

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогики и психологии
профессионального образования

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ТРЕВОЖНЫХ ПОДРОСТКОВ С ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 411

направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Института дополнительного профессионального образования

Уцной Марины Александровны

Руководитель:

к. психол. н., доцент

Е. С. Гринина

Зав. кафедрой :

к. пед .н., доцент

В.А. Ширяева

Саратов 2022

Введение. В настоящее время количество школьников, подверженных тревожности, неуверенности в себе, повышенному беспокойству и т.п. возрастает. Личностная незащищенность и нестабильность положения, эмоциональный дискомфорт, расхождения между самооценкой и притязанием и внешней оценкой – лишь некоторые из факторов, влияющих на развитие тревожности как устойчивой черты личности у школьников. Повышенный уровень тревожности может возникать на любом этапе обучения в школе. Однако, наиболее острыми проявлениями тревожности характеризуется именно подростковый возраст. Связано это с активным формированием личности, происходящими изменениями в структуре психики, в результате чего тревожность может закрепиться как устойчивая характеристика.

В психологии проблему тревожности изучали Г.С. Салливан, Л.И. Божович, Р.С. Немов, А.М. Прихожан и др.

В век научно-технического прогресса и бурного развития информационных технологий любому человеку трудно представить свою жизнь без телефона, компьютера и других девайсов. Следствием этого является развитие некоторых проявлений аддиктивного поведения. По данным опроса Левада, число пользователей сети Интернет в последнее время увеличилось с 73% до 81%, при этом, возрастная характеристика данной статистики показывает, что большую часть таких пользователей составляют именно подростки.

Захватывающий и внешне привлекательный мир киберсреды порождает появление новых видов зависимости – Интернет-зависимости, компьютерной и игровой зависимости. Современный подросток находится в группе риска, поскольку его возрастной период – сензитивный в данном контексте. Именно поэтому часто альтернативная реальность затягивает детей вседозволенностью и привлекательностью. Погружаясь в этот мир, ребенок отдаляется от реальности, семьи, друзей, школы, пренебрегает правилами гигиены и здорового образа жизни. Существенные изменения могут происходить и в психике подростков с игровой зависимостью, при этом наиболее выраженные изменения могут затра-

гивать эмоциональную сферу. В результате возникает вопрос о взаимозависимости игровой зависимости и тревожности у подростков. В практике же реализации образовательной деятельности особого внимания заслуживает проблема психолого-педагогического сопровождения тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.

Объектом исследования выступает психолого-педагогическое сопровождение подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.

Предмет исследования – психолого-педагогическое сопровождение тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.

Цель исследования - теоретически обосновать, разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.

Гипотеза исследования: для подростков с игровой зависимостью характерен более высокий уровень общей школьной тревожности и более низкий уровень ситуативной и личностной тревожности, чем для их сверстников без игровой зависимости. Программа психолого-педагогического сопровождения, основывающаяся на взаимодействии педагога-психолога и учителя, включающая психологические занятия, активные формы организации внеурочной работы будет способствовать коррекции тревожности у подростков с игровой зависимостью.

Задачи исследования

1. Проанализировать понятие и факторы риска игровой зависимости в психологии;
2. Описать психологические особенности подростков с игровой зависимостью;
3. Выявить особенности тревожности в подростковом возрасте;
4. Осуществить эмпирическое изучение риска игровой зависимости и тревожности у подростков;
5. Проанализировать специфику тревожности у подростков с игровой зависимостью;

6. Разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе, выявить ее эффективность.

Методологической основой исследования выступили теоретические положения в области психологии тревожности (В.А. Абабков, М. Пер, Г.В. Ковров, С.Ю. Палатов, М.А. Лебедев, Р. Мей, М.М. Решетников и др.), игровой зависимости (Е.М. Дубовская, Р.Л. Кричевский, О.Б. Крушельницкая и др.), психологического сопровождения тревожных подростков (Л.И. Божович, А.М. Прихожан, Г.С. Салливан и др.).

