерними іграми різної конфігурації. 16% опитаних не вбачають в ігроманії нічого страшного, у 28% питання викликало труднощі з відповіддю.

2. Ігроманія – хвороба або звичка? 60% опитаних вважають, що це хвороба. 28% відповіли негативно, 12 % не змогли дати певну відповідь.

3. Залежність від комп'ютерних ігор: майже половина опитаних, а саме 42%, не вважають захоплення комп'ютерними іграми залежністю. 50%

респондентів не бачить в іграх різного змісту і конфігурації шкоди для здоров'я.

4. Боротьба з залежністю: більшість учнів (70%) вважають, що для того, щоб впоратися з ігровою залежністю досить вольового зусилля, і лише 20% усвідомлюють всю серйозність проблеми, розуміючи необхідність допомоги фахівця. При цьому 84% респондентів повністю підтримують ініціативу органів влади щодо скорочення ігрових закладів і розміщенні їх в спеціальних зонах.

Таким чином, на підставі аналізу проведеного анкетування можна припустити, що респонденти вбачають в ігроманії соціально-значуще захворювання, але повністю не усвідомлюють серйозність проблеми, припускаючи факт того, що від ігрової залежності можна легко позбутися і що захоплення комп'ютерними іграми не є залежністю.

З метою виявлення і аналізу соціально-психологічних характеристик особистості підлітків з схильністю до ігрової залежності протягом 2019-2020 рр. було проведено з використанням методики «16 факторний особистісний опитувальник» Р.Б. Кеттелла [68], «Спрямованість особистості в спілкуванні» (НЛО-А) С. Братченка [49], а також авторська анкета на виявлення схильності до ігрової залежності (Додаток Б).

На основі використання методу контент-аналізу [31] нами були визначені такі оціночні категорії для виявлення схильності до ігрової залежності підлітків за результатами анкетування:

1. Значимість матеріальних засобів в житті підлітка.
2. Наявність / відсутність почуття азарту.
3. Гра як життєва самоціль.
4. Частота ігрової діяльності.
5. Переважаючі ігрові захоплення.
6. Емоційне самопочуття в процесі гри.
7. Тенденція до відходу від реальності.
8. Переважаючі комп'ютерні ігри.

9. Захоплення іграми на ставки.

10. Стійкий інтерес до ігрових автоматів.

Оцінка емпіричних даних ґрунтувалася на частотному показнику: чим більше відсоток (> 50%) відповідей, що характеризують підлітка як ігрового адикта, тим з більшою ймовірністю можна стверджувати про наявність у нього схильності до ігрової залежності.

Аналіз результатів анкетування дозволив виявити, що з загального числа вибірки 60% підлітків схильні до схильності до ігрової залежності, причому більшою мірою переважає комп'ютерна адикція.

На основі результатів анкетування випробовуваних були умовно розділено на дві групи: I «умовна норма», до складу якої увійшло 6 випробовуваних, і II «група ризику» по схильності до ігрової залежності, в яку включено 4 випробовуваних. Так, за даними «16 факторного особистісного опитувальника» Р.Б. Кеттелла у «групі ризику» виявлено нижчі значення по факторам: А полюс «замкнутість» (3 бали), F полюс «стриманість» (2,4 бали), G полюс «низька нормативність поведінки» (4,4 бали), H полюс «боязкість» (4,2 бали), I полюс «Жорсткість» (2,6 балів), N полюс «прямолінійність» (4,8 балів), Q1 полюс «консерватизм» (3,4 бали). Високі значення, у порівнянні з групою «умовної норми» у «групі ризику» виявлено по параметру «емоційна стабільність» фактору С (6,4 бали).

Таким чином, отримані результати дозволяють визначити особистісні риси підлітків групи ризику щодо формування схильності до ігрової адикції. На разі, підтверджено той факт, що таким підліткам властиві:

1) скритність, відособленість, відчуженість і недовірливість; спостерігаються труднощі у встановленні міжособистісних, безпосередніх контактів;

2) схильність до непостійності, схильність до впливу почуттів і обставин; неорганізованість, безвідповідальність, імпульсивність, відсутність згоди з загальноприйнятими моральними правилами і стандартами.

3) боязкість, сором'язливість, емоційна стриманість, соціальна пасивність, перевага надіється індивідуальному стилю діяльності та спілкування;

4) несентиментальний, гнучкість у судженнях, прояв черствості по відношенню до оточуючих, раціональності і логічності;

5) наївність, нетактовність, відсутність проникливості;

6) консервативність;

7) емоційна стійкість, ригідність і орієнтованість на реальність.

На основі застосування методики «Спрямованість особистості у спілкуванні» (НЛО-А) в «групі ризику» зафіксовано більш високий бал середніх значень (5,6 балів) по «конформному» типу спрямованості особистості в спілкуванні. Можна вважати, що підлітки цієї групи відмовляються від рівноправності в міжособистісному спілкуванні на користь партнера і готові відмовитися від своєї точки зору, у них переважає орієнтація на підпорядкування силі, авторитету. Такі підлітки ставляться до себе як до об'єкта («об'єктна» позиція), а також орієнтовані на некритичну «згоду», у них відсутнє прагнення до глибокого розуміння партнера і бажання бути зрозумілим.

Підлітки орієнтовані на наслідування, готовність змінювати свою думку в залежності від обставин.

У цілому, результати застосування методик «Спрямованість особистості в спілкуванні» (НЛО-А) і «16 факторний особистісний опитувальник» Р.Б Кеттелла попередньо підтверджують припущення про те, що підлітки «групи ризику» зазнають труднощів у міжособистісному спілкуванні і за своїми соціально-психологічним особливостям якісно відрізняються від однолітків, які не мають пристрасті до азартних ігор.

Наголосимо на тому, що поряд із діагностикою факторів ризику формування ігрової залежності серед учнів підліткового віку, у контексті нашого дослідження нагальною є потреба у виявленні особливостей

клінічних проявів і рівень реабілітаційного потенціалу залежних від ігрової діяльності підлітків.

У ході діагностичного дослідження було виявлено такі біологічні, психічні, середовищні та соціальні фактори формування ігроманії серед підлітків (рис. 2.1.):

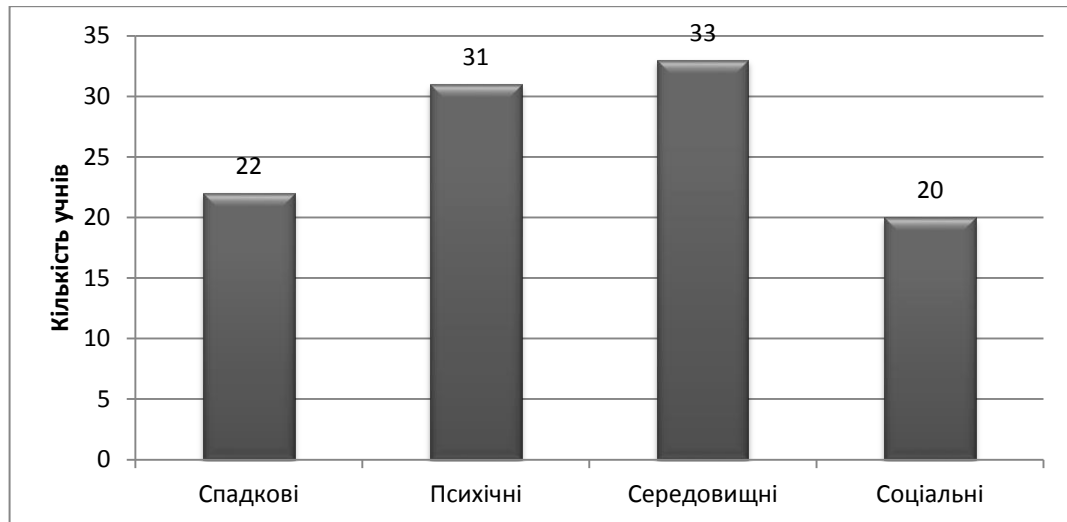


Рис. 2.1. Розподіл учнів підліткового віку згідно із факторами формування ігроманії

1) спадкові: алкоголізм батька і родичів по лінії батька – 3 учня; залежність від азартних ігор найближчих родичів – 4 учня; психічні захворювання родичів – 4 учня;

2) психічні: розлади типу залежної особистості (по МКХ-10 F60-7х), психопатії; дефіцит уваги у поєднанні з гіперактивністю; схильність до фантазування щодо своєї виключної необхідності та унікальності; підвищена уразливість на критику та неприйняття позиції; пошук нових вражень і переживань, який супроводжується жагою до фізичного чи соціального ризику – 31 учень;

3) середовищні: адиктивна сім'я (батьки, брати/сестри), адиктивне середовище навчання, дозвілля; адиктивні друзі; особливості виховання, які сприяють формуванню фрустраційної готовності, загостреного почуття провини і хворобливих фантазій, які призводять до відчуження від реальних проблем – 33 учня.

Як стверджує Л. Нікітіна [38, с. 42], у ситуації виховання в адиктивній сім'ї з раннього віку може заохочуватися ігри в карти, лото, лотереї, комп'ютерні ігри не з метою саморозвитку чи продуктивного наповнення дозвілля дітей, а заради виграшу чи-то винагороди. Відтак, у таких родинах здійснюється опосередковане позитивне підкріплення ігрової поведінки. Створені стереотипи, викривлена шкала ціннісних орієнтацій і деформована особистісна мотивація фіксуються у свідомості дітей і посилюється у процесі формування залежності від гри.

4) соціальні: соціальна дезінтеграція, нестабільність; реклама і доступність комп'ютерних ігор – 21 учень.

Значна кількість опитаних (21,7%), аналізуючи причини занурення в комп'ютерну гру, посилаються на явну або відносну «соціальну незадоволеність», постійне «соціально зумовлене почуття тривоги», «необмежений доступ до гаджетів», «нав'язлива заохочувальна реклама». На думку опитаних підлітків, у результаті економічної нестабільності, розподілу суспільства на два полюси – багатих і бідних, криміналізації та корупції, трансформації морально-етичних цінностей вони опинилися в інформаційному вакуумі, який і наповнюється грою як альтернативою вчорашньому укладу життя. Подекуди, комп'ютерна гра розглядається учнями підліткового віку у якості способу втечі від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану.

У цьому зв'язку, С. Кравченко [26, с. 106] зауважує, що, дійсно, реклама комп'ютерних ігор провокує певні складові менталітету і світосприйняття деяких підлітків, що призводить до спроби реалізувати за допомогою вдалої гри, високого особистого рейтингу в ній сукупність відомих міфів про швидке вирішення особистих і соціальних проблем.

