

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

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**Дезадаптивные поведенческие схемы как фактор игровой
зависимости у старшеклассников и ее психологическая профилактика**
АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 432 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология и социальная педагогика»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Сагаевой Надежды Игоревны

Научный руководитель

доктор психологических наук, профессор

Т.В. Белых

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор

М.В. Григорьева

Саратов 2026

Введение

Невозможно представить современное общество без компьютера, различных гаджетов, интернета. Важно понимать, что наше время характеризуется быстрым внедрением новых технологий во все сферы жизни. Компьютерные системы мультимедиа находят широкое применение в науке, образовании, искусстве, рекламе, торговле и во многих других областях человеческой деятельности. Причем в каждой из этих областей применение мультимедиа открывает новые возможности, которые были недоступны при использовании старых технологий. Таким образом, если сравнивать прошлое столетие, то сейчас кардинально изменилась передача информации и коммуникации. Одной из составляющих компьютерной среды выступают компьютерные игры.

Всемирная глобализация без исключения затрагивает все сферы, что делает нашу жизнь проще и комфортнее. Прогресс не стоит на месте, кардинально меняются не только все сферы нашей жизни, но также происходят весомые перемены в способе взаимодействия и обмена информации. Но есть и обратная сторона: современные дети растут среди активно развивающихся технологий и становятся неотъемлемой частью динамичного процесса.

Особое внимание в нашем исследовании стоит уделить процессу взаимодействия школьников с компьютерными играми. Жизнь в виртуальной реальности заменяет для старшеклассников настоящую. Исходя из этого проблема изучения влияния на подростков старших классов гаджетов, компьютеров, также и интернет-среды становится в большей степени распространенной и наиболее значимой. Игры дают подросткам то, в чем они так нуждаются и то, что не хватает им в реальной жизни. Виртуальная реальность выступает как безопасное укромное место, где отсутствует потребность выстраивать сложные и тесные межличностные взаимоотношения. Но стоит учитывать, что игра создает иллюзию спокойствия и контроля. На уровне гормонов игра выступает как быстрый и

легкий дофамин, в отличии от качественного времяпровождения, таких как: прогулка, спорт, чтение книги, творчество или взаимного общения. Игра становится виртуальной реальностью, где подросток может спрятаться от проблем, с которыми не способен справиться самостоятельно.

Полноценное всестороннее развитие внутренней опоры старшеклассника является одной из самых важных задач современного образования, а также незаменимой основой и опорой для его активной и продуктивной жизни в социуме. Педагогам, а также родителям, необходимо способствовать развитию личности старшеклассника, независимого от внешнего пагубного воздействия. В идеале подросток должен обладать эмоциональным интеллектом, широким кругозором, развитой памятью, качественным вниманием, что на прямую влияют на самочувствие, психологическое состояние и в целом на его общую успеваемость.

Эти навыки создают крепкий фундамент со стороны личностных способностей старшеклассника и определяют его умственное развитие, что прямым образом влияет на дальнейшее мировосприятие, мышление и поведение.

Дезадаптивное поведение, которое мы можем охарактеризовать неумением подстраиваться под различные жизненные обстоятельства, является основополагающим фактором развития данной зависимости. Такое поведение отличается недостаточной гибкостью в ответ на стрессовые ситуации, различные внешние раздражители, изменяющиеся условия окружающей среды. Чем чаще школьники пользуются современными компьютеризированными устройствами, тем больше они теряют желание рассуждать, выстраивать собственные алгоритмы решения задач, самостоятельно выявлять корень проблемы. Так, в нашем обществе остро стоит вопрос игровой зависимости.

В период старших классов подростки становятся критически уязвимы, так как появляется ряд новых и сложных задач. Им необходимо самоопределиться в дальнейшей профессии, возникают более глубокие

проблемы межличностного характера, а также в этом возрасте появляется больше ответственности и требований от общества. На ряду с физиологическими и психологическими изменениями, меняется восприятие себя как личности. Когда мы рассматриваем дезадаптивные схемы поведения старшеклассников, то перед нами проявляется полноценная картина: на подростка возлагается большая нагрузка, с которой он не может справиться самостоятельно. Отсюда и желание уйти в виртуальный мир, именно поэтому игра становится зависимостью.