Методы исследования:

- теоретические: изучение теоретических источников, передового психолого-педагогического опыта по проблеме исследования;
- эмпирические: тестирование, эксперимент;
- методы количественной и качественной обработки результатов исследования.

Методики исследования

1. Исследование состояния ситуативной тревоги и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина.
2. Исследование личностной шкалы проявлений тревоги Тейлора.
3. Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость.
4. Анкета идентификации компьютерной игровой зависимости (И.М. Балон).
5. Тест школьной тревожности Филлипса.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа п. Нива Питерского района Саратовской области».

Экспериментальная выборка: 40 учащихся 8-11 классов в возрасте от 14 до 17 лет.

Практическая значимость исследования: результаты данного исследования могут использоваться в практике психолого-педагогического сопровождения тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, списка использованных источников, приложения.

Основное содержание работы. Во введении раскрывается актуальность проблемы исследования, выделяются объект и предмет, цель, гипотеза и задачи, представлено описание используемых методов и методик.

Первая глава посвящена теоретическому анализу проблемы психолого-педагогического сопровождения подростков с игровой зависимостью. В ней сформулировано понятие и выявлены факторы риска игровой зависимости; рассмотрена феноменология тревожности в подростковом возрасте; представлена характеристика психологических особенностей подростков с игровой зависимостью; осуществлен анализ целей, задач и содержания психолого-педагогического сопровождения обучающихся в образовательном процессе.

Аддиктивное поведение – это такой вид отклоняющегося поведения, который обуславливается стремлением человека уйти от реальности при помощи изменения своего психоэмоционального состояния. Игровая зависимость – один из видов аддиктивного поведения. В ее формировании выделяется несколько стадий: стадия легкой увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости и стадия привязанности. На формирование игровой аддикции оказывает влияние ряд факторов, некоторыми из которых являются особенности окружающей социальной среды, отсутствие альтернативных хобби и т.п.

Выделяют некоторые особенности подростков с игровой зависимостью: низкий уровень самоконтроля, высокий уровень негативизма, подозрительности, вербальной агрессии, апатия. У таких подростков часто наблюдаются нарушения в межличностном общении с окружающим людям. Нередко у подростков с игровой зависимостью отмечается высокий уровень тревожности.

Тревожность – это психологическая особенность личности человека, которая проявляется склонностью к тревоге. Повышенная тревожность отражается

на всех сферах жизни подростка, негативно влияя на его самочувствие, школьную успеваемость и характер взаимоотношений в семье.

Психолого-педагогическое сопровождение определяется как системно организованная деятельность педагогов и других специалистов для успешного развития и обучения ребенка в соответствии с его личностными возможностями и потребностями. Важно место в системе психолого-педагогического сопровождения занимает работа с тревожными подростками, а также с подростками с различными формами аддиктивного поведения, в частности – с игровой зависимостью.

Во второй главе – «Организация и содержание психолого-педагогического сопровождения тревожных подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе» - описаны результаты исследования склонности к игровой зависимости, тревожности, произведен сравнительный анализ тревожности в группах подростков с наличием и с отсутствием игровой зависимости, описаны коррекционная программа коррекции тревожности у подростков с игровой зависимостью и результаты ее апробации.

Результаты исследования интернет-зависимости у подростков на констатирующем этапе эксперимента приведены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты исследования игровой и Интернет-зависимости у подростков: констатирующий этап эксперимента

Методика	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Анкета «Идентификация Интернет-зависимости» И.М. Балонов	28%	38%	35%
Тест на Интернет-аддикцию К. Янг	35%	38%	28%

В группе подростков выявлена склонность к игровой и интернет-зависимости. Большая часть детей находятся на среднем и высоком уровнях выраженности данного вида аддикции.