Таким чином, із усіх факторів, які сприяють формуванню ігроманії серед підлітків, вплив середовища виявився відносно домінуючим (35,8%).

Узагальнення емпіричних доробків дослідників проблеми формування і профілактики ігрової залежності (А. Горбачьова [9], О. Литвиненко [30],

Л. Юр'єв [64] та ін.), дозволило виявити рівні реабілітаційного потенціалу учнів підліткового віку, що є безумовно важливим у контексті обґрунтування технологічних засад соціальної профілактики ігроманії (рис. 2.2.).

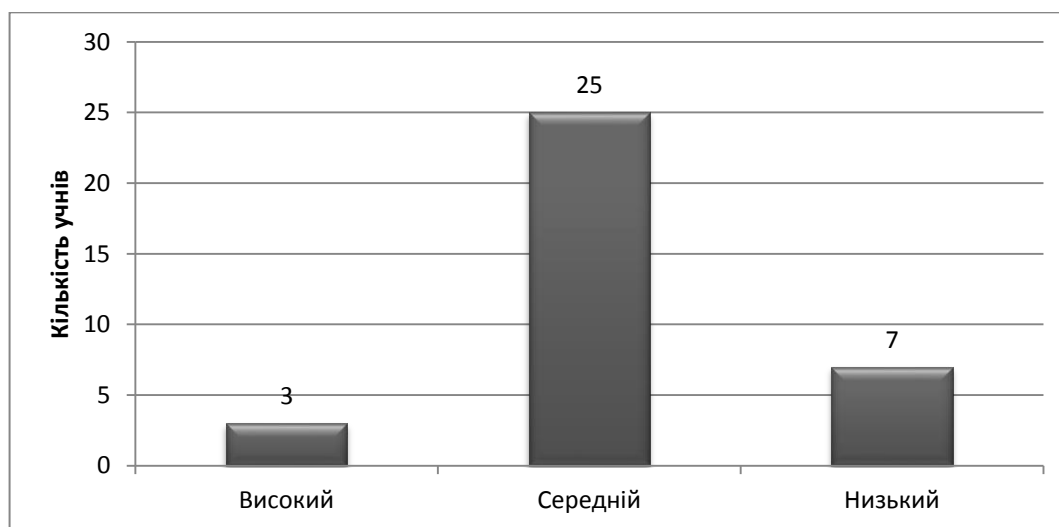


Рис. 2.2. Розподіл учнів підліткового віку за рівнем реабілітаційного потенціалу

Отже, серед учнів, з якими здійснювалася діагностична робота, переважали підлітки із середнім (25 осіб) рівнем реабілітаційного потенціалу. На нашу думку, така особливість пояснюється тим, що такі учні потрапили в поле зору фахівців як мінімум після трьох річної ігрової залежності, коли жага до гри набула розгорнутого характеру з яскраво вираженими особистісними змінами і соціальними наслідками. Позаяк, маємо наголосити на тому, що диференціація учнів згідно із рівнем реабілітаційного потенціалу дозволила прогнозувати профілактичну і терапевтичну перспективу, а також створити і реалізувати програму соціально-профілактичного тренінгу.

На основі проведеного діагностичного дослідження клінічних проявів ігроманії, виявлення факторів її формування, можемо констатувати про те, що лише частково наблизилися до розуміння предмету дослідження, вивівши його на рівень соціокультурної та загально суспільної проблеми. Орієнтуючись на отримані результати, вважаємо, доцільно продовжити дослідження клінічних симптомів ігроманії з урахуванням вікових, статевих, особистісних характеристик ігрозалежних осіб, а також обґрунтувати

наслідки ігрової залежності саме учнів підліткового віку. Такий підхід може сприяти створенню та впровадженню в практику роботи фахівця соціальної сфери діагностичних, профілактичних і реабілітаційних технологій ігрової залежності підлітків як найбільш уразливої і, одночасно, перспективної, з точки зору особистісних трансформацій, вікової групи.

2.2. Обґрунтування наслідків ігрової залежності учнів підліткового віку

Результати діагностичного дослідження підтвердили актуальність проблеми ігрової залежності учнів підліткового віку, а також проблематизували питання прогнозування наслідків надмірного захоплення комп'ютерними іграми підлітками. Так, теоретичний аналіз літератури, зокрема робіт Т. Безенко [3], Т. Вакуліч [6], В. Друзіна [13], С. Красікова [28] та ін., результати індивідуальних бесід з підлітками-ігроманами і проведеного діагностичного дослідження, дозволили визначити такі наслідки. Їх можна розділити на кілька груп (див. Табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

Наслідки надмірного захоплення комп'ютерними іграми підлітками

Рівень наслідків	Змістова характеристика
Наслідки на фізіологічному рівні	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проблеми з режимом сну і активності. 2. Втрата апетиту, нерегулярне харчування або надмірне неконтрольоване споживання їжі. 3. Проблеми із зором. 4. Проблеми з опорно-руховим апаратом, викривлення постави. 5. Порушення правил особистої гігієни.
Наслідки на психологічному рівні	<ol style="list-style-type: none"> 1. Часткова або повна ідентифікація ігомана з комп'ютерним героєм. 2. Неадекватне ставлення до себе в результаті

	<p>невідповідності «Я-реального» і «Я-віртуального».</p> <p>3. Тимчасове усвідомлення марності свого захоплення поряд з неможливістю зупинитися.</p> <p>4. Порухення емоційно-вольової сфери.</p>
<p>Наслідки на соціальному рівні</p>	<p>1. Конфлікти з батьками і рідними.</p> <p>2. Проблеми з навчанням, які можуть бути пов'язані з пропусками шкільних занять, погіршенням як фізичного, так і психічного здоров'я.</p> <p>3. Відсутність інших захоплень крім комп'ютерних ігор.</p> <p>4. Надання переваги комп'ютерним іграм, а не живому спілкуванню.</p> <p>5. Соціальна дезадаптація.</p> <p>6. Готовність порушити закон заради гри.</p>

Зупинимося на обґрунтуванні указаних наслідків детальніше. Так, наслідки на фізіологічному рівні включають в себе проблеми з режимом сну і активності. Це означає, що підлітки можуть грати в нічний час, а на ранок відчувати слабкість і нездужання. Якщо гра проходить в умовах комп'ютерного клубу, то сну протягом декількох днів може не бути взагалі. Досить часто учнів може турбувати безсоння, кошмарні сни, пов'язані з нервовим перенапруженням і нав'язливими думками про гру, а іноді можуть снитися сцени з комп'ютерних ігор, які підліток може сприймати як продовження своєї розваги.

Одним із наслідків надмірного захоплення комп'ютерними іграми підлітками, стверджує Т. Безенко [3, с. 165], може бути втрата апетиту і нерегулярне харчування, котрі, в свою чергу, провокують захворювання шлунково-кишкового тракту і загальну слабкість організму. Бувають випадки, коли ігромани просто забувають задовольнити свою потребу в їжі, або роблять це набагато пізніше, ніж необхідно для повноцінного розвитку

організму. Часто підлітки їдять безпосередньо перед комп'ютером, при цьому значно скорочують час, що відводиться для прийому їжі.

Отже, можемо констатувати, у завзятих ігromанів такі необхідні вітальні потреби, як потреба в їжі та відпочинку, які виконують одну з найважливіших функцій в організмі – функцію самозбереження – поступаються перед потребою в комп'ютерній грі.

Крім того, наголошує Т. Безенко [3, с. 165], підлітки, які відвідують комп'ютерні клуби, часто зловживають кавою і енергетичними напоями, які активізують психічну активність організму. Такими, зокрема, є «Ред Булл», «Берн», «Нон Стоп», «Ягуар» та ін., які стимулюють вищі психічні функції, підвищують працездатність, швидко знімають втому, сонливість і млявість.

Варто зауважити і на такому наслідку, як проблеми із зором, які можуть виражатися в сухості і печінні очей. Комп'ютерна гра настільки затягує, що підліток не дотримується безпечної для зору дистанції і не контролює час, проведений за комп'ютером, граючи годинами безперервно. Крім того, зауважує В. Друзін [13, с. 17], у комп'ютерних клубах найчастіше відвідувачі грають в напівтемряві (так сюжет гри здається більш захоплюючим), не замислюючись над тим, що погане освітлення негативно позначається на їхньому зорі.

Не виключенням є виникнення і проблем з опорно-руховим апаратом, викривлення постави. Маємо погодитися із С. Красіковим [28, с. 83], тривале положення в позиції сидячи сприяє великому навантаженні на хребет, і іноді підлітки можуть відчувати біль в спині. Крім того, відсутність фізичних навантажень призводить до слабкої фізичної підготовки та можливим проблемам із зайвою вагою.

Постійні рухи правою рукою в процесі маніпуляцій з мишкою, на переконання М. Кошенової [25, с. 175], може призвести до перенапруження м'язів і так званого синдрому карпального каналу – тунельному ураженню нервових стовбурів руки.

Ще один негативний аспект надмірного захоплення комп'ютерними іграми – ігнорування правил особистої гігієни. Згідно із спостереженнями Т. Вакуліч [6, с. 15], неповнолітні, які надмірно захоплюються комп'ютерними іграми часто виглядають неохайними і неакуратними, забувають про елементарні правила особистої гігієни, порушення яких може позначитися на здоров'ї як однієї людини, так і великих груп людей.

Другу, виокремлену нами, групу наслідків надмірного захоплення комп'ютерними іграми підлітками становлять зміни, які відбуваються на психологічному рівні. На переконання більшості дослідників, зокрема І. Іванов [19], П. Мунтян [36], О. Яницький [65] та ін. самі такі зміни становлять найбільшу небезпеку для психіки учнів підліткового віку і є основними симптомами формування адиктивної поведінки. Розглянемо зазначену групу наслідків докладніше.

Часткова або повна ідентифікація ігомана з комп'ютерним героєм. Зокрема, І. Іванов [19, с. 46] переконаний у тому, що саме рольові ігри сприяють формуванню психологічної залежності від комп'ютерних ігор, хоча і не заперечує можливість формування такої залежності від нерольових комп'ютерних ігор.

У свою чергу П. Мунтян зазначає, що підлітки дуже сильно вживаються в реалістичну комп'ютерну гру за рахунок специфічних її особливостей. Так, невиконання поставлених в грі завдань не призводить до якихось втрат, до поганих оцінок, до лайки з боку батьків, а зроблену помилку можна виправити шляхом багаторазового проходження певного моменту гри [36, с. 12-15].