Так, возникают противоречия: с одной стороны, мы видим неизбежный технологический прогресс, с другой – подростки, под влиянием компьютеров и гаджетов, становятся зависимы от них. Детальное рассмотрение процесса взаимодействия подростков с играми, их значение в жизни школьников, позволяет выявить закономерности в отношении старшеклассников к игре и отразить действительную значимость в личностном плане для каждого ученика в старшем школьном возрасте, а потом обобщить полученные результаты. На сегодняшний день проблема игровой зависимости становится все более актуальной, чему способствует активное и неизбежное внедрение компьютерных технологий абсолютно во все сферы нашей жизни.

Данные противоречия дают возможность выделить проблему нашего исследования: каковы формы и методы организации работы по профилактике игровой зависимости у старшеклассников?

Исходя из актуальности темы исследования, мы ставим перед собой цель изучить и выявить личностные особенности старшеклассников, страдающих игровой зависимостью, и сравнить их с личностными особенностями подростков без игровой зависимости.

Объект исследования: игровая зависимость у детей старшего школьного возраста

Предмет исследования: личностные особенности старшеклассников

Гипотеза исследования: мы предположили, что есть существенные различия в личностных особенностях людей, страдающих игровой зависимостью, от людей без игровой зависимости.

Исходя из цели, а также гипотезы исследования, решались **следующие задачи:**

1. Провести анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;
2. Организовать и провести исследование игровой зависимости у старшеклассников;
3. Провести анализ полученных результатов исследования и охарактеризовать особенности взаимосвязи дезадаптивных поведенческих схем и игровой зависимости у старшеклассников;
4. Выявить и изучить психологические особенности старшеклассников, страдающих игровой зависимостью;
5. Сравнить полученные результаты с контрольной группой старшеклассников, не имеющих признаков игровой зависимости.
6. Разработать психолого-педагогические рекомендации для профилактики игровой зависимости у старшеклассников.

Методы исследования:

- 1) Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования
- 2) Эмпирические: беседа, метод тестов
- 3) Метод количественного и качественного анализа полученных результатов в исследовании

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе «Теоретические представления об игровой зависимости у старшеклассников» изучив различные точки зрения исследователей и литературу по теме исследования, мы пришли к выводу, что Старший школьный возраст отличается особенностью психики, поведения, физиологии, а также новым, более взрослым, этапом социального взаимодействия. Данный возрастной период однозначно является ключевым, так как подростки активно формируют свою личность, проходят через значительные перемены в своих чувствах, общении и способах мышления. Игровую зависимость или, другими словами, гейминг можно отнести к одной из форм психологической зависимости, которая характеризуется как навязчивое увлечение видео- и компьютерными играми.

Основными причинами игровой зависимости выступают: определенный склад личности, проблемы в школе, семье, стремление к самоутверждению, невозможность проявить себя в реальной жизни, уход от реальности в виртуальное пространство игры, азарт, склонность к риску, несформированность волевых процессов, одиночество. К сожалению, чаще всего на подростка возлагается большая нагрузка, с которой он не может справиться самостоятельно.

Так, если рассматривать игровую зависимость как патологическое состояние, то игромания является симптомом, а причина кроется в ощущениях неудовлетворенности своей жизнью. Отсюда и желание уйти в виртуальный мир, именно поэтому игра становится зависимостью.

Среди наиболее ярких симптомов игровой зависимости можно назвать:

- появление чувства радости, приятного ожидания, предвкушения от игры;
- отсутствие контроля за временем, проведенным за компьютером;

- появление раздражения, агрессии, гнева, депрессивности, негативизма при невозможности поиграть;
- нарушение режима сна и отдыха, игнорирование базовых биологических потребностей.
- низкая успеваемость в образовательной сфере, невнимательность, инфантильность, пропуски занятий;
- узость мышления и кругозора, невозможность многогранно анализировать;
- отсутствие качественных целей в реальной жизни;
- уход от реальной жизни;
- проблемы коммуникации и выстраивания тесных взаимоотношений;
- низкая социальная активность.

Укоренившиеся еще в более раннем возрасте негативные модели реакций, мышления и поведения, которые мы называем "дезадаптивными схемами", оказывают непостижимое воздействие на взросление и жизнь. Их действие заключается в том, что они формируют наше собственное видение и восприятие событий, влияя при этом на дальнейший выбор окружения, профессии и других значимых сфер жизни.

Дезадаптивное поведение отличается недостаточной гибкостью в ответ на стрессовые ситуации, различные внешние раздражители, а также изменяющиеся условия окружающей среды. Такое поведение является одним из ключевых факторов развития игровой зависимости у старшеклассников.

