

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**АДАПТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО  
ВЗАИМОСВЯЗИ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 442 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**ТОПИЛИНОЙ ЮЛИИ АНДРЕЕВНЫ**

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент \_\_\_\_\_

А.В. Созонник

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2025

**Введение.** *Актуальность.* В современном мире, где компьютерные технологии развиваются с невероятной скоростью, вопросы компьютерной зависимости у детей становятся всё более актуальными. Возрастающее влияние компьютерных игр, программ и веб-сайтов на образование и развитие молодого поколения не может не вызывать опасений. Однако компьютеры незаменимы в жизни современного человека, играя ключевую роль в профессиональной сфере, учебе и организации свободного времени, что подчеркивает необходимость глубокого изучения данной проблематики, чтобы найти баланс между пользой и возможными рисками использования компьютерных технологий для детей.

Время, проведенное людьми за компьютерами, увеличивается, что часто приводит к развитию зависимости от электронных устройств. Ранее считалось, что подростки являются основной категорией, подверженной этой проблеме, но согласно новым исследованиям, проблема становится актуальной даже для младших школьников, что свидетельствует о «омоложении» компьютерной зависимости. Ученые из разных стран и педагоги, а также обычные граждане, выражают обеспокоенность по этому поводу. Они указывают на изменения в структуре и динамике семейной жизни, в частности, ускоренный жизненный ритм, недостаточное внимание к потребностям детей и общую неосведомленность о том, как распознать и предотвратить возникновение такого вида зависимости, как основные факторы, способствующие усилению этой тенденции.

Сохранение здоровья детей представляет собой комплексную цель современной системы образования, включает в себя гармоничное развитие физическое, умственное и эмоциональное, а также успешную адаптацию в социальной среде и способность противостоять различным негативным воздействиям. Важность здоровья тесно связана с эффективностью обучения: здоровый ребенок способен усваивать знания гораздо лучше, что придает обучению наибольшую значимость и ценность. Школьные годы играют особенно важную роль в формировании и закреплении здоровья ребенка,

ведь в этот период организм особенно чувствителен к влиянию как положительных, так и отрицательных факторов окружающей среды. Поэтому не стоит упускать возможность использовать этот временной промежуток для обеспечения и поддержания необходимого уровня здоровья у детей, так как именно в школьном возрасте закладывается основа для их будущего благополучия.

Адаптационные способности младших школьников тесно связаны с их физическим развитием, они включают антропометрические характеристики, и состоянием их сердечно-сосудистой системы. Однако сегодня всё большее количество ученых и педагогов-практиков заявляют о снижении адаптационного потенциала младших школьников вследствие интернет-зависимости.

На современном этапе существует множество исследований, посвященных проблеме интернет и компьютерной зависимости, проведенные А.Ю. Акоповым, Ю.А. Бубеевым, А.Е. Войскунским, А.Е. Елкиной, П.С. Емельяновой, И.Ю. Ефимовой, О.Ю. Прибыловой, Е.В. Якушевой.

В рамках работы образовательных организаций разрабатываются и внедряются программы профилактики данных негативных явлений. Тем не менее, по-прежнему требуются более детальные теоретические исследования, посвященные изучению факторов данной зависимости, наиболее предрасположенных к ней категорий, вопросов предотвращения и возможных сторон жизни и развития личности детей, которые могут быть затронуты интернет-зависимостью. Не менее важны и практические наработки в данном направлении, поскольку такого рода зависимость появилась сравнительно недавно и продолжает развиваться, формируя новые виды, затрагивая все новые стороны жизни.

Противоречие между острой актуальностью проблемы интернет-зависимости среди младших школьников и недостаточным количеством теоретических и практических исследований по данной теме позволяет сформулировать *проблему настоящего исследования*: «Существует ли

зависимость между интернет-зависимостью младших школьников и их адаптационным потенциалом?»).

В связи с вышесказанным можно определить объект и предмет настоящего исследования.

*Объект исследования* – влияние интернет-зависимости на младших школьников.

*Предмет исследования* – взаимосвязь адаптационного потенциала младших школьников с показателями интернет-зависимости.

*Цель исследования* – рассмотреть адаптационный потенциал младших школьников во взаимосвязи с показателями интернет-зависимости.

*Гипотеза исследования:* интернет-зависимость у младших школьников оказывает негативное влияние на их адаптационный потенциал, что проявляется в снижении уровня адаптированности к школьной среде и уменьшении школьной мотивации. В свою очередь, профилактика и коррекция интернет-зависимости будут способствовать улучшению адаптации детей к школе и повышению их учебной мотивации.

Для реализации заявленной цели и подтверждения гипотезы исследования нами был поставлен ряд *задач исследования:*

1. Рассмотреть понятие адаптации и адаптационного потенциала младших школьников.
2. Определить интернет-зависимость как психолого-педагогическую проблему.
3. Выявить причины, факторы и пути профилактики формирования интернет-зависимости у младших школьников.
4. Организовать эмпирическое исследование взаимосвязи адаптационного потенциала младших школьников с показателями интернет-зависимости.

В ходе работы были использованы следующие *методы исследования:*

– теоретические (теоретический анализ специальной научной литературы по теме исследование, классификация, сопоставление и синтез данных);

– эмпирические (тестирование, анкетирование);

– статистические (критерий Стьюдента).