Можемо припустити, що разом з ідентифікацією у комп'ютерних адиктів можливі прояви ще й таких психологічних механізмів захисту, як заміщення, раціоналізація і заперечення. Такий висновок маємо змогу зробити на основі результатів проведеного емпіричного дослідження, особистого спілкування і прихованого спостереження за потенційними комп'ютерними ігromанами в процесі гри на уроках інформатики.

Спираючись на роботи О. Яницький [65, с. 156], зауважимо, такий захисний механізм, як заміщення, передбачає переадресацію дії з більш загрозливого і недоступного об'єкта на менш загрозливий і доступний. Нами були зафіксовано випадки, коли підлітки, зазнавши невдачі в грі, переадресовували своє роздратування, агресію, ненависть на комп'ютер, його гарнітуру і на оточуючих. Агресивна поведінка виражалася як у вербальній формі (нецензурна лексика), так і фізичних діях (удари кулаками по клавіатурі, столу, навушниках; стусани по знайомих, які сиділи поруч).

Проведений контент-аналіз ситуацій, зафіксованих у ході спостереження та опитування учнів, дає можливість припустити, що такий механізм психологічного захисту, як заміщення, може бути поштовхом, імпульсом для вираження агресивних дій (в тому числі і кримінально-каральних), наприклад, щодо рідних у відповідь на заборону грати в комп'ютерні ігри.

Щодо такого наслідку, як неадекватне ставлення до себе в результаті невідповідності «Я-реального» і «Я-віртуального», І. Іванов відзначає, що у комп'ютерних ігromанів відбувається порушення в сфері психічних станів і посилення дезадаптації в результаті конфлікту між цими двома «Я» [19, с. 89].

Виходячи із результатів діагностичного дослідження, зауважимо, що дійсно, відчуття комфорту, геройства, переваги, лідерства в комп'ютерній грі різко змінюється наявністю невирішених проблем, відсутністю високого статусу в реальному колективі. Постійний комунікативний процес з такими ж любителями комп'ютерних ігор змінюється самотністю і замкнутістю в реальному житті. І чим більше неповнолітній занурюється в комп'ютерну гру, тим більше підсилюється розрив між «Я-реальним» і «Я-віртуальним». У результаті підліток, не усвідомлюючи всю трагічність наслідків свого захоплення, інстинктивно піддається бажанню перебути там, де психологічно комфортно – тобто в світі комп'ютерних ігор. Саме тому, на нашу думку, неповнолітні ігromани готові годинами, а то і цілодобово безперервно сидіти за комп'ютерною грою, що неодмінно негативно позначається на здоров'ї.

3. Тимчасове усвідомлення марності свого захоплення поряд з неможливістю зупинитися.

Серед негативних наслідків надмірного захоплення грою маємо відзначити і порушення емоційно-вольової сфери. Як стверджує Л. Шнейдер [62, с. 122], емоційний контакт з оточуючими стає поверхневим, в той час, коли посилюється емоційне забарвлення комп'ютерних героїв і сюжетів ігор.

Результати проведеного нами емпіричного дослідження даної проблеми дозволили зробити наступні висновки про наявність порушень емоційно-вольової сфери у потенційних ігromанів. Так, нами попередньо виявлено, для завзятих ігromанів характерна тривожність (68%), яка виражається в низькій контактності, соціальній боязкості, невпевненості в собі в ситуаціях успіху. Можемо припустити, саме такий стан призводить до спроби компенсувати тривожність непродуктивною формою у вигляді втечі в віртуальну реальність комп'ютерних ігор, де ігromани більшою мірою можуть розкрити свій творчий хист.

Крім того, результати нашого дослідження дозволили зробити висновок про наявність підвищеного рівня агресії у ігromанів (58%). Така поведінка може проявлятися у вигляді демонстративної непокори перед дорослими, фізичної чи вербальної агресії по відношенню до оточуючих, аутоагресії. Можемо припустити, неповнолітні, які віддають перевагу комп'ютерним іграм з агресивними сюжетами складають так звану групу ризику формування агресивної поведінки.

У цьому зв'язку, слушною видається думка Л. Шакірова про те, що рівень агресії підлітків є показником витіснення агресивних тенденцій особистості шляхом проектованого зганяння, а відтак агресія реалізується в віртуальному світі комп'ютерної гри [59, с. 140].

Перейдемо до розгляду наслідків ігрової залежності на соціальному рівні, як-от конфлікти з батьками і рідними. За даними К. Янга [67, с. 205], можливим є шантаж у відповідь на заборону проводити час за комп'ютером, який може проявлятися в погрозах піти з дому, покінчити життя

самогубством, помститися за відмову в отриманні бажаного. Нагадаємо, останній випадок у Вінницькій області, коли підліток у відповідь на заборону грати наніс ножові поранення батькові, дуже наочно свідчить про можливі трагічні наслідки надмірного захоплення комп'ютерними іграми. За попередніми даними, підліток був завзятим гравцем в World of Warcraft і Grand Theft Auto [42].

Досить частими проблемами в учнів-ігromанів можуть бути проблеми з навчанням, які пов'язані з пропусками шкільних занять, погіршенням як фізичного, так і психічного здоров'я. Згідно із даними Й. Хьойзенка [53, с. 160], час, який відводиться на виконання домашніх завдань, підлітки з радістю витрачають на ігри за комп'ютером. Недосипання також негативно позначається на навчальній діяльності. Проявом ігрової залежності також є ситуації, коли підлітки на перервах грають в ігри, завантажені на мобільні телефони або через мережу Інтернет.

Звернімося до розгляду такого наслідку надмірного захоплення ігровою діяльністю, як відсутність інших уподобань окрім комп'ютерних ігор. Маємо погодитися з тим, що технічний прогрес дозволив за останні десятиліття зробити комп'ютерні ігри набагато привабливішими, більш видовищними і яскравішими. Наявність усіляких, наближених до реальності, зображень, функцій, спецефектів притягують неповнолітніх, як магніт. На тлі таких яскравих розваг, стверджує Й. Хьойзенк [53, с. 165], елементарна гра в шашки, шахи, футбол з друзями здаються блякими і не такими цікавими. Те ж саме можна сказати і про відвідування гуртків за інтересам, які втрачають свій рейтинг на тлі таких просунутих і сучасних комп'ютерних ігор.

Говорячи про такий наслідок, як надання переваги комп'ютерним іграм, а не живому спілкуванню, маємо все ж визнати, що, звичайно, в комп'ютерних іграх присутнє спілкування, але віртуальне, яке виражається переважно у формі листування. При цьому використовується спеціальний сленг, властивий геймерівській субкультурі, а емоції виражаються за допомогою різноманітних смайликів і значків. Нерідко спілкування в живому

форматі зводиться до обговорення самого процесу гри, до розповідей про свої досягнення, про новинки в світі віртуальних ігор.

Провідні дослідники сучасності (Т. Вакуліч [6], А. Гришина [11], І. Іванов [19] та ін.), обґрунтовуючи наслідки надмірного захоплення ігровою діяльністю, звертають увагу і на соціальну дезадаптацію. При цьому науковці наголошують, комп'ютерна ігрова залежність, як і будь-яка адикція, рано чи пізно може призвести до повної або часткової втрати соціальних контактів підлітка. На нашу думку, найбільша небезпека полягає в тому, що у підлітка втрачається зв'язок з головними для його віку інститутами соціалізації – сім'єю і навчальним закладом. Результатом такого відчуження може бути не тільки погана успішність, конфлікти з батьками, але і зростаючий психологічний дискомфорт, під тиском якого неповнолітній буде і надалі ховатися в віртуальному світі комп'ютерних ігор.

У цьому зв'язку, Ю. Серебреніков [47, с. 75] стверджує, що комп'ютерні ігромани мають свій особливий погляд на розуміння людського життя. На думку дослідниці, безліч життів, безсмертя і так званий «режим бога», може викликати почуття всесильності і безпеки, що призводить до зниження інстинкту самозбереження в реальності. Дійсно, згідно із результатами спостережень маємо підстави стверджувати про те, що у комп'ютерних ігromанів притупляється відчуття небезпеки, а інстинкт самозбереження іноді не спрацьовує. Пояснити такий феномен можна тим, що віртуальний світ набагато простіше, ніж реальне людське існування. У героя комп'ютерних ігор нескінченне число життів і нескінченне число спроб, щоб почати гру спочатку. Ця модель поведінки десятками раз відпрацьовується в процесі гри і несвідомо переноситься в світ реальний. У результаті неповнолітні не в змозі дати об'єктивну оцінку ситуації в реальному житті, визначити ступінь безпеки/небезпеки навколишнього світу. Наприклад, відсутність реального сприйняття і відчуття болю при отриманні віртуальних ударів і поранень може привести до неможливості розрахувати свої сили у реальній ситуації.

Таки деструктивний наслідок надмірною захопленістю комп'ютерною реальністю, як готовність порушити закон заради гри проявляється у тому, що в силу вікових особливостей учні підліткового віку не здатні в достатній мірі контролювати свою поведінку, щоб протистояти комп'ютерній ігровій залежності. Так, у Дніпропетровську підлітки вбили свого приятеля і пограбували його квартиру, щоб добути грошей для оплати комп'ютерного часу в клубі [48]. А у в'єтнамській провінції Нге підліток убив семирічну дівчинку, спокусившись на її сereжки, якими можна було оплатити «квиток» в інтернет-кафе [48].

Підбиваючи підсумки, зауважимо на тому, що попри складність і деструктивність наслідків надмірної захопленістю комп'ютерною реальністю учнями підліткового віку, вчасно надана допомога з боку фахівців соціальної роботи, психологів у подоланні своїх особистісних проблем, дозволить їм ставитися до гри, як до розваги, до засобу розвитку будь-яких навичок, а не ховатися в віртуальному світі від себе і від реальності. Маємо констатувати, така допомога, передусім, має бути технологічно виваженою та обґрунтованою, передбачати елементи інтерактивної тренінгової діяльності соціально профілактичного спрямування.

2.3. Соціально-педагогічний тренінг як засіб соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку

Спираючись на вище викладене можемо на цьому етапі дослідження стверджувати про наступне: надмірне захоплення учнів підліткового віку комп'ютерними іграми призводить до втрати контролю, підпорядкуванню важливих життєвих сфер тільки інтересу до гри. Така чітка фіксація цього комп'ютерного захоплення і отримуваного в результаті задоволення, на думку В. Плешакова [43], закріплюється в структурі особистості учнів у

вигляді адикції, що породжує різні девіації, починаючи з десоціалізації і закінчуючи делінквентними проявами.

