Министерство образования и науки Республики Казахстан

Костанайский социально технический университет

имени академика З. Алдамжар

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

На тему: "Негативное влияние компьютерных технологий на формирование личности учащихся начальной школы"

Выполнил М.Т. Кияков

Научный руководитель М.Х. Хасенова

Костанай

2011

Содержание

Введение

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования психологического воздействия современных компьютерных технологий

.1 Механизм формирования психологической зависимости от ролевых компьютерных игр

.2 Особенности воздействия Интернета на личность старшеклассника

. Эмпирическое исследование негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий

2.1 Организация исследования

2.2 Анализ и выводы эмпирического исследования

Выводы

Рекомендации

Заключение

Список использованных источников

Приложения

психологический компьютерный игра зависимость

Введение

К концу ХХ в научно-технический прогресс набрал головокружительную скорость и стал причиной появления такого явления как компьютер, компьютерные технологии.

Переломным моментом в рождении и развитии многочисленных отраслей промышленности и изобретение компьютеров повысило мощь, а также эффективность военной техники. Кроме того, внесло достаточный вклад прогрессивных изменений в средства массовой информации, систем связи, а также изменило работу банков, административных учреждений.

Темпы компьютеризации на сегодняшний день превысили темпы развития остальных отраслей.

На сегодняшний день ни одна фирма, крупная компания не может обойтись без компьютеров и их сетей.

Они стремительно входят в нашу жизнь, занимают глобальное место в сознании каждого из нас.

Сегодня компьютеры отвечают за ядерные ракеты, банковские переводы колоссальных сумм денег, ошибки в которых могут дорого обойтись людям.

Вместе с тем наряду с компьютерами родились компьютерные игры, снискавшие массу поклонников. Совершенствование компьютеров привело к совершенствованию игр, привлекших огромное количество людей. На сегодня мы имеем компьютерную технику высокого уровня развития, которая позволяет программистам разрабатывать реалистичные игры с очень отлаженным графическим, а также звуковым оформлением. С каждым годом в компьютерных технологиях растет количество людей, называемых "компьютерными фанатами", а также "гамерами" (англ. "game" - игра).

Основная цель этих фанатов - игра. Круг общения данных людей очень узок. Вся деятельность этих людей направлена лишь только на игру в компьютер.

Конечно, бесспорным остается тот факт, что психологическая зависимость человека от компьютерных игр, Интернета имеет значительное место на сегодняшний день. Так как количество людей, попадающих в компьютерную зависимость неуклонно растет, изучение данного вопроса психологии требует особого внимания.

Люди-фанаты компьютерных игр образовали в обществе целый социум. Наблюдение за этими людьми показывает, что многие из них нуждаются в серьезной психологической помощи. Среди них большинство - люди с психологическими проблемами: неудовлетворенность собой, разбитая личная жизнь, потеря смысла жизни, человеческих ценностей.

Компьютер - это единственная цель и все, что связано с ним.

Начало развития интернет-аддикции ("internet-addiction", "pathological internet use") относится к 1996-1997 гг. Но до сегодняшнего дня нет единого мнения о самой постановке проблемы.

Как мы выяснили, проблема негативного влияния компьютерных технологий на сегодняшний день актуально и требует незамедлительного изучения.

Данная работа не претендует на научное объяснение поставленных вопросов. Целью ее является определение направлений исследований, внесение коррективов в представления взаимодействия человека и компьютера.

Цельисследования - исследование негативных сторон психологического воздействия компьютерных технологий

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что одной из негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий является одиночество, несформированность коммуникативных умений.

Поставленная цель, а также гипотеза выдвигают решение следующих задач:

Проанализировать психологическую и философскую литературу по проблеме исследование сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий.

Выявить старшеклассников, испытывающих негативное влияние компьютерных технологий.

Определить личностные особенности юношей, увлекающихся компьютерными технологиями и чувствующих себя одинокими.

Выявить особенности социализации юношей, испытывающих состояние одиночества.

Объектомисследования - характеристика одиночества как феномена, который рассматривается с точки зрения негативной стороны психологического воздействия современных компьютерных технологий.

Предметисследования - одиночество как негативная сторона психологического воздействия современных компьютерных технологий.

Теоретическая значимость данной работы. Результаты проведенного исследования дополняют представления о воздействии компьютеров на развитие личности. Выделение основных сторон психологических воздействий компьютерных технологий составляет основу для выдвижения новых теоретических представлений о самой сути компьютерных технологий.

Практическая значимость определяется тем, что итоги исследования дают возможность обновления организационным и содержательным сторонам психологического сопровождения учащихся старших классов, помогают решать эмпирические задачи в различных видах практик: консультативной, тренинговой, психокоррекционной. При оказании психолого-педагогической помощи юношам, пережившим одиночество содействуют изменению форм и методов взаимодействия педагога и психолога с учащимися.

Методологическая основа исследования - фундаментальные положения о единстве личности и деятельности, опосредование внутренних условий развития личности, представление личности как системы жизненных дилемм (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, Э.Фромм, А.Г. Асмолов, Ф.Е. Василюк, О.В. Немиринский).

Методы исследования - анализ литературы по проблеме исследования, теоретическое моделирование, разработка диагностических методик, подбор инструментария, психологическая диагностика, опрос, наблюдение, опытно-экспериментальная работа, описание. С использованием корреляционного и однофакторного дисперсионного анализа производилась статистическая обработка результатов исследования.

Структура дипломной работы: введение, две главы, заключение, рекомендации, приложение.

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования психологического воздействия современных компьютерных технологий

.1 Механизм формирования психологической зависимости от ролевых компьютерных игр

Игровая деятельность повсеместно признается крайне важным моментом развития как отдельного человека, так и человеческих сообществ. Соответственно и посвященные игре (в особенности детской) исследования весьма многочисленны. Упомянем классические сочинения. культурологический труд Й. Хейзинги Homo ludens. (Хейзинга, 1992) и книгу Психология игры. Д.Б. Эльконина (1978) [1]. Играм взрослых людей посвящены многочисленные популярные книги Эрика Берна [2].

Опосредствованная Интернетом игровая деятельность многообразна. Она включает, к примеру, игры с одним противником, в качестве которого могут выступать игровая программа или удаленный партнер. Некоторые игровые серверы организованы по принципу клуба, члены которого обладают рейтингом, что позволяет выбирать соперника по силам. Сходные функции реализованы в клубах для картежников и в виртуальных казино (www.marriage.ru, www.delci.ru, www.gambler.ru и др.). В популярных совместных играх количество играющих может стать очень большим, а взаимоотношения между игроками не ограничиваются соперничеством либо кооперацией. Так, можно принять участие в компьютерной игре (например, DOOM) одновременно с множеством других игроков. Или в традиционной игре (шахматы), пользуясь при этом консультациями экспертов и предлагая свой вариант очередного хода - то же самое делают и другие игроки, а сервер автоматически выбирает тот ход, который наиболее часто предлагался: именно таким образом разбросанные по всему миру шахматисты коллективно сыграли партию против Г. Каспарова (см. www.clubkasparov.ru ) [3].

Наконец, большую популярность приобрели групповые ролевые игры (Войскунский, 1999; Чудов, 1998) типа MUD (Multi-User Dimension/Dungeon - Многопользовательское измерение/подземелье). В основе таких текстовых игр - продуцирование игроками описаний действий и реплик в жанре fantasy (сказочно-фантастической литературы). Участник MUD выбирает персонаж из имеющегося набора и вживается в соответствующую роль; его действия в игре зависят и от ролевых особенностей, и от проявленной фантазии, и от некоторых формальных характеристик (как внутренних - силы, мудрости, хитрости и т.д., так и внешних. - игрового эквивалента денег, оружия, продовольствия и т.п.), которые выражаются количественно и нарастают либо уменьшаются в зависимости от успехов или неудач игрока [4].

Специалисты до сих пор не вполне определились, провоцируют ли детей на агрессивное поведение сцены жестокости в кинофильмах и телепередачах. Компьютерные игры вошли в нашу жизнь намного позже, чем кино и телевидение, соответственно и посвященных им исследований заметно меньше, да и заложенный в таких играх заряд агрессивности, вероятно, не более силен, чем в традиционных мультимедийных видах искусства, и тем не менее в увлечении компьютерными играми чаще всего склонны усматривать угрозу для развития личности, особенно если речь идет о подростках. Активное неприятие таких игр отличает некоторых педагогов. Подобной точки зрения придерживаются и те исследователи, которые опираются на самоотчеты игроголиков. и не считают нужным провести наблюдение за деятельностью представителей хотя бы условной контрольной группы.

Между тем из аналитической работы С.А. Шапкина (1999) вытекает, что вероятность негативного развития личности под влиянием увлечения компьютерными играми следует считать сильно завышенной, а если негативный эффект и выражен, то чаще всего в слабой степени. Так, согласно наблюдениям, увлечение детей школьного возраста компьютерными играми изменяет имеющиеся у них предпочтения способов проведения досуга лишь на несколько недель, после чего дети возвращаются к привычным занятиям и прежним увлечениям [5]. Имеются также определенные основания утверждать, что интерес к играм чаще всего амбивалентен относительно задач психического развития, а то и способствует позитивному направлению развития.

Интерес детей дошкольного возраста к компьютерным играм и к электронным игрушкам, как отмечает Sh. Turkle (1984), ведет к развитию имеющихся у них представлений о соотношении живых организмов и неживой природы, о генезисе сознания, мышления, воли. Данный эффект следует счесть стимулирующим психическое развитие и потому позитивным. Мнение о том, что заядлые игроки уходят от проблем реального мира, чаще всего оказывается необоснованным: наоборот, дети, играющие в компьютерные игры, более социализированы и социально адаптированы, чем их сверстники, равнодушные к таким играм; кроме того, большинство детей и подростков предпочитают играть в компании, а не в одиночку.

Имеются данные, что у интересующихся компьютерными играми детей несколько лучше развиты внимание, мыслительные операции, процессы принятия решения, нежели у представителей контрольной группы. Это соответствует и самоощущению самих игроков, многие из которых отмечают, что компьютерные игры способствуют снятию стресса, концентрации внимания, развитию логического мышления, улучшению скорости реакции. Нельзя, однако, утверждать, что игры способствуют развитию такого рода умений: как справедливо замечает С.А. Шапкин (1999), исследования носят по большей части корреляционный характер, а потому может статься, что дети и подростки с развитыми мыслительными способностями сильнее интересуются компьютерными играми, чем их менее способные, менее решительные. и менее внимательные сверстники.

В исследовании структуры самосознания игроков в компьютерные игры (Фомичева и др., 1991) высказано допущение, согласно которому изменения в структуре личности игроков могут происходить за счет того, что компьютерная игра обеспечивает интенсивный опыт анализа собственных успехов и неудач, а это приводит к изменению Я-образа и локуса контроля [6]. Действительно, в результате исследования выяснилось, что опытные игроки отличаются от неопытных более дифференцированными представлениями о себе, а локус их субъективного контроля сдвинут в интернальную область: это означает, в частности, что они готовы нести ответственность за предпринимаемые действия.

Опытность игроков оказалась позитивно связанной с мотивацией саморазвития, ухода от социума (от бытовых и социальных проблем) и конформизма (игроками он осознается в меньшей степени, чем не-игроками), и негативно связанной с мотивацией предпочтения компьютера. Кроме того, у опытных игроков самооценка в целом выше, чем у не-игроков, а идеальные и реальные компоненты структуры Я-образа сливаются и переносятся в структуру Я в компьютерной игре. Этот факт можно трактовать как подтверждение того, что компьютерная игра дает игроку возможность ощутить себя как свой идеал [7].

Итак, представление о безусловно негативном воздействии на психическое развитие традиционных компьютерных игр в большинстве случаев не подтверждается. Что же касается игр типа MUD, то соответствующих исследований значительно меньше.

Нередко высказывается мнение, что увлечение групповыми компьютерными играми носит по большей части компенсаторный характер и представляет собой форму эскапизма, бегства от реальности в другую - виртуальную - реальность. Благодаря тому, что в компьютерной игре создается иллюзия непосредственного воздействия на игровую реальность, последняя оказывается для некоторых игроков более привлекательной, чем обыденный мир с его сложностью и с его трудноразрешимыми проблемами. Подобная интерпретация, с нашей точки зрения, ограничивает понимание анализируемых феноменов.

К примеру, многие MUD - это не только игра, а еще и своего рода клуб по интересам, в котором игроки заинтересованы в общении и помогают друг другу. Кроме того, если в традиционной компьютерной игре варианты развития сюжета ограничены, то в MUD ничто не предписано заранее. Играя в MUD, субъект в лице своего персонажа - как бы живет еще одной жизнью, приобретая дополнительный психологический опыт.

Одной из наименее ясных проблем является принципиальная возможность переноса виртуального (в том числе игрового) опыта в реальную жизнь [8]. Психологические последствия подобного переноса, вообще говоря, неоднозначны (или амбивалентны), однако следует ожидать, что они вполне могут быть позитивными об этом можно судить по аналогии с исследованиями, не связанными напрямую с проблематикой компьютерных игр.

Так, известны попытки варьирования личности путем внушения в глубоких стадиях гипноза образа другой личности (Березанская и др.) [9]. Качественное повышение уровня выполнения деятельности при внушении образа личности, успешной в этой сфере деятельности, происходит, в частности, за счет существенного преобразования Я-концепции субъекта: последний начинает воспринимать себя в новом (позитивном относительно выполняемой деятельности) качестве, у него снимаются ригидность и неуверенность в себе, изменяется характер и степень свойственной ему критичности и т.п.

Во время игры в MUD также появляется возможность личностного варьирования. и переноса личностных свойств. Объем выполненных в этой области исследований (в основном зарубежных) пока что явно недостаточен и опирается главным образом на результаты интервью с игроками, наблюдений за их деятельностью и на статистические данные; мы также остановимся на предварительных материалах проведенных в недавнее время бесед и интервью с отечественными игроками в MUD.

Перенос некоторых свойств личности может осуществляться уже при первоначальном выборе игроком своего игрового персонажа - это показывают полученные материалы. В отдельных случаях встречается выбор по аналогии или же, напротив, по контрасту с собственными психологическими особенностями. В некоторых играх изначально заложена слишком высокая плата за определенные характеристики игровых персонажей, поэтому игроку приходится идти на компромисс со своими пожеланиями. Следует иметь при этом в виду, что большинство игроков пробуют играть несколькими персонажами и последовательно, и зачастую одновременно. Встречаются и обратные переносы - личностные свойства, даже внешность игрока переносятся (правда, неизвестно, насколько обоснованно) на персонажа.

Опираясь на материалы проведенных интервью, утверждать, что очевидные проявления эскапизма у игроков также могут носить не только негативный (уход в иллюзорную виртуальность взамен активного преобразования реальности или адаптации к ней), но и вполне позитивный характер.

Столь же неоднозначны и другие примеры, демонстрирующие компенсаторный эффект групповых игр, опосредствованных Интернетом. Например, попытка игроков идентифицировать себя с агрессивным персонажем рассматривается обычно как разрядка агрессивных тенденций. По описанию К. Янг, некий Тони превращается. в игре из примерного семьянина и работника в ужасного монстра, причем считает увлечение DOOM психологическим приемом управления агрессивными тенденциями: попыткой избежать действительного причинения вреда людям. Поскольку возникает опасение, что в какой-то момент жизни игровое замещение окажется недостаточным, нередко звучат (особенно со стороны родителей подростков) призывы запретить агрессивные игры.

Психологическая природа переходов из объективной реальности в игровую (или виртуальную) реальность и обратно очень мало изучена. На совершенно ином материале Е.В. Субботский (1999) разделяет обыденную и необыденную реальности и демонстрирует закономерность переходов из одной в другую. В.М. Розин (1997) отмечает, что существует множество символических реальностей, причем в компьютерной виртуальной реальности реализуется принцип активного воздействия со стороны человека и получения им сигналов обратной связи. О.Р. Маслов и Е.Е. Пронина (1998) полагают особенно полезными для разделения видов реальности два параметра: восприятие (или невозможность восприятия) объекта органами чувств, а также объективное или субъективное (мыслимое) существование того же объекта. В настоящее время превалирует (Носов, 1995) тенденция к объединенному рассмотрению и виртуальной реальности, генерированной с помощью компьютера. (Форман, Вилсон, 1998), и особой реальности кинофильма, захватывающей книги, телесериала, и трансовых состояний, сновидений, шаманских кампаний, вообще измененных расширенных - состояний сознания. Виртуальная реальность групповой ролевой игры порой вмешивается в бытовую реальность.

Еще одна функция компьютерных игр состоит в том, что они выступают в роли психокоррекционных методик и в качестве своеобразного психологического тренинга. Именно в этой функции игра, по словам многих игроков, становится столь же необходимой, как ежедневные тренировки для спортсменов и занятия у станка для балерин.. Более того, должна быть отмечена тенденция к применению специально сконструированных компьютерных игр в психотерапевтических целях: они призваны способствовать психологической разгрузке, коррекции аномального развития личности, служить подспорьем в осуществлении своеобразного психологического тренинга [10].

Все компьютерные игры делятся на ролевые и неролевые. Это деление принципиально, так как природа и механизм образования психологической зависимости имеют существенные отличия друг от друга.

Под ролевыми компьютерными играми мы понимаем игры, в которых играющий становится компьютерным персонажем.

Выделение ролевых компьютерных игр делается потому, что только при игре в ролевые компьютерные игры мы можем наблюдать процесс "вхождения" человека в игру, процесс своего рода интеграции человека с компьютером, а в клинических случаях - процесс утери индивидуальности и отождествление себя с компьютерным персонажем. Ролевые компьютерные игры порождают качественно новый уровень психологической зависимости от компьютера, нежели неролевые компьютерные игры или любые виды неигровой компьютерной деятельности. Мы не отрицаем возможности формирования психологической зависимости от неролевых компьютерных игр, а также от таких видов работы с компьютером как программирование или работа с Интернет. Не исключена также возможность того, что этого рода зависимость может быть не менее сильна, чем зависимость от ролевых компьютерных игр. Однако мы делаем совершенно очевидное предположение о том, что психологическая зависимость от ролевых компьютерных игр является самой мощной по степени своего влияния на личность играющего. Иными словами, мы не считаем, что зависимость от ролевых компьютерных игр обгоняет компьютерные зависимости другого рода по таким показателям как сила (в смысле привязанности, "тяги" к компьютеру) и скорость образования, но предполагаем ее приоритет в смысле более глубокого влияния на психику человека. Исходя из этого есть основание предположить большую опасность пагубного влияния ролевых компьютерных игр в случае злоупотребления игрой, и, наоборот, возможность их применения в качестве терапевтического метода в психокоррекционной работе.

Исходя из этого, выделим критерии принадлежности компьютерной игры к классу ролевых игр.

) Ролевая игра должна располагать играющего к "вхождению" в роль компьютерного персонажа и "атмосферу" игры посредством своих сюжетных и мультимедийных (графическое и звуковое оформление) особенностей.

