

**МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Навчально-науковий інститут соціально-педагогічної та мистецької освіти

Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА (ДИПЛОМНА) РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему **«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ ІГРОВОЇ
ЗАЛЕЖНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ»**

Виконала здобувач вищої освіти
групи М322-с денного відділення
спеціальність 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Уколова Ганна Миколаївна

Керівник: д.психол.наук, професор
Ковальова Ольга Вікторівна

Рецензент: д.психол.н., професор
Волошина Валентина Віталіївна

Запоріжжя– 2023 року

АНОТАЦІЯ

Уколова Ганна Миколаївна

Психологічні особливості профілактики ігрової залежності в юнацькому віці

У кваліфікаційній роботі розглядаються основні принципи та технології профілактики ігрової залежності в юнацькому віці. Актуальним питанням на сьогоднішній день залишається визначення тієї грані, коли яскравий, барвистий і захоплюючий світ ігрового простору з безліччю різних героїв настільки оволодіває психікою юнака, що переростає в кіберадикцію. Теоретична значимість дослідження полягає в уточненні сутності та систематизації існуючих уявлень про механізми, форми, детермінанти та стадії розвитку ігрової залежності в юнацькому середовищі; визначення індивідуально - психологічних характеристик особистості, схильної до ігрової залежності; визначення конструктивних та деструктивних аспектів гри на особистість залежного; визначення підходів та методів профілактики кіберадикції у юнаків.

Практична значимість дослідження полягає в апробації та впровадженні науково обґрунтованої моделі профілактики кіберадикції серед юнаків, спрямованої на зміцнення особистісних ресурсів та розвиток ефективних стратегій поведінки, що перешкоджають формуванню та розвитку залежності; можливості подальшої розробки проблеми ігрової залежності та її профілактики на основі поданих результатів у процесі профілактичної роботи.

В результаті дослідження ми встановили, що кіберадикція у своєму розвитку проходить чотири послідовні стадії, що характеризується наявністю фізіологічних та психологічних критеріїв, що визначають рівень адиктивної особистісної реалізації. Також нами проаналізовано специфічні вікові та психосоціальні особливості юнацького віку та фактори формування залежності з урахуванням цих особливостей. У результаті наукових досліджень ми дійшли висновку, що найбільш схильні до виникнення

кіберадикції в силу специфічних вікових особливостей є юнаки. Так у результаті теоретичного дослідження у сформувався робоча гіпотеза, яка полягає у припущенні, що науково - обґрунтована, комплексна програма профілактики комп'ютерної ігрової залежності, будучи найважливішою умовою збереження здоров'я та психологічного захисту особистості юнаків, сприяє усуненню психологічних причин та зниженню рівня залежності. Результати кількісного аналізу свідчать про зниження адиктивної складової у групі, що проявляється у зниженні рівня фізіологічних та психологічних симптомів кіберадикції.

ANNOTATION

Ukolova Hanna. Psychological features of prevention of gaming addiction in youth

The main principles and technologies of prevention of gaming addiction in youth are considered in the qualification work. The actual issue today remains the definition of the point when the bright, colorful and exciting world of the gaming space with many different heroes so dominates the psyche of a teenager that it turns into cyber addiction. The theoretical significance of the research lies in clarifying the essence and systematization of existing ideas about the mechanisms, forms, determinants and stages of the development of gaming addiction in the youth environment; determination of individual psychological characteristics of a person prone to gaming addiction; determination of constructive and destructive aspects of the game on the personality of the addict; determination of approaches and methods of prevention of cyber addiction in young people.

The practical significance of the study lies in the approbation and implementation of a scientifically based model of prevention of cyber addiction among young people, aimed at strengthening personal resources and developing effective behavioral strategies that prevent the formation and development of addiction; the possibility of further development of the problem of game addiction and its prevention based on the presented results in the process of preventive work.

As a result of the research, we found that cyber addiction in its development goes through four successive stages, characterized by the presence of physiological and psychological criteria that determine the level of addictive personal fulfillment. We also analyzed the specific age and psychosocial features of youth and the factors of addiction formation taking into account these features. As a result of scientific research, we came to the conclusion that young people are most prone to cyber addiction due to specific age characteristics. Thus, as a result of theoretical research, a working hypothesis was formed, which consists in the assumption that a scientifically based, comprehensive program for the prevention of computer game addiction, being the most important condition for preserving the health and

psychological protection of the personality of young people, contributes to the elimination of psychological causes and reducing the level of addiction . The results of the quantitative analysis indicate a decrease in the addictive component in the group, which is manifested in a decrease in the level of physiological and psychological symptoms of cyber addiction.

РЕФЕРАТ

на тему: «**Психологічні особливості профілактики ігрової залежності в юнацькому віці**»

здобувачки вищої освіти М322-с групи денного відділення Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького спеціальності 053 Психологія **Уколової Ганни Миколаївни**

Науковий керівник – д.психол.н., професор кафедри психології Ковальова Ольга Вікторівна

Рік виконання дипломної роботи - 2023 р.