У зв'язку зі сказаним питання профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку з кожним роком набирає все більшої актуальності і привертає увагу учених з різних сфер наукового знання. Так, окремі аспекти профілактики кіберадикції неповнолітніх розробляють такі дослідники, як В. Андріяш [2], Т. Бальбот [5], Т. Вакуліч [6], А. Гришина [11], В. Друзін [13], О. Литвиненко [30], Л. Нікітіна [39], С. Риженко [46], Л. Юр'єв [64] та ін. Попри різноплановість наукових пошуків, дослідники одностайні у тому, що ефективніше попереджати адикцію на початкових етапах її формування, ніж потім лікувати глибокі зміни психіки особистості.

Загалом, ігрова залежність в загальній структурі залежностей займає одне з ключових місць і вимагає серйозних підходів в лікуванні і профілактиці. Виходячи з міжнародного досвіду, який формувався роками, можна виділити два основні підходи в лікуванні гемблінга – це немедикаментозна терапія і терапія лікарськими препаратами. У межах нашого дослідження особливої уваги заслуговують саме немедикаментозні методи лікування та профілактики ігроманії, адже будь-яка залежність являє собою перш за все психічне відхилення в поведінці людини.

Так, серед найбільш успішних в практичному сенсі методів можна виділити наступні: психотерапія, рефлексотерапія, а також групова і когнітивно-поведінкова терапія (КПТ). Спираючись на роботи Т. Бальбот [5], розглянемо механізм дії когнітивно-поведінкової терапії. Загалом, КПТ полягає в тому, що у гравця, а в даному випадку в учнів підліткового віку, формуються негативні думки і емоції до азартних ігор за рахунок імаджинальної десенсибілізації (техніка в психотерапії, спрямована на зменшення емоційних сплесків Т. Вакуліч [6, с. 19]). Таким чином, у підлітків спершу відбувається відвикання, а потім формування образів гри, пов'язаних, перш за все, з негативними емоціями. Крім цього, когнітивно-поведінкова терапія включає в себе тренінги соціальних навичок, завдяки

яким учні адаптуються до суспільного життя і розвивають у собі здатність контролювати подальші зриви.

Погоджуючись більшою мірою із думку Л. Нікітіною [39, с. 46], все ж зазначимо, що основними напрямками роботи соціального працівника щодо вирішення даної проблеми є профілактика і реабілітація. Так, сучасними методами профілактики ігроманії є арт-терапія, трудова терапія, музикотерапія тощо. При цьому завданнями творчої терапії є розвиток особистості, формування нових інтересів і лікування адиктивної поведінки. Учені педагоги і психологи відзначають, що творча діяльність сприяє упорядкування думок, допомагає учням підліткового віку висловити свої емоції, переживання, проявити себе і відкрити таланти, тим самим виступаючи заміною грі. Трудова терапія має аналогічне завдання, так само вона вчить дітей і підлітків справлятися з іншого виду труднощами.

Як показують численні дослідження педагогів і психологів (А. Гришина [11], В. Друзін [13], О. Литвиненко [30] та ін.), діти і підлітки, які страждають на ігрову залежність, мають велику кількість вільного часу [13, с. 16]. Отже, одним із профілактичних методів соціального педагога є організація дозвілля та розвиток кругозору, інтересів учнів. При організації дозвілля дітей та підлітків, соціальний педагог може використовувати профілактичний потенціал бесіди. Завдання бесіди – інформування підлітків про різні варіанти проведення часу і перспективи досягнень у різних сферах зайнятості. У зв'язку з тим, що одна з причин занурення в гру є бажання підлітка проявити себе, перспектива прояви себе в іншій сфері діяльності допоможе не допустити розвиток ігроманії.

Однак, вважаємо за необхідне наголосити на тому, що згідно із результатами Кохрейнівських досліджень О. Литвиненко [30, с. 16], які були присвячені немедикаментозній терапії ігрової залежності серед дітей та молоді, можемо стверджувати про те, що найбільш ефективним підходом у зменшенні деструктивного впливу ігрової залежності є комбінація різних технологій соціальної роботи, зокрема, соціальної профілактики, корекції та

терапії. Уважаємо, саме такий технологічних симбіоз дозволяє максимально знизити інтенсивність ігрової залежності та інших симптомів патологічного потягу до азартних комп'ютерних ігор.

Проте, серед соціальних педагогів широке поширення нині мають тренінгові технології, які дозволяють гармонійно комбінувати різні традиційні підходи, іноді навіть з виправданими елементами доцільної «еклектичності» чи-то мозкового штурму. Поділяючи погляди низки дослідників (О. Литвиненко [30], Л. Нікітіна [39], С. Риженко [46], Л. Юр'єв [64] та ін.), вважаємо, що одним з ефективним методів превенції формування психологічної залежності учнів підліткового віку від комп'ютерних ігор у рамках первинної профілактики є психологічний тренінг. Зауважимо на тому, що у своїй роботі вважаємо за доцільне орієнтуватися на когнітивно-поведінкову модель психологічного тренінгу [46, с. 126].

Варто наголосити на тому, що психологічний тренінг має ряд переваг в роботі з учнями підліткового віку з огляду на притаманні неповнолітнім вікові та індивідуально-психологічні особливості. Зокрема, до таких характеристик тренінгу дослідники (Л. Юр'єв [64, с. 100]) відносять: свободу спілкування між учнями, відсутність жорстких формальних правил, активність і «включеність» у навчальний процес, наявність елементів ігрової діяльності, що сприяє більш легкому встановленню і знаходженню «спільної мови».

Наголосимо, у реальному житті прийняте рішення або вчинок завжди викликають певний результат, з яким людині доводиться погоджуватися. Натомість, у рольовому моделюванні поведінки під час психологічного тренінгу такий результат легко можна міняти, тому під час взаємодії учасників, стверджує С. Риженко [46, с. 201], відсутнє побоювання за неправильність рішень, що робить учасників більш відкритими, а аналіз вчинків під час гри допомагає скласти прогноз щодо їх поведінки в тій чи іншій ситуації в майбутньому.

Крім того, більшість тренінгових вправ спрямовані на виконання практичних завдань, що сприяє інтеріоризації отриманої інформації (перетворення її у внутрішній надбання особистості [46, с. 201]), коли вона відпрацьовується в максимально наближених до реальності ситуаціях.

Як зауважує О. Євтихов [15, с. 89], позитивним елементом групових тренінгів є один з механізмів навчання і розвитку сприятливого клімату в групі – вербалізована рефлексія – словесне озвучення почуттів і емоцій відносно один одного, подій, що відбуваються в групі, проблем, які досліджуються. Це в свою чергу сприяє формуванню навичок розпізнання та вираження неповнолітніми своїх емоцій.

Отже, емпіричну базу дослідження склали результати контент-аналізу і порівняльного аналізу існуючих напрацювань з досліджуваної проблеми; результати індивідуальних бесід і анкетування педагогів, шкільних психологів ($n = 4$), учнів 7-11 класів ($n = 35$). Виходячи із загальнотеоретичних положень щодо розуміння соціальної профілактики та її рівнів [33, с. 26], ми зупинилися на первинній профілактиці ігрової залежності, яку розуміємо як комплекс профілактичних і виховних психолого-педагогічних заходів, котрі забезпечують стійкість до агресивного впливу інформаційного середовища, що дозволяє попередити загрози формування залежності серед учнів підліткового віку.

Серед цілей тренінгу з профілактики ігрової залежності визначено, зокрема, попередження формування залежної (від гри і комп'ютера) поведінки серед учнів підліткового віку 12-17 років шляхом пропаганди здорового способу життя, формування «антизалежних» установок, зміни ціннісного ставлення підлітків до даної проблеми і формування особистої відповідальності за свою поведінку.

Основними завданнями тренінгової програми «Профілактика комп'ютерної ігроманії неповнолітніх», яку подано у Додатку В, були:

- розвиток і корекція уявлень про себе («Я-концепція»);
- розуміння причин і мотивів захоплення комп'ютерними іграми;

- розвиток самопізнання і здатності до самоаналізу на основі внутрішньоособистісних і поведінкових змін;
- формування емоційної стійкості і самоконтролю;
- формування адекватної самооцінки і впевненості в собі;
- стимулювання процесу особистісного зростання, пошук оптимальних шляхів для самореалізації;
- формування і прийняття реальних життєвих планів, позитивних життєвих цілей і розвиток мотивації в їх досягненні;
- закріплення позитивних зразків поведінки.

Виходячи із загальних положень щодо організації соціально-педагогічної взаємодії фахівця із клієнтами у процесі тренінгової діяльності (Н. Дідик [13], О. Євтихов [15], Ф. Мустаєва [33] та ін.), принципами реалізації розробленого тренінгу стали:

1. Принцип доступності (відповідність методів реалізації індивідуальним і віковим особливостям учасників).
2. Принцип індивідуалізації (особистісно-орієнтований підхід).
3. Принцип різнобічності впливів (заснований не тільки на психолого-педагогічній корекції навчальної діяльності та дозвілля учнів підліткового віку, але і на включенні їх у суспільну діяльність, корекцію взаємин в сім'ї).
4. Принцип діяльнісного підходу (через систему заходів учасники включаються в різні види діяльності, що забезпечує створення ситуації успіху для кожного).
5. Принцип комплексності, системності та послідовності.

Зазначена тренінгова програма була реалізована у формі позакласної психо-соціально-профілактичної групової роботи. При відборі в експериментальну групу враховувалися результати бесід і анкетування на предмет виявлення зацікавленості до комп'ютерних ігор. При цьому в первинну діагностичну бесіду були включені питання, спрямовані на виявлення схильності до комп'ютерної адикції відповідно до анкети А. Котлярова [23, с. 92-93]. Зазначимо, що схильність до залежної поведінки

можна констатувати вже за наявності трьох позитивних відповідей. Крім того, інформацією про наявність пристрасі окремих учнів до комп'ютерних ігор володіли також вчителі та шкільні психологи.

У результаті проведеної діагностики нами було виявлено 23 підлітка (13-15 років), у яких спостерігалися певні ознаки схильності до комп'ютерної залежності в незначній, але в деяких випадках вираженій формі. Серед опитаних кількісне співвідношення набраних балів виглядає наступним чином: 1 учень набрав 9 балів, 3 учня – по 5 балів, 8 учнів – по 3 бали, 8 учнів – по 2 бали, 3 учня – по 1 балу.

На основі отриманих результатів було сформовано експериментальна (12 учнів) і контрольна (11 учнів) групи. З неповнолітніми експериментальної групи 2-3 рази в тиждень після занять, згідно із поставленими цілями, після встановлення рапорту, виконувалося кілька тематичних вправ з подальшим підбиттям підсумків і обговоренням отриманих результатів. Заняття проводилися в просторому приміщенні, стільці для учасників були розставлені по колу, були всі необхідні для виконання тренінгових вправ канцелярські приладдя.