Причина дезадаптивного поведения всегда кроется в нарушении единства и равновесия между подростком и миром вокруг него, как в физическом, так и в социальном плане. Это может проявляться в трудностях адаптации и межличностных взаимодействиях, вызывая внутреннее напряжение, и, в крайнем случае, даже как деструктивные действия.

Диапазон такого поведения широк: от открытой враждебности и отстраненности, до формирования зависимостей и противоправных поступков.

С целью избавления от игровой зависимости подростку необходимо осознать и выявить собственные дезадаптивные схемы. Но трудность заключается в том, что очень часто такое поведение проявляется подсознательно, хотя наши реакции и поступки вызваны именно им. Старшеклассник может, как фон, ощущать постоянную апатию, разочарование, тревогу или некий дискомфорт в одних и тех же ситуациях. Если удается определить конкретные схемы, например, страх быть покинутым, недоверие к другим, или ощущение недостатка внимания, мы начинаем понимать причины своего подобного внутреннего состояния и вызванных им трудностей.

Несомненно, работа с неадаптивными схемами требует времени и рефлексии. Это процесс переосмыслиния прошлого и обучения новым, более адекватным и правильным, способам реагирования на сложившиеся обстоятельства.

Избавление от дезадаптивных схем означает освобождение от груза прошлого и возможность построить более радостное и полное будущее. Это путь к большей осознанности, принятию себя и умению создавать крепкие, доверительные отношения, основанные на взаимном уважении и любви.

Работа с дезадаптивным поведением включает в себя различные подходы:

1) Индивидуальная или групповая терапия выступает как отличный способ для старшеклассников разобраться в причинах своей игровой зависимости. Психотерапия помогает выстроить и развить здоровые и безопасные стратегии для решения сложившейся проблемы, а также подобрать подходящий способ избавления от стресса, повышения самооценки и как итог налаживания межличностных взаимодействий.

2) Обучение социальным навыкам. Психолого-педагогические программы, направленные на развитие навыков общения, могут снизить уровень социальной изоляции и повысить уверенность в себе.

3) Когнитивно - поведенческая терапия. Данный метод помогает изменить негативные стратегии мышления и установить более адаптивное поведение.

Таким образом, дезадаптивное поведение является значимым фактором, способствующим развитию игровой зависимости. Понимание его влияния на человека и применение эффективных методов коррекции могут помочь в борьбе с этой проблемой, способствуя возвращению к полноценной жизни и восстановлению здоровья.

Дезадаптивные поведенческие схемы при игровой зависимости включают в себя потерю контроля, когда невозможно остановиться ни при выигрыше, ни при проигрыше, и полное поглощение игрой. Также к ним относятся избегание реальности, использование игры для решения проблем, социальная изоляция, агрессивность и раздражительность.

Зависимый человек часто лжет, пренебрегает личной гигиеной и обязанностями, а также испытывает сильные перепады настроения. Игры дают подросткам то, чего не хватает им в реальной жизни. Виртуальная реальность выступает как безопасная среда, где нет необходимости выстраивать сложные и тесные взаимоотношения. Так, игра создает иллюзию спокойствия и контроля.

Во второй главе «Эмпирическое исследование игровой зависимости у старшеклассников» приводится методическое обоснование исследования, его результаты методические рекомендации.

Исследованием было охвачено 42 старшеклассника. Практическая часть нашего исследования предусматривает выявление личностных особенностей подростков с игровой зависимостью, и последующее сравнение их с контрольной группой подростков, которые не страдают подобной зависимостью.

Для этого нами были подобраны необходимые методики:

Анкета «Выявление личностных особенностей подростков, страдающих от игровой зависимости» (прил. 2).

1. Для диагностики уровня самоактуализации личности – Самоактуализационный тест (САТ) (Э. Шостром, адаптация Ю. Е. Алешиной, Л.Я. Гозман, М. В. Загика и М. В. Кроз).

«Тест САТ», цель которой выявить уровень самоактуализации личности. Исследование по данной методике состояло из 126 вопросов и 14 шкал. Тест Сат позволяет измерить самоактуализацию по двум независимым друг от друга базовым шкалам (ориентация во времени и поддержки) и двенадцати дополнительным.

К каждой методике предлагалась инструкция для выполнения. По результатам опросников на определение степени выраженности игровой зависимости участник исследования зачислялся в экспериментальную или контрольную группу.