) Ролевая игра должна быть построена таким образом, чтобы не вызывать у играющего мотивации, основанной на азарте - накопить больше очков, побив тем самым чей-то рекорд, перейти на следующий уровень и т.д. Хотя и в любой компьютерной игре есть элемент азарта, но в ролевой игре этот фактор не должен иметь первостепенного значения.

Ролевые компьютерные игры. Основная их особенность - наибольшее влияние на психику играющего, наибольшая глубина "вхождения" в игру, а также мотивация игровой деятельности, основанная на потребностях принятия роли и ухода от реальности. Здесь выделяется три подтипа преимущественно по характеру своего влияния на играющего, силе "затягивания" в игру, и степени "глубины" психологической зависимости.

Неролевые компьютерные игры. Основанием для выделения этого типа является то, что играющий не принимает на себя роль компьютерного персонажа, в следствие чего психологические механизмы формирования зависимости и влияние игр на личность человека имеют свою специфику и в целом менее сильны. Мотивация игровой деятельности основана на азарте "прохождения" и (или) набирания очков.

Итак, ролевые компьютерные игры в наибольшей мере позволяют человеку "войти" в виртуальность, отрешиться (минимум на время игры) от реальности и попасть в виртуальный мир. В следствие этого ролевые компьютерные игры оказывают существенное влияние на личность человека: решая проблемы "спасения человечества" в виртуальном мире, человек приобретает проблемы в реальной жизни. Психологическая классификация компьютерных игр, в основе которой лежит разделение последних на ролевые и неролевые, поможет нам отбросить незначимые по силе влияния неролевые игры и заострить внимание на наиболее интересном с точки зрения психологии детище компьютерных технологий - ролевых компьютерных играх.

В последнее время наметилась тенденция, относящаяся к исследованиям в области игровой зависимости, суть которой заключается в том, чтобы рассматривать психологические аспекты игровой зависимости по аналогии с психологическими аспектами наркотической, алкогольной и других "традиционных" зависимостей. Проведение таких параллелей весьма удобно с точки зрения научного исследования игровой зависимости, т.к., в случае подтверждения эквивалентности этих видов зависимости, станет возможным спроецировать весь объем знаний, накопленных в области "традиционных" видов зависимости, на зависимость от компьютерных игр. Однако следует заметить, что далеко не все "стыкуется" в сопоставлении этих видов зависимости. С начала увлечения идет этап своего рода адаптации, человек "входит во вкус", затем наступает период резкого роста, быстрого формирования зависимости. В результате роста, величина зависимости достигает некоторой точки максимума, положение которой зависит от индивидуальных особенностей личности и средовых факторов. Далее сила зависимости на какое-то время остается устойчивой, а затем идет на спад и опять же фиксируется на определенном уровне и остается устойчивой в течение длительного времени.

Убывание степени зависимости может быть связано с различными факторами. Большинство опытных игроков говорят, что вместе с взрослением произошел некий внутренний перелом, переоценка ценностей. Как можно понять из их слов, компьютер помог им противопоставить виртуальный мир, где "все дозволено", реальному, в котором живут другие люди, где есть нормы, законы и мораль, в котором придется жить и работать им самим. Однако интересным является тот факт, что даже после осознания практической бесполезности игровой деятельности, человек не может полностью отказаться от нее, что говорит в пользу довольно высокой устойчивости психологической зависимости от компьютерных игр, хотя ее "глубина" и сила влияния на человека после прохождения "кризиса" уже не так существенны.

В период своего возрастания и состояния устойчивости игровая зависимость по своим психологическим аспектам весьма близка к наркотической.

На основании предложенной динамики игровой зависимости можно выделить четыре стадии развития психологической зависимости от компьютерных игр, каждая из которых имеет свою специфику. Применительно к этому аспекту напомним, что все теоретические выкладки основаны на изучении влияния ролевых компьютерных игр, однако возможность их распространения на другие игры и виды компьютерной деятельности не исключена.

. Стадия легкой увлеченности. После того, как человек один или несколько раз поиграл в ролевую компьютерную игру, он начинает "чувствовать вкус", ему начинает нравится компьютерная графика, звук, сам факт имитации реальной жизни или каких-то фантастических сюжетов. Кто-то всю жизнь мечтал пострелять из ручного пулемета, кто-то - посидеть за рулем Ferrari или за штурвалом боевого истребителя. Компьютер позволяет человеку с довольно большой приближенностью к реальности осуществить эти мечты. Начинает реализовываться неосознаваемая потребность в принятии роли. Человек получает удовольствие, играя в компьютерную игру, чему сопутствуют положительные эмоции. Природа человека такова, что он стремится повторить действия, доставляющие удовольствие, удовлетворяющие потребности. Вследствие этого человек начинает играть уже не случайным образом очутившись за компьютером, стремление к игровой деятельности принимает некоторую целенаправленность. Однако специфика этой стадии в том, что игра в компьютерные игры носит скорее ситуационный, нежели систематический характер. Устойчивая, постоянная потребность в игре на этой стадии не сформирована, игра не является значимой ценностью для человека.

. Стадия увлеченности. Фактором, свидетельствующим о переходе человека на эту стадию формирования зависимости является появление в иерархии потребностей новой потребности - игра в компьютерные игры. На самом деле новая потребность лишь обобщенно обозначается нами как потребность в компьютерной игре. На самом деле структура потребности гораздо более сложная, ее истинная природа зависит от индивидуально-психологических особенностей самой личности. Иными словами, стремление к игре - это, скорее, мотивация, детерминированная потребностями бегства от реальности и принятия роли.

Игра в компьютерные игры на этом этапе принимает систематический характер. Если человек не имеет постоянного доступа к компьютеру, т.е. удовлетворение потребности фрустрируется, возможны достаточно активные действия по устранению фрустрирующих обстоятельств.

. Стадия зависимости. По данным Шпанхеля, всего 10-14% игроков являются "заядлыми", т.е. предположительно находятся на стадии психологической зависимости от компьютерных игр.

Эта стадия характеризуется не только сдвигом потребности в игре на нижний уровень пирамиды потребностей, но и другими, не менее серьезными изменениями - в ценностносмысловой сфере личности. По данным А.Г. Шмелева происходит интернализация локуса контроля, изменение самооценки и самосознания. Зависимость может оформляться в одной из двух форм: социализированной и индивидуализированной. Социализированная форма игровой зависимости отличается поддержанием социальных контактов с социумом (хотя и в основном с такими же игровыми фанатами). Такие люди очень любят играть совместно, играть с помощью компьютерной сети друг с другом. Игровая мотивация в основном носит соревновательный характер. Эта форма зависимости менее пагубна в своем влиянии на психику человека, чем индивидулизированная форма. Различие в том, что люди не отрываются от социума, не уходят "в себя"; социальное окружение, хотя и состоящее из таких же фанатов, все же, как правило, не дает человеку полностью оторваться от реальности, "уйти" в виртуальный мир и довести себя до психических и соматических нарушений.

Для людей с индивидуализированной формой зависимости такие перспективы гораздо более реальны. Это крайняя форма зависимости, когда нарушаются не только нормальные человеческие особенности мировоззрения, но и взаимодействие с окружающим миром. Нарушается основная функция психики - она начинает отражать не воздействие объективного мира, а виртуальную реальность. Эти люди часто подолгу играют в одиночку, потребность в игре находится у них на одном уровне с базовыми физиологическими потребностями. Для них компьютерная игра - это своего рода наркотик. Если в течение какого-то времени они не "принимают дозу", то начинают чувствовать неудовлетворенность, испытывают отрицательные эмоции, впадают в депрессию. Это клинический случай, психопатология или образ жизни, ведущий к патологии. В связи с этим мы не будем в этой работе подробно останавливаться на этом, т.к. этот вопрос требует отдельного изучения.

. Стадия привязанности. Эта стадия характеризуется угасанием игровой активности человека, сдвигом психологического содержания личности в целом в сторону нормы. Отношения человека с компьютером на этой стадии можно сравнить с не плотно, но крепко пришитой пуговицей. Т.е. человек "держит дистанцию" с компьютером, однако полностью оторваться от психологической привязанности к компьютерным играм не может. Это самая длительная из всех стадий - она может длиться всю жизнь, в зависимости от скорости угасания привязанности. Компьютерные игры имеют не большую историю, однако случаев полного угасания зависимости единицы. Человек может остановится в формировании зависимости на одной из предыдущих стадий, тогда зависимость угасает быстрее. Но если человек проходит все три стадии развития психологической зависимости от компьютерных игр, то на этой стадии он будет находится длительное время. Определяющим здесь является тот факт, до какого уровня произойдет спад величины зависимости после прохождения максимума. Чем спад сильнее, тем меньше по времени будет угасать зависимость. Однако есть основания предположить, что полностью зависимость не пройдет никогда, но мы не можем подтвердить это экспериментально. Следует отметить также и такой факт, как возможное кратковременное возрастание игровой зависимости, в следствие появления новых интересных игр. После того, как игра "постигается" человеком, сила зависимости возвращается на исходный уровень [11].

Таким образом, разбиение процесса формирования игровой зависимости на стадии представляется нам важным шагом на пути исследования феномена кибераддикции, т.к. предпогагает типологизацию аддиктов, исходя из их фиксации на определенной стадии зависимости. Предложенное разбиение на стадии не претендует на полное соответствие критерию истинности, к тому же является довольно "сырым". Однако мы надеемся, что это послужит основой для дальнейших научных поисков в этом направлении.

Многое сделано в области исследования мотивации игровой деятельности, однако мотивация, в каком смысле понимают ее большинство исследователей, не является первостепенным фактором формирования зависимости. Мы считаем, что механизм формирования игровой зависимости основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях: уход от реальности и принятие роли. Эти механизмы работают независимо от сознания человека и характера мотивации игровой деятельности, включаясь сразу после знакомства человека с ролевыми компьютерными играми и начала более или менее регулярной игры в них. То есть независимо от того, чем руководствуется человек и что им движет, когда он первое время начинает играть в компьютерные игры, включаются механизмы формирования зависимости, и в дальнейшем та потребность, на которой основан превалирующий механизм, принимает первостепенное значение в мотивации игровой деятельности.

Итак, рассмотрим последовательно каждый из этих механизмов.

Уход от реальности. Основой этого механизма является потребность человека в "отстранении" от повседневных хлопот и проблем, своеобразная трансформация потребности в сохранении энергии. Мы не случайно употребляем термин "уход от реальности", а не "уход от социума", о котором упоминают некоторые авторы работ по сходной тематике. Дело в том, что мы имеем в виду не просто среду, общество, социум, а объективную реальность в целом. Уйти от социума можно посредством самых разнообразных способов, включая неролевые компьютерные игры. Однако уйти от реальности можно только лишь "погрузившись" в другую реальность - виртуальную.

Психологические аспекты механизма основаны на естественном стремлении человека избавиться от разного рода проблем и неприятностей, связанных с повседневной жизнью. Ролевая компьютерная игра - это простой и доступный способ моделирования другого мира или таких жизненных ситуаций, в которых человек никогда не был и не будет в реальности. Это простой способ пожить в другой жизни, где нет проблем, нет работы, на которую нужно ходить каждый день, нет хлопот по зарабатыванию денег на жизнь и т.д. В этом смысле может показаться, что ролевые компьютерные игры служат средством снятия стрессов, снижения уровня депрессии, т.е. своего рода терапевтическим методом. Однако использование ролевых игр в таком качестве под вопросом, хотя и представляется вполне возможным. На практике же, люди обычно злоупотребляют этим способом ухода от реальности, теряют чувство меры, играя длительное время. Вследствие этого возникает опасность не временного, а полного отрешения от реальности, образование очень сильной психологической зависимости от компьютера.

Процесс благотворного влияния ролевых игр представляется следующим образом: человек на время "уходит" в виртуальность, чтобы снять стресс, отвлечься от проблем и т.д. А в патологических клинических случаях происходит наоборот: человек на время "выходит" из виртуальности в реальный мир, чтобы не забыть, как он выглядит, и удовлетворить физиологические потребности. Остальная часть пирамиды потребностей сдвинута в виртуальную реальность и удовлетворяется там. Реальный мир начинает казаться чужим и полным опасностей, потому что человек не может в реальном мире делать все то, что ему дозволено в виртуальном. Постоянный уход от реальности приводит к усилению этого стремления, к появлению устойчивой потребности бегства от реальности. Здесь мы находим аналогии с наркотиками и наркотической зависимостью: с каждой принятой дозой сила зависимости увеличивается; с каждым часом игры зависимость от нее усиливается и вскоре для человека становится невозможным обходиться без компьютерной игры.

Принятие роли. В основе лежит потребность в игре как таковой, которая свойственна человеку. А также стремление к принятию роли компьютерного персонажа, которая позволяет человеку удовлетворять потребности, по каким-то причинам не способные удовлетвориться в реальной жизни.

Ролевые игры, особенно в детском возрасте, являются частью познавательной деятельности человека. Все дети играют в игры, сознательно принимая на себя роль взрослых, удовлетворяя бессознательную потребность в познании окружающего мира. С возрастом ролевые игры замещаются интеллектуальными и человек очень редко имеет возможность принять на себя роль другого человека, хотя подсознательная потребность в этом сохраняется: шофер хочет взглянуть на мир глазами летчика, мужчина - побыть в роли женщины, отвергнутый обществом неудачник мечтает хотя бы минуту побыть лидером. Потребность в познании мира - это видоизмененный исследовательский инстинкт, унаследованный людьми от животных. Предположительно, эта потребность находится в области бессознательного, т.к. в большинстве случаев частично или полностью не осознается человеком. Однако неосознанность потребности не говорит о ее отсутствии или слабости как мотивирующего фактора; скорее наоборот, бессознательные потребности оказывают большее влияние на наше поведение, чем осознаваемые.

Исследовательский инстинкт у животных и познавательная потребность у человека являются достаточно мощными мотивирующими факторами и нередко полностью определяют поведение. Животное, ведомое исследовательским инстинктом, забывает об опасности и может погибнуть ради этой жажды познания. Т.е. исследовательский инстинкт животного может подавлять даже очень мощный инстинкт самосохранения. Это доказывают и сторонники когнитивной психологии; для них познавательная потребность - основная движущая сила развития личности и источник активности. Ролевая игра - это весьма эффективный способ познавательной деятельности. В процессе ролевой игры удовлетворяется неосознаваемая познавательная потребность, вследствие чего человек получает удовольствие.

Сам механизм образования зависимости основан на вытекающей из этого потребности в принятии роли. После того, как человек один или несколько раз поиграл в компьютерную игру, он понимает, что его компьютерный герой и сам виртуальный мир позволяют удовлетворить те потребности человека, которые не удовлетворены в реальной жизни. Этого компьютерного героя уважают, с его мнением считаются, он сильный, может убить сотню врагов сразу, он - супермен, и для человека очень приятно входить в роль этого персонажа, чувствовать себя им, т.к. в реальной жизни такие ощущения испытать большинство людей не имеют возможности. Далее, чем больше человек играет, тем все больше он начинает чувствовать контраст межу "им реальным" и "им виртуальным", что еще больше притягивает человека к ролевой компьютерной игре и отстраняет от реальной жизни. Игра превращается в средство компенсации жизненных проблем, личность начинает реализовываться в игровом мире, а не в реальном.

Таким образом, существует два основных психологических механизма образования зависимости от ролевых компьютерных игр: потребность в уходе от реальности и в принятии роли другого. Они всегда работают одновременно, но один из них может превосходить другой по силе влияния на формирование зависимости. Оба механизма основаны на процессе компенсации негативных жизненных переживаний, а следовательно есть основания предположить, что они не будут работать, если человек полностью удовлетворен своей жизнью, не имеет психологических проблем и считает свою жизнь счастливой и продуктивной. Однако таких людей очень немного, поэтому большинство людей будем считать потенциально предрасположенными к формированию психологической зависимости от ролевых компьютерных игр.

Вывод.

Проблема влияния компьютера на человека очень обширна и многогранна. Мы показали, что все игры не одинаковы не только по задействованным в ее процессе психическим функциям, но и по силе и глубине своего влияния на личность человека, а также по психологическим механизмам формирования зависимости. В этом отношении первое место занимают ролевые игры, которые и представляют наибольший интерес в научных исследованиях.

Следует отметить, что данная работа имеет целью скорее наметить направление, в котором нужно идти на пути к решению проблемы, а не разрешить все вопросы, которые здесь обсуждались.

Основополагающими мы считаем следующие положения:

. Ролевые игры необходимо отделять от неролевых, так как они существенно различаются по мотивации игровой деятельности, причинам формирования зависимости в силе влияния на психику человека.

. Исходя из этого психологическая классификация компьютерных игр должна быть основана на разделении игр на ролевые и неролевые, а не на степени включенности разных психических функций.

. При рассмотрении формирования психологической зависимости от компьютерных игр следует учитывать ее специфику - резкое уменьшение величины зависимости после прохождения "максимума", в связи с чем игровую зависимость нельзя в полной мере сравнивать с другими формами зависимостей.

. Уход от реальности и потребность в принятии роли - может быть не все, но основные потребности, на которых основан механизм образования психологической зависимости от компьютерных игр.

Итак, человечество погружается в компьютеры и компьютерные сети, с каждым днем все больше и больше людей (особенно детей) становятся психологически зависимыми от компьютерных игр. Каждый день они подходят к компьютеру и "получают дозу" - кто 20 минут, кто час, а кто и… Это проблема. Можно только предполагать, к чему она может привести человечество в своем дальнейшем развитии. Мы должны задуматься над этим уже сегодня. Разные научные дисциплины должны объединится в исследовании этой области, а психология должна стать во главе этих работ - работ по исследованию психологических аспектов взаимодействия человека с компьютером.

.2 Особенности воздействия Интернета на личность старшеклассника

Компьютеры и информационные системы находят применение во все новых областях человеческой практики, оказывая воздействие на психические процессы и трансформируя не только отдельные действия, но и человеческую деятельность в целом. С психологической точки зрения, при взаимодействии человека с системами информатики происходит преобразование деятельности за счет опосредствования ее знаковыми системами. В соответствии с культурно-исторической теорией развития психики, психические функции разделяются на натуральные и высшие; последние развиваются с помощью специальных психологических орудий - Л.С. Выготский называл их знаками... [12].

О.К. Тихомиров вслед за Л.С. Выготским пишет о трансформации и усложнении строения высших психических функций в процессе освоения. и применения человеком новых информационных технологий - появлении таких психических функций, которые характеризуются работой не только со знаками, но и со знаковыми системами. На роль технических (в равной степени с психическими) средств в развитии и функционировании психики указывает и приверженец культурно-исторической теории М. Коул. Как отмечают многие авторы, существенную роль в преобразовании деятельности в настоящее время играют технологии, связанные с применением Интернета [13].

ИНТЕРНЕТ (англ. Internet, от лат. inter -- между и англ. net -- сеть), всемирная компьютерная сеть, соединяющая вместе тысячи сетей, включая сети вооруженных сил и правительственных организаций, образовательных учреждений, благотворительных организаций, индустриальных предприятий и корпораций всех видов, а также коммерческих предприятий (сервис-провайдеров), которые предоставляют частным лицам доступ к сети. Информация, хранящаяся во множестве компьютерных сетей, связанных между собой Интернетом, образует гигантскую электронную библиотеку. Огромное количество данных, распределенных между компьютерными сетями, затрудняет поиск и получение желаемой информации.