Зауважимо на тому, що тренінгова програма розрахована на п'ятиденну роботу, але з огляду на наявність у першій половині дня навчальної діяльності учнів, нами були сформовані три основні блоки, кожен з яких включав по вісім тематичних вправ.

Отже, робота з учнями підліткового віку включала в себе, по-перше, діагностику з виявлення наявності ознак комп'ютерної та ігрової залежності (Додаток А), тест Такера на виявлення ігрової залежності (модифікований і адаптований для неповнолітніх психологом І. Конигіною (Додаток Б)).

По-друге, власне блок вправ соціально-педагогічного тренінгу. Зокрема, вправи першого блоку – «Початок» – були спрямовані на:

- знайомство і встановлення психологічного контакту з учасниками тренінгу, презентацію тренінгової програми, прийняття правил, вхідний опитування за методикою А. Котлярова [23] (модифікований варіант з

постановкою запитань від першої особи) і можливі очікування від проведених занять;

- визначення основних понять, висвітлення актуальності даної теми, дослідження як проблеми психологічної залежності, так і надмірного захоплення комп'ютерними іграми серед неповнолітніх;

- встановлення основних причин і ознак прояви психологічної залежності неповнолітніх від комп'ютерних ігор;

- визначення негативних наслідків надмірного захоплення неповнолітніми комп'ютерними іграми на реальних життєвих прикладах.

Вправи другого блоку – «Занурення» – припускали:

- формування навичок взаєморозуміння та взаємодії з оточуючими, розвиток здатності правильно інтерпретувати отриману інформацію, а також достовірно передавати її;

- вироблення адекватних способів виходу з конфліктних ситуацій;

- проведення порівняльного аналізу між тим, як неповнолітні проводять своє дозвілля і тим, які перспективні можливості проведення вільного часу існують;

- усвідомлення марності і навіть небезпеки надмірного захоплення комп'ютерними іграми;

- визначення ролі емоційно-вольової сфери в житті людини;

- знайомство з власним світом почуттів;

- прийняття можливих позитивних або негативних емоцій, що виникають під час, або після гри на комп'ютері, а також в ситуаціях заборони грати з боку батьків;

- розвиток навичок самоспостереження і самоаналізу;

- формування адекватної самооцінки.

Вправи третього блоку – «Робота зі своїм Я» – включали в себе:

- формування навичок психоемоційної стійкості, вольової регуляції поведінки і подолання з негативними переживаннями;

- розвиток навичок підтримки гарного настрою і життєвого оптимізму;

- проектування життєвий планів на майбутнє і формування навичок цілепокладання;

- підведення підсумків, групова рефлексія і прощання з учасниками тренінгу.

Варто зауважити на тому, що виходячи з особливостей підліткового віку, підведення підсумків здійснювалося у формі обговорення власних вражень і переживань, у результаті чого було зроблено відповідні висновки і внесено корективи у подальшу взаємодію.

Щодо власних спостережень, відзначимо: загальне ставлення неповнолітніх до комп'ютерних ігор в перші дні проведення тренінгових вправ було позитивним. На їхню думку, комп'ютерні ігри – це один із способів цікавого проведення вільного часу. Зворотній зв'язок, а також спостереження за реакціями і поведінкою учасників після інформування про негативних аспектах впливу комп'ютерних ігор на фізичне і психічне здоров'я молодого організму, розгляду негативних наслідків залежності на конкретних життєвих прикладах завзятих геймерів показали певні зміни щодо сприйняття комп'ютерних ігор.

Натомість, вправи наступних днів були спрямовані на розширення кругозору неповнолітніх, ознайомлення їх з альтернативними формами проведення дозвілля, з власним внутрішнім світом, почуттями і переживаннями з метою самопізнання і самовдосконалення, була надана можливість самостійно формувати близькі та віддалені плани на майбутнє.

Також зауважимо, у ході реалізації програми використовуються методи когнітивно-поведінкової, арт-терапії, тілесно-орієнтованої терапії, рольових ігор, групових дискусій. Програма тренінгу представляла собою цикл зустрічей з групами учнів підліткового віку (у форматі навчального класу) з періодичністю (від 1 разу на тиждень до 1 разу на місяць) протягом 5-6 зустрічей, з тривалістю одного заняття – 1 шкільна година. Зустрічі з батьками і педагогами - фахівцями проводяться у обов'язку, з періодичністю та термінами, погодженими з адміністрацією даної установи.

Для встановлення стійкості отриманих результатів, ретест за опитувальником А. Котлярова [23] був проведений в експериментальній групі не відразу після завершення профілактичного тренінгу, а протягом місяця.

За результатами реалізованої тренінгової програми, відгуків учителів і учнів-учасників все ж можемо маємо підстави констатувати її ефективність, дієвий превентивне вплив, зокрема: в контрольній групі результати тестування практично не змінилися (табл. 2.2.). Водночас, у учасників експериментальної групи було відзначено зниження показників на 33% (табл. 2.3.).

Таблиця 2.2.

**Показники тестування в контрольній групі за опитувальником
А. Котлярова**

Тестування	Показники (бали)										
Тест	5	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1
Ретест	4	3	3	4	3	2	1	2	2	0	1

Таблиця 2.3.

**Показники тестування в експериментальній групі за опитувальником
А. Котлярова**

Тестування	Показники (бали)										
Тест	9	5	5	3	3	3	3	2	2	2	1
Ретест	7	4	3	0	2	1	3	2	2	1	0

Зауважимо, у процесі групових бесід неповнолітні відзначили своє розуміння і усвідомлення згубного впливу надмірного захоплення комп'ютерними іграми. Отримані результати дозволили пересвідчитися в виправданості підбору наявного комплексу тренінгових вправ і визначити ступінь їх корисності й ефективності.

Виходячи із власного досвіду, наголосимо на тому, що в навчальних закладах соціальними педагогами і психологами останнім часом ведеться

активна робота по профілактиці девіантної, адиктивної та делінквентної поведінки. Згідно з нашими спостереженнями в рамках попередження кібераддикції неповнолітніх у школах проводяться тематичні лекції, групове обговорення даної проблеми, реалізуються тренінгові профілактичні програми. Педагогічний склад навчальних закладів також бере участь в планових та позапланових зборах, семінарах, круглих столах, конференціях, присвячених проблемі профілактики комп'ютерної ігроманії серед неповнолітніх. Такі заходи в основному спрямовані на інформаційне просвітництво: роз'яснюються причини, ознаки, наслідки і заходи превенції залежної поведінки.

Однак, власна практика спілкування зі шкільними психологами, зокрема Лебединського НВК №2, Хоружівської школи-інтернату показує, що гострою залишається потреба в додатковому інформуванні з боку кваліфікованих фахівців з питань застосування спеціального психодіагностичного інструментарію і використання методів візуальної діагностики з метою виявлення неповнолітніх комп'ютерних ігроманів.

На жаль, у багатьох випадках батьками і педагогами захоплення комп'ютерними іграми розцінюється як варіант норми і тому не приділяється належної уваги іншим ознаками, які свідчать про наявність залежної поведінки. І як результат, учні підліткового віку потрапляють до фахівців вже на етапі сформованої адикції. У зв'язку з цим, маємо наголосити на виключній важливості саме інформаційного просвітництва в профілактиці ігрової залежності учнів.

Погоджуючись із О. Белобрикіною [4, с. 21] зауважимо, деякі види комп'ютерних ігор приносять користь і, в залежності від вікових критеріїв, сприяють розвитку уваги, логічного мислення, пам'яті, просторової орієнтації, інтелекту; формують посидючість, терпіння, наполегливість, цілеспрямованість; допомагають освоювати іноземні мови і удосконалювати комунікативні навички; учать аналізувати ігрові ситуації, шукати і приймати рішення в умовах дефіциту часу; слугують засобом зняття напруги.

Але існує також ряд комп'ютерних ігор, які негативно впливають на психіку підростаючого покоління – це ігри з елементами агресії, порнографії, екстремізму, вживання алкоголю і наркотичних речовин. Саме на профілактику залежності від них і розрахований вищеописаний тренінг.

У цілому, можемо стверджувати про те, що у процесі апробації соціально-педагогічного тренінгу на рівні обраних навальних закладів актуалізовано і наближено до розв'язання такі завдання програми профілактики ігрової залежності:

1. Надання інформації неповнолітнім і їхньому найближчому соціальному оточенню про негативні наслідки ігрової залежності.

2. Формування «антізалежних» установок у середовищі неповнолітніх, що передбачає пропаганду здорового способу життя серед усіх учасників освітнього процесу.

3. Розвиток психологічних навичок, необхідних для формування особистої відповідальності за свою поведінку.

Отже, вище сказане дозволяє стверджувати про те, що поширеними та ефективними методами профілактики надмірного захоплення неповнолітніми комп'ютерними іграми є індивідуальні та групові роз'яснювальні бесіди, групові тренінги, психологічне консультування та сімейна терапія. Можемо констатувати, результати реалізації авторського тренінгу «Профілактика комп'ютерної ігроманії неповнолітніх» шляхом апробації індивідуальних і групових бесід вказують на підвищення рівня розуміння причин і негативних наслідків надмірного захоплення комп'ютерними іграми в учасників тренінгу. Такі результати, передусім, стали можливими за рахунок того, що підлітки знайомилися зі світом власних емоцій і почуттів, на підставі чого відбувалося розвиток самопізнання і здатності до самоаналізу, формування емоційної стійкості і самоконтролю, адекватної самооцінки і впевненості в собі. Наголосимо, завершальний етап реалізації тренінгової програми був спрямований на проектування життєвих цілей і закріплення позитивних зразків поведінки учнів підліткового віку.

Висновок до розділу 2

Висвітлення технологічних засад соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку як фактору зниження рівня суспільної девіації дозволило з'ясувати чинники формування такої залежності, обґрунтувати наслідки ігрової залежності учнів визначеного віку, а також розкрити потенціал соціально-педагогічного тренінгу як одного із дієвих засіб соціальної профілактики ігроманії підлітків.

Застосування діагностичного інструментарію дозволило визначити чинники формування ігрової залежності учнів підліткового віку: спадкові (алкоголізм батьків; залежність від азартних ігор найближчих родичів; психічні захворювання родичів); психічні (психопатії; дефіцит уваги у поєднанні з гіперактивністю; схильність до фантазування щодо своєї виключної необхідності та унікальності; пошук нових вражень і переживань); середовищні (адиктивна сім'я, адиктивне середовище навчання; адиктивні друзі; особливості виховання); соціальні (соціальна дезінтеграція, нестабільність; реклама і доступність комп'ютерних ігор).