В экспериментальную группу вошли респонденты с высокой степенью зависимости, в контрольную - респонденты с низкой или отсутствующей степенью зависимости от игр.

Математическая обработка данных проводилась с помощью программы SPSS 20.0. с использованием следующих методов: Коэффициент корреляции r-Пирсона и r-Спирмена для выявления взаимосвязей между выраженностью игровой зависимости и характеристиками самоактуализации.

В ходе изучения игровой зависимости у старшеклассников с помощью анкетирования нами были выделены две группы подростков (42 человека): первая «экспериментальная группа» (21 человек) с выраженной игровой зависимостью респондентов и вторая - «контрольная» (21 человек), включающая в себя участников без игровой зависимости.

Результаты исследований подтверждают гипотезу о наличии различий в характеристиках самоактуализации у людей с игровой зависимостью и людей, не страдающих игровой зависимостью. Подростки без игровой зависимости имеют более высокие показатели по характеристикам самоактуализации, в отличии от старшеклассников с выраженной игровой зависимостью. Также была подтверждена гипотеза о наличии взаимосвязи характеристик самоактуализации в группе как с без игровой зависимости, так и с высокой зависимостью от игр.

Анализ полученных результатов позволяет сделать следующие выводы:

- 1) У людей без игровой зависимости более высокие показатели характеристик самоактуализации по сравнению с людьми, у которых высокая степень выраженности игровой зависимости;
- 2) Обнаружены взаимосвязи характеристик самоактуализации с выраженностью игровой зависимости в группе как с высокой степенью игровой зависимости, так и в группе подростков, не страдающих от игровой зависимости.

- Чем выше у подростка с высокой степенью игровой зависимости эмоциональная опора на других, тем ниже у него ориентация во времени и гибкость поведения.
- Чем выше неуверенность в себе у подростка с высокой степенью игровой зависимости, тем ниже у него внутренняя поддержка, принятие себя и самоуважение.

- Чем выше созависимость у старшеклассника с высокой степенью игровой зависимости, тем ниже у него самоуважение и самопринятие.
- У подростков, не страдающих зависимостью от игр, при повышении автономности повышается и гибкость поведения.
- При повышении автономности у подростков без игровой зависимости повышается и их контактность.
- Чем выше эмоциональная опора на других у подростков из контрольной группы, тем ниже у них внутренняя поддержка, спонтанность, ценностная ориентация, самопринятие, самоуважение и креативность.
- Чем выше неуверенность в себе у подростков без игровой зависимости, тем менее они спонтанны и свободны в выражении своих потенциалов, в творчестве и любви.
- Чем выше уровень зависимости у старшеклассников, не страдающих игровой зависимостью, тем ниже у них показатели внутренней поддержки, спонтанности, принятия своих личностных качеств и гибкости поведения в различных жизненных ситуациях.

На основе полученных результатов исследования нами разработаны рекомендации по психолого-педагогическим условиям профилактики игровой зависимости у старшеклассников

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Старшеклассники чаще всего используют виртуальность как способ уйти от реальных проблем, стрессов и неудовлетворенности жизнью. Игры дают подросткам то, чего не хватает им в жизни.

Если рассмотреть дезадаптивное поведение как фактор игровой зависимости у подростков, то перед нами проявляется полноценная картина: подросток, не справляясь с внутренним и внешним воздействием, воспринимает все происходящее как нагрузку, с которой он не может справиться самостоятельно.

В ходе исследования нами были изучены теоретические вопросы по тематикам игровой зависимости, видах дезадаптивного поведения, характеристикам самоактуализации личности и особенностях старшего школьного возраста. Нами была выявлена степень выраженности игровой зависимости каждого из респондентов, а также исследованы их характеристики самоактуализации.

Так, с помощью научно-методической литературы и практических рекомендаций нами был подобран комплекс методик для выявления игровой зависимости у старшеклассников.

Также мы составили методические рекомендации для психолого-педагогических условий профилактики игровой зависимости у старшеклассников, способствующие оптимальному формированию и развитию личности подростка. Важно отметить, что полноценное всестороннее развитие личности подростка старшего школьного возраста является одной из основополагающих задач современного образования, а также ключевым компонентом его активной и продуктивной жизни в социуме.