Интернет - наиболее динамично развивающаяся среда информационного обмена в истории человечества. Современные возможности доступа к Интернету с мобильных телефонов и устройств (мобильный Интернет), с телеприемника, а также обмен информацией через сеть других устройств, расширяют круг пользователей.

Применение компьютерных сетей ведет к структурным и функциональным изменениям в психологической структуре деятельности человека. Эти изменения затрагивают познавательную, коммуникативную и личностную сферы, трансформируют операциональное (исполнительское) звено деятельности, процессы целеполагания, потребностно-мотивационную регуляцию деятельности. Одним из важных аспектов психологического исследования нового вида деятельности является изучение ее мотивационной регуляции.

Мы уже отметили тот факт, что Интернет является огромной зоной коммуникации людей. Телекоммуникации с помощью компьютерных сетей - принципиально новый пласт социальной реальности. Исследователи исходили из того, что компьютерные сети представляют собой новый этап в развитии внешних средств интеллектуальной деятельности, познания и общения. Применение компьютерных сетей ведет к значительным структурным и функциональным изменениям в психической деятельности человека. Эти изменения затрагивают познавательную, коммуникативную и личностную сферы, трансформируются исполнительское звено деятельности, пространственно-временные характеристики взаимодействия субъект-субъект и субъект-информационная система, процессы целеполагания, потребностно-мотивационная регуляция деятельности [14].

Существуют разнообразные классификации средств общения в Интернете, но наиболее общую классификацию предлагает Вадим Нестеров, разделяя все формы виртуальных межличностных коммуникаций в русском Интернете:

. Диалоговая коммуникация, off-line и on-line (электронная почта, ICQ)

. Полилоговая коммуникация, off-line и on-line (конференции, чаты).

Первая форма характеризуется более доверительным и личным общением, вторая форма более характерна для обсуждения каких-либо вопросов на специальные темы большим количеством людей. Отличие конференции от чата состоит в следующем: отсутствие режима "реального времени" и ограничений на объем сообщения делает конференции более удобным для обсуждения тех или иных проблем, как правило, они представляют собой тематические дискуссии. Чаты же, даже при декларировании тематики общения очень редко остаются тематическими, общение в режиме реального времени делает глубокомысленные беседы проблематичными. Обычно общение в чатах производит впечатление свободного, бесцельного общения, в котором обмен высказываниями осуществляется единственно для поддержания контакта.

Отмеченные выше формы сетевого общения различаются не только по своей интерактивности (on-line и off-line), направленности коммуникации (моно- диа- и полилогичные), но и по степени открытости. Условно их можно разделить на: публичные и приватные. Первой особенностью "доверительного" общения является то, что обычно оно не является публичным и протекает в приватных формах коммуникации.

Как и в любом обществе существуют некоторые правила общения, так и виртуальном сообществе происходит зарождение и развитие своих правил поведения. Сетевой этикет или "нетикет" в России находится еще в стадии формирования, однако уже существуют общепринятые нормы поведения в виртуальном социуме. По одной из этих норм, публично задавать вопросы о возрасте, подлинном имени и т.п. собеседника считается как минимум неделикатным - каждый сообщает о себе столько, сколько считает нужным, а подобные вопросы требуют приватности. Если желание перевести общение на другой уровень обоюдно, люди, как правило, переходят на общение по электронной почте или через "аську" (ICQ). Этот процесс настолько распространен в Сети, что часто в виртуальных социумах, специализирующихся на общении, изначально заложена возможность приватной беседы без перехода на другой ресурс. В чатах, к примеру, обычно приняты такие приватные формы коммуникации, как "шепот" (возможность при общем разговоре отправлять любому из присутствующих реплики, невидимые для остальных) и "приват" (возможность перейти в диалоговый чат "на двоих").

Среди причин обращения к Интернет как инструменту общения выделяют [15]:

. Недостаточное насыщение общением в реальных контактах. В подобных случаях пользователи быстро теряют интерес к Интернет-общению, если появляются возможности для удовлетворения соответствующих потребностей в реальной жизни.

. Возможность реализации качеств личности, проигрывания ролей, переживания эмоций, по тем или иным причинам фрустрированных в реальной жизни. Подобная возможность обусловлена вышеперечисленными особенностями общения посредством сети - анонимностью, нежесткой нормативностью, своеобразием процесса восприятия человека человеком. Желанием переживания тех или иных эмоций объясняется, вероятно, и стремление к эмоциональному наполнению текста.

Общение посредством Интернет имеет свои специфические особенности, которые отличают этот вид общения от привычного всем нам. Среди этих особенностей И.Шевченко отмечает следующие [16]:

*1. Анонимность.* Несмотря на то, что иногда возможно получить некоторые сведения анкетного характера и даже фотографию собеседника, они недостаточны для реального и более или менее адекватного восприятия личности. Кроме того, наблюдается укрывание или презентация ложных сведений. Вследствие подобной анонимности и безнаказанности в сети проявляется и другая особенность, связанная со снижением психологического и социального риска в процессе общения - аффективная раскрепощенность, ненормативность и некоторая безответственность участников общения. Человек в сети может проявлять и проявляет большую свободу высказываний и поступков (вплоть до оскорблений, нецензурных выражений, сексуальных домогательств), так как риск разоблачения и отрицательной личной оценки окружающими минимален.

*2. Своеобразие протекания процессов межличностного восприятия* в условиях отсутствия невербальной информации. Как правило, сильное влияние на представление о собеседнике имеют механизмы стереотипизации и идентификации, а также установка как ожидание желаемых качеств в партнере.

*3. Добровольность и желательность контактов.* Пользователь добровольно завязывает контакты или уходит от них, а также может прервать их в любой момент.

*4. Затрудненность эмоционального компонента общения* и, в то же время, *стойкое стремление к эмоциональному наполнению текста*, которое выражается в создании специальных значков для обозначения эмоций или в описании эмоций словами (в скобках после основного текста послания).

. *Стремление к нетипичному, ненормативному поведению.* Зачастую пользователи презентируют себя с иной стороны, чем в условиях реальной социальной нормы, проигрывают не реализуемые в деятельности вне сети роли, сценарии, ненормативного поведения.

Исходя из вышеназванных особенностей, вытекает проблема виртуальной идентичности. Восприятие человека человеком в Интернет оказывается отделенным от базовых категорий социального познания, которые выражены во внешнем облике, таких, как пол, раса, возраст и принадлежность к определенному социальному слою. Это порождает феномен конструирования виртуальных личностей. В текстовой коммуникации в Интернете люди часто создают себе так называемые "виртуальные личности", описывая себя определенным образом. Виртуальная личность наделяется именем, часто псевдонимом. Псевдоним называется *"*nick*"* (от *"*nickname*"* - псевдоним) или *"*label*"* - "лейбл", "ярлык". Конечно, не все создают себе образ в Интернете, отличный от реального образа и стиля поведения. Гипотетическим объяснением того, почему одни люди конструируют виртуальные личности, а другие - нет, может быть, степень социальной ригидности личности. Выделяется два основных типа социальной ригидности. Первый - это ролевая ригидность (или ригидность "Я" - концепции), которая проявляется в том, что человек воспринимает себя как исполнителя строго определенного набора ролей и, соответственно, "упорствует в определенных видах ролевого поведения". Второй - это диспозициональная ригидность (наличие жестких установок, определяющих восприятие мира в черно-белых тонах).

Конструирование виртуальных личностей может носить возрастной характер и быть связана с самоопределением. Многие авторы отмечают существование кризиса идентичности в подростковом возрасте, когда собственное "Я" представляется подростку размытым. При этом виртуальные личности могут выполнять функцию самоверификации. Конструирование виртуальных личностей в Интернете - это отражение изменений структуры идентичности человека (тенденция к множественности идентичности в реальной жизни), которое является отражением социальных изменений [17].

Очевидно, что для того, что бы конструировать виртуальные личности, нужно не только быть в принципе способным видеть себя как потенциального исполнителя различных ролей, но и хотеть исполнять эти роли. Можно предположить, что желание конструировать виртуальные личности может быть связано с тем, что реальность не предоставляет возможностей для реализации различных аспектов "Я", или же, что действительность может быть слишком "ролевой", слишком нормативной. Это порождает у человека желание преодолеть нормативность, что ведет к конструированию ненормативных виртуальных личностей. В частности, это может проявляться в конструировании виртуальных личностей другого пола, нежели их обладатель, или вообще бесполых. В реальном обществе существуют определенные нормы, которые предписывают человеку определенного пола соответствующее этому полу поведение. В виртуальном обществе человек может быть избавлен от того, чтобы демонстрировать социально желательное для своего пола поведение, представившись в сети как лицо противоположного пола. То есть, если реальное общество ограничивает возможности самореализации человека, у него появляется мотивация выхода в сеть и конструирования виртуальных личностей. Если же человек полностью реализует все аспекты своего Я в реальном общении, мотивация конструирования виртуальных личностей у него, скорее всего, отсутствует. В описанном случае общение в Интернет носит характер дополнения к основному общению. Но оно может иметь и компенсаторный, замещающий характер. Это происходит в случае формирования Интернет-зависимости.

Явление Интернет-зависимости начало изучаться в зарубежной психологии с 1994 года. Интернет-зависимость определяется как "навязчивое (компульсивное) желание выйти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из сети Интернет, будучи on-line". Это явление более распространено на Западе, где стоимость доступа в сеть намного дешевле, и это способствует более широкому распространению и большей популярности Интернет. В России об этом явлении стали говорить совсем недавно. Для нас это явление представляет интерес с той точки зрения, что Интернет-зависимость может являться индикатором низкой коммуникативной компетентности и, следовательно, низким уровнем психологической культуры личности пользователя. Исследователи приводят различные критерии Интернет-зависимости. Кимберли Янг приводит 4 симптома этого явления [18]:

. Навязчивое желание проверить e-mail.

. Постоянное ожидание следующего выхода в Интернет.

. Жалобы окружающих на то, что человек проводит слишком много времени в Интернет.

. Жалобы окружающих на то, что человек тратит слишком много денег на Интернет.

Анализ причин Интернет-зависимости привел к выводу, что большинство Интернет-зависимых приходят в сеть ради общения. Это может свидетельствовать о компенсаторном характере общения в Интернет у этой группы людей. Интернет-зависимые получают в Интернет различные формы социального признания. Их зависимость может говорить о том, что в реальной жизни социального признания они не получают, а также о том, что в реальной жизни у этой группы людей могут существовать определенные трудности в общении, которые снижают их удовлетворенность реальным общением. На другом полюсе континуума находятся пользователи, которые приходят в сеть не ради многочасового бесполезного общения, но ради поддержания деловых контактов и нахождения необходимой информации. То есть среди пользователей существуют различные мотивы применения Интернет в деятельности. Это приводит нас к следующей проблеме - проблеме мотивов пользователей Интернет.

В ходе идущих с 1992 г. психологических исследований осуществлен анализ мотивации пользователей Интернета. В качестве основных исследовательских вопросов были рассмотрены следующие: Какие мотивы побуждают деятельность пользователей Интернета? Каковы реальные формы реализации мотивов в деятельности пользователя Интернета? Как изменяется мотивация пользователей по мере развития Интернета в нашей стране?

Опросы проводились путем рассылки опросников посредством компьютерных сетей, Участие в опросах было добровольным. В 2002 г. было получено 170 ответов, в 2003 г. - 305 ответов, в 2004 г. - 489, в 2005 г. - 435 , в 2006 г, - 680, в 2007 г. - 590, в 2008 - 950 ответов на опросник.

В результате исследования показано, что в основе деятельности пользователей Интернета лежат следующие виды мотивов: деловая мотивация, познавательная мотивация, мотивация сотрудничества, мотивация самореализации, рекреационная и игровая мотивация, аффилиативная мотивация, мотивация самоутверждения, коммуникативная мотивация.

Выделенные типы мотивов репрезентируют основные описанные в психологии виды мотивационной направленности личности: продуктивную, социально-коммуникативную, познавательную, развивающую. Эти виды мотивации проявляются в различных видах направленности деятельности пользователя Интернета: познание, сотрудничество, помощь другим пользователям, интеллектуальная и творческая самореализация, поиск единомышленников, стремление найти свой круг общения, социальное самовыражение и так далее.

В исследовании выделены основные сферы проявления мотивационной регуляции в деятельности пользователя Интернета. Это содержательная направленность интересов пользователей, реализуемая в форме обращения к различным типам информационных источников; оценка психологических последствий работы в Интернете; оценка пользователями значимости Интернета и характера его воздействия на собственную личность и деятельность; осознанное представление пользователей о собственных мотивах. Выделение сфер мотивационного воздействия позволяет совершенствовать методику исследования мотивации путем обращения к наиболее значимым аспектам мотивационного воздействия на деятельность пользователя.

Полученные результаты говорят о полимотивации деятельности пользователей Интернета. Этот факт подтверждает правомерность понимания Интернета как новой, специфической и мотивационно богатой сферы деятельности человека. Интернет в своем развитии прошел путь от профессиональной среды общения программистов к среде свободного общения, познания и игры (развлечения), реализующей более широкие по сравнению с профессиональными личностные интересы. Эти данные говорят об уменьшении веса мотивов делового и профессионального характера в деятельности пользователей Интернета. Напротив, мотивы коммуникативного, корпоративного и креативного содержания, мотивы личностного общения приобретают все большую представленность в системе мотивационной регуляции.

Высокоактуальным является изучение психологических последствий применения информационных технологий. Специалистами по информатике последовательно ставится вопрос об ответственности создателей программного обеспечения для компьютеров за последствия их применения (Визнер, 1976; Шнейдерман, 1992; Sackman, 1971). Неоднократно создавались специальные комитеты для постановки и решения подобных вопросов; в настоящее время активно действует общество. Социальной ответственности компьютерных профессионалов. Однако едва ли правомерно ограничивать анализ лишь негативной стороной процесса применения информационных технологий, как это обыкновенно происходит. Говоря о психологических последствиях применения информационных технологий, мы не понимаем их как нечто исключительно негативное: часто они амбивалентны или носят позитивный характер [19].

Подобный подход характеризует некоторые психологические исследования последствий информатизации. О.К. Тихомиров и Л.П. Гурьева проанализировали позитивные и негативные аспекты преобразования деятельности (ее мотивационных, целеобразующих и операциональных составляющих), опосредствованной взаимодействием с компьютером [20]. Высказано и обосновано утверждение, согласно которому применение информационных технологий при конкретных действиях или видах деятельности может оказывать влияние на другие виды деятельности и н. личность в целом. Воздействие процессов информатизации на деятельность может происходить как прямо, через трансформацию и опосредствование деятельности и появление новых ее видов, так и косвенно, через многократное опосредствование некомпьютеризированных видов деятельности. Такое косвенное многократное опосредствование может происходить, например, при просмотре рекламных клипов или фильмов, созданных с помощью средств компьютерной графики [21].

Психологические механизмы воздействия информационных технологий на человека должны стать предметом тщательного анализа. При этом на смену локальному анализу, предметом которого являются отдельные психические процессы, навыки, операции или конкретные действия, пришел анализ преобразований на глобальном уровне, в том числе преобразований мотивационно-личностной сферы пользователей информационных технологий и их личности в целом, а также психологических механизмов, отвечающих за такое преобразование. При этом следует учитывать, что информатизированная деятельность оказывает дифференцированное воздействие на другие виды деятельности: одни преобразования могут накладываться на другие, приводя и к нейтрализации психологических последствий информатизации, и к их усилению.

Продолжая данную линию исследования, рассмотрим конкретные разновидности опосредствованной Интернетом деятельности, которые потенциально способны вести к глобальным личностным преобразованиям. Несмотря на все разнообразие активности пользователей Интернета, можно выделить три основных вида осуществляемой ими деятельности: познавательную, игровую и коммуникативную. Этим разновидностям деятельности соответствуют глобальные изменения (трансформации) личности, которые привлекли в последнее время внимание широкой публики (как однозначно негативные трансформации) и - в меньшей степени исследователей (которые не стали бы торопиться с оценкой):

. Увлеченность познанием в сфере программирования и телекоммуникаций или, как крайний вариант, хакерство;

. Увлеченность компьютерными играми и, в частности, играми посредством Интернета или, как крайний вариант, т.н. игровая наркомания;

. Увлечение сетевой коммуникацией или, как крайний. вариант, т.н. Интернет-аддикция - своеобразная (нарко) зависимость от Интернета.

Перечисленные последствия применения информационных технологий в виде глобальных преобразований личности лишь в незначительном объеме стали предметом фундаментальных исследований, в силу чего нижеследующий анализ носит характер постановки проблемы. При этом авторы исходят из того, что лишь в своих крайних проявлениях такого рода личностные преобразования носят всецело негативный характер; вопреки распространенному мнению, они могут вести к позитивному развитию личности.

Интернет и WWW предоставляют множество возможностей осуществления познавательной деятельности посредством, например, гипертекстовой навигации. Отдельной познавательной задачей может выступать выяснение организации работы Интернета как конгломерата взаимосвязанных компьютерных сетей, закономерностей хранения, сортировки, индексирования и пересылки информационных массивов, реализации поисковых механизмов и процедур, функционирования обеспечивающих такую работу информационных протоколов, телекоммуникационных устройств и программ и т.п. Профессиональные знания такого рода - удел специалистов по информационным и коммуникационным технологиям, а гипертрофированное (далеко выходящее за пределы профессиональной необходимости) увлечение поиском и применением таких знаний характеризует личностную трансформацию, известную как хакерство.

Посвященных данному феномену психологических исследований практически нет, широко известна лишь мифология хакеров, созданная главным образом журналистами. Масс-медиа предлагают считать наиболее характерными действиями хакеров разработку и распространение компьютерных вирусов, взлом и выведение из строя электронных систем защиты информационных массивов или совершение краж (информации, денежных средств и т.п.) с помощью компьютерных сетей, а наиболее бросающимися в глаза психологическими особенностями хакеров - асоциальность, ограниченность интересов, фанатизм. По-видимому, представленная в популярных изданиях точка зрения на хакерство как на однозначно негативное направление личностного развития является односторонней.

Для обоснования высказанного мнения обратимся к истории хакерства. Одним из первых заговорил о хакерах Дж. Вейценбаум - он назвал их одержимыми программистами, которых отличают высокий профессионализм, стремление к овладению знаниями и неослабевающий интерес к своей работе. Он же отметил типичную для них внутреннюю мотивацию деятельности: они пишут программы, поскольку им нравится сам процесс работы с компьютером, предоставляющем программисту возможность творить свой собственный мир: Программист вычислительных машин - творец миров, в которых он сам является единственным законодателем." [22]. Современные исследователи также подчеркивают, что для суперпрограммистов работа с компьютером подчинена внутренней мотивации, а при назывании образных ассоциаций, которые вызывает у них компьютер, доминируют образы, связанные с творением новой реальности или "особого мира". Нередко можно услышать мнение, что все наиболее удачные и полезные идеи в области программного обеспечения были в свое время выдвинуты и безукоризненно реализованы именно хакерами [23].