*База исследования:* МКОУ школа №1 г. Серафимович, 30 обучающихся 4 классов (12 мальчиков, 18 девочек).

*Научная новизна исследования* заключается в обосновании взаимосвязи адаптационного потенциала младших школьников с показателями интернет-зависимости.

*Практическая значимость исследования* состоит в возможности использования разработанной и апробированной программы профилактики интернет-зависимости среди младших школьников в деятельности образовательных организаций.

**Основное содержание работы.** *В первой главе выпускной квалификационной работы нами были рассмотрены теоретические аспекты изучения адаптационного потенциала младших школьников во взаимосвязи с показателями интернет-зависимости.* Адаптационный потенциал младших школьников представляет собой набор когнитивных, эмоциональных и поведенческих характеристик, которые дети проявляют, активно взаимодействуя с социальной средой. Такие качества помогают им не только усваивать социально приемлемые модели поведения, но и способствуют их личностному росту и построению гармоничных отношений с окружающими.

Зависимость от интернета, рассматриваемая в психологии и педагогике, является проявлением глубоких эмоциональных и психологических проблем, включая невроты и подавленное эмоциональное состояние, что приводит к убеганию от действительности в мир виртуальный. Данное состояние, характеризуется как патологическое тяготение к долгому пребыванию в сети и за компьютером и отмечается исследователями в области педагогики как резко негативное.

В современном мире, где технологии и интернет играют значительную роль в жизни людей, наблюдается высокая степень вовлеченности младших школьников в цифровое пространство, что обусловлено не только обширным использованием компьютерных технологий в учебном процессе и популярностью компьютерных игр, но и постоянным потоком новой информации, к которой дети имеют легкий доступ. В результате, еще на начальных этапах образования у большинства учащихся развивается зависимость от интернета. Такая тенденция связана с различными факторами, включая стремление следовать моде, легкость доступа к информации и многообразие развлекательного контента в сети. Общество, в котором живут сегодняшние дети, предоставляет им возможность выбора между реальным и виртуальным мирами. Часто родителей и их окружение охватывает бессилие, когда дело доходит до направления своих детей в мире реальности, что ведет к тому, что вместо поддержки, дети, особенно младшие школьники, оказываются погруженными в виртуальные пространства, что происходит по двум основным причинам: из-за желания родителей найти время для отдыха и одиночества и из страха за безопасность своего ребенка, когда тот находится вне их видимости. Для решения этой проблемы предлагается несколько подходов: организация образовательных программ для родителей, ограничение времени, проводимого детьми за компьютером и с гаджетами, а также привлечение младших школьников к участию в разнообразной деятельности за пределами школы в форме экскурсий, занятий в кружках, организации круглых столов, конференций и дебатов, участие в викторинах и научных проектах.

*Во второй главе выпускной квалификационной работы нами были представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи адаптационного потенциала младших школьников во взаимосвязи с показателями интернет-зависимости. На организационном этапе исследования нами был определен контингент для проведения диагностической работы – 30 обучающихся 4 класса, из них 12 мальчиков и*

18 девочек. Для определения уровня интернет-зависимости мы использовали анкетирование, уровень адаптационного потенциала изучался на основании тестирования учителя класса (классного руководителя) и родителей обучающихся. Оценка уровня школьной мотивации проводилась с помощью анкетирования обучающихся.

На констатирующем этапе эмпирического исследования мы провели комплексную диагностику и выяснили, что половина опрошенных младших школьников уже имеют интернет-зависимость или находятся в процессе ее формирования. Дальнейшее исследование показало, что данные учащиеся демонстрируют достаточно низкий уровень адаптационного потенциала: им сложно сосредотачиваться на школьных заданиях, домашние задания они выполняют с неохотой или вовсе игнорируют их, часто наблюдаются нарушения дисциплины и пренебрежение школьными правилами, отсутствие интереса к школьной жизни, отсутствие увлечений и интересов. В то же самое время учащиеся, не проявившие зависимости, демонстрируют более высокие показатели адаптационного потенциала, что является немаловажным при переходе к среднему звену обучения в школе.

Результаты статистического анализа (с использованием t-критерия Стьюдента) также свидетельствовали о том, что интернет-зависимость негативно влияет на адаптационный потенциал младших школьников. Дети с интернет-зависимостью демонстрируют более низкий уровень адаптированности к школе (как с точки зрения учителей, так и родителей) и сниженную школьную мотивацию. Данные подчеркивают важность профилактики и коррекции интернет-зависимости у детей для улучшения их адаптации к школьной среде и повышения учебной мотивации.

На завершающем этапе нами была разработана программа, нацеленная на профилактику интернет-зависимости среди младших школьников, которая включала не только работу с ними, но и просветительскую деятельность в отношении педагогического коллектива и родителей.

**Заключение.** При подведении итогов нами был сделан вывод о том, что интернет-зависимость у младших школьников оказывает негативное влияние на их адаптационный потенциал, что проявляется в снижении уровня адаптированности к школьной среде и уменьшении школьной мотивации. В свою очередь, профилактика и коррекция интернет-зависимости будут способствовать улучшению адаптации детей к школе и повышению их учебной мотивации.

В ходе исследования поставленная цель была достигнута.