По данным методики Спилбергера-Ханина, у респондентов с низким уровнем компьютерной игровой зависимости выражен средний (73%) и высокий

(27%) уровни ситуативной тревожности. У детей со средним уровнем игровой зависимости выражен низкий (7%), средний (43%), высокий (50%) уровень тревожности. А у респондентов из группы высокой зависимостью от игр выражен низкий (40%) и средний (60%) уровни ситуативной тревожности.

У респондентов с низким уровнем компьютерной игровой зависимости выражен средний (91%) и высокий (9%) уровни личностной тревожности. У детей со средним уровнем компьютерной зависимости выражен низкий (7%), средний (57%), высокий (36%) уровень тревожности. А у респондентов из группы с высокой компьютерной зависимостью выражен низкий (53%) и средний (47%) уровни ситуативной тревожности.

Применение методики Филлипса показало, что особую тревогу вызывает у подростков с игровой зависимостью школьная ситуация (у респондентов с высоким уровнем Интернет-зависимости у 82% выявлен высокий уровень общей тревожности). Значимость школьной жизни и недостаточная успешность в ней, во многом связанная именно с чрезмерным увлечением играми, обуславливает негативные переживания у таких подростков. Результаты наших исследований можно рассматривать как достаточно серьезную психологическую проблему, угрозу психологическому благополучию как отдельных подростков, так и будущего всего человеческого общества.

Представим результаты расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена с целью обнаружения статистически значимых взаимосвязей между игровой зависимостью подростков и уровнем их тревожности (см.табл.2).

Таблица 2 - Результаты корреляционного анализа игровой зависимости и тревожности у подростков

Шкала	Компьютерная игровая зависимость	Интернет-аддикция
Ситуативная тревожность	-0,607**	-0,744**
Личностная тревожность	-0,420**	-0,362*
Тревога	-0,876**	-0,915**
Общая тревожность	0,745**	0,746**

Переживание социального стресса	0,868**	0,867**
Фрустрация потребности в достижении успеха	0,136	0,221
Страх самовыражения	-0,514**	-0,599**
Страх ситуации проверки знаний	-0,624**	-0,686**
Страх несоответствия ожиданиям окружающих	0,791**	0,826**
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	0,667**	0,661**
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,874**	-0,824**

*Примечание: уровень значимости: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$*

Как видно из таблицы 2, подростки, которые показывают склонность к игровой зависимости, чаще всего проявляют низкий уровень ситуативной и личностной тревожности, им не свойственен страх самовыражения и ситуации проверки знаний, так как они являются отрешенными от окружающего мира и своих прямых обязанностей (обучение). Такие дети обычно не имеют проблем в отношениях с учителями. При этом, у Интернет-зависимых подростков выражается общая тревожность, переживание негативного социального опыта. Дети достаточно часто боятся не соответствовать ожиданиям окружающих людей, а также имеют низкую физиологическую сопротивляемость стрессу.

Таким образом, следует обратить особое внимание на вопросы коррекции тревожности у подростков с компьютерной игровой зависимостью.

На формирующем этапе эксперимента коррекционно-развивающая работа проводилась с подростками, продемонстрировавшими высокий и средний уровни игровой зависимости и интернет-аддикции. Эту группу составили 26 подростков. Нами разработана программа «Познай себя», состоящая из 11 занятий. Целью данной программы является создание условий для коррекции тревожности у подростков с игровой зависимостью.

Программа включала в себя:

1. Развитие у детей навыков психофизической саморегуляции, умения владеть собой в стрессовых, критических ситуациях;
2. Развитие коммуникативных умений, построение нормального характера межличностных отношений в классном коллективе;
3. Повышение уровня самооценки обучающихся;
4. Снижение уровня компьютерной игровой зависимости и Интернет-аддикции.

Для анализа эффективности разработанной нами программы мы выбрали такой метод математической статистики, как Т-критерий Вилкоксона. Непосредственно на контрольном этапе опытно-экспериментальной работы мы провели повторное тестирование подростков с высоким и средним уровнем игровой зависимости по тем же диагностическим методикам, что и на констатирующем этапе. С результатами расчета Т-критерий Вилкоксона можно ознакомиться в таблице 3.