При всей очевидной интернациональности хакерской деятельности можно говорить и о некоторых социокультурных особенностях. Применительно к России такого рода особенности могут быть связаны с последствиями "железного занавеса" и состоянием российской экономики (Surgeon, 1996). В прежние времена нельзя было приобрести "западные" программные продукты - чтобы получить возможность работать с ними, приходилось их взламывать. Таким образом, складывалась ситуация неявного поощрения хакинга государством - общим работодателем всех программистов. В настоящее время ситуация в чем-то сходна: поскольку сравнительно немногие люди или организации в России покупают лицензионные диски с текстовыми редакторами, играми или графическими пакетами, то дешевые CD c взломанными программами пользуются большим спросом, и тем самым есть работа для компьютерных пиратов и. в нашей стране, и за рубежом [24].

На смену одержимым программистам пришли новые поколения хакеров, которые и стали популярным сюжетом средств массовой информации. В массовом сознании сложилось несколько образов хакеров, которые лишь частично перекрываются. Примерами могут служить мстительный составитель компьютерных вирусов, задавшийся целью вывести из строя компьютеры и системы своих явных или вымышленных недругов; любознательный подросток, с легкостью преодолевающий все препятствия в блужданиях по Сети и случайно ставящий мир на грань краха; удачливый жулик, сумевший (вариант: чуть-чуть не сумевший) перехитрить самые современные охранные системы; благородный Робин Гуд, противостоящий злоумышленникам и возвращающий информационно обездоленным людям скрытую от них информацию; гениальный злодей, упорно ищущий способ установить господство над миром посредством взаимосвязанных компьютеров и информационных систем, и т.д. Поскольку во всех случаях речь идет о натурах незаурядных и во многом таинственных, то в подростковой среде сложилось представление о хакерстве как о привлекательном и модном стиле поведения.

Видоизменилось не только представление о хакерах, но и содержание их деятельности. Умелые и многознающие компьютерные "маги", как их часто называют, по-прежнему верны правилу, выраженному Ш.Текл следующим образом: нелегальный хакерский поступок должен быть совершен простыми или даже элементарными средствами, но требующими огромных знаний и высокого мастерства. Однако наряду с магами - фанатичными знатоками всего, что относится к информационным технологиям, - хакерами стали себя именовать новички сравнительно низкой квалификации. При наличии общедоступного специализированного инструментария - например, "пособия по хакингу" вместе с набором программ для тестирования и взлома систем защиты, - почти любой "продвинутый" пользователь Интернета способен .вооружиться. и .поохотиться. на плохо защищенную информацию. Таким образом, достичь привлекательного для хакера результата можно психологически различающимися способами: самостоятельно разработать оригинальный метод атаки на систему защиты программных продуктов или сайтов либо действовать неоригинально и применить готовую технологию взлома [25].

Итак, современные хакеры различаются по степени оригинальности действий и применяемых ими орудий. Широко распространена и классификация хакеров по способу деятельности - обычно различаются Software хакеры (взламывают программное обеспечение), фрикеры (телефонные хакеры) и сетевые хакеры (взламывают защиту серверов Интернета). Среди фрикеров выделяется подгруппа кардеров - взломщиков. банковских кредитных карточек. Эта прослойка, по-видимому, довольно немногочисленна, поскольку такого рода деятельность требует глубоких познаний в области радиоэлектроники и программирования микросхем. Сами хакеры любят подчеркивать свое отличие от крэкеров взломщиков систем безопасности: Большинство crackerов являются довольно посредственными хакерами. Своего рода легальными крэкерами являются т.н. самураи - гениальные подростки, чьими услугами пользуются различные партии, принимающие участие в предвыборной борьбе, адвокаты, занимающиеся защитой чьих-то авторских прав, и многие другие, кому необходимо на законных основаниях залезть в какую-нибудь систему.

Можно классифицировать хакеров и по критерию квалифицированности. Так, умелые профессиональные хакеры часто специализируются в конкретных областях (фрикинг, хакинг, кардинг и т.д.), хотя при этом стараются не терять квалификацию и в других сферах деятельности, они совершенствуют свои знания и готовы применять их бескорыстно, хотя не отказываются от заказов. В то же время т.н. wannabee (хочубытькак), или "любители низкой квалификации ринулись читать компьютерные книжки и щеголять жаргонными словечками., при этом не понимая самой сути культуры и психологии хакеров, но пытаясь поднять свой престиж среди сверстников. В нашей работе показано, что можно отделить от умелых, высокоинтеллектуальных, внутреннемотивированных хакеров группу малоквалифицированных подростков, для которых привлекательной кажется сама принадлежность к модному течению.

Согласно предлагаемым самими хакерами оценкам, их деятельность подчиняется не только познавательной мотивации (поработать на более мощном компьютере, или посмотреть, как работает та или иная программа., или узнать больше о новых операционных системах и т.п.) ее они называют чаще всего, - но и целому ряду других мотивов, среди которых корысть (в которой хакеров постоянно обвиняют), стремление - в формулировке Р. Фарра рассчитаться с работодателем, добиться признания своих способностей, выразить себя, стать лучшим среди хакеров, добиться уважения, проявить себя, получить от общества то, что оно задолжало, доказать свое превосходство над компьютерами. Едва ли правомерно утверждать, что наличествует некая типичная хакерская мотивация. По словам Р. Мейера, вполне может статься, что получившие известность хакеры вовсе не обязательно типичны; возможно, типичный хакер - тот, о котором почти ничего не известно [26].

Иерархия мотивационных образований занимает одно из ведущих мест в формировании личности. Если рассмотреть приведенный выше и, наверное, заведомо не полный набор актуальных мотивов и мотивировок, побуждающих деятельность хакеров, то следует сделать вывод, что в плане направления психического развития они амбивалентны (кроме разве что мотивов стяжательства или мести). В самом деле, и познавательный мотив, и мотив самовыражения вполне могут способствовать и позитивной в социальном плане, и негативной трансформации личности. Тем самым вне своих крайних проявлений (как-то преступных действий) хакерство не является негативной личностной аномалией.

Повсеместно принятого определения феномена хакерства до сих пор нет; обычно выделяют разные аспекты этой проблемы, причем определения варьируют от социально одобряемых (энтузиаст, специалист, профессионал) до таких, в которых явствуют асоциальные черты (преступник, взломщик, вор). По мнению Дж. Маркофа и К. Хефнер (1996), хакеры - это, как правило, люди с какими-либо недостатками: упоминаются излишняя полнота, детство в неполной семье, знакомство с наркотиками, отсутствие полноценного общения со сверстниками и со взрослыми и т.д. Если это действительно так, то может быть высказано предположение, согласно которому увлечение информационными технологиями и хакинг служат компенсацией (или гиперкомпенсацией) недостаточного общения с близкими взрослыми и сверстниками, неприятия в референтной группе, недостатка самоуважения. Для обоснования остановимся на рассмотрении общепринятых допущений об интеллектуальности и изначальной асоциальности хакеров.

Редко кто отрицает, что хакеры обладают развитым интеллектом. Между тем в публикациях (Маркоф, Хефнер, 1996) встречаются описания не слишком интеллектуальных и в то же время удачно занимающихся хакингом субъектов. В нашем исследовании также было обнаружено, что среди 62 испытуемых - студентов и выпускников технических ВУЗов, признававших себя хакерами или имевших репутацию хакеров - 9 человек (13% выборки) обладали средним уровнем интеллекта (т.е. были способны решить 50-75% задач в предложенном им тесте). В этой связи может быть высказано мнение, что недостаточное развитие у части хакеров интеллектуальной сферы как бы .компенсируется. волевой сферой: с одной стороны, высокоразвитый интеллект обеспечивает хакеру быстрое и эффективное достижение желаемого результата, а с другой стороны, менее способные хакеры добиваются сопоставимых результатов, действуя в лоб, для чего необходимы воля, терпение и настойчивость. Подобная компенсация представляется продуктивным психологическим механизмом, способным стать основой и позитивных, и негативных преобразований личности. Достаточно сказать, что даже из бытовых наблюдений известно, сколь часто низкое или среднее развитие интеллекта не компенсируется ни настойчивостью, ни волей.

Расхожим местом стало убеждение о полной асоциальности хакеров: они одиноки и не понимают других, лишены эмпатийности в общении, не сопереживают своим собеседникам, не умеют завязывать контакты, а при реализации хакерских замыслов не отдают себе отчета в последствиях - простаивающих компьютерах, безвозвратно утерянных файлах, оторванных друг от друга и от своего дела людях. Если это действительно так, то речь может идти о недостаточной выраженности потребности в общении; о несформированности коммуникативных навыков (в частности, навыков установления и поддержания контакта); о неспособности занять в диалоге позицию собеседника - т.н. децентрации, о которой писал Ж. Пиаже; об инфантилизме как неготовности понимать последствия своих поступков; о несформированности моральной сферы личности; об индивидуальной системе ценностей, расходящейся с общепринятой и т.п.

Однако многие данные противоречат тезису об асоциальности. Во-первых, хакеры нередко проявляют феноменальные коммуникативные навыки (что правильнее было бы назвать социальной инженерией), в том числе способность к децентрации. Примерами могли бы служить многие хакеры, в частности, наиболее прославившийся из них Кевин Митник: застенчивый и неуклюжий подросток с легкостью входил в доверие и заговаривал зубы. осуществляющим техническую поддержку компьютерных систем специалистам, сотрудникам спецслужб и охранникам [27].

Во-вторых, даже самые малообщительные хакеры довольно активно взаимодействуют между собой, а зачастую объединяются в группы (команды, тимы) - и неформальные, и формальные, причем в последнем случае - с четким распределением ролей и выверенными до мельчайших квантов времени согласованными действиями. Сами хакеры предпочитают характеризовать свои объединения как андерграунд или Система. При этом андерграунд состоит из нескольких субкультур и не является однородным. Субкультуры, или идиокультуры - определяемые Г. Файном как система знаний и представлений, ... разделяемых членами группы, связанной взаимодействием, к которым они могут апеллировать и которые служат основой для дальнейшего - зафиксированы в периодическом сетевом издании. Жаргон хакера, в котором описаны история хакерства, сопутствующие легенды и предания; представление об этом издании можно получить по книге Новый словарь хакера [28].

По интенсивности внутригрупповых контактов и заботе о сохранении своей специфической культуры хакеры, видимо, не отличаются от других современных течений андерграунда (о психологических особенностях которых, впрочем, известно весьма мало). Тем самым неверно было бы говорить об асоциальности хакеров в психологическом плане им, как и представителям других течений андерграунда, по-видимому, комфортно в своем сообществе, внутри избранной идиокультуры. При этом не выглядит ошибочным тезис об антиобщественной (или, во всяком случае, своеобразной) системе ценностей, принятой в данном андерграунде.

Однако то же самое может быть сказано по поводу почти любого направления андерграунда, и современное общество проявляет все большую долю толерантности, пытаясь понять и инкорпорировать ценности и модусы поведения, выработанные идиокультурными меньшинствами, что гораздо сложнее, нежели просто оттолкнуть их. Более того, сообщества наших современников, ускользнувших из-под надзора социальных институтов (для подобного ускользания вполне годятся информационные технологии) становятся все более многолюдными и должны быть признаны все менее маргинальными [29].

Хакеры вовсе не асоциальны в попытках заявить обществу о своем существовании и праве влиять на происходящие в мире события если не понимать асоциальность в охранительном смысле: как преступное несогласие с установленным ходом событий. Активное желание воздействовать на направление общественного развития характеризует многие течения андерграунда, и в этом плане хакеры не составляют исключение. Поэтому, в частности, они время от времени предпринимают громкие акции; по мнению Т. Джордана и П. Тейлора, хакерское сообщество не смогло бы состояться в отрыве от средств массовой информации: хакерам необходимо, чтобы о них было известно в довольно широких кругах, Можно упомянуть недавнюю массовую акцию российских, сербских, а впоследствии и китайских хакеров, предпринятую в качестве протеста против бомбежек авиацией НАТО территории Югославии: хакеры объявили кибер-войну НАТО и веб-сайтам, предположительно принадлежащим Министерству обороны США. Наступление на НАТО приняло две основные формы: нелегальный доступ на отдельные серверы и рассылка спама по американским серверам с целью добиться их перегрузки [30].

Согласно распространенному мнению, в акции "отмщения агрессору" приняли участие главным образом неискушенные в политике и недостаточно квалифицированные во взломе информационных систем подростки. Квалифицированные хакеры, не принимавшие участия в подобных акциях, тем не менее с любопытством следили за ними, оценивая пути будущих трансформаций общества. Один из них в беседе с нами отметил, что современные информационные технологии постепенно сформируют новый тип личности: вместо пассивного винтика в государственной системе и маленького человека появится новый человек с планетарным стилем мышления - самостоятельный, свободный, независимый, с высокоразвитым интеллектом и умеющий добиваться поставленных целей. Число таких людей увеличивается, и .они постепенно учатся объединяться и работать вместе., поэтому есть все основания считать, что они рано или поздно займут видное место в мировой политике в качестве тайной или явной силы., реализовав тем самым .многовековую мечту о квалифицированном и умном правлении.

Таким образом, как можно предположить, хакеры пытаются воздействовать на желательные для них направления трансформации общества, действуя доступными им способами и применяя те методы, которыми они владеют лучше всего. Это подтверждает наше представление о том, что в психологическом плане хакеры не асоциальны, а хакерство как увлеченность познавательной стороной применения информационных технологией не является негативным направлением личностного развития. Те трансформации личности, которые предположительно характеризуют хакеров, являются амбивалентными - если исключить поистине крайние формы хакерства, граничащие с фанатизмом. Последний и есть по сути основной результат негативного развития, в чем бы ни выражался фанатизм.

К позитивным аспектам личностного развития при общении посредством Интернета могут быть отнесены перспективы преодоления коммуникативного дефицита и расширения круга общения, повышения информированности в обсуждаемых вопросах, защищенности от наиболее грубых манипулятивных действий, своего рода сгущения и компактности коммуникативного хронотопа (т.е. единства пространства/времени) при общении в реальном времени, обмена ситуативными эмоциональными состояниями и настроениями [31]. Дополнительные возможности открывает реализованный, к примеру, в портале Palace (www.thepalace.com) или Cycosmos (www.cycosmos.de) способ визуализации общения с другими посетителями портала посредством разнообразных аватаров (avatars) и опор (props). Аватары представляют собой визуальные изображения, которые можно выбрать или самостоятельно сконструировать в качестве своего представителя, это может быть герой мультфильма, условный персонаж, животное, собственная фотография и др. Опоры представляют собой объекты, которыми пользуются в опосредствованном общении - например, аватары передают их друг другу. Аватары в определенной степени способствуют выражению эмоций в ходе беседы, а акт выбора конкретного аватара либо отказа от ранее выбранного и конструирования нового аватара помогает демонстрировать характерные (либо только желаемые) черты собственной личности [32].

Основной же негативной стороной коммуникативного применения Интернета можно считать так называемую нарко-зависимость от Интернета, или Интернет-аддикцию: подобное общение способно целиком затягивать субъекта, не оставляя ему ни времени, ни сил на другие виды деятельности [33].Само по себе наименование зависимость от Интернета. выглядит спорным, если подходить к нему со строгими медико-психологическими критериями. Так, оно не представлено в официальных перечнях заболеваний, не вполне ясны и критерии, отличающие этот феномен от других человеческих увлечений (как-то: коллекционирование, страсть к покупкам, графоманство, сидение перед телевизором, гипертрофированная забота о собственном здоровье и др.), не менее сильно выраженных, однако обычно не признаваемых патологическими видами зависимости. Тем не менее представление о зависимости от Интернета, или Интернет-аддикции в достаточной степени утвердилось и в популярной, и в специальной литературе, что дает определенные основания использовать данное понятие, пусть это и не вполне корректно с терминологической точки зрения.

Интернет-аддикцию нередко полагают прямым следствием высокой степени анонимности в ходе работы в Интернете. В наиболее расширительном понимании к проявлениям зависимости от Интернета. относят не только зависимость от социальных применений Сети, т.е. опосредствованного общения, но и привязанность к азартным играм в Интернете, электронным покупкам и аукционам; страсть к навигации по WWW; пристрастие к сексуальным применениям Интернета [34]. Однако наиболее значительный объем исследовательской и консультативной работы в этой области выполнен на основе анализа зависимости от опосредствованного Интернетом общения.

Интернет-аддикция почти единогласно признается негативным направлением трансформации личности. Едва ли эта односторонняя точка зрения безусловно справедлива: как отмечалось, о психологической зависимости можно в данном случае говорить лишь условно. Более сбалансированная точка зрения представлена в помещенных в данном сборнике статьях А.Е. Войскунского и К. Мюррея. В монографии К. Сурратт утверждается, что в большинстве случаев общение посредством Интернета представляет собой просто-напросто обычное человеческое общение с поддержкой на уровне высоких технологий, и говорить о зависимости от Интернета было бы равнозначно утверждению, что люди зависят от общения между собой последнее утверждение совершенно справедливо и не может считаться патологией [35].

Психологические исследования Интернет-зависимости начались совсем недавно. Заметны разногласия в определении самого понятия Интернет-зависимости и отличии этого феномена от других человеческих увлечений. В настоящее время происходит активное накопление данных, изучение психологических и собственно клинических особенностей данного феномена, формулирование практических рекомендаций по терапии Интернет-аддиктов, а также выработка контрдоводов теми, кто не склонен признавать зависимость от Интернета явной патологией. Если Интернет-аддикцию понимать как крайность в сфере коммуникативных применений Интернета, то надо признать, что такого рода крайность способствует негативным личностным трансформациям.

В данной работе поставлен вопрос о направлениях изменения личности пользователей новых информационных технологий, и в частности Интернета. Проблемы такого рода являются актуальными: они интенсивно обсуждаются в популярных изданиях; в последнее время появились профессиональные исследования. С позиций теории развития высших психических функций, развитой Л.С. Выготским и его последователями, постановка вопроса о глобальных преобразованиях личности под влиянием усложняющихся орудий деятельности представляется закономерным развитием ранее проведенных исследований, в которых анализировалось преобразование конкретных психических процессов и видов деятельности. Данное положение обосновано нами в ранее опубликованной статье (Бабаева, Войскунский, 1998); там же предложены и проанализированы некоторые психологические механизмы, обеспечивающие личностные трансформации (как-то: аналогия, реверсия, экзуция и др.) [36].

Немногочисленные и разрозненные исследовательские данные, имеющиеся в настоящее время, позволяют судить о неоднозначности и разнообразии влияния, оказываемого информационными технологиями на личность. Приведенные примеры дают основания полагать, что в зависимости от мотивации, целей и условий деятельности Интернет и многочисленные сетевые услуги могут быть использованы и для ухода. в некий виртуальный мир, в котором трудности и проблемы реального мира отсутствуют, и в качестве своеобразной творческой лаборатории, позволяющей приобрести новый психологический опыт. Высказано допущение, согласно которому следует различать целенаправленные и спонтанные трансформации личности. В последнем случае личностные преобразования происходят спонтанно и неосознанно. В случае нередких в настоящее время попыток целенаправленного преобразования личности под влиянием применения Интернета и других разновидностей информационных технологий можно предполагать, что такие попытки характеризуются качествами произвольности и намеренности. По-видимому, с полным на то правом может быть поставлен вопрос об актуализации потребности в преобразовании собственной личности и об активности субъекта в попытках удовлетворения данной потребности.