Використання методу системного аналізу забезпечило можливість обґрунтувати та охарактеризувати наслідки ігрової залежності учнів визначеного віку, а саме наслідки на фізіологічному рівні (проблеми з режимом сну і активності; втрата апетиту, нерегулярне харчування або надмірне неконтрольоване споживання їжі; проблеми із зором та ін.); наслідки на психологічному рівні (часткова або повна ідентифікація ігомана з комп'ютерним героєм; неадекватне ставлення до себе в результаті невідповідності «Я-реального» і «Я-віртуального»; Порушення емоційно-вольової сфери); наслідки на соціальному рівні (конфлікти з батьками і рідними; проблеми з навчанням; відсутність інших захоплень крім комп'ютерних ігор; соціальна дезадаптація; готовність порушити закон заради гри).

Доведено, що найбільш раціональним вирішенням проблеми ігрової залежності учнів підліткового віку є соціальна профілактика гемблінгу. При

цьому зауважено, що визначального значення набувають первинні профілактичні заходи, які полягають в освітній роботі, інформуванні учнів і молоді про сутність ігрової залежності як виду адиктивної поведінки, проблеми, які виникають у процесі повного занурення у гру.

Визначено, що результатом первинної профілактики гемблінгу може бути усвідомлення учнями підліткового віку всіх наслідків, які тягне за собою регулярна участь в азартних комп'ютерних іграх, а також формування психологічних навичків для протистояння ігрової залежності.

Наголошено на тому, що особливої актуальності набуває налагодження скоординованої співпраці провідних агентів соціалізації учнів підліткового віку, яка б забезпечила ефективність процесу соціальної профілактики ігрової залежності.

ВИСНОВКИ

Теоретичне обґрунтування, розробка та апробація технології соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку як фактору зниження рівня суспільної девіації забезпечили можливість сформулювати такі загальні висновки.

1. Охарактеризовано методологічні підходи до дослідження залежної поведінки, зокрема сутності, причин та етапів виникнення ігроманії як форми суспільної девіації. Використання системного підходу уможливило розкрити цілісність феномену гри, виявити взаємозв'язки між її структурними елементами, розглянути комп'ютерну гру як соціокультурне явище сучасного суспільства; методологічні принципи культурологічного підходу дозволили виявити механізми трансформації класичної ігрової культури в тотальну «ігроманію», а також визначити можливості профілактики цієї залежності, змодельовати технологію соціальної реабілітації та ресоціалізації ігрозалежних підлітків.

Застосування різних методологічних підходів дозволило позиціонувати комп'ютерну ігрову залежність, гейм-адикцію, кіберадикцію, ігрову адикцію, комп'ютерну ігроманію як синонімічні поняття, котрі позначають патологічну пристрасть людини до постійного проведення часу за грою.

Констатовано, що основними причинами виникнення ігрової залежності є непостійність/хаотичність відносин в родині, надмірна або недостатня опіку, жорстокість, надмірна вимогливість з боку найближчого соціального середовища, жага до ризику і потреба в гострих відчуттях, що успішно досягається в процесі азартних ігор різної конфігурації, бажання людини відійти від реальності, від проблем, пов'язаних із нею та ін.

2. Визначено соціально-психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку через розкриття таких специфічних ознак, як безперервна залученість у процес гри та збільшення часу перебування в ній; ігри займають більшу частину думок, людина досить часто уявляє ігрові ситуації; повна втрата контролю, що проявляється в

нездатності людини зупинити гру, незважаючи на виграш або поразку; поява стану психологічного дискомфорту; прагнення до збільшення ризику кожен новий раз; бажання знайти можливість участі у більш складній азартній грі; скритність, відособленість, відчуженість і недовірливість; спостерігаються труднощі у встановленні міжособистісних, безпосередніх контактів та ін.

3. Використання методу системного аналізу забезпечило можливість обґрунтувати та охарактеризувати наслідки ігрової залежності учнів визначеного віку, а саме наслідки на фізіологічному рівні (проблеми з режимом сну і активності; втрата апетиту, нерегулярне харчування або надмірне неконтрольоване споживання їжі; проблеми із зором та ін.); наслідки на психологічному рівні (часткова або повна ідентифікація ігомана з комп'ютерним героєм; неадекватне ставлення до себе в результаті невідповідності «Я-реального» і «Я-віртуального»; Порушення емоційно-вольової сфери); наслідки на соціальному рівні (конфлікти з батьками і рідними; проблеми з навчанням; відсутність інших захоплень крім комп'ютерних ігор; соціальна дезадаптація; готовність порушити закон заради гри).

4. Доведено, профілактику комп'ютерної ігрової залежності серед учнів підліткового віку доцільно здійснювати на соціально-громадському, соціально-середовищному та індивідуальному рівнях за участю органів законодавчої та виконавчої влади, школи, сім'ї, власне учнів. Констатовано про те, що перший рівень повинен передбачати розробку закону «Інформаційно-психологічна безпека особистості» з підрозділом по забезпеченню інформаційно-психологічної безпеки від комп'ютерних ігор; організацію експертизи (сертифікації) комп'ютерних ігор, заборону поширення і використання комп'ютерних ігор, які негативно впливають на психіку; контроль за діяльністю комп'ютерних клубів; розробку і реалізацію соціальних програм з профілактики комп'ютерної залежності.

Обґрунтовано доцільність та ефективність застосування технологічного потенціалу соціально-педагогічного тренінгу як засобу соціальної

профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку. Визначено, у ході тренінгу профілактика комп'ютерної залежності серед учнів підліткового віку повинна бути орієнтована на підвищення їх інтересу до різних сфер сучасного дозвілля, підготовку психіки підлітків до протидії негативним впливам комп'ютерних ігор, допомогу усвідомити їх освітні та культурні потреби і способи їх задоволення за допомогою комп'ютера; інформування учнів і їх батьків про негативний вплив комп'ютерних технологій; зменшення інтересу учнів до комп'ютерних ігор, а також організацію соціально-громадської протидії формуванню ігрової залежності в учнів підліткового віку як ресурсу нації і держави.

Серед перспективних напрямів подальших наукових пошуків можемо виокремити такі, як поглиблення уявлень про вікові і гендерні аспекти залежності від комп'ютерних ігор; розроблення та обґрунтування спеціальних психо-соціокорекційних методик з метою попередження комп'ютерної ігроманії серед учнів підліткового віку; розробка методів саморегуляції в рамках реалізації технології соціальної профілактики негативних наслідків адикції від комп'ютерних ігор.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акопов А. П. Homo Gamer: Психология компьютерных игр. М.: Независимая фирма «Класс», 2014. 200 с.
2. Андрияш В.А. Игровой тренинг как средство профилактики компьютерной зависимости у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации // *Ученые записки Орловского государственного университета*, 2019. № 2 (83). С. 178-180. URL: <http://oreluniver.ru/science/journal/notes/>
3. Безенко Т. О. Комп'ютерна залежність як соціально-педагогічна проблема // *Форум молодих учених*. 2017. № 6 (10). С. 164-166.
4. Белобрыкина О.А. Периодизация детской игры в антропологической перспективе // *Вестник ТГПУ. Серия: Психология*. 2005, № 1 (45). С.20-22.
5. Бальбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск : ДГУ, 2006. 196 с.
6. Вакуліч Т.М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Центр. інст. післядип. педаг. освіти АПН України. К., 2006. 21 с
7. ВОЗ официально признал а игровую зависимость болезнью // *Психологическая газета*. URL: <https://psy.su/feed/7472/>
8. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. М.: Смысл, Эксмо, 2004. 512 с.
9. Горбачева А.С. Профилактика аддикций у подростков средствами тренинга // *Казанский педагогический журнал*, 2016. №2. С. 172-175. URL: <https://kp-journal.ru/>
10. Гринсон Р. Р. Техника и практика психоанализа М.: «Когито-Центр», 2003. 478 с. URL: <http://padabum.com/d.php?id=4237>
11. Гришина А. П. Ценность здоровья в структуре ориентаций студентов-геймеров: автореф. дисс.... канд. соц. наук. Уфа, 2018. 24 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/subkultura-geimerov-v-kontekste-informatsionnogo-obshchestva>

12. Дідик Н. М. Соціально-педагогічна профілактика ігрової залежності // *Молодий вчений*, № 2 (17), лютий 2015. С. 226-231. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/345.pdf>
13. Друзин В. А. Влияние виртуальной реальности на образ Я (на примере ролевых компьютерных игр): автореф. дисс.... канд. психол наук. СПб, 2019. 27 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/vliyanie-virtualnoi-realnosti-na-obraz-ya-na-primere-rolevykh-kompyuternykh-igr>
14. Дюркгейм Е. Социология. Её предмет, метод, предназначение / Пер. с фр., сост., послесл. и прим. А. Б. Гофмана. М.: Канон, 1995. 352 с
15. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. СПб.: Издательство «Речь», 2004. 256 с.
16. Заїка І. М. Модель співробітництва провідних агентів соціалізації у процесі соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку // Студентські соціально-педагогічні та культурологічні читання: збірник наукових праць студентів і магістрантів / за заг. ред. А. О. Поляничко, А. В. Кирилюк. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2020. С. 15-17.
17. Заїка І. М. Соціальні та психологічні характеристики портрету ігрозалежних учнів підліткового віку // Особистість підлітка в нових соціокультурних реаліях: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (м. Харків, 22-23 березня 2020 р.). Х. : ХНПУ імені Г. Сковороди, 2020. С. 82-84.
18. Зубок Ю. І. Соціально-психологічні аспекти ком'ютерної залежності підлітків // *Актуальні проблеми психології*. Випуск 44. Том 1. С. 79-85. URL: <http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v1/i44/22.pdf>
19. Іванов І. С. Психологія самореалізації особистості в комп'ютерній ігровій діяльності. К. : Поліглот, 2018. 153 с.
20. Кабакова М. С. Игровой бизнес и девиантное поведение несовершеннолетних // *Психопедагогика в правоохранительных органах*. 2006. № 3. С. 94-95. URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=9608>
21. Кадар Ф. А. Психологические исследования феномена интернет-аддикции // Діджиталізація і комп'ютеризація суспільного буття: матеріали

всеукр. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 22-23 травня 2018 р.). Одеса : ПНПУ імені К. Ушинського, 2018. С. 102-104.

22. Квінні Р. Увлеченность компьютерными играми: социально-психологический аспект. Р.-на-Д., 2012. 124 с.

