

## **Возрастные психологические особенности старших школьников от 15 до 18 лет**

### **Интернет-зависимость**

Интернет-зависимость – болезненное пристрастие к Интернету, вызванное невротической потребностью избегать негативных чувств по отношению к вызывающим их психотравмирующим социальным ситуациям<sup>1</sup>.

В раннем юношеском возрасте интернет-зависимое поведение, удовлетворяя потребность в избирательном общении, накладывает отпечаток на развитие всей личности: на учебную деятельность, формирование избегательных стратегий, потерю интереса к самореализации, достижению успехов<sup>2</sup>.

#### **Родителям**

Отечественные исследователи интернет-зависимости предлагают рассматривать зависимость от интернета в трех вариантах<sup>3</sup>:

1) патологическая увлеченность интернетом как одна из форм зависимого поведения в понимании его как расстройства в рамках девиантного поведения (актуально для подростков);

2) синдром интернет-зависимости, за которым скрывается множество других личностных и/или психических расстройств, имеющих определенную нозологическую принадлежность;

3) интернет-зависимость как самостоятельная нозологическая единица, обусловленная взаимным патогенным влиянием характерологических черт и интернет-среды, имеющая определенную динамику (процессуальность) психопатологических расстройств.

Интернет-зависимость наиболее часто проявляется в юном возрасте — в среде подростков и юношей, что затрудняет их социализацию, препятствует способности сделать карьеру, создать семью.

---

<sup>1</sup> Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии / В.А. Жмуров. 2-е изд. М.: Джангар, 2012. 864 с.

<sup>2</sup> Бергис Т.А., Азизова Л.Р. Взаимосвязь Интернет-зависимого поведения и особенностей межличностного общения личности раннего юношеского возраста // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2015. № 1 (10). С. 46-49.

<sup>3</sup> Богомолова М.А., Бузина Т.С. Интернет-зависимость: аспекты формирования и возможности психологической коррекции // Медицинская психология в России. 2018. Т. 10. № 2. С. 1-8.

Специалисты предлагают следующие рекомендации<sup>4</sup>:

1. чаще разумно использовать время вне Сети, родитель может поинтересоваться у ребенка, что ему интересно вне сети и помочь в организации досуга. В случае, если интернет-зависимость связана с игровой, на начальных этапах возможна интеллектуализация игры, т.е. родитель может расспросить ребенка в чем идея игры, какие события в реальности вдохновили создателей игры. А затем предложить ребенку посетить мероприятия, связанные с этими событиями;
2. использовать внешние стоп-сигналы. Договориться о том, какие слова или действия обозначают, что использование Интернета должно завершиться;
3. ставить цели, использование Интернета для достижения конкретных целей;
4. воздерживаться от использования Интернета в особых случаях, например, на семейных мероприятиях;
5. использовать карточки с напоминаниями;
6. написать собственный перечень проблем, как родителю, так и ребенку, а затем совместно изучить списки, что поможет прийти к договоренностям;
7. вступить в группу поддержки;
8. использовать семейную терапию, поскольку часто интернет-зависимость выступает следствием других проблем.

---

<sup>4</sup> Young K.S. Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment // Innovations in Clinical Practice / Ed. by L. Vandecreek, T.L. Jackson. Sarasota, FL: Professional Resource Press. 1999. Vol. 17.