Немногочисленные исследования в области интернет-зависимости носят пока пилотный характер, скорее намечают цели и задачи, стоящие перед исследователями, столкнувшимися с новой проблемой. В одном исследователи единодушны: интернет-зависимость является проблемой почти исключительно лиц молодого возраста [37].

Интернет как система доступа к информации

Информационные ресурсы, доступные пользователям интернет, поистине безграничны. Каждый пользователь может найти для себя в сети необходимую ему информацию, представленную в любой из технически существующих форм - текстовом, аудио, видео и др. форматах. Информация может носить сугубо частный, научный, общественный характер.

Одной из основных проблем получения информации в интернет (как и в других информационных системах) является ее достоверность и возможность оценки пользователем достоверности получаемой информации. Это особенно важно, поскольку у большинства источников информации в сети нет пока той репутации, которая сложилась у offline источников (газет, телевидения, издательств, радиоканалов) за долгий период их существования.

Отчасти это компенсируется активной экспансией уже существующих систем доступа к информации в сеть, созданием ими своих online версий, отчасти - работой администраторов поисковых систем, но в большей степени ложится на плечи самого пользователя.

Несомненным достоинством сети является потенциальная возможность каждого пользователя размещать в сети и делать доступной для неограниченного числа других пользователей собственную информацию. Важнейшим фактором, определяющим экспоненциальный рост информационных ресурсов сети, является отсутствие необходимости привлекать для решения задач представления информации значительные материальные ресурсы. Сеть является наверно самым демократичным средством массовой информации, не требующим никаких капиталовложений и доступным каждому.

Еще одним достоинством информационных ресурсов сети является возможность обратной связи между пользователем и предоставившим информацию субъектом. Таким образом, пользователю предоставляется возможным заявить о себе, сообщить посетителям своего ресурса необходимые, с его точки зрения, сведения частного, рекламно-коммерческого, общественного характера.

Колоссальный объем информационных ресурсов оборачивается, в конечном итоге, проблемой выбора пользователем достаточно информативных и достоверных ресурсов.

Интернет-коммерция

Особенность интернет как поля для коммерческой деятельности обусловлена его открытостью, как системы доступа к информации. Коммерческая деятельность в интернет развивается по ряду направлений, непосредственно или косвенно относящихся к работе самой сети. Косвенное отношение к сети реализуется в создании online-ресурсов, имитирующих обычные виды коммерческой деятельности: рекламных страниц, интернет-магазинов, интернет-аукционов, электронных досок объявлений, интернет-бирж и т.д.

Непосредственное отношение к работе сети реализуется в создании интернет-ресурсов, извлекающих доход путем рекламы других сайтов, провайдерской деятельности, услугах по созданию web-страниц, программных продуктов. Легкость доступа к интернет-ресурсам является определяющим фактором роста интернет-коммерции, и, как следствие, доступности ее для широких слоев пользователей. Дополнительным фактором является электронная система расчетов и неполный контроль со стороны государства за коммерческой деятельностью в сети.

Это делает интернет-коммерцию особенно привлекательной для молодых пользователей, включая пользователей подросткового возраста, обеспечивая, в узком смысле этого слова, их социализацию, а нередко - профессиональный, карьерный и материальный рост. С другой стороны, ограниченность сферы деятельности сетью несет отрицательную десоциализирующую нагрузку.

Профессиональная деятельность в интернет

В настоящий момент все более широко развивается профессиональная деятельность в сети. Она инспирируется, в первую очередь, высокими возможностями интернет, как средства коммуникации. В настоящем контексте представляется необходимым остановиться на осуществлении профессиональной деятельности в сети и на пользовании услугами online.

В качестве примера рассмотрим осуществление медицинской, и, в частности, психолого-психиатрической помощи в online-режиме. Характер этой деятельности в определенной степени ограничен отсутствием непосредственного контакта с пациентом, что приближает ее фактически к режиму консультирования по телефону. Дополнительным положительным фактором является в данном случае возможность подключения автоматизированных систем тестирования.

Практически неограниченные возможности дает online-консультирование при выполнении скрининговых исследований, например, при психологическом обследовании больших коллективов, находящихся на значительном удалении. Современные диагностические методики могут быть легко реализованы в online-режиме, что позволяет произвести отбор лиц, требующих очного консультирования.

Важным фактором для пользователя является возможность получить совет от специалиста, находящегося вне его места пребывания. С другой стороны, сохраняется анонимность и конфедициальность предоставленной информации, хотя, к несчастью, последняя, как правило, оказывается недостаточно полной.

Таким образом, решающим фактором, определяющим ближайшее будущее online-консультирования, остается предварительная диагностика и решение вопросов о необходимости очной консультации, выбор специалиста, определение приоритетных направлений дальнейших диагностических и лечебных мероприятий. Накопленный рядом клинических подразделений положительный опыт в использовании интернет-консультирования лиц, страдающих алкоголизмом и наркоманией, как и другими психическими расстройствами и соматической патологией свидетельствует о благоприятных перспективах развития online-консультирования [38].

Интернет как средство коммуникации

Интернет является универсальным средством коммуникации, сочетающим возможность пересылки текста (графики, звука, видео) в форме электронной почты, фактически соответствующей возможностям обычных почтовых пересылок, форумов, досок объявлений, в том числе, снабженных поисковыми системами, и общения в режиме реального времени (например, чаты, ICQ). Особенностью общения в режиме реального времени является возможность одновременно поддерживать связь сразу с несколькими собеседниками, общедоступность этого контакта, возможность выбора аудитории и тем для дискуссии.

Важным элементом общения-online является анонимность и возможность выступать в роли, невозможной при обычном общении в реальной среде. Опыт показывает, что большинство чатов и форумов имеют довольно постоянную аудиторию, являясь своего рода online-клубами по интересам. При этом совершенно теряется фактор расстояния, общение не требует личного знакомства, и, как правило, не предполагает его возникновения вне сети, что снимает целый ряд психологических барьеров, позволяет высказываться в соответствии со своими взглядами, дает неограниченную возможность самовыражения в диалоге.коммуникация обладает известным деперсонифицирующим потенциалом, дает возможность присутствовать при диалоге других, не вмешиваясь в него и оставаясь незамеченным, оставляя возможность вмешательства за пользователем. Коммуникация в режиме реального времени дает возможность индивидууму менять роли, входя в аудиторию под разными именами и создавая различные виртуальные образы, что позволяет отрабатывать коммуникационные навыки и коммуникационные стратегии.

Обратной стороной этого процесса является именно фактор деперсонификации, вернее - подмены собственных аутоидентифицирующих факторов сконструированными виртуальными. Этот процесс мы обозначили ниже как метаперсонификация.

Интернет как метаперсонифицирующая среда

Интернет, как никакое другое информационное пространство, предоставляет возможность пользователю оставаться (в известной степени) анонимным. Однако, как и в любой системе, проблема идентификации пользователя должна быть решена. Поэтому пользователю предоставлено полное право выбирать себе имя (имена) по собственному усмотрению и создавать, в ходе работы, свой неповторимый виртуальный образ, соответствующий имени. Этот образ будет восприниматься другими пользователями как исходная данность, в то время как они прекрасно осведомлены о возможном несоответствии сконструированного виртуального образа реальному лицу, создавшему его. Так, например, никто не может воспрепятствовать представиться незримому собеседнику, находящемуся (возможно) на другом конце планеты, другим именем, возрастом, полом, представить иные профессиональные и социальные детали, совокупность которых сформирует совершенно далекий от действительности виртуальный образ. Образ, как это свойственно образам литературных героев, начинает жить и развиваться, преломляясь через сознание воспринимающих его лиц. Существенное отличие данного образа от литературного или театрального, создаваемого актером на сцене - его принципиально неограниченная протяженность во времени, динамичность, незавершенность.

Достоинством и манящей привлекательностью данного процесса является ничем не ограниченная возможность творческого самовыражения, самоконструирования, не требующая притом существенных затрат каких-либо ресурсов. Легкость полного перевоплощения чарующе мила. Возможность отождествлять себя (временно или постоянно, в контакте со всей интернет-аудиторией либо с ее определенной частью) с определенным образом дает возможность безграничного самовыражения и реализации своих самых сокровенных фантазий.

С другой стороны, возможно параллельное существование нескольких виртуальных образов, порой абсолютно несхожих, соответствующих одному реальному пользователю, и по разному раскрывающих грани его "Я". Фактически их число ограничено только осями аутоидентификации субъекта, по каждой из которых он вправе выбирать любую из точек континуума идентифицирующих параметров.

Интернет в качестве социальной среды и субкультуры

Как и любая сфера деятельности, включающая профессиональные и частные интересы, интернет является своеобразной средой функционирования индивидуума, обладающей своими законами формирования внутренних отношений и собственным, уникальным набором факторов, воздействующих на личность.

На современном этапе развития представляется возможным говорить о формировании интернет-субкультуры, обладающей практически полным набором необходимых признаков: собственным сленгом, внутренней иерархией, набором устоявшихся идей, составляющих мировоззренческую позицию членов субкультуры, определенными этическими нормами, достаточным количеством формальных и неформальных лидеров, формирующих вокруг себя устойчивые сообщества пользователей, осуществляющих в них идейное предводительство.

Как всякая субкультура, интернет объединяет большие группы населения, формирует круг интересов и общения, стимулирует развитие межличностных отношений и имеет свои положительные и отрицательные факторы влияния на индивидуальную сферу психической деятельности своих членов.

Среди отрицательных факторов влияния интернет-культуры на личность, необходимо назвать в первую очередь: деперсонифицирующее и метаперсонифицирующее воздействие, перенос полюса коммуникативной активности из реальных условий социума в сеть, аутизацию. По-видимому, именно данные факторы являются ведущими в формировании предпосылок к интернет-аддикции

Однако, ко всем положительным последствиям применения информационных технологий добавляются и отрицательные. Так, навигация по сети Интернет (связанная с любым видом деятельности), может способствовать появлению своеобразного ухода от реальности, синдрома (нарко)зависимости от Интернета, при котором процесс навигации "затягивает" субъекта настолько, что он оказывается не в состоянии полноценно функционировать в реальном мире. Так, в самой сети Интернет уже существуют неофициальные консультации, оказывающие помощь тем, кто страдает от этого синдрома, созданы специальные программы, ограничивающие время пребывания в сети. Важным представляется и тот факт, что в пятую редакцию официальной классификации психических заболеваний в США "DSM-5" предложено включить раздел "Кибернетические расстройства". В операциональном плане описание данного феномена больше похоже на зависимость от алкоголя, азартных игр или наркотиков: сюда входят такие "симптомы", как толерантность к навигации в Интернете, появление психомоторного беспокойства, настойчивых размышлений о происходящем к киберпространстве, сокращение участия в значимых видах общественной деятельности или полный отказ от нее [39].

В более глобальном плане можно говорить о возможности аутизации пользователей ИТ при увлечении "моделированием, проигрыванием" различных ситуаций при помощи компьютера. В Информационном письме Министерства образования "Об информационной культуре в семейном образовании" А.Г.Асмолов отмечает, что информационные технологии способствуют уходу детей и подростков от действительности. Ю.Д.Бабаева и А.Е.Войскунский считают, что у детей, увлекающихся компьютерными технологиями, может возникнуть "сужение интересов за счет внимания лишь к новинкам информационных технологий, следования моде в этой области" [40].

Проведенный анализ литературы показал, что среди психологических последствий информатизации все более характерными становятся различные виды "ухода" (эскапизма) в иллюзорную реальность. Были выделены три варианта такого рода "ухода": увлечение компьютерными играми, зависимость от Интернета и хакерство.

Если проблематике компьютерной игровой деятельности и виртуальных реальностей посвящены определенные психологические исследования, то по проблеме хакерства такого рода работы не проводятся, несмотря на то, что другие специалисты уделяют этому достаточно внимания.

Анализ источников и проведенное нами позволяют предположить, что хакерство - это собирательное наименование для различного вида "уходов" в увлечение информационными технологиями, которое, однако, предполагает наличие определенных знаний о них и навыков в программировании.

Психологически такой "уход" может быть связан с высоким интеллектуальным потенциалом субъекта, который, в силу определенных (жизненных) обстоятельств не может найти себе достойного применения в другой сфере деятельности. Проведенный анализ позволяет предположить, что причинами такого способа "ухода" могут служить те личностные особенности, которые сближают хакеров с поленезависимыми субъектами.

Анализ показывает, что, составляя своеобразную субкультуру, или т.н. андерграунд, хакеры часто противопоставляют себя обществу, демонстрируют специфические групповые ценности, что, например, выражается в неприятии выработанных социумом правил поведения, вхождении в референтные группы хакеров в поисках признания, уважения своих умений, и, в конечном счете, самоуважения.

Проведенный анализ литературных источников показал, что, несмотря на актуальность изучения психологических особенностей хакеров, последние не стали еще предметом собственно психологического исследования.

2. Эмпирическое исследование негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий

.1 Организация исследования

Для исследования негативных сторон психологического воздействия современных технологий была составлена следующая программа, которая включала в себя три этапа:

этап - выявление старшеклассников, испытывающих негативное воздействие компьютерных технологий;

этап - изучение их личностных и социальных особенностей;

этап - количественный и качественный анализ негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий.

Нами была выдвинута гипотеза, что одной из негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий является одиночество, несформированность коммуникативных умений.

Эксперимент проводился с сентября 2009 по март 2010 года. Исследовательской базой явилась средняя школа №7 города Рудного в общем количестве 30 человек. Мы сформировали две группы: контрольную, в которую вошли старшеклассники не увлекающиеся компьютером; экспериментальная группа - юноши увлекающиеся компьютерными технологиями (проводящими с компьютером более 12 часов в сутки).

Для практического изучения интересующей нас проблемы в программу исследования были включены следующие методы:

1 Наблюдение.

2 Беседа.

 Психодиагностические методы.

 Методы математической статистики.

Группу психодиагностических методов составляют:

1 Шкала "UCLA"

2 Методика КОС

3 Личностный опросник "НЭП"

 Методика исследования самооценки

 Социометрия

Выбор методов и конкретных методик исследования для получения необходимой информации осуществлялся в соответствии с целями и задачами настоящей работы.

● Тестирование. С помощью этого метода автором осуществлялось основное исследование (глубокое тестирование обеих групп подростков). Для его проведения использовались следующие конкретные *методики*:

Шкала "UCLA"

Предназначена для измерения одиночества. Разработана Дениелом Расселом в 1978 году. 25 пунктов этой шкалы были взяты Расселом из методики определения одиночества Сизенвейна (1964), там же была взята и система ответов: никогда, редко, иногда, часто. В 1980 году шкала была усовершенствована и разработан сокращённый вариант шкалы, состоящий из четырёх пунктов.

Инструкция: укажите как часто вы испытываете состояние, описанное в каждом нижеследующем пункте. Обведите кружком балл для каждого пункта.

Вопросы к методике смотрите в приложении А.

Методика определения коммуникативных и организаторских склонностей (КОС)

Цель данной методики - определить уровень развития коммуникативных и организаторских умений и склонностей.

Методика базируется на принципе отражения и оценки школьником некоторых особенностей своего поведения в различных ситуациях, знакомых по личному опыту и затрагивают различные стороны взаимодействия человека с окружающим миром [41].

Опросник содержит 40 вопросов: 20 из них включены в программу изучения коммуникативных способностей (проявляет ли школьник стремление к общению, много ли у него друзей; любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; быстро привыкает к новым людям, к новому коллективу; насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; любит ли общественную работу; легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми), другие 20 - включены в программу изучения организаторских способностей (быстрота ориентации в сложных ситуациях; находчивость, инициативность, настойчивость, требовательность; склонность к организаторской деятельности, самостоятельность, самокритичность, выдержка, отношение к общественной работе). В результате подсчёта баллов по тесту определяется один из пяти уровней развития коммуникативных и организаторских склонностей: очень низкий (1), низкий (2), средний (3), высокий (4) и высший (5). Смотрите приложение Б.

Личностный опросник "НЭП"

Предназначен для диагностики основных параметров личности. Содержит в себе четыре шкалы: шкала лжи, экстраверсии-интроверсии, нейротизма, психотизма. Тест разработан Г.Айзенком в 1969 году совместно с С.Айзенком и получил название "Личностный опросник Айзенка" (EPQ). Существует взрослая и детская форма. Они содержат 90 и 81 вопросов соответственно. Нами был использован адаптированный вариант данной методики, который получил название "НЭП" (нейротизм, экстраверсия, психотизм). Смотрите приложение В.

Методика исследования самооценки.

Авторы - Т.В. Дембо и С.Я. Рубинштейн [42]. Предназначена для определения уровня самооценки учащегося, ее адекватности. Испытуемым предлагается нарисовать лестницы, обозначающие умственное развитие, здоровье, характер и счастье, при чем им сообщается, что если условно на этих лестницах расположить людей, то на верхней ступени первой лестницы расположатся "самые умные", а на нижней - "самые глупые", по аналогичному принципу расположатся люди на остальных лестницах.

. хороший

.умный

.здоровый

.счастливый

. справедливый

. любимый

. добрый

. трудолюбивый

. ответственный

Испытуемые с адекватной самооценкой не склонные к крайностям и указывают "свое место", как правило, на 6-7 ступеньках, то есть чуть выше среднего или к зоне середины. Они видят себя (или хотят показать) со средним умом, здоровьем, характером, счастьем.

● Метод социометрии. Это - один из социально-психологических методов изучения межличностных отношений в группе на основе выбора (предпочтения). Теория социометрического теста основана на пяти ключевых положениях (или законах), сформулированных Дж. Морено для оценки межличностных отношений в малой группе [43]. Смотрите приложение Г.

Осуществляется путем постановки косвенных вопросов, отвечая на которые испытуемый производит последовательный выбор членов группы, предпочитаемых другим в некоторой ситуации. При этом учитывается не только количественная, но и качественная сторона выраженных в тесте предпочтений.

Данный метод решает следующие *задачи*:

 измерение степени сплочённости - разобщённости в группе;

 выявление соотносительного авторитета членов группы

 признакам симпатии - антипатии (лидеры, предпочитаемые,

 отвергаемые, изолированные);

 обнаружение внутригрупповых сплочённых образований

 главе с неформальными лидерами.

Методы математической статистики

Группу математических методов составляет компьютерная программа, включающая в себе описательную статистику и критерий Стьюдента.

Расчеты проводились по следующим формулам [44]:

(1)

где *XВ*- средняя выборочных значений *х*

*n*- число выборки (количество испытуемых)

*xk*- зафиксированные варианты эксперимента

*k -* индексданной переменной

(2)

где *DB -* выборочная дисперсия

 - среднее квадратичное значение [45]

Для сравнения выборочных средних величин принадлежащих к двум совокупностям данных и для решения вопроса о том, отличаются ли средние значения друг от друга, мы использовали *t*-критерий Стьюдента [46].