Таблица 3 - Результаты изучения динамики тревожности у подростков с игровой зависимостью с применением Т-критерия Вилкоксона

Шкала	Среднее значение на констатирующем этапе	Среднее значение на контрольном этапе	Т-критерия Вилкоксона
Ситуативная тревожность	36,1	29,9	85,5*
Личностная тревожность	37,2	33,8	131,5
Тревога	20,1	12,9	85,5*
Общая тревожность	15,7	11,3	25**
Переживание социального стресса	7,5	5,15	23,5**
Фрустрация потребности в достижении успеха	8,6	7,03	68**
Страх самовыражения	2,4	2,15	106,5
Страх ситуации проверки знаний	2,8	2,92	90
Страх несоответствия ожиданиям окружающих	2,1	1,34	18**
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	2,6	2,07	59

Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,3	2,92	93,5
--	-----	------	------

*Примечание: уровень значимости: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$*

Отметим, что на контрольном этапе, по сравнению с констатирующим, у подростков с игровой и компьютерной зависимостью снизились показатели ситуативной тревожности, тревоги, общей тревожности, дети стали меньше переживать социальный стресс, испытывать фрустрацию потребности в достижении успеха, а также снизился страх несоответствия ожиданиям окружающих.

Результаты данного анализа говорят о том, что у подростков снизился уровень общей тревожности, они стали больше включаться в окружающую действительность, что подтверждается некоторым увеличением значений страха проверки знаний и проявлении проблем в отношениях с учителями.

Разработанная нами программа оказалась эффективной для коррекции тревожности в среде подростков с игровой зависимостью.

Заключение. Игровая зависимость является достаточно распространенным явлением в подростковой среде. Этот вид зависимости является одной из форм аддиктивного поведения. В ее формировании выделяется несколько стадий: стадия легкой увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости и стадия привязанности. Также на формирование игровой аддикции оказывает влияние ряд факторов, некоторыми из которых являются особенности окружающей социальной среды, отсутствие альтернативных хобби и т.п.

Из психологических особенностей подростков с игровой зависимостью принято выделять высокий уровень негативизма, подозрительности, вербальной агрессии, апатии. Нередко возможно выделение чрезмерного чувства вины и нарушения в коммуникации. Однако тревожность таких детей не получила до настоящего времени полноценного изучения.

На основании теоретического анализа нами был выбран комплекс диагностических методик, на основе которого изучались склонность к игровой зависимости и тревожность, что в дальнейшем послужило основой для разработки коррекционно-развивающей программы.

Анализ результатов констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы показал наличие взаимосвязей между склонностью к игровой зависимости и уровнем тревожности и у подростков, а также несколько повышенными показателями по этим шкалам. Подросткам с игровой зависимостью характерно проявление страха не соответствовать ожиданиям окружающих людей, а также низкий уровень сопротивляемости стрессу.

На основании результатов исследования была составлена программа «Познай себя», целью которой являлась коррекция тревожности у подростков с игровой зависимостью. Занятия в рамках данной программы проводились только с подростками со средним и высоким уровнем игровой зависимости.

На контрольном этапе исследования был рассчитан T-критерий Вилкоксона с целью обнаружения статистически значимых и достоверных различий в показателях экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах. У подростков с игровой компьютерной зависимостью снизились показатели ситуативной тревожности, тревоги, общей тревожности, дети стали меньше переживать социальный стресс, испытывать фрустрацию потребности в достижении успеха, а также снизился страх несоответствия ожиданиями окружающих.

Все это дает нам возможность утверждать эффективность разработанной коррекционно-развивающей программы, возможность снижения тревожности подростков с игровой зависимостью в результате целенаправленного психологического воздействия.

Полученные в ходе исследования результаты могут быть использованы в практике психолого-педагогического сопровождения подростков с игровой зависимостью в образовательном процессе.