23. Котляров А.В. Другие наркотики или Homo Addictus: Человек зависимый. М., 2006. 480 с.

24. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // *Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева*. 1991. № 1. С. 8-15. URL: <https://psychiatr.ru/magazine/obozr>

25. Кошенова М.И. К типологии личности компьютерных геймеров Актуальные проблемы социальной психологии : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Особистість підлітка в нових соціокультурних реаліях» / под науч. ред. О.А. Белобрыкиной, М.И. Кошеновой. Х.: Вид-во ХНПУ, 2017. С. 170-180. URL: <https://nauka.udpu.edu.ua/1-3-osoblyvosti-rozvytku-sotsialnoji-kompetentnosti-pidlitkiv-pry-proektuvanni-navchalno-vyhovnoho-protsesu/>

26. Кравченко С. Ю. Основные принципы построения программы зависимостей: мысли и выводы. М. : Полиграф и Ко, 2016. 215 с.

27. Кравцов Г.Г., Кравцова Е.Е. Психология игры: культурно-исторический подход. М.: Левъ, 2017. 338 с.

28. Красиков С. Психологические аспекты изучения проблемы поведенческой аддикции // *Психология в вузе: научно-методический журнал*. 2018. № 2. С. 80–85. URL: https://www.elibrary.ru/title_about.asp?id=10417

29. Лидин К.Л. Игрушки взрослых. Имидж как индикатор корпоративных культур // Социокультурные проблемы современной молодежи: Материалы Междунар. научн.-практ. конф. Новосибирск: НГПУ, 2006. С. 112-119. URL: <https://tusp23.msp.midural.ru/news/socialnye-problemy-molodeji-v-sovremennom-obshchestve-47141/>

30. Литвиненко О. В. Психологические детерминанты компьютерной игровой зависимости и особенности ее психопрофилактики: автореф. дисс....

канд. психол. наук. Санкт-Петербург, 2018. 22 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-determinanty-kompyuternoj-igrovoi-zavisimosti-i-osobnosti-ee-psikhoprofi>

31. Макаров Н.Д. Контент анализ (Метод количественного изучения содержания социальной информации). М.: НМЦ СПО, 2001. 60 с.

32. Международная классификация болезней МКБ 10: Класс V Психические расстройства и расстройства поведения // МКБ10 [официальный сайт]. URL: <http://www.mkb10.ru/>

33. Мустаева Ф.А., Безенкова Т.А. Введение в профессию социального педагога: теоретический курс. Магнитогорск, 2012. 46 с.

34. Менделевич В. Д. Руководство по аддиктологии. СПб.: Речь, 2007. 768 с.

35. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. М.: ИД «Городец», 2016. 386 с.

36. Мунтян П. Скринінгова діагностика комп'ютерної залежності // *Архів психіатрії*. №3(42). 2005. С.12-15. URL: <http://ndips.org/avtoram.html>

37. Муньягисеньи Э. Влияние неблагоприятных фактов микросреды на формирование аддиктивного поведения у подростков // *Психологическая наука и образование*. 2001. № 4. С. 28 40. URL <https://psyjournals.ru/psyedu/>

38. Никитина Л.Н. Компьютерная игромания в структуре аддиктивного поведения // *Интернет-журнал «Мир науки»*, 2016. Том 4. номер 4. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/07PSMN416.pdf>

39. Никитина Л. Н. Психологические аспекты профилактики кибераддикции несовершеннолетних: проект на участие в конкурсе на назначение гранта Республики Крым. Симферополь, 2019. 99 с. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-kiberaddikticii-podrostkov>

40. Осипов Е. М. Гэмблинг как девиантное поведение: психологические и социальные корни // *Социология власти*. 2009. №1. URL:

[https://cyberleninka.ru/article/n/gembling-kak-deviantnoe-povedenie-
psihologicheskie-i-sotsialnye-korni](https://cyberleninka.ru/article/n/gembling-kak-deviantnoe-povedenie-psihologicheskie-i-sotsialnye-korni)

41. Парсонс Т. Система современных обществ. М.: Аспект-Пресс, 1997. 450 с.

42. Підліток наніс ножові поранення батьку у відповідь на заборону гри на комп'ютері. URL: <https://ua.112.ua/avarii-np/u-kyievi-15-richnyi-pidlitok-nanis-nozhovi-poranennia-svoim-materi-ta-babusi-489756.html>

43. Плешаков В. В. Основные направления изменения личности современного человека в условиях информационного общества // *Психология он-лайн*, 2018. URL: <http://http://psynet.ucoz.ru>

44. Позднякова В.С. Проблема игровой зависимости среди молодёжи (на примере компьютерных игр) // *Сетевой научный журнал ОрелГАУ*. 2016. №7. С. 233-236. URL: https://www.elibrary.ru/title_about.asp?id=51552

45. Понагушина О. Є. Соціально-педагогічна робота з учнями підліткового віку. К., 2006. 46с.

46. Риженко С. О. Формування просоціальної культури учнівської молоді засобами тренінгової діяльності. Луганськ, 2008. 256 с.

47. Серебренников Ю. Интернет-зависимость и депривация в результате виртуальных взаимодействий // *Социологические исследования*. 2010. № 6. С. 70-79. URL: https://www.isras.ru/socis_2010_06.html

48. Смерть за компьютером / Криминал (общенациональная газета) № 50 (710), 8.12. 2011. URL: <http://www.allkriminal.ru/theme/710>

49. Спрямованість особистості в спілкуванні» (НЛО-А) С. Братченка. URL: http://www.eduportal44.ru/koiro/enpj/33_6_2016pdf

50. Терещук Н. В. Ігрова залежність у підлітковому віці як форма адиктивної поведінки // *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. № 2. С. 8-13.

51. Українське бюро консалтингу та логістики. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/>

52. Ференци Ш. Анализ души. Ижевск: ERGO, 2011. URL: <http://www.ergo-izhevsk.ru/dir-books/096-4/card.pdf>
53. Хейзинга Й. Homo ludens: Человек играющий. М.: Азбука, 2019. 400 с.
54. Цвейг С. 24 часа из жизни женщины. Москва, 1956. Т.1. С. 280-284.
55. Чайка Г. В. Вплив комп'ютерних ігор як нового чинника культури на становлення особистості // *Актуальні проблеми психології*. 2006. Т. 3. Вип. 3. С. 218-296. URL: <http://appsychology.org.ua/index.php/ua/>
56. Чикова О. А. Психологические особенности лиц, склонных к игровой зависимости (эмпирическое исследование особенностей образа «Я» у подростков с психологическим пристрастием к азартным играм) // *Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки*, 2017. №2. С. 15-30. URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=10557>
57. Чупров В. Игромания как феномен отчуждённой реальности // *Вестник Воронежского государственного технического университета*. 2019. №4, том 8. С. 99-102. URL: <https://cchgeu.ru/science/nauchnye-izdaniya/vestnik-voronezhskogo-gosudarstvennogo-tekhnicheskogo-universiteta/>
58. Шабалина В.В. Аддиктивное поведение в подростковом и юношеском возрасте. М.: ВЕЧЕ, 2003. 384 с.
59. Шакирова Л. А. Психология зависимости: некоторые аспекты проблемы // *Культура. Наука. Интеграция*. 2016. №3 (11). С. 139-142. URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=28658>
60. Шаталина М. Ю. Кибернетическая лудомания – новая область психологических исследований криминальной агрессии подростков // *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 2013. №1. С. 55-59. URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=9608>
61. Шепель Ю.В. Игровая зависимость как социокультурное явление в современном обществе: автореф. ... учен. степ. канд. социол. наук. М., 2007. 26 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/igrovaya-zavisimost-kak-sotsiokulturnoe-yavlenie-v-sovremennom-obshchestve>

62. Шнейдер Л.Б. Психология подростковой девиантности и аддиктивности. Учебно-методическое пособие для студентов, изучающих дисциплину «Психология девиантного и аддиктивного поведения». М.: Изд во МПСУ , 2016. 300 с. URL: <http://library.altspu.ru/show18.phtml>

63. Щеглов Ф.Г. Игровая зависимость: рецепты удачи для азартных игроков. СПб.: Речь, 2007. 448 с.

64. Юр'єв Л. О. Особливості соціально-педагогічної профілактики комп'ютерно залежної поведінки серед дітей групи ризику // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. 2010. № 9 (196). С. 92-101. URL: <http://visnyk.luguniv.edu.ua/>

65. Яницький О. П. Переворот в сознании: дети, компьютеры и плодотворные идеи. М. : Педагогика, 2009. 340 с.

66. Shen J. China to recognize video gaming as official profession // TechMode. URL: https://technode.com/2019/01/28/china_grant_recognition_pro_gamers/

67. Young K. Internet addiction in children and adolescents: risk factors, assessment, and treatment // Springer Publishing Company, 2017. 326 с. URL: <https://www.springerpub.com/internet-addiction-in-children-and-adolescents-9780826133724.html>

68. 16 факторний особистісний опитувальник» Р.Б. Кеттелла. URL: https://psychic.at.ua/publ/psikhodiagnostyka/diagnostika_temperamentu_i_kharakteru/test_kettella_16_rf_opituvalnik/13-1-0-56

ДОДАТКИ

Додаток А

Авторська анкета на виявлення схильності до ігрової залежності

Шановні друзі, просимо Вас щиро відповісти на 20 питань на запропоновані питання, використовуючи наступну шкалу:

- «дуже рідко» - 1 бал
- «іноді» - 2 бали
- «часто» - 3 бали
- «дуже часто» - 4 бали
- «завжди» - 5 балів

1. Чи доводилося Вам пропускати навчання або важливі заходи із-за комп'ютерних ігор?
2. Як Ви вважаєте, чи позначається негативно захоплення комп'ютерними іграми на обстановці у Вас вдома?
3. Чи шкодять комп'ютерні ігри Вашої репутації?
4. Чи відчуваєте Ви докори сумління після гри?
5. Чи граєте Ви в комп'ютерні ігри в надії виграти грошей або щоб віддати борги?
6. Чи впливає захоплення комп'ютерними іграми на Вашу працездатність?
7. У Вас є бажання після програшу швидше повернутися і відігратися?
8. Після виграшу у Вас є бажання залишитися і виграти ще більше?
9. Ви грали на останні гроші?
10. Чи позичали Ви гроші на гру?
11. Продавали Ви що-небудь з метою поставити ставки у грі?
12. Вам важко витратити на повсякденні потреби гроші, відкладені на гру?
13. Чи сприяє гра тому, що ви зневажливо ставитеся до власного добробуту свого і добробуту своєї сім'ї?
14. Чи грали Ви довше, ніж планували?
15. Чи допомагає Вам гра позбутися стресу або поганого настрою?
16. Чи виникали у Вас думки здійснити протизаконні вчинки з метою отримати грошей на гру?
17. Чи була гра причиною порушень сну?
18. Коли Ви засмучені, чи хочеться вам грати? Чи є невдачі в житті поштовхом до гри?