(3)

Где,  - среднее значение переменной по одной выборке

 - среднее значение по другой выборке данного.

*m1*и*m2* - интегральные показатели частных значений из двух сравнительных выборок от соответствующих им средних величин.

*m1*и*m2* в свою очередь вычисляются по следующим формулам [47]:

; (4)

 - выборочная дисперсия первой переменной (по первой выборке)

- выборочная дисперсия второй переменной (по второй выборке)

*n1* - число частных значений переменной в первой выборке

*n2* - число частных значений переменной во второй выборке

Также нами были получены данные.

*As* - ассиметрия - это параметр, выражающий скошенность графика распределения случайных величин.

.2 Анализ и выводы эмпирического исследования

Для исследования одной из негативных сторон психологического воздействия компьютерных технологий - состояние одиночества была проведена методика "UCLA", предложенная Д.Расселом (1980). С помощью данной методики мы выявили, на сколько старшеклассники, увлекающиеся компьютерными технологиями (играми, Интернетом) чувствуют себя одинокими. Результаты методики приведены в таблице 1 [48].

Таблица 1 Результаты методики "UCLA" Экспериментальная группа. Сырые баллы смотреть в приложении Д.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| X шкала | Xв1 | Dв1 | Gв1 | As1 |
| Одиночество | 45,9 | 12,6 | 3,54 | 0,023 |

Из таблицы 1 видно, что в экспериментальной группе довольно высокие показатели по шкале одиночества (среднестатистическое значение в группе равно 45,9), это говорит о высоком уровне одиночества. Выборочная дисперсия маленькая, то есть в группе присутствуют дети с приблизительно одинаковыми показателями одиночества.

Для сравнения полученных результатов была проведена методика и в контрольной группе результаты исследования представлены в таблице 2 [49].

Таблица 2 Результаты методики "UCLA" Контрольная группа. Сырые баллы смотреть в приложении И.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| X шкала | Xв2 | Dв2 | Gв2 | As2 |
| Одиночество | 14,7 | 6,1 | 2,47 | 0,715 |

Из таблицы видно, что детей контрольной группы характеризует низкий уровень одиночества, что подтверждает среднестатистическое значение (14,7). Выборочная дисперсия маленькая, это говорит, что в группе присутствуют дети с приблизительно одинаковым уровнем одиночества.

Для подтверждения полученных выводов нами был проведен сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента и был решен вопрос о том, отличаются ли средние значения контрольной группы от экспериментальной. Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента смотрите в таблице 3.

Таблица 3 Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента Контрольная и экспериментальная группы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| X шкала | Xв1 | Xв2 | t | Различия |
| Одиночество | 45,9 | 14,7 | 3,83 | Есть |

Результаты t-критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют различия между выборочными средними обеих групп. То есть дети контрольной группы обладают невыраженным чувством одиночества, а испытуемые экспериментальной группы имеют высокий уровень одиночества. Наглядно это видно в гистограмме 1 [51].



Гистограмма 1

Как уже указывалось, для выявления старшеклассников, чувствующих себя одинокими, нами была использована шкала одиночества "UCLA", предложенная Д. Расселом (1980). Всего в исследовании приняли участие 94 школьника 16-17 лет. Была сформирована группа в составе 15 человек, из них 8 мальчиков и 7 девочек. Для доказательства значимости выделения группы старшеклассников, испытывающих состояние одиночества, мы методом случайной выборки сформировали контрольную группу. В неё вошли юноши, показавшие отрицательный результат по шкале одиночества в количестве 15 человек (10 мальчиков, 5 девочек) и в процессе беседы было выявлено, что дети не увлекаются компьютерными технологиями.

Для исследования коммуникативных качеств старшеклассников была использована методика определения коммуникативных и организаторских склонностей ("КОС"). Анализ данных "КОС" смотрите в таблице 4 [52].

Таблица 4 Анализ данных "КОС" Экспериментальная группа. Сырые баллы смотрите в приложении К

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| КОС | Xв1 | Dв1 | Gв1 | As1 |
| Высокий уровень | 13,7 | 1,95 | 1,4 | -0,193 |
| Средний уровень | 8,2 | 1,89 | 1,37 | -0,199 |
| Низкий уровень | 19,1 | 1,64 | 1,28 | -1,18 |

Из таблицы видно, что в экспериментальной группе преобладает низкий уровень коммуникативных и организаторских склонностей, что подтверждает среднестатистическое значение которое равно 19,1. Выборочная дисперсия значений маленькая, что говорит о том, что в группе собраны дети с приблизительно одинаковым уровнем коммуникативности. Асимметрия меньше нуля, следовательно, в группе присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем.

Для сравнения результатов, мы провели данную методику в контрольной группе. Результаты приведены в таблице 5 [53].

Таблица 5 Контрольная группа. Сырые баллы смотрите в приложении Л

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| КОС | Xв2 | Dв2 | Gв2 | As2 |
| Высокий уровень | 19,2 | 0,6 | 0,775 | -0,344 |
| Средний уровень | 8,6 | 1,83 | 1,35 | 0,23 |
| Низкий уровень | 11,9 | 2,98 | 1,73 | 0,47 |

Из таблицы видно, что высокий уровень коммуникативности преобладает в контрольной группе, об этом нам говорит среднестатистическое значение 19,2. Выборочная дисперсия значений маленькая, что говорит о том, что в группе собраны дети с приблизительно одинаковым уровнем коммуникативности. Асимметрия меньше нуля, следовательно, в группе присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем.

Для подтверждения полученных выводов нами был проведен сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента и был решен вопрос о том, отличаются ли средние значения контрольной группы от экспериментальной. Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента смотрите в таблице 6.

Таблица 6 Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента Контрольная и экспериментальная группы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| КОС | Xв1 | Xв2 | t | Различия |
| Высокий уровень | 13,7 | 19,2 | 13,4 | Есть |
| Средний уровень | 8,2 | 8,6 | 0,804 | Нет |
| Низкий уровень | 19,1 | 11,9 | 13 | Есть |

Результаты t-критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют различия между выборочными средними обеих групп. То есть юноши контрольной группы более коммуникативны, чем юноши в экспериментальной группе. Наглядно это видно в гистограмме 2 [55].



Гистограмма 2

Анализ данных "КОС" показал следующее. Из экспериментальной группы в среднем 13,7 испытуемых показали высокий уровень развития коммуникативных качеств. Они быстро адаптируются, легко находят друзей, эффективно общаются с окружающими людьми. Причина того, что они считают себя одинокими, вероятно в том, что они не удовлетворены качеством своих социальных связей. Средний уровень развития коммуникативных качеств зафиксирован у 8,2 старшеклассников, что говорит об их стремлении к общению с людьми, но им недостает коммуникативных навыков и умений. 19,1баллов получили юноши с низким и уровнем коммуникативности. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно и неуверенно в компании, им трудно установить контакт с людьми, они предпочитают проводить время наедине с собой.

Как видим, среднее значение показателей коммуникативных способностей старшеклассников контрольной группы значительно выше. Большая часть этих старшеклассников показала по результатам теста высокий уровень развития коммуникативных качеств 19,2. Средний уровень у 8,6 испытуемых и низкий у 11,9. Таким образом, развитие коммуникативных свойств, умение общаться и чувствовать себя легко в общении у юношей с невысокими показателями по шкале одиночества, значительно выше. Старшеклассники, чувствующие себя одинокими, в основном испытывают трудности в общении.

Для изучения личностных особенностей юношей, чувствующих себя одинокими, нами был использован личностный опросник "НЭП", предложенный Г. Айзенком (1969). Полученные результаты смотрите в таблице 7 [56].

Таблица 7 Личностный опросник "НЭП" Экспериментальная группа. Сырые баллы смотрите в приложении М.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала | Xв1 | Dв1 | Gв1 | As1 |
| Экстраверсия | 11,6 | 2,69 | 1,64 | 0,371 |
| Интроверсия | 18,3 | 3,35 | 1,83 | -0,913 |
| Нейротизм | 14,1 | 4,84 | 2,2 | -0,216 |
| Психотоизм | 13,8 | 5,03 | 2,24 | 0,337 |

Из таблицы видно, что в группе с высоким уровнем одиночества преобладает шкала интроверсия, что подтверждает среднестатистическое значение (18,3). Юноши данной группы поглощены собственными проблемами и переживаниями, менее общительны. Выборочная дисперсия значений маленькая, следовательно в группе собраны дети с приблизительно однаковым уровнем интроверсии. Асимметрия меньше нуля, то есть, присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем. Для сравнения результатов, мы провели данную меодику и в контрольной группе. Результаты исследований смотрите в таблице 8 [57].

Таблица 8 Личностный опросник "НЭП" Контрольная группа. Сырые баллы смотрите в приложении Н.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала  | Xв2 | Dв2 | Gв2 | As2 |
| Экстраверсия | 18,5 | 2,27 | 1,51 | -0,456 |
| Интроверсия | 12,1 | 3,92 | 1,98 | 0,19 |
| Нейротизм | 14,1 | 3,35 | 1,83 | 0,0435 |
| Психотоизм | 13,9 | 2,78 | 1,67 | 0,682 |

Из таблицы видно, что в контрольной группе преобладает шкала экстроверсия, что подтверждает среднестатистическое значение (18,5), это говорит о том, что старшеклассники данной группы более коммуникабельны, общительны, оптимистичны и импульсивны. Выборочная дисперсия значений маленькая, следовательно в группе собраны дети с приблизительно одинаковым уровнем экстроверсии. Асимметрия меньше нуля, то есть, присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем.

Для подтверждения полученных выводов нами был проведен сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента и был решен вопрос о том, отличаются ли средние значения контрольной группы от экспериментальной. Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента смотрите в таблице 9.

Таблица 9 Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента по методике "Личностный опросник "НЭП" Контрольная и экспериментальная группы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала | Xв1 | Xв2 | t | Различия |
| Экстраверсия | 11,6 | 18,5 | 12,1 | Есть |
| Интроверсия | 18,3 | 12,1 | 8,9 | Есть |
| Нейротизм | 14,1 | 14,1 | 0,09 | Нет |
| Психотоизм | 13,8 | 13,9 | 0,185 | Нет |

Результаты t-критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют различия между выборочными средними обеих групп. То есть юноши контрольной группы более общительны, оптимистичны и импульсивны, чем в экспериментальной группе. Наглядно это видно в гистограмме 3 [59].



Гистограмма 3

Анализируя полученные данные по методике, можно сказать, что высокий балл, говорящий об экстравертированности личности, получили старшеклассники контрольной группы, интровертированности - старшеклассники экспериментальной группы. Шкала нейротизма стоит в обеих группах на втором месте, что говорит о преобладании нейротизма в этих группах. Результаты анализа шкалы психотизма, говорит, о том, что у юношей, независимо от наличия или отсутствия состояния одиночества, присутствует склонность к риску, средняя склонность к эмпатии, понимании других людей, иногда присутствует враждебность, подозрительность по отношению к окружающим людям. Экспериментальная и контрольная группы обладают практически одинаковым средним баллом по этой шкале: Xв = 13,8, Хв = 13,9.

То есть данные этой шкалы, согласно нашему исследованию, не подтверждают утверждение Г.Айзенка о том, что у одиноких людей бывает высокий показатель психотизма [60]. Таким образом, высокий психотизм мы не считаем личностной особенностью старшеклассников, чувствующих себя одинокими.

Итак, результаты проведённого исследования с помощью личностного опросника "НЭП" показывают, что наиболее значимые данные были получены по шкалам экстраверсия и интроверсия. То есть юноши, входящие в контрольную группу, дети не увлекающиеся компьютерными технологиями, более открыты и направлены во внешний мир, чем юноши экспериментальной группы, проводящие за компьютером более 12 часов. Остальные качества (нейротизм и психотизм), в силу отсутствия различий в показателях контрольной и экспериментальной группы, мы не считаем личностными особенностями старшеклассников, испытывающих состояние одиночества.

Для исследования самооценки учащихся была использована методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Полученные результаты смотрите в таблице 10 [61].

Таблица 10 Методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Экспериментальная группа. Сырые баллы смотрите в приложении П.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тип | Xв1 | Dв1 | Gв1 | As1 |
| Хороший | 4,4 | 1,83 | 1,35 | 0,129 |
| Умный | 3,93 | 0,495 | 0,704 | 0,08 |
| Здоровый | 4,87 | 1,7 | 1,3 | -0,15 |
| Счастливый | 3,13 | 1,55 | 1,25 | 0,21 |
| Справедливый | 6,87 | 0,695 | 0,834 | 0,246 |
| Любимый | 3,47 | 0,838 | 0,915 | 0,101 |
| Добрый | 7,13 | 2,55 | 1,6 | -0,55 |
| Трудолюбивый | 8 | 1 | 1 | -0,444 |
| Ответственный | 6,87 | 2,7 | 1,64 | -0,182 |

Из таблицы видно, что юноши экспериментальной группы считают себя, трудолюбивыми, добрыми и справедливыми, что подтверждает среднестатистическое значение. Выборочная дисперсия маленькая, следовательно, в группе присутствуют дети с приблизительно одинаковым уровнем самооценки. Асимметрия меньше нуля, то есть, присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем. Для сравнения результатов, мы провели данную меодику и в контрольной группе. Результаты исследований смотрите в таблице 11 [62].

Таблица 11 Методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Контрольная группа. Сырые баллы смотрите в приложении Р

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ТипXв2Dв2Gв2As2 |  |  |  |  |
| Хороший | 7,67 | 1,67 | 1,29 | -0,588 |
| Умный | 8,33 | 1,24 | 1,11 | 0,274 |
| Здоровый | 6,87 | 0,838 | 0,915 | -0,315 |
| Счастливый | 8,13 | 2,27 | 1,51 | 0,288 |
| Справедливый | 8,4 | 0,686 | 0,828 | -0,06 |
| Любимый | 8,67 | 0,81 | 0,9 | -0,519 |
| Добрый | 6,47 | 1,12 | 1,06 | 0,08 |
| Трудолюбивый | 6,07 | 1,07 | 1,03 | 0,672 |
| Ответственный | 7,8 | 1,03 | 1,01 | -0,442 |

Из таблицы видно, что старшеклассники контрольной группы считают себя любимыми, справедливыми, умными и счастливыми. Выборочная дисперсия маленькая, следовательно, в группе присутствуют дети с приблизительно одинаковым уровнем самооценки. Асимметрия меньше нуля, то есть, присутствует тенденция к росту этого показателя в будущем.

Для подтверждения полученных выводов нами был проведен сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента и был решен вопрос о том, отличаются ли средние значения контрольной группы от экспериментальной. Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента смотрите в таблице 12.

Таблица 12 Методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Сравнительные результаты по t-критерию Стьюдента Контрольная и экспериментальная группы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тип  | Xв1 | Xв2 | t | Различия |
| Хороший | 4,4 | 7,67 | 6,77 | Есть |
| Умный | 3,93 | 8,33 | 12,9 | Есть |
| Здоровый | 4,87 | 6,87 | 4,87 | Есть |
| Счастливый | 3,13 | 8,13 | 9,91 | Есть |
| Справедливый | 6,87 | 8,4 | 5,05 | Есть |
| Любимый | 3,47 | 8,67 | 15,7 | Есть |
| Добрый | 7,13 | 6,47 | 1,35 | Нет |
| Трудолюбивый | 8 | 6,07 | 5,21 | Есть |
| Ответственный | 6,87 | 7,8 | 1,87 | Нет |

Результаты t-критерия Стьюдента свидетельствуют о том, что существуют различия между выборочными средними обеих групп. То есть у юношей экспериментальной группы самооценка занижена, они считают себя хуже чем другие дети, глупыми, больными, менее счастливыми, но трудолюбивыми. Наглядно это видно в гистограмме 4 [64].



Гистограмма 4

Для определения социальных особенностей испытуемых был использован метод социометрии. Сырые баллы экспериментальной группы смотрите в приложении 13, а контрольной - 14.

Согласно данным социометрического теста- 3 испытуемых экспериментальной группы имеют статус "отвергаемых", "изолированные" - 4, "лидеров" - 3, "авторитетные" -5. Результаты испытуемых контрольной группы значительно отличаются: "изолированных" только - 1, а "лидеров" - 6, "авторитетные" - 7 и "отвергаемых" -1. Таким образом, можно говорить о зависимости между юношеским одиночеством и отрицательным отношением одноклассников, поскольку больше трети испытуемых являются "отвергаемыми" в своём классе. Наглядно это видно в гистограмме 5 [65].



Гистограмма 5

Мы предположили, что между результатами социометрического теста и "КОС", направленных на изучение социальных особенностей личности, существует определённая связь, то есть данные этих двух тестов взаимозависимы. Чтобы это доказать, мы провели корреляционный анализ результатов, полученных при обработке этих тестов, использовав коэффициент ранговой корреляции Спирмена [66]:

 (5)

где R - коэффициент ранговой корреляции по Спирмену;

d - разница между рангами показателей одних и тех же испытуемых в упорядоченных рядах;

n - число испытуемых или рангов коррелируемых в рядах.

Используя эту формулу, мы хотели определить наличие или отсутствие причинно-следственной связи между показателем коммуникативных качеств и количеством отрицательных выборов по социометрическому тесту. В итоге мы получили R=0.33, что в соответствии с критическим значением является значимым (на уровне 0,95) [67]. Таким образом, можно утверждать, что между показателем коммуникативных качеств и количеством отрицательных выборов существует причинно-следственная связь, и результаты этих тестов взаимозависимы. То есть "неуклюжесть" в общении или является следствием низкого социометрического статуса в классе, либо она сама является причиной такого отвержения.

Мы установили некоторые личностные и социальные особенности старшеклассников, считающих себя одинокими, вследствии увлеченности компьютерными технологиями (играми, Интернетом). На третьем этапе нашего экспериментального исследования мы исследовали характер связи балла по шкале одиночества и баллов по другим проведённым нами тестам, а также связи между личностными и социальными особенностями в экспериментальной группе.

Для этой цели мы использовали формулу ранговой корреляции Спирмена, о которой говорилось выше.

Исследуя связь показателя коммуникативных качеств с показателями по шкалам личностного опросника "НЭП", мы выяснили, что значимая связь существует только с показателями шкал экстраверсия и интроверсия. Так коэффициент корреляции с показателем по шкале нейротизма равен - 0,27, психотизма 0,15 [68]. Это подтверждает наше утверждение о том, что эти качества нельзя считать личностными особенностями юношей, испытывающих состояние одиночества. Коэффициент корреляции со шкалой экстраверсии равен 0,72, что позволяет говорить о том, что чем выше показатель экстраверсии, тем выше балл уровня развития коммуникативных качеств. То есть, если старшеклассник имеет внешнюю направленность личности, то у него значительно реже возникают трудности в общении.