Місце виконання - Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

Актуальність теми дослідження. У наш час науково - технічних революцій, бурхливого та швидкого розвитку інформаційних технологій важко уявити життя без комп'ютера, інтернету, телефону та інших електронних девайсів. Наслідком науково - технічної революції стало породження нового соціокультурного середовища. Людина сьогодні реалізує свою життєдіяльність паралельно у двох соціалізуючих середовищах: у звичній для всіх матеріальній реальності та новій інформаційній реальності кіберпросторі. Безперечно, поява комп'ютера та інтернету внесла глибокі зміни у всі сфери життєдіяльності сучасної людини, відбулася зміна екзистенційних, духовних, ідеологічних, соціологічних та економічних пріоритетів. За даними опитування ЮНЕСКО, кількість інтернет користувачів за останні два роки збільшилася з 73% до 81% громадян, більшу частину яких склали діти, підлітки та молодь. Повсюдна комп'ютеризація пояснюється соціоантропогенними факторами, легкою доступністю та зручністю використання технічних інновацій, що дозволяють легко здійснювати покупки, не виходячи з дому і що важливо в умовах нинішньої урбанізації, економити величезну кількість часу, здійснювати професійну або навчальну діяльність, отримувати, зберігати та обробляти гігантські об'єми інформації, здійснювати взаємодію та вступати у спілкування з іншими

людьми. Безумовно, можна довго перераховувати всі плюси комп'ютеризації, але при цьому не слід забувати і про негативні наслідки використання інформаційних технологій.

Привабливий і захоплюючий світ кіберсередовища породив новий вид адиктивних способів особистісної реалізації - комп'ютерну залежність, що включає велику кількість проблем залежної поведінки та контролю за потягами. Найбільш поширеною формою комп'ютерної залежності є кіберадикція, що проявляється в патологічно нав'язливому бажанні грати в комп'ютерні ігри. Проблема кіберадикції та її вплив на соціально-психологічні аспекти здоров'я молоді набула особливої актуальності в даний час, оскільки основну частину граючих складають підлітки та молодь. Сучасний юнак перебуває у групі ризику, завдяки специфічній ситуації розвитку, що є сензитивним періодом на формування адиктивних патернів поведінки. Альтернативна реальність затягує юнаків вседозволеністю та анонімністю, дозволяючи уникнути насущних проблем у найбільш привабливий альтернативний світ кіберпростору. Занурюючись у віртуальний світ юнак все більше часу проводить за грою, віддаляючись від реальності, сім'ї та друзів, нехтуючи елементарними правилами гігієни та здорового способу життя, одержуючи натомість сурогат, що сприяє максимальному ескапізму та ілюзорному задоволенню потреб. Збільшення часу, що проводиться у грі, сприяє акумулюванню проблем в об'єктивному, вже не привабливому для юнака світі та знову штовхає його в іммерсивну реальність, що веде до ще більшої депривації та залежності. Необхідно розуміти, що, ставши віртуальною грою набула статусу «безконтрольної» і в сукупності з нестійкою психікою юнака виступає потужним чинником формування залежності. Актуальним питанням на сьогоднішній день залишається визначення тієї грані, коли яскравий, барвистий і захоплюючий світ ігрового простору з безліччю різних героїв настільки оволодіває психікою юнака, що переростає в кіберадикцію.

Об'єктом дослідження виступає феномен комп'ютерної ігрової

залежності юнаків на психологічному та поведінковому рівнях.

Предметом дослідження є профілактика комп'ютерної ігрової залежності юнаків.

Мета: теоретично обґрунтувати, досліджувати та реалізувати програму профілактики комп'ютерної ігрової залежності в молодіжному середовищі.

Завдання:

1. Провести теоретичний аналіз аспектів комп'ютерної ігрової залежності;
2. Розкрити теоретичні засади, визначити специфіку, механізми формування та розвитку комп'ютерної ігрової залежності у молодіжному середовищі;
3. Виявити експериментальним шляхом та визначити ступінь залежності у групі юнаків;
4. Апробувати програму профілактики ігрової залежності у групі юнаків та оцінити її ефективність.

Для вирішення поставлених завдань використовувався комплекс взаємодоповнюючих один одного методів:

- оглядово - аналітичне та теоретичне дослідження наукової літератури з питання комп'ютерної ігрової залежності;
- тест Такера на виявлення ігрової залежності (у модифікації Конігіна І. А.); тест на інтернет - адикцію для юнаків; тест "Визначення залежності від комп'ютерних ігор" А. В. Котлярова; тест – опитувальник ступеня захопленості комп'ютерними іграми.
- методи математичної статистики (Т – критерій Вілкоксона).

Теоретична значимість дослідження полягає в уточненні сутності та систематизації існуючих уявлень про механізми, форми, детермінанти та стадії розвитку ігрової залежності в молодіжному середовищі; визначення індивідуально - психологічних характеристик юнаків, схильних до ігрової залежності; визначення конструктивних та деструктивних аспектів гри на особистість залежного; визначення підходів та методів профілактики

кіберадикції в молодіжному середовищі.

Практична значимість дослідження полягає в апробації та впровадженні науково обґрунтованої моделі профілактики кіберадикції серед юнаків, спрямованої на зміцнення особистісних ресурсів та розвиток ефективних стратегій поведінки, що перешкоджають формуванню та розвитку залежності; можливості подальшої розробки проблеми ігрової залежності та її профілактики на основі поданих результатів у процесі профілактичної роботи.

Проведений комплексний аналіз даної проблеми, а також емпіричне дослідження дозволило зробити такі **висновки**:

В рамках випускної кваліфікаційної роботи нами було проаналізовано проблему кіберадикції та реалізовано комп'ютерну програму профілактики залежності від комп'ютерних ігор в молодіжному середовищі. Проаналізувавши поняття адикція, різні види адиктивної поведінки, виділені фактори, критерії та механізми формування ми дійшли висновку, що кібераддикція, будучи однією з форм комп'ютерної залежності, входить до групи не хімічних адикцій і має складну поліфакторну природу, схожу у своєму розвитку з іншими видами залежностей. Більшість зарубіжