

### **Литература**

1. Бахтин М.М. Проблема текста в лингвистике, филологии и других гуманитарных науках. Опыт философского анализа. Литературно-критические статьи, Москва: Художественная литература, 1986. – С.473 – 500.
2. Бенвенист Э. Общая лингвистика. - Москва, 1974.
3. Выготский Л.С. Мышление и речь. - Москва. Собр. соч.: в 6 т. Т.2, 1982. – С. 5-361.
4. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. – М.: ИНТОР, 1996. – 544с.
5. Зинченко В.П. Психологические основы педагогики: психолого-педагогические основы построения системы развивающего обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова. Москва: Гардарики, 2002.
6. Кутрунов, В.Н. Цивилизация и протезы. К вопросу о современных технологиях образования // Вестник Тюменского государственного университета. – 2014. - №9. – С.124-135.
7. Курганов С.Ю. Ребенок и взрослый в учебном диалоге. Москва: Просвещение, 1989.
8. Лотман Ю.М. Внутри мыслящих миров. – СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2015. – 416с.
9. Меськов В.С. Философия образования: модели и методы // Электронное научное издание Альманах Пространство и Время. — 2015. — Т. 8. — Вып. 1: Пространство и время образования. — Стационарный сетевой адрес: 2227-9490e-aprovr\_e-ast8-1.2015.11.
10. Полани М. Личностное знание: На пути к посткритической философии. - Москва: Прогресс, 1985.
11. Прокументова Г.Н. Управление образовательными инновациями: гуманитарный подход // Сибирский психологический журнал. – 2013. - № 50. – С. 122-131.
12. Прокументова Г.Н., Малкова И.Ю. Проблема субъекта совместной деятельности в образовательном проектировании // Сибирский психологический журнал. – 2007. - № 26. – С. 170-174.
13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2015. – 720с.
14. Тряпицына А.П., Писарева С.А. Современные методологические подходы к исследованию педагогического образования // Человек и образование. – 2014. - №3 (10). – С. 4-12.
15. К обществам знания. Всемирный доклад ЮНЕСКО. – Париж: ЮНЕСКО, 2005.

**УДК 159.9**

**М.Е. Мельникова, магистрант,  
Оренбургский государственный педагогический университет,  
Оренбург, Россия**

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ИНТЕРНЕТ – ЗАВИСИМОСТИ**

**Аннотация.** В настоящее время необходимость изучения данной проблемы становится все более очевидной в связи с ростом количества интернет – пользователей во всем мире. Специалисты отмечают (К. Галкина, А. Лысенко, Н. Иванова, С. Шапкина, А.С. Мудрина, Т. Шишовец) и др., что проблема зависимого поведения является особенно актуальной для взрослеющей личности, когда уход от реальной жизни в виртуальную реальность – единственный шанс почувствовать себя важным, значимым и нужным. Полученные в исследовании результаты свидетельствуют о том, что психологические особенности данного возрастного периода (склонность к подражательству, импульсивность, возбудимость, перепады настроения и др.) ускоряют формирование желания уйти в виртуальный мир. В качестве рекомендаций предлагается разработка психокоррекционной программы.

**Ключевые слова:** интернет – зависимость, подростковый и юношеский возраст, подчиняемость, возбудимость, психологические особенности, коррекционные меры.

**M.E. Melnikova, Magister,  
Orenburg State Pedagogical University,  
Orenburg, Russia**

## **PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF THE INITIATION OF INTERNET DEPENDENCE**

**Abstract.** *At present, the need to study this problem is becoming increasingly evident due to the growing number of Internet users worldwide. Specialists note (K. Galkina, A. Lysenko, N. Ivanova, S. Shapkina, A. S. Mudrin, T. Shishkovets), and others that the problem of dependent behavior is especially relevant for an adult person, when leaving real life in Virtual reality is the only chance to feel important, meaningful and necessary. The results obtained in the study indicate that the psychological characteristics of a given age period (propensity for imitation, impulsiveness, excitability, mood swings, etc.) accelerate the formation of the desire to go into the virtual world. As recommendations, the development of a psycho-corrective program is proposed.*

**Keywords:** *Internet addiction, teenage and youthful age, subordination, excitability, psychological features, corrective measures.*

Наше современное общество характеризуется стремительным развитием компьютерных информационных технологий. За последние годы в этой области произошёл качественный скачок. В результате, на сегодняшний день, можно с уверенностью говорить, что Интернет перестал быть просто системой хранения и передачи больших объёмов информации, а заменил нам нашу повседневную жизнь. Миллионы людей, в том числе детей, проводят большое количество времени во всемирной паутине.

В результате у пользователей компьютерных сетей возникает целый ряд интересов, мотивов, целей, потребностей, установок, а также форм психологической и социальной активности, непосредственно связанных с этим новым пространством. К сожалению, процессы начали протекать в открытой форме и затрагивать подавляющее большинство людей, не использующих Интернет в своей деятельности [1].