Данные социометрического теста не показали значимой связи ни с одной шкалой личностного опросника: корреляция со шкалой нейротизма равна-0,56 психотизма равна -0,12, экстраверсии 0,1. Таким образом, можно сделать вывод о том, что социометрический статус в классе у юношей зависит скорее от коммуникативных качеств, чем от личностных [69].

Данные по шкале одиночества, как мы выяснили в результате применения методов математической статистики, коррелируют лишь с показателями уровня развития коммуникативных качеств личности. С баллами по другим тестам значимая корреляция отсутствует: между шкалой одиночества и шкалой нейротизма корреляция равна 0,27, шкалой одиночества и шкалой психотизма -0,3, шкалой одиночества и шкалой экстраверсии-интроверсии равна - 0,11, шкалой одиночества и количеством отрицательных выборов 0, 02 [70].

Между шкалой одиночества и показателем уровня развития коммуникативных качеств коэффициент корреляции составил 0,32 (значимо на уровне 0,95) [71]. Таким образом, можно утверждать, что высокий или низкий балл по шкале одиночества не зависит напрямую с личностными качествами и особенностями старшеклассника. То, что старшеклассник ощущает одиночество, связано больше с коммуникативными его качествами, умениями.

Иными словами, основная причина того, что юноша чувствует себя одиноким, в том, что его коммуникативные умения недостаточно развиты, в том, что он не умеет или даже не хочет общаться с теми, кто его окружает по тем или иным причинам. Следовательно, гипотеза нашего исследования подтвердилась.

Выводы

В ходе эмпирического исследования были изучены негативные стороны психологического воздействия компьютерных технологий.

Полученные данные позволили подтвердить факт, что одной из негативных сторон психологического воздействия компьютерных технологий является существования юношеского одиночества: 15 старшеклассников, принявших участие в эксперименте, показали положительный результат по шкале одиночества.

Чтобы узнать причину того, что юноша чувствует себя одиноким, мы поставили своей задачей описать их личностные особенности и особенности общения.

В результате мы выяснили, что старшеклассники с высоким уровнем одиночества показывают сниженные баллы по экстраверсии, то есть обладают меньшей направленностью на внешний мир, чем юноши контрольной группы. Кроме того, юноши, считающие себя одинокими, показывают более средний балл по нейротизму, то есть более остро реагируют на внешние воздействия. В результате полученных данных при исследовании самооценки старшеклассников экспериментальной группы, они указывают свое место в основном на нижних ступенях, так как старшеклассники контрольной группы в большинстве своем выбрали средние ступени. Одиночество, в особенности, когда это глубокое и продолжительное переживание, снижает самооценку личности. Последствия одиночества для самооценки личности еще больше усугубляются, если одиночество связывается с личностными характеристиками и недостатками. В качестве социальных особенностей следует отметить, что коммуникативные качества юношей с высоким уровнем одиночества значительно снижены по сравнению с старшеклассниками контрольной группы. Можно также говорить о зависимости между юношеским одиночеством и отрицательным отношением одноклассников, поскольку больше трети испытуемых являются "отвергаемыми" в своём классе.

Метод ранговой корреляции показал, что результаты по шкале одиночества не коррелируют с такими личностными качествами, как экстраверсия, нейротизм, психотизм. Однако этот метод показал значимую связь баллов этой шкалы со сниженными коммуникативными свойствами старшеклассников. Таким образом, не отвергая значимости личностных качеств при переживания юношами одиночества, мы можем утверждать, что проблема юношеского одиночества связана, прежде всего, с проблемами общения, с недостаточностью коммуникативных умений и навыков, вследствие увлеченности современными компьютерными технологиями.

Экспериментально установлено, что негативными последствиями психологического воздействия современных компьютерных технологий являются: дисбаланс в отношениях, обессмысливание жизни, искажение самовосприятия и отношения к себе.

Раскрыт диалектический характер связи негативного и позитивного аспектов одиночества и на основе экспериментально подтвержденных данных о том, что на переживание одиночества оказывают влияние: проблемы в отношениях с группой сверстников, некоторые особенности самоотношения (неуверенность, неудовлетворенность собой и др.), самовосприятия (сомнения в своей ценности и др.) и поведения (склонности к оппозиционному поведению, уступчивости, подчинению и др.) личности, выявлены внутренние условия актуализации позитивного потенциала одиночества (осознание одиночества, формирование положительного самоотношения и самовосприятия, формирование активной позиции по отношению к одиночеству, повышение коммуникативной компетентности и получение опыта совладания с трудностями и негативными переживаниями, нахождение мотивов выбора одиночества).

Рекомендации

Как справиться с одиночеством

Лучше "активное уединение". Займитесь любимым делом, сходите в кино или театр, почитайте, послушайте музыку, начните делать какую-то работу, пойдите в магазин и растратьте сэкономленные деньги…

Еще лучше не бежать от одиночества, а поразмышлять, что можно сделать, чтобы его преодолеть. Напомните себе, что у Вас есть хорошие отношения с другими людьми. Подумайте о том, что у Вас есть хорошие качества (задушевность, глубина чувств, отзывчивость…) Скажите себе, что большинство людей бывают одинокими в тот или иной момент времени. Подумайте о занятиях, в которых Вы всегда преуспевали в жизни (спорт, учеба, домашнее хозяйство, искусство…) Скажите себе, что одиночество не вечно и что дела пойдут лучше.

А самое лучшее, если Вы попытаетесь изменить свою жизнь. Постарайтесь быть более дружелюбным с другими людьми. Сделайте что- нибудь полезное для кого-то. Поищите новые способы встречаться с людьми (вступите в клуб, секцию, пойдите на дискотеку, на вечер…) Сделайте себя более привлекательным (измените прическу, купите или сшейте новую одежду, займитесь физкультурой…) Сделайте что-нибудь для улучшения своих социальных навыков (научитесь танцевать, примите участие в психологических тренингах, овладейте навыками психорегуляции…)

Позитивное мышление

Большое значение в преодолении одиночества имеет позитивное мышление, или положительная самооценка. Позитивное отношение к своей жизни является очень важным.

Эффективная современная психотехническая система, направленная на развитие у человека позитивных отношений, называется концепцией позитивного мышления. Основные ее принципы состоят в следующем :

. Любое событие в жизни человека нейтрально по отношению к нему и имеет для него как позитивные, так и негативные последствия.

. Только сам человек оценивает прошедшее событие либо преимущественно негативно, либо преимущественно позитивно.

. Если человек оценивает событие преимущественно негативно, то он создает себе следующие условия:

а) снижает свой жизненный тонус и формирует у себя подавленное настроение;

б) внутренне акцентирует и воспринимает преимущественно негативные факторы своей жизни (он говорит примерно так : "У меня в жизни все плохо");

в) создаст условия для построения негативного прогноза своего будущего ("Ничего хорошего в жизни меня не ждет").

. Если человек оценивает событие преимущественно позитивно, он сознательно создает следующие условия своей жизни:

а) сохраняет и поддерживает высокий жизненный тонус и активность, а также находится в преимущественно хорошем настроении;

б) создаст внутренние условия для акцентирования и восприятия положительных моментов своей жизни ("У меня все хорошо");

в) формирует условия для позитивного, оптимистичного прогнозирования своего будущего.

Принципы позитивного мышления можно сформулировать и более лаконично: внутренние факторы являются доминирующими, ведущими в жизни человека. После такой внутренней работы, направленной на оптимизацию душевного настроя человека, меняется его отношение к жизненным ситуациям. Оно становится более ровным и спокойным, а главное - адекватным. Внутренняя работа по формированию в себе положительного настроя состоит из трех основных шагов: первый - в любой трудной ситуации необходимо определить как негативные, так и позитивные характеристики; второй - если проблемная ситуация связана с конфликтом с каким-либо человеком, необходимо научиться видеть не только его недостатки, но и достоинства; третий - с целью достижения внутреннего равновесия необходимо развивать в себе способность формировать и поддерживать адекватную самооценку. Важно удерживать себя как от излишнего самовосхваления, так и от излишнего самообвинения.

Кроме этих советов, в психологической литературе существует еще очень много рекомендаций по избавлению от одиночества, и все они направлены на формирование позитивного мышления и активную физическую деятельность.

Заключение

Обосновано, что изменяющаяся политико-экономическая ситуация в нашей стране, заставляющая значительную часть населения пересматривать свои взгляды, позиции, систему взаимоотношений с другими людьми, изменения, происходящие в сфере образования и, связанная с этим сложность положения юношества, актуализируют проблематику одиночества и вызывают необходимость поиска теоретического подхода к пониманию одиночества и оптимальной модели психолого-педагогической помощи в развитии личности лиц юношеского возраста.

На основе изучения аналитических данных можно утверждать, что средства массовой информации и продукты индустрии электронных развлечений на современном этапе развития способны стимулировать как кратковременный рост агрессивности индивида, так и отреагирование неразрешенных внутренних конфликтов, которые не могут быть разрешены в реальном мире по причине возможной неадекватной оценки со стороны социального окружения. Искусственный или "виртуальный" мир, создаваемый электронными играми и информационными сетями, включает в себя весь потенциал диапазона моральных эталонов, как в реальной жизни, однако если в реальной жизни "добро" и "зло" существуют в некоей растворенной форме, и не столь очевидны, то виртуальном мире они, чаще всего, встречаются в "чистом" виде [72]. Это обуславливает неадекватность использования навыков, интернализируемых в личность из мира виртуального, в мире реальном.

Интересующие фрагменты информации из виртуального мира могут многократно воспроизводиться по воле юноши, что создает как возможность ухода в социально не одобряемое поведение, так и может служить для отреагирования агрессии и асоциального поведения. С этой точки зрения, современные информационные технологии, при достаточном и всестороннем изучении, могут использоваться в терапевтической и коррекционно-адаптивной работе с детьми и подростками. Новые условия влияния виртуального мира становятся проблемой психолого-педагогического воспитания, которую, несомненно, надо развивать.

Анализ научных трудов и исследований современных авторов показывает, что до сих пор в науке нет единого понимания сущности одиночества, его генезиса и особенностей проявления, и позволяет очертить проблемное поле изучения феномена одиночества: изучение одиночества как социально-психологического феномена (К.А. Абульханова-Славская, Г.М. Тихонов); изучение культурно-исторических форм одиночества (Н.Е.Покровский, С.А.Ветров, Ю.М.Швалб) [73]; психологические особенности одиночества в подростковом и юношеском возрасте (И.С.Кон, О.Б.Долгинова) [74].

Одиночество является сложным и противоречивым феноменом развития личности. Оно, подчас, связано с деформацией различных отношений личности и, в этом случае сопровождается осознанием или ощущением не просто чуждости мира, но и невозможности занять в нем более или менее устойчивое положение. То есть, одиночество затрудняет процесс успешного вхождения личности в широкий контекст социальных отношений, а дефицит чувства общности ведет к недоразвитию конструктивных отношений с миром. Кроме того, одиночество нарушает развитие мотивационной сферы личности (потребностей, стремлений, чувств) и, в целом, препятствует полноценному развитию психики и личности. Учитывая то, что юношеский возраст имеет принципиальное значение для развития личности в целом, является сенситивным в плане социализации, проблема одиночества молодого человека требует особого внимания

Итак, признавая существование и психологическую наполненность юношеского одиночества, нужно отметить, что какими бы ни были пути старшеклассника, приводящие его к одиночеству, важнее то, как он сам воспринимает это свое состояние и как он его использует. Продуктивное использование этого состояния снимает трагическую окраску. Человек может найти в одиночестве возможность совершенствования, то есть путь к себе, либо возможность развития в себе альтруизма, эмпатии, милосердия, сострадания, то есть путь к людям [75].

В ходе нашей работы была выдвинута гипотеза о том, что одной из негативных сторон психологического воздействия современных компьютерных технологий является одиночество. Юноши, испытывающие состояние одиночества, обладают определенными личностными особенностями и особенностями общения, которые вызывают данное состояние. Состояние одиночества отрицательно влияет на коммуникативные способности старшеклассников и их статус в коллективе сверстников. Полученные данные в ходе нашего исследования позволяют утверждать, что не отвергая значимости личностных качеств при переживании старшеклассниками одиночества, в том, что его коммуникативные умения недостаточно развиты, в том, что он не умеет или даже не хочет общаться с теми, кто его окружает по тем или иным причинам. Следовательно, гипотеза нашего исследования подтвердилась.

Результаты данного исследования могут быть использованы в работе практических психологов и педагогов, работающих со старшеклассниками.

Список использованной литературы

1. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Педагогика. 2008

. Визнер Дж.Б. Перспективы .информационной тирании.// Кибернетика сегодня: проблемы и суждения. Сборник.М., - Знание. 2006, с. 39-46.

. Иванов Д.В. Критическая теория и виртуализация общества // Социс, . 1, 1999,с. 32-40.

. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. - М.: Педагогика, 1973. - 424 с.

. Бэнкс М.Психи и маньяки в Интернете.- СПб.: Символ-плюс.- 1998,с.12-39

. Рэймонд Э.С. Новый словарь хакера. М.: ЦентрКом. 1996

. Психология развивающейся личности. М., 1987.

. Перлман Д.,Пепло Л.Э. Теоритические подходы к одиночеству. Лабиринты одиночества (сост.,общ.ред. и предисл. Покровский Н.Е.) М. 1989.С. 129-135

. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психологический журнал, том 20, .1, 1999,с. 86-102

. Лейбов Р. Братья наши хакеры. Gazeta.RU (электронное издание) .028, 033 (08.04.99, 15.04.99). HTTP: http://www.gazeta.ru/nl/08-04-1999\_hackers\_ Printed.htm,. and: http://www.gazeta.ru/nl/15-04-1999\_hackers2\_Printed.htm..(28 апреля 1999).

11. Молчанов Б.М. Что такое хакер? // КомпьютерПресс, 1993, с.8

. Березанская Н.Б, Тихомиров О.К., Райков В.Л.// Психологические исследования творческой деятельности. М. 1987.

. Столл К. Яйцо кукушки, или преследуя шпиона в компьютерном лабиринте.- М. 1996

. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации // Психологический журнал, Т. 19, 1998, с. 89-100.

. Маркоф Дж., Хефнер К.Хакеры.- Киев: Полиграфкнига. 1996.

. Маслов О.Р., Пронина Е.Е. Психика и реальность: типология виртуальности.// Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте.-М.: Росс. Ассоц. Искусств. Интеллекта, 1998,с. 211-225.

. Войскунский А.Е. Групповая игровая деятельность в Интернете// Психологический журнал, т. 20, . 1, 1997, с. 126-132.

. Дольто Ф. На стороне подростка. СПб., 1997.С.48-53

. Якобсон П.М. Чувства, их развитие и воспитание. М., 1976.

. Пузько В.И. Экзистенциональный невроз как бегство от одиночества. Материалы научной конференции "Теология, философия и психология одиночества", Владивосток,1995. С.25-29

. Психологическая диагностика детей и подростков. М., 1995.

. Выготский Л.С. Проблемы развития психики // Собрание сочинений в 6-ти томах. Т.3 - М.: Педагогика. - 1983, с.133-163.

. Гримак Л.П. Общение с собой.М. Политиздат, 1991. С.128-138

. Батурин Ю.М. Право и политика в компьютерном круге. - М. 1987.

. Кондратьев М.Ю. Типологические особенности психосоциального развития подростков.// Вопросы психологии. 1998. №2. С. 69-78.

. Носов Н.А. Психологические виртуальные реальности М.: Институт человека РАН. - 1995, 195 с.

. Леви В.Л. Искусство быть другим. М., 1981.

. Садлер У.А., Джонсон Т.Б. От одиночества к аномии //Лабиринты одиночества. - М., 1989. С. 25-27.

. Фромм Э. Бегство от свободы. М., 1995.

. Фомичева Ю.В., Шмелев А.Г., Бурмистров И.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми // Вестник МГУ. Сер 14. Психология. 1991. №3. С. 27-39.

. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия // Вестник МГУ. Серия ХIV. Психология. . 4, 1996с. 14-20.

. Лепский В.Е., Рапуто А.Г. Моделирование и поддержка сообществ в Интернете (препринт). - М.: Институт психологии РАН. - 1999, с.44-50.

. Якобсон П.М. Эмоциональная жизнь школьника. М., 1966.

. Большой психологический словарь //Под ред. Б.Г. Мещеряковой, Я.П. Зинченко.

. Бубер Н. Проблема человека. Перспектива //Лабиринты одиночества. - М., 1989. С. 95.

. Гришин В.В., Лушин П.В. Методики психодиагностики в учебно-воспитательном процессе. - М., 1990.

. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологичесокой диагностике. Киев, 1989.

. Долныкова А.А., Чудова А.Н. Психологические особенности суперпрограммистов // Психологический журнал, т.18, .1,1997

. Тихомиров О.К. Информационный век и теория Л.С. Выготского // Психологический журнал, 1. 1993

. Артемьева Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики. М.,- Наука, Смысл. 1999, с.267-272

. Вейценбаум Дж. Возможности вычислительных машин: от суждений к вычислениям.-. М.: Радио и связь. -1982, 368 с.

. Жичкина А. Е., Белинская Е. П. (1999) Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей Интернета (http://flogiston.df.ru/projects/articles/strategy.shtml)

. Карсанова Е. Хакеры за справедливость // Московские новости .8, 1999 ( HTTP: http://www.mn.ru/1999/08/32.html .(28 апреля 1999).

. Коул М. Культурно-историческая психология.- М.: Когито-центр. 1997.

. Коломинский Я.Л. Человек среди людей. М., 1987.С.56-59

. Кон И.С. Какими они себя видят. М., 1975.С.67-71

. Кон И.С. Открытие "Я". М., 1978.С.45-56

. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989.С.123-132

. Кон И.С. Психология юношеского возраста. М.,1979.С.45-56

. Кошелева Ю.П. Самопредъявление одиноких людей в тексте газетных объявлений.// Вопросы психологии. 1998. №2. С. 106-116.

. Кузнецов А. "Я одинока сама с собой" // Воспитание школьников. 1997. № 2. С. 28-32.

. Лебедев В.И. Общение с богом или…М., 1986.

. Леви В.Л. Я и мы. М., 1973.

. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. - Наука, 1984. 444 с.

. Моисеенков И. Оно// Компьютерра, 2002, с.43.

. Мудрик А.В. Общение как фактор воспитания школьников. М., 1984.С.45-54

. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. М., 2001. Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики.

. Носик А. Ответный удар // Московские новости, .8, 1999. (HTTP: http://www.mn.ru/1999/08/32.html (28 апреля 1999).

. Оди Дж. Рэлф. Человек-существо одинокое: биологические корни одиночества //Лабиринты одиночества. М., 1989. С. 147-148.

. Поливанова К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста. // Вопросы психологии. 1996. №1. С. 20-33.

. Прихожан А., Толстых Н. Что характерно для современного подростка. // Воспитание школьников. 1991. № 5. С. 8-12

. Первин Л., Джон О. Психология личности. Теория и исследования.Пер. с англ. М.С. Жамкочьян под ред. В.С.Магуна - М.Аспект Пресс, 2000.С.73

. Розин В.М. Воздействие аудиовизуальной информации и культуры на человека // Информационно-психологическая безопасность. М.: Институт системного анализа РАН, 1997, с. 35-43.

. Сидоренко Е.В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру. - СПб. ООО Издательство "Речь", 2000.С.23-37

. Субботский Е.В. Индивидуальное сознание как система реальностей // Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии: школа А.Н. Леонтьева / Под ред. А.Е. Войскунского, А.Н. Ждан, О.К. Тихомирова. - М.: Смысл, 1998, с. 125-160...

. Тихомиров О.К., Гурьева Л.П. Психологический анализ трудовой деятельности, опосредствованной компьютерами// Психологический журнал, 5, 1986

. Тихомиров О.К., Гурьева Л.П. Опыт анализа психологических последствий компьютеризации психодиагностической деятельности// Психологический журнал, 2. 1989

. Фельдштейн Д.И. Психология воспитания подростка. М., 1978.

. Фомичева Ю.В., Шмелев А.Г., Бурмистров И.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми// Вестник МГУ. Сер. 14. Психология,3. 1991.

. Форман Н., Вилсон П. Можно ли смоделировать реальность? Использование в психологии 3-х мерной среды, генерированной при помощи компьютера //Ментальная репрезентация: динамика и структура. - М.: Институт психологии РАН. 1998

. Чудов Г.С. MUD . современная форма виртуальной реальности // Виртуальная реальность в психологии и искусственном интеллекте. М. 1998, с. 295-305.

. Шмелев А.Г. Мир поправимых ошибок // Компьютерные игры. Обучение и психологическая разгрузка. - М. 1988

. Шнейдерман Б.() Человеческие ценности и будущие технологии (Декларация ответственности) // Психологический журнал,3,1992

. Янг К.С. Диагноз интернет-зависимость // Мир Internet, . 2, 2000, с. 24-

. Ярцев Д.В. Особенности социализации современного подростка. // Вопросы психологии. 1999. №6. С. 54-58.

Приложение А

Модифицированная шкала измерения одиночества UCLA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждения | никогда | редко | иногда | часто |
| 1. Я чувствую, что нахожусь в ладу с окружающими меня людьми. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. Я испытываю недостаток в дружеском общении. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. Нет никого, к кому я мог бы обратиться. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. Я не чувствую себя одиноким. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. Я ощущаю себя частью группы друзей. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. У меня много общего с окружающими людьми. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. Я больше не замыкаюсь в себе. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. Никто из окружающих не разделяет моих интересов. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. Я - человек, легко отдаляющийся от людей. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. Есть люди, к которым я испытываю глубокие чувства. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. Я чувствую себя покинутым. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. Мои социальные связи не глубоки. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. Никто не знает меня по настоящему. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14. Я чувствую себя изолированным от других людей. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. Я могу найти друзей, как только я этого захочу. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. Есть люди, которые по-настоящему понимают меня. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. Я несчастен оттого, что так отдален от людей. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. Люди вокруг меня, но не со мной. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. Есть люди, с которыми я могу поговорить. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20. Есть люди к которым я могу обратиться. | 1 | 2 | 3 | 4 |

Общий балл шкалы складывается из суммы всех двадцати пунктов. В пунктах отмеченных звездочкой, прежде чем подсчитать баллы, следует произвести перестановку в обратном порядке (то есть 1=4,2=3,3=2,4=1)

Приложение Б

ОЦЕНКА КОММУНИКАТИВНЫХ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ СКЛОННОСТЕЙ

Для проведения исследования необходимо подготовить вопросник КОС и лист для ответов. Испытуемым раздают бланки для ответов и зачитывают инструкцию:"Вам нужно ответить на все предложенные вопросы. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте так: если Ваш ответ на вопрос положителен, то в соответствующей клетке листа ответов поставьте плюс, если же Ваш ответ отрицателен, поставьте знак минус. Не стоит тратить много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно на некоторые вопросы Вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать ответ, который Вы считаете предпочтительным. Отвечая на вопросы не стремитесь произвести заведомо приятное впечатление. Нам важен не конкретный ответ, а суммарный балл по серии вопросов"

Вопросник КОС

.Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?

.Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?

.Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?

.Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?

.Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?

.Нравится ли Вам заниматься общественной работой?

.Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем с людьми?

.Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?

.Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?

.Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?

.Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию

.Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела , которые нужно выполнить бы сегодня?

.Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?

.Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?

.Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?

.Верно ли ,что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей?

.Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?

.Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?

.Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?

.Правда ли ,что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?

.Нравится ли Вам постоянно находится среди людей?

.Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удается закончить начатое дело?

.Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?

.Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

.Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?

.Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?

.Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?

.Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?

.Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?

.Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе?

.Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?

.Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение если оно не было сразу принято Вашими товарищами?

.Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую компанию?

.Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

.Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

.Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?

.Верно ли, что у Вас много друзей?

.Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?

.Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

.Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

При обработке результатов следует сопоставить ответы испытуемого с дешифратором и подсчитать количество совпадений отдельно по коммуникативным и организаторским склонностям.

Приложение В

Список вопросов теста Г.Айзенка

.Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, чтобы отвлечься ,испытать сильные ощущения?

.Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, ободрить, выразить сочувствие?

.Считаете ли Вы себя беззаботным человеком?

.Очень ли Вам трудно отказаться от своих намерений?

.Обдумываете ли Вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?

.Всегда ли Вы сдерживаете свои обещания, даже если это Вам не выгодно?

.Часто ли у Вас бывают спады и подъемы настроения?

.Быстро ли Вы обычно действуете и говорите, и не растрачиваете ли много времени на обдумывание?

.Возникало ли у Вас когда-нибудь чувство, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?

.Верно ли, что на спор Вы способны решиться на все?

.Смущаетесь ли Вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который Вам симпатичен?

.Бывает ли что, разозлившись, Вы выходите из себя?

.Часто ли Вы действуете под влиянием момента?

.Часто ли Вас беспокоят мысли о том, что Вам не следовало бы чего-нибудь делать или говорить?

.Предпочитаете ли Вы чтение книг встречам с людьми?

.Верно ли, что Вас легко задеть?

.Любите ли Вы часто бывать в компании?

.Бывают ли у Вас иногда такие мысли, которыми Вам не хотелось бы делиться с другими людьми?

.Верно ли, что иногда Вы настолько полны энергией, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?

.Стараетесь ли Вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом близких друзей?

.Много ли Вы мечтаете?

.Когда на Вас кричат, отвечаете ли Вы тем же?

.Часто ли Вас тревожит чувство вины?

.Все ли Ваши привычки хороши и желательны?

.Способны ли Вы дать волю собственным чувствам и вволю повеселиться в шумной компании?

.Можно ли сказать, что нервы у Вас часто бывают, напряжены до предела?

.Считают ли Вас человеком живым и веселым?

.После того как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему мысленно и думаете, что могли бы сделать лучше?

.Верно ли, что Вы обычно молчаливы и сдержанны, когда находитесь среди людей?

.Бывает ли, что Вы передаете слухи?

.Бывает ли, что Вам не спится оттого, что разные мысли лезут в голову?

.Верно ли, что Вам часто приятнее и легче прочесть о том, что Вас интересует в книге, хотя можно быстрее спросить и проще узнать об этом у друзей?

.Бывает ли у Вас сильное сердцебиение?

.Нравится ли Вам работа, которая требует пристального внимания?

.Бывают ли у Вас приступы дрожи?

.Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?

.Верно ли, что Вам неприятно бывать в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?

.Верно ли, что Вы раздражительны?

.Нравится ли Вам работа, которая требует быстроты действий?

.Верно ли, что Вам нередко не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?

.Верно ли, что Вы неторопливы в движениях?

.Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или работу?

.Часто ли Вам снятся кошмары?

.Верно ли, что Вы такой любитель поговорить, что никогда не упустите удобного случая побеседовать с незнакомым человеком?

.Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?

.Огорчились бы Вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?

.Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?

.Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?

.Легко ли Вас задевает критика Ваших недостатков или Вашей работы?

.Могли бы Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?

.Трудно ли получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых много участников?

.Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?

.Сумели бы Вы внести оживление в скучную компанию?

.Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

.Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?

.Любите ли Вы подшутить над другими?

.Страдаете ли Вы от бессонницы?

Код опросника

*Искренность*: ответы "да" на вопросы 6,24,36;

Ответы "нет" на вопросы 12,18,30,42,48,54.

*Экстраверсия*: ответы "да" на вопросы 1,3,8,10,13,17,22,27,39,44,46,49,53,56;

Ответы "нет" на вопросы 5,15,20,29,32,34,37,41,51.

*Невротизм*: ответы "да" на вопросы 2,4,7,9,11,14,16,19,21,23,26,28,31,33,35,38,40,43,45,47,50,52,55,57.

Приложение Г

БЛАНК СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО ОПРОСА

Ф. И. О. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

КЛАСС \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашего класса.

1. Если ваш класс будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться в новом коллективе?

А)

Б)

В)

2. Кого бы ты из группы пригласил на свой день рожденья?

А)

Б)

В)

3. С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?

А)

Б)

В)

Приложение Д

Сырые баллы по методике Д.Рассела "Шкала одиночества". Экспериментальная группа.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Испытуемые | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Одиночество | 45 | 56 | 36 | 33 | 48 | 60 | 58 | 40 | 32 | 45 | 54 | 38 | 47 | 42 | 54 |

Приложение Ж

Сырые баллы по методике Д.Рассела, Л.Пепло, М.Фергюсона "Шкала одиночества". Контрольная группа.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Испытуемые | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Одиночество | 9 | 11 | 15 | 10 | 27 | 14 | 9 | 17 | 24 | 3 | 12 | 10 | 10 | 19 | 30 |

Приложение И

Методика НЭП. Сырые баллы. Экспериментальная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НЭП | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Эксторверт | 12 | 13 | 10 | 14 | 10 | 14 | 10 | 12 | 13 | 10 | 10 | 10 | 11 | 11 | 14 |
| Интроверт | 20 | 19 | 18 | 16 | 20 | 14 | 19 | 20 | 18 | 16 | 17 | 20 | 20 | 19 | 18 |
| Нейротизм | 16 | 15 | 14 | 13 | 18 | 15 | 12 | 10 | 15 | 17 | 14 | 12 | 11 | 15 | 15 |
| Психотизм | 14 | 13 | 16 | 14 | 11 | 18 | 12 | 12 | 16 | 17 | 15 | 13 | 14 | 11 | 11 |

Приложение К

Методика НЭП. Сырые баллы. Контрольная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| НЭП | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Эксторверт | 20 | 16 | 18 | 20 | 20 | 17 | 16 | 20 | 20 | 19 | 18 | 19 | 18 | 20 | 17 |
| Интроверт | 10 | 15 | 10 | 14 | 13 | 10 | 15 | 14 | 14 | 12 | 12 | 10 | 12 | 10 | 10 |
| Нейротизм | 14 | 15 | 12 | 14 | 17 | 15 | 16 | 11 | 14 | 12 | 17 | 12 | 13 | 15 | 14 |
| Психотоизм | 13 | 17 | 15 | 14 | 12 | 14 | 17 | 13 | 12 | 12 | 14 | 16 | 13 | 14 | 13 |

Приложение Л

Методика КОС. Сырые баллы. Экспериментальная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КОС | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Высокий уровень | 15 | 15 | 15 | 13 | 16 | 14 | 14 | 14 | 11 | 13 | 12 | 12 | 13 | 15 | 13 |
| Средний уровень | 9 | 7 | 6 | 7 | 10 | 10 | 8 | 6 | 9 | 7 | 8 | 9 | 9 | 10 | 8 |
| Низкий уровень | 20 | 19 | 16 | 20 | 20 | 19 | 18 | 20 | 20 | 17 | 20 | 19 | 20 | 20 | 18 |

Приложение М

Методика КОС. Сырые баллы. Контрольная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КОС123456789101112131415 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Высокий уровень | 20 | 20 | 19 | 18 | 19 | 19 | 18 | 20 | 20 | 19 | 18 | 19 | 20 | 19 | 20 |
| Средний уровень | 10 | 7 | 10 | 11 | 7 | 9 | 8 | 7 | 9 | 7 | 10 | 8 | 8 | 10 | 8 |
| Низкий уровень | 14 | 13 | 11 | 10 | 14 | 15 | 11 | 12 | 14 | 11 | 10 | 10 | 10 | 11 | 12 |

Приложение Н

Социометрия. Экспериментальная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | Итого |
| 1 | + |  | 1 |  |  | 3 |  | 3 |  |  |  |  | 2 |  |  |  |
| 2 | 2 | + |  | 2 |  | 2 |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |
| 3 |  | 3 | + |  |  | 3 |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |
| 4 | 1 |  |  | + |  | 1 |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  | 1 | + |  | 2 |  |  |  | 3 |  | 3 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | 3 |  | 3 | 3 |  |  |
| 7 | 1 | 3 |  |  |  |  | + |  |  |  | 2 |  |  | 3 |  |  |
| 8 |  | 1 |  | 2 |  |  | 3 | + |  |  |  | 3 |  |  |  |  |
| 9 |  |  | 2 |  |  |  |  | 3 | + |  |  | 1 |  | 3 |  |  |
| 10 |  |  |  | 3 |  |  | 3 |  |  | + |  | 3 |  |  |  |  |
| 11 |  | 2 |  |  |  | 3 |  |  |  |  | + |  |  | 3 |  |  |
| 12 | 3 | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | + |  |  |  |  |
| 13 | 1 |  | 1 | 2 |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  | + | 3 |  |  |
| 14 |  | 3 |  | 1 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | 3 | + |  |  |
| 15 |  |  | 1 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | 3 | 2 | + |  |
| Количество выборов | 8 | 13 | 5 | 11 |  | 16 | 10 | 8 |  |  | 16 | 7 | 14 | 17 |  | 136 |
| Количество взаимных выборы | 1 | 2 |  |  |  | 2 | 1 | 2 |  |  | 1,5 | 0,5 | 2 | 1,5 |  | 13,5 |

Приложение О

Социометрия. Контрольная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | Итого  |
| 1 | + |  | 3 |  |  |  |  | 1 |  |  | 2 |  |  | 3 |  |  |
| 2 |  | + |  | 3 | 3 |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | 1 |  | + | 3 |  |  |  | 3 |  |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 4 |  | 2 |  | + |  | 2 |  |  |  | 2 |  |  |  | 3 |  |  |
| 5 |  | 1 |  |  | + |  | 3 |  |  |  | 3 |  | 2 |  |  |  |
| 6 | 2 | 2 |  | 3 |  | + |  |  | 1 |  |  |  |  | 3 |  |  |
| 7 | 3 |  | 3 |  |  |  | + |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  | 2 |  |  | 2 |  | 2 | + |  |  |  | 3 |  |  |  |  |
| 9 | 1 |  | 2 |  |  | 1 |  |  | + | 2 | 3 |  |  |  |  |  |
| 10 |  | 2 |  | 3 |  |  | 1 |  |  | + |  |  | 3 |  |  |  |
| 11 | 3 |  | 2 |  |  | 2 |  |  |  | 2 | + |  |  |  |  |  |
| 12 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 2 |  | 1 |  | + |  | 3 |  |  |
| 13 |  |  | 3 |  |  |  | 3 |  |  |  | 3 |  | + |  |  |  |
| 14 |  | 2 |  |  | 2 |  |  |  | 2 |  |  |  | 3 | + |  |  |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 3 |  |  |  | 3 |  |  |
| Количество выборов  | 10 | 13 | 13 | 14 | 7 | 6 | 10 | 6 | 6 | 13 | 11 | 5 | 8 | 15 |  | 137 |
| Количество взаимных выборов | 1,5 | 3 | 0,5 | 1 | 0,5 | 1 | 1 | 1 |  | 1,5 | 1 | 0,5 |  |  |  | 12.5 |

Приложение П

Методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Сырые баллы. Экспериментальная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Хороший | 5 | 6 | 7 | 3 | 5 | 4 | 6 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Умный | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | 5 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 |
| Здоровый | 3 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 6 | 5 | 6 | 6 | 5 | 6 | 4 | 3 | 3 |
| Счастливый | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| Справедливый | 7 | 8 | 7 | 6 | 8 | 8 | 6 | 7 | 6 | 6 | 7 | 6 | 7 | 8 | 6 |
| Любимый | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 2 | 3 |
| Добрый | 7 | 9 | 9 | 8 | 8 | 6 | 9 | 8 | 7 | 6 | 8 | 5 | 5 | 4 | 8 |
| Трудолюбивый | 8 | 9 | 8 | 9 | 7 | 9 | 7 | 9 | 7 | 9 | 8 | 6 | 8 | 9 | 7 |
| Ответственный | 8 | 7 | 8 | 9 | 5 | 6 | 8 | 9 | 9 | 6 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 |

Приложение Р

Методика исследования самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейна. Сырые баллы. Контрольная группа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Хороший | 9 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 7 |
| Умный | 8 | 7 | 9 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 10 | 10 | 7 | 8 | 8 | 9 | 10 |
| Здоровый | 7 | 5 | 6 | 8 | 6 | 7 | 8 | 8 | 8 | 6 | 7 | 7 | 7 | 6 | 7 |
| Счастливый | 10 | 10 | 10 | 9 | 7 | 7 | 7 | 8 | 6 | 7 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 |
| Справедливый | 8 | 9 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 10 |
| Любимый | 10 | 9 | 8 | 9 | 9 | 9 | 8 | 7 | 10 | 9 | 9 | 8 | 7 | 9 | 9 |
| Добрый | 7 | 8 | 6 | 7 | 6 | 8 | 6 | 6 | 7 | 8 | 5 | 7 | 5 | 5 | 6 |
| Трудолюбивый | 7 | 6 | 8 | 5 | 6 | 8 | 6 | 5 | 5 | 6 | 5 | 6 | 7 | 5 | 6 |
| Ответственный | 7 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 8 | 6 | 8 | 9 | 9 | 7 | 7 | 8 |

Социометрическая методика

Эта методика позволяет определить положение испытуемых в системе межличностных отношений той группы, к которой они принадлежа. Перед началом исследования члены группы, получают инструкцию примерно такого содержания:

"Ваша группа существует уже давно. За время совместной жизни и общения друг с другом вы, наверное, смогли неплохо друг друга узнать, и между вами сложились определенные личные и деловые отношения, симпатии и антипатии, уважение и неуважение друг к другу и т.п. Не все очевидно складывалось гладко и образовавшиеся между вами отношения далеки от идеала. С кем-то вам хорошо находиться в одной группе, кто-то вас не очень устраивает и с ним вы хотели бы расстаться. Теперь представьте себе, что ваша группа начинает складываться сначала и каждому из вас представляется возможность вновь по своему желанию определить состав группы. Ответьте в этой связи на следующие вопросы, записав свои ответы на отдельном листе бумаги. Его предварительно необходимо подписать, чтобы мы могли судить о том, кто и кого выбирает или отвергает.

1. Кого из членов вашей группы вы по своему желанию включили бы в состав новой группы? Запишите этих людей на листе бумаги под номером 1 в порядке предпочтения.

. Кого из членов вашей группы вы, напротив, не хотели бы видеть в составе новой группы? Запишите их под номером 2 в порядке отклонения.

Листы с ответами обрабатываются, и имеющаяся информация переносится в социометрическую матрицу.