19. У Вас виникало бажання відзначити за грою радісну подію?
20. Чи були у Вас періоди відчаю після гри?

Дякуємо за Вашу участь!

Отже, якщо Ви набрали 50-79 балів, варто враховувати серйозний вплив Інтернету і комп'ютерних ігор на Ваше життя.

Якщо Ви набрали 80 балів і більше, можна діагностувати інтернет-залежність з необхідністю допомоги фахівця.

Додаток Б

Тест Такера на виявлення ігрової залежності (модифікований і адаптований для учнів підліткового віку І. Конигіною)

Шановні друзі, просимо Вас щиро відповісти на 20 питань. При цьому ураховуйте, будь ласка, власний досвід за останні 12 місяців.

1. Чи грав ти за останній рік в комп'ютерні ігри так, що не помічав часу?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;
 - в) найчастіше;
 - г) майже завжди.

2. За останній рік, граючи в комп'ютерні ігри, потрібно було тобі більше часу для того, щоб досягти потрібного ступеня азарту (збудження)?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;
 - в) найчастіше;
 - г) майже завжди.

3. Якщо ти грав напередодні, чи повертався на наступний день до тієї ж гри, щоб пройти незавершені рівні?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;
 - в) найчастіше;
 - г) майже завжди.

4. Чи брав ти гроші в борг, щоб мати можливість грати?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;
 - в) найчастіше;
 - г) майже завжди.

5. Чи було у тебе коли-небудь почуття, що у тебе можуть бути проблеми з залежністю від комп'ютерних ігор?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;
 - в) найчастіше;
 - г) майже завжди.

6. Чи можна так сказати, що комп'ютерні ігри були іноді причиною твоїх проблем зі здоров'ям (включаючи стрес і безпричинне занепокоєння)?
 - а) ніколи;
 - б) іноді;

- в) найчастіше;
- г) майже завжди.

7. Критикували тебе коли-небудь за твою пристрасть до комп'ютерних ігор, навіть якщо ти вважав ці зауваження несправедливими?

- а) ніколи;
- б) іноді;
- в) найчастіше;
- г) майже завжди.

8. Чи була коли-небудь твоя пристрасть до комп'ютерних ігор причиною твоїх проблем?

- а) ніколи;
- б) іноді;
- в) найчастіше;
- г) майже завжди.

9. Чи виникало у тебе коли-небудь почуття провини за те, як ти граєш, або за те, що відбувається під час гри?

- а) ніколи;
- б) іноді;
- в) найчастіше;
- г) майже завжди.

Підрахунок балів;

«НІКОЛИ» - 0

«ІНОДІ» - 1

«НАЙЧАСТІШЕ» - 2

«МАЙЖЕ ЗАВЖДИ» - 3

Бали за відповіді на всі 9 питань підсумовуються.

0 балів – немає ніяких негативних наслідків від комп'ютерної гри.

3-7 балів – учень грає в комп'ютерні ігри на рівні, який може привести до негативних наслідків.

8-21 бал – учень грає на рівні, який веде до негативних наслідків; можливо, контроль над пристрастю до комп'ютерних ігор вже втрачено.

Загалом, чим вище результат, інтенсивніше гра, тим серйознішими можуть бути проблеми; високою є ймовірність патологічного гемблінга (формування залежності).

Додаток В

Програма соціально-педагогічного тренінгу «Профілактика комп'ютерної ігроманії серед неповнолітніх»

Зустріч 1

«Давайте спілкуватися»

Вправи для учасників тренінгу

Мета: прищеплення навичок конструктивного спілкування в класі, групі, розвиток мотивації на спільну конструктивну діяльність.

Розминка: час 5 хвилин.

Гра «Ток». Діти, сидячи в колі, обмінюються рукоштовками з тим учнем, що сидить поруч (за годинниковою стрілкою).

Інформаційна складова для учнів по темі про переваги «живого» спілкування.

Гра «Схожі і різні». Попередня підготовка: дошка ділиться на дві частини.

Матеріали: дошка, крейда, наліпки для переможців (за бажанням ведучого).

Час: приблизно 10 хвилин.

Інструкція: Шановні учасники, зараз ми проведемо невелику гру, яка дозволить нам зрозуміти наші подібності та відмінності. Для цього нам потрібно розділитися на 2 команди. Від кожної команди вибирається по одному добровольцю. Зараз двом командам належить протягом однієї хвилини знаходити схожість і відмінності в добровольцях. Одна команда знаходить тільки подібності, інша – тільки відмінності. За кожну правильну відповідь ведучий ставить на дошці плюс. Потім ми побачимо, чого ж у двох учасників більше: схожості або відмінностей. Так як це змагання, то потрібно бути дуже уважним, якщо ви хочете виграти.

Отже, всім зрозумілі правила гри?

Обговорення: Що сподобалося? Що не сподобалося? Що запам'яталось? Які висновки ми можемо зробити?

Висновки. Всі люди різні. Але у них їсть багато схожого.

Зустріч 2

«Давайте спостерігати. Чи добре я знаю однокласників» (Розвиток пізнавальних процесів, комунікативних навичок)

Вправа «Слухаємо тишу».

Учасники сідають на стільці і закривають очі. За командою тренера вони починають прислухатися до всіх звуків, які вони почують. За сигналом тренера «Стоп!» учасники відкривають очі і розповідають про те, що вони чули.

Гра «Перебіжки». Розвиток комунікативних здібностей. Учасники тренінгу розбиваються на пари. У коло ставлять стільці відповідно до кількості пар. Один учасник гри сидить на стільці, а інший стоїть у нього за спиною, опустивши руки вниз. Так утворюється два кола: внутрішній і зовнішній.

Учасники, які сидять в колі роблять один одному певні мімічні знаки, наприклад, підморгують, що означає: «Давай мінятися місцями!». Завдання учасника, який стоїть у зовнішньому колі вчасно, зрозуміти наміри партнера і покласти йому руки на плечі. Утримувати партнера з силою не можна. Потім гравці міняються місцями. Ця гра вносить певний азарт. Тренеру необхідно стежити, щоб правила гри дотримувалися гравцями, і не змінювалися під час гри.

Зустріч 3

«Давайте говорити»

Гра «Загадки по картинках». Усім учасникам видається по картинці із зображенням окремих предметів. Кожен учасник по черзі описує свою картинку так, щоб інші відгадали, що на ній зображено. Після опису картинки, якщо відповідь не знайдений, дозволяється задавати будь-які питання.

Вправа «Правда – неправда». Спрямована на розвиток мови, уваги та слухової модальності.

Ведучий просить кожного учасника по черзі розповісти про те, що він робив сьогодні. У розповідь дозволяється включати реальні події і вигадані (абсолютно нереальні, які ніяк не могли статися). Після розповіді решта учасників відгадують, що було правдою, а що неправдою.

Гра «Муха сміється». Розвиток творчого мислення.

Гра відбувається в колі. Ведучий кидає м'яч будь-якому учаснику і називає іменник. Той учасник, який отримав м'яч, повинен підібрати дієслово, яке не поєднується або майже не вживається з даними іменником, а потім називає новий іменник і кидає м'яч іншому гравцеві. Той, кому кинули м'яч, продовжує відповідати аналогічним чином.

Заклучна частина:

Вправа «Скажи мені що-небудь приємне!»

У заключній частині тренінгу проводиться обговорення всього заняття.

Позитивна віртуальність.

Учасникам тренінгу пропонується скласти правила позитивної віртуальності. Обговорюється кожен пункт правил.

12 правил позитивної віртуальності:

1. Використовуйте віртуальну реальність тільки тоді, коли потрібно розширити ваш кругозір (вибір).

2. Визначте своє місце в реальному, а не у віртуальному світі. Віртуальна реальність – це всього лише інструмент. Шукайте реальні шляхи бути тим, ким хочеться. Пам'ятайте, що безкоштовний сир тільки в мишоловці.

3. Не заповнюйте віртуальною реальністю «дірки» в своєму житті. Використовуйте її для посилення, а не для латочок.

4. Сприймайте і використовуйте комп'ютер тільки як інструмент, що підсилює ваші здібності, що полегшує просування до цілей реального світу. Ніколи не допускайте, щоб віртуальна реальність стала ілюзорною заміною реального світу. Ставтеся до комп'ютера як творець, а не як споживач.

5. Розвивайте свої реальні навички та здібності. Не обмежуйтеся межами віртуальної реальності. Відмовтеся від використання комп'ютера, якщо це не веде до розвитку здібностей і досягнення цілей за межами віртуальної реальності. Ніколи не розвивайте в віртуальній реальності те, що не має для вас значення в звичайному житті.

6. Завжди проводите чіткий кордон між віртуальною реальністю і дійсністю. Не дозволяйте їм злитися в одне ціле. Проводьте чіткий кордон між віртуальною реальністю і життям.

Враховуйте, що сприйняття інших людей в гіперпросторі не завжди об'єктивне. Інші люди – це інші люди, а не продовження ваших переконань або примари в комп'ютері.

7. Використовуйте віртуальні стосунки для збагачення реальних відносин, а не для їх заміщення. Прагніть перевести віртуальні відносини в реальні, а не навпаки. Шукайте друзів в реальності. Віртуальний світ дає тільки ілюзію, і не розвиває ніяких дійсних навичок спілкування.

Зустріч 4

Групова вправа «Дерево успіху»

Мета: розвиток згуртування і взаєморозуміння.

Необхідні матеріали: кольоровий папір, ножиці, клей, кольорові фломастери і маркери, ватман, скотч.

Ведучий пропонує учасникам тренінгу вибрати кольоровий лист, обвести олівцем свою долоньку, вирізати її. Потрібно на долоні написати своє ім'я. Потім діти і батьки обмінюються долоньками. Далі кожен учасник пише своє побажання або комплімент на одному з пальців долоні. Після цього долоньки знову повертаються до своїх колишніх власників. Потім по команді ведучого кожен учасник тренінгу прикріплює свою долоньку до ватману, на якому зображено символічний стовбур «дерева успіху».

Спільне обговорення. Що сподобалося, що не сподобалося? Що було самим несподівано приємним? Що змусило задуматися? Які відчуття викликала ця спільна діяльність?

Завершення тренінгу

Вправа «Прощання». Усі сідають в коло і по черзі бажають один одному що-небудь гарне на прощання.