Дальнейшие перспективы развития систем глобального информационного обмена, и связанных с этих изменений в психическом укладе отдельной личности, неизвестны. Уже сейчас проявился так называемый синдром «Интернет – зависимости».

Цель нашей статьи: раскрыть психологические особенности возникновения интернет-зависимости.

С помощью Интернета люди удовлетворяют свои базовые потребности, а именно социальные потребности (общения, любви, признания) и потребности, связанные с развитием личности (познания, понимания, самореализации). Такие особенности личности Интернет-зависимых подростков как проблемы с общением, ощущение одиночества, низкая самооценка, склонность к избеганию проблем и ответственности, уход от себя настоящего в виртуальный мир, по всей видимости, способствуют как вовлечению в Интернет-аддикцию, так и одновременно являются факторами риска социальной дезадаптации [5]. Однако по многочисленным исследованиям прошлых лет (К. Галкин, А. Лысенко, Н. Иванов, С. Шапкин, А.С. Мудрин, Т. Шишковец и др.), среди российских пользователей Интернета зависимыми считаются от 2% до 6%, абсолютное большинство среди которых – подростки и студенты [8]. «Термин Internet-addiction (по-русски "интернет-аддикция" или

"интернет-зависимость") появился в 1996 году. Его предложил американский психолог доктор Айвен Голдберг для описания неоправданно долгого, возможно патологического, пребывания в Интернете.

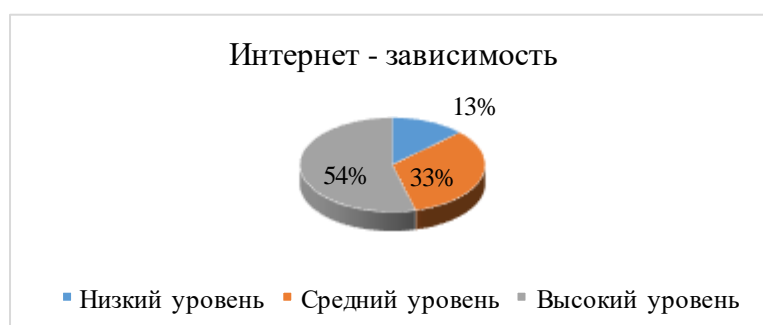
Сравнивая Интернет-зависимость с другими видами зависимостей, можно обнаружить достаточное число общих черт [6, С. 193].

Несмотря на проводимые научные разработки в сфере анализа ситуации с онлайн-зависимостью в России по сравнению с состояниями зависимости другого происхождения (алкоголизм, наркомания, патологическая склонность к азартным играм), эта проблема исследована очень мало, а закономерности формирования, причины и условия возникновения, диагностические критерии компьютерной зависимости изучены недостаточно [7]. В наше время, социальные педагоги и психологи в общеобразовательных учреждениях или совсем не занимаются профилактикой компьютерной зависимости, или эта работа сводится предоставлением методических рекомендаций учителям и родителям этих подростков. Однако, при этом большое число специалистов говорят о том, что компьютерная зависимость приводит к разрушению личности, и особенно данная проблема актуальна в подростковой среде.

На наш взгляд, одной из самых актуальных проблем современности, является поиск возможностей для снижения компьютерной зависимости в подростковом возрасте, а также повышение эффективности ее профилактики. По степени ухода от реальности компьютерная зависимость напоминает влечение к наркотикам, азартным играм и алкоголю. Некоторые учёные дают характеристику компьютерной зависимости, как навязчивой потребности в использовании компьютерных технологий, которая сопровождается социальной дезадаптацией и ярко выраженными психологическими симптомами [1, с.286]. Вышеперечисленные проблемы дают основание для проведения исследования с испытуемыми подросткового возраста для того, чтобы убедиться, что такая проблема как интернет - зависимость существует среди подростков.

Результаты исследования, проведённого на базе школы № 73 г. Оренбурга, указывают на то, что ряд подростков имеют склонность к интернет-зависимости. В исследовании принимали участие 46 учащихся подросткового и юношеского возраста, нами была использована шкала для измерения частоты проявления симптома интернет-зависимости по методике Л.Колчановой. Индивидуальные результаты, полученные в ходе работы с испытуемыми представлены в диаграмме. (см. диаграмму 1). Рассмотрим это в процентном соотношении. По методике Л. Колчановой у 54 % испытуемых – высокий уровень интернет - зависимости, что характеризуется полным уходом в виртуальную реальность. У 33% учащихся выявлены средние показатели. Они склонны ситуативно погружаться в «паутину» интернета, но определённо владеют ситуацией. И только у 13 % испытуемых – низкий уровень интернет – зависимости. Следовательно, у этой группы подростков и юношей Интернет не вызывает особых проблем, они легко переключаются на другую деятельность. На наш взгляд, полученные данные свидетельствуют о том, что психологические особенности изучаемого возрастного периода (склонность к подражательству, импульсивность, повышенная внушаемость, подчиняемость, возбудимость, перепады настроения, слабость воли и др.) ускоряют формирование желания уйти в виртуальный мир. В связи с этим, можно предположить, что создание профилактической программы будет актуальным.