Список используемых источников

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.- 294 с.
2. Абульханова-Славская К. А. Типология личности и гуманистический подход. // Гуманистические проблемы психологической теории. М.,Наука 1995. -С.41-45.
3. Абульханова-Славская К. А. Личностная регуляция времени // Психология личности в социалистическом обществе: В 2 ч. — Ч. II. Личность и ее жизненный путь. — М.: Наука, 1990. — 295 с.
4. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г.Ананьев. - СПб.: Питер, 2001. - 288с.
5. Ананьева Г. А. Семья: химическая зависимость и созависимость. Работа с созависимостью / Г. А. Ананьева. – М.: Медицина, 2001. – 201 с. – Режим доступа:
<http://www.adic.org.ua/mater-2/codependence/content.htm>
6. Битти М. Алкоголик в семье или преодоление созависимости / М. Битти. - М. : Физкультура и спорт, 1997. – 124 с.
7. Боулби, Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Д. Боулби. – М.: Академический проект, 2004. – 477 с.
8. Братусь Б.С. Аномалии личности М.: Мысль, 1988.— 301 с.
9. Весна Е.Б. Психологические закономерности и механизм процесса социализации-индивидуализации в онтогенезе: дис. д-ра психол. наук: 19.00.13. – М., 1998. – С.145–147.
10. Винникот, Д.В. Семья и развитие личности: мать и дитя / Д.В. Винникот. – Екатеринбург: Литур, 2004. – С. 26–145.
11. Гаранян Н. Г., Холмогорова А. Б. Замысловатый танец современной пары // Семейная психология и семейная терапия. – М., 2000. – №1. – С.3–11
12. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. М.: Роспред агентство, 1995.- 44 с.

13. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. Киев: Наукова думка, 1988. - 144 с.
14. Емельянова Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е.В. Емельянова. - СПб. : Речь, 2004. - 215с.
15. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах: Общение и возрастные особенности. - Минск: Изд-во БГУ, 1976. – 350
16. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. - М., 2003г.
17. Кондрашкин, А. В. Интернет в развитии современных подростков // Психологическая наука и образование. - 2013. - № 2.
18. Короленко, Ц.П. Социодинамическая психиатрия/ Ц.П. Короленко, Н.В.
19. Дмитриева. – М.: «Академический проект», Екатеринбург: «Деловая книга», 2000. – 460 с.
20. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития Текст. / Ц.П. Короленко. Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1991. - №1. - С. 8-15.
21. Котляров А.В. Другие наркотики или Homo Addictus: Человек зависимый. -М., 2006. – 480 с.
22. Кочарян А.С., Коровицкая В.В., Жидко М.Е., Кочарян И.А. Психологические модели зависимых расстройств // Вестник Харьковского университета.- 2004. - № 616. – С. 123-126
23. Кочарян А. С. Синдромы невротической любви / А.С. Кочарян, А.В. Коцарь // Вестник Харьковского национального университета. Серия психология. – 2000. – № 498. – С. 68 – 72.
24. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. /А.Н Леонтьев - М.: Академия, 2004. - 121 с.
25. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности// Психологический журнал. Том 21, 2000 - №1 с. 15-25

26. Леонтьев Д.А Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д.А.Леонтьева, В.Г.Щур. М.: Смысл, 1997, с.156-176.
27. Литвиненко В.И. Зависимая семья Текст. / В.И. Литвиненко. Полтава, 1999. - 50 с.
28. Макушина О.П. Методы психологического изучения девиантного поведения.– Воронеж, 2006. – 80 с.
29. Макушина О.П. Психология зависимости.– Воронеж, 2007. – 80 с.
30. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу - СПб.: Евразия, 2002. - 432 с.
31. Маслоу, А. Мотивация и личность. 3-е изд. / А. Маслоу. - СПб.: Питер, 2010. - 352 с.
32. Маслоу А. Психология бытия. М.: "Рефл-бук" – К.: "Ваклер", 1997 – с.304
33. Москаленко, В. Зависимость: семейная болезнь / В. Москаленко. – М.: ПЕРСЭ, 2006. – 352 с.
34. Москаленко В.Д. Жёны больных алкоголизмом. // Вопросы психологии. 1991. № 5. С. 91-97.
35. Москаленко В.Д. Ребёнок в «алкогольной» семье: психологический портрет // Вопросы психологии. 1991. № 4. С. 65-73.
36. Москаленко В.Д. Созависимость — новая болезнь? //Ж. неврологии и психиат. им. С.С. Корсакова .— 1994 —№6.—С. 95-99.
37. Мурашова, К. Кого боятся подростки [Электронный ресурс]. - Электрон. дан. - Режим доступа: <http://www.snob.ru/selekted/entry/45522>.
38. Мухина, В.С. Детская психология / В.С. Мухина. – Москва: Октябрь. – 2012. – 304 с.
39. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Р. Мэй;Пер. с англ. Т.К. Кругловой. -М.: Класс, 2001. -132.

