

## **ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА СО СТУДЕНТАМИ, СКЛОННЫМИ К ФОРМИРОВАНИЮ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ**

**Н.В. Крючкова**

**Россия, г. Череповец**

На сегодня проблема интернет-аддикции является одной из наиболее актуальных, в том числе и для вуза.

Вслед за Ц. П. Короленко и Т. А. Донских определим интернет-аддикцию как одну из форм девиантного поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством фиксации внимания на информационной деятельности и информационном взаимодействии, реализованном на базе средств ИКТ, что направлено на развитие и поддержание интенсивных эмоций.

Специфические условия обучения в вузе, необходимость адаптации к значительным физическим и эмоциональным нагрузкам требуют от студента повышенного самоконтроля, ответственности и дисциплинированности. Мобилизация всех ресурсов организма приводит к росту усталости и напряжения, нервным срывам, эмоциональным конфликтам, возникновению большого количества негативных переживаний. В поисках средств защиты от напряжения, стресса, студенты, особенно те, кто обладает невысокими адаптационными способностями нередко прибегают к уходу от фрустрирующей реальности посредством ИКТ.

Теоретический анализ исследований позволил выявить психологический портрет аддиктов. Для подростков с аддикцией характерны такие качества, как низкая волевая регуляция аффективной сферы, высокая тревожность, напряженность, агрессивность, фрустрированность, депрессивность, искаженное самоотношение (низкое самоуважение, самопринятие, высокий уровень самообвинения), эмоциональная неустойчивость и незрелость, слабое развитие самоконтроля и самодисциплины, понижение самооценки, способностей совладания со стрессом и саморегуляции, дефицит восприятия

эмоций (окружающих людей и своих собственных), высокий уровень раздражения, одиночество, невозможность расслабиться вне игрового поведения, эмоциональная незащищенность.

Профилактика и преодоление интернет-аддикции может стать одним из направлений воспитательной работы вуза. Для решения проблемы интернет-аддикции у студентов вузов необходимо обеспечить разработку теории и практики специально организованного педагогического процесса, способствующего созданию условий, дающих возможность полноценного проявления личностных функций человека, развитию его рефлексивных установок в целях последующей эффективной адаптации к современным и перспективным условиям среды. Важно организовать педагогический процесс так, чтобы суметь повысить параметры осмысленности молодыми людьми собственной жизни, помочь раскрыть личностный потенциал, научиться реализовывать способности, справляться с жизненными трудностями.

Центральная задача, воспитательной работы по профилактике и преодолению интернет-аддикции – определение тех условий обучения и воспитания, которые наиболее адекватно учитывают особенности развития аномальной личности и максимально способствуют преодолению имеющихся у нее отклонений. Коррекция личностной сферы аддиктов заключается в целенаправленном изменении их социально-психологических установок и ценностных ориентаций, адекватную интеграцию в социум. Необходимо проводить обоснованное воздействие на дискретные характеристики внутреннего мира аддикта, с целью достижения личностью максимально возможной самостоятельности в жизни и ее осмысленности как повышения качества ее социализации и самореализации, осуществляющегося в условиях направленной педагогической помощи со стороны сотрудников образовательного учреждения. Необходимы условия для самоопределения и самореализации личности, активного включения в различные виды деятельности, приобщение к культуре и искусству.

В воспитательной работе по профилактике и преодолению интернет-аддикции необходимо учитывать, что студенты, склонные к формированию

аддиктивного поведения имеют некоторый отрицательный опыт взаимодействия с социальной средой и характеризуются неадекватностью восприятия внешнего мира. Следовательно, вовлекая студентов, склонных к формированию аддикции, необходимо вытеснять отрицательное влияние социальной среды, предлагать воспитательные программы, соответствующие потребностям и задачам отдельной личности (возрастным и психологическим особенностям, жизненному опыту и т. д.).

Работа по профилактике и преодолению интернет-аддикции может идти в двух направлениях: психологическом и собственно воспитательном.

Психологическая помощь может заключаться в следующем: формирование положительных черт характера, положительного опыта социальных отношений; продвижение от элементарных навыков поведения к более высокому уровню, где требуются самостоятельность принятия решения. Осуществляется в ходе обсуждения ситуаций (на основе художественного материала), тренинговых упражнений, использования метода примера (обсуждение героя произведения, творческой личности, факта, описанного в литературе), метода коллизий (столкновение взглядов для понимания жизненных явлений, отраженных в произведениях искусства).

Воспитательная работа может быть направлена на формирование субъектной позиции в деятельности, общении, житнетворчестве и осуществляется через участие воспитуемых в различных видах художественно-творческой деятельности, занятиях в художественных кружках и объединениях, игровых форм работы (КВНы, турниры, творческие конкурсы, игры).