*Диаграмма 1*



Например, в задачи программы, предложенной Павловой Е.А., входит проведение психогимнастических упражнений, систематических тренингов общения, личностного роста, совместных походов с обязательным участием школьного психолога. Но наибольшая ответственность в вопросе обеспечения безопасности детей в Интернете лежит на их родителях. Они должны быть информированы о том, какие опасности ожидают их детей в сети. Специалистами даются практические рекомендации для родителей, которые помогут предупредить угрозы и сделать работу детей в Интернете полезной.

На наш взгляд, целью профилактической программы должно быть повышение осознанности при взаимодействии с Интернет-средой, снижение (в идеале – полное преодоление) компьютерной зависимости. В основу профилактики должно быть положено переключение внимания подростков и юношей на многообразие мира вне рамок сети: спорт, здоровый образ жизни, творческие прикладные увлечения и общение с живой природой, богатство полноценного межличностного общения. Чтобы предупредить компьютерную зависимость, профилактику - социально-педагогическую и психологическую необходимо проводить заблаговременно, а именно: активно привлекать подрастающее поколение к социально-воспитательной жизнедеятельности учебного заведения, способствовать их социальному развитию; привлекать родителей и близкое окружение к воспитательной деятельности. Очень важно взаимодействие различных учреждений и специалистов, которые бы помогали в преодолении компьютерной зависимости подростков [9].

Также, в профилактике интернет – зависимости можно выделить такие методы работы:

- информационный – обеспечение информацией по данной проблемам зависимости от компьютера;
- метод формирования поведенческих навыков – анализ конкретных жизненных ситуаций, которые способствуют расширению знаний, а также их «проигрывание»;
- конструктивно-позитивный метод – проведение тренингов, которые направлены на повышение психологической устойчивости, а также снижение уровня тревожности, повышение уверенности и т.п. [10].

Таким образом, одной из значимых задач в деятельности и психологов, и педагогов является профилактика интернет – зависимости среди подростков и юношей, помощь в осознании ценностных ориентаций, формировании личностной мотивации.

Основной целью реализации программы является использование ее в педагогической деятельности образовательных организаций, направленной на профилактику интернет – зависимости.

### **Литература**

1. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскуновский А.Е. *Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского - Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.*
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. *Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского - Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.*
3. Вересаева О. "Психология и интернет на пороге XXI века". *Психологическая газета. - 1996 - №12. - С.4-6.*
4. Войскунский А.Е. *Исследования Интернета в психологии // Интернет и российское общество / Под ред. И. Семенова. - М. 2002. - С 235-250.*
5. Войскунский А.Е. *Психологические исследования феномена Интернет-аддикции // Тезисы докладов 2-й Российской конференции по экологической психологии. - М.: Экопсицентр РОСС, 2000. - С.251-253.*

6. Егоров А.Ю., Кузнецова Н., Петрова Е. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью // Вопросы психического здоровья детей и подростков. -2005. - Т.5. - № 2.- С. 20-27
7. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. - М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002. - 432 с.
8. Чудова И.В. Особенности образа "Я" "Жителя Интернета" // Психологический журнал. - 2002. - Т.22. - № 1. - С.113-117.
9. Якушина Е.В. Подростки в Интернете: специфика информационного взаимодействия // Педагогика. – 2001. – №4. – С. 55-61.
10. Янг К. Диагноз - Интернет-зависимость // Мир Интернет. - 2000.- №2. - С.24-27.

УДК 378.147

**С.В.Михайлова, к.б.н., доцент,  
Арзамасский филиал Национальный исследовательский Нижегородский  
государственный университет им.Н.И.Лобачевского,  
Арзамас, Россия**

### **НОРМАТИВНОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

***Аннотация.** В работе представлены научно-методические основы организации учебного процесса направления подготовки по физической культуре. Дана характеристика педагогической, тренерской, научно-исследовательской и культурно-просветительской деятельности, к решению задач которых готовится выпускник направления подготовки «Физическая культура». Охарактеризованы задачи и содержание учебной и производственной практик, как основного этапа формирования профессиональных компетенций будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта.*

***Ключевые слова:** образовательная программа, студенты, профессиональные задачи, учебная и производственные практики, компетенции*

**S.V.Mikhailova, PhD, Assistant professor,  
Arzamas Branch  
Lobachevski National State Research University of Nizhny Novgorod,  
Arzamas, Russia**

### **NORMATIVE AND METHODOLOGICAL SUBSTANTIATION ORGANIZATIONS DIRECTIONS FOR PREPARATION "PHYSICAL CULTURE"**

***Abstract.** The work presents scientific and methodological foundations for the organization of the educational process of the direction of training in physical culture. The characteristic of pedagogical, coaching, scientific research and cultural enlightenment activity is given, the graduate of the direction of training "Physical Culture" prepares for the solution of problems. The tasks and content of educational and production practices are described as the main stage in the formation of professional competencies of future specialists in the field of physical culture and sports.*

***Keywords:** educational program, students, professional tasks, training and production practices, competences*