- 40.Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
- 41.Никишина, В.Б. Состояние зависимости: метапсихологический анализ / В.Б. Никишина, И.В. Запесоцкая. – Курск: КГМУ, 2012. – 252 с.
- 42.Олпорт, Г. Становление личности: избранные труды / Г. Олпорт - М: Смысл, 2002. - 464 с.
- 43.Осинская С.А. Значимые факторы развития первичной созависимости / С.А. Осинская // Сибирский психологический журнал. – Томск, февраль 2012. – С. 18–22.
- 44.Перлз Ф. Гештальт-семинары. М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 1998. - 330 с.
- 45.Перлз Ф. Гештальт- подход и Свидетель терапии: пер. с англ. М.: Либрис, 1996. 235 с.
- 46.Проценко Е.Н. Созависимость как психологическая категория.

URL:<http://liferoute.ru/main/15-sozavisimost-kak-psixologicheskaya-kategoriya.html>

- 47.Робин Ж..-М. Гештальт-терапия. М.: Эйдос, 1996.
- 48.Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс - М.: Прогресс, 1998. - 480 с.
- 49.Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО Пресс, 1999. – 464с.
- 50.Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия. М., ..: "Рефл-бук" – К.: "Ваклер" 1997. 320с.
- 51.Роджерс К. Несколько важных открытий // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 1990. № 2. С. 58-65.
- 52.Рубинштейн, С.Л. - Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2004. - 720 с.

53. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. С48 Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. М.: Школа-Пресс, 1995. — 384 с.
54. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости / перевод с англ. А. Г. Чеславской – М.: Независимая фирма «Класс», 2003. –224 с.
55. Уайнхолд, Б. Бегство от близости. Избавление ваших отношений от контрзависимости – другой стороны созависимости / Б. Уайнхолд, Д. Уайнхолд. – СПб.: ИГ «Весь», 2011. – 528 с.
56. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с
57. Франкл В. Доктор и душа. СПб.:Ювента, 1997.-287 с.
58. Фромм Э. Бегство от свободы / Пер. с англ. М.: Прогресс, 1995. 256 с.
59. Хемфелт Р. Минирт Ф. Майер П. Выбираем любовь: Борьба с созависимостью. / Пер. с англ. – М.: Триада, 2004. – 320 с.
60. Хорни К. Невротическая личность нашего времени // К. Хорни. Собр. соч. в 3 т. Т. 1. – М., 1997
61. Хорни К. Наши внутренние конфликты Конструктивная теория невроза / К. Хорни; пер. с англ. В. Светлова. — 2-е изд. — М.: Академический Проект, 2008. - 224с.
62. Хьюлл Л. Теории личности / Л. Хьюлл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2003. – 608 с.
63. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психологический журнал. – 2000. Том 20. – №1. С. 86-52. 5. Шмелев А.Г. Мир поправимых ошибок // Вычислительная техника и ее применение. Компьютерные игры. – 1988. – № 3. – С. 16-84.
64. Шорохова, О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О.А. Шорохова. – СПб.: Речь, 2002. – 136 с.

- 65.Шостром Э. Анти-Карнеги / Э. Шостром. Прихоти удачи / Д. Карнеги ;Минск : Попурри, 1999. - 400 с.
- 66.Allport, G. W. The person in psychology: Selected essays by Gordon W. Allport. Boston, MA: Beacon Press. 1968. p.15
- 67.Beattie M. Beyond Codependency (And getting better all the time). -Hazelden.-1989.-252p.
- 68.Berne E. Principles of group treatment. New York: Oxford University Press, 1966.-p.405
- 69.Larsen, Earnie. 1985. *Stage II Recover: Life Beyond Addiction.* San Francisco: Harper & Row.
- 70.Rogers, Carl R. "The Actualizing Tendency in Relation to 'Motives' and to Consciousness." In *Nebraska Symposium on Motivation.* Ed. Marshall R. Jones. Lincoln, NE: University of Nebraska Press, 1966. Voll.11 p.1-24
- 71.<http://ru.wikipedia.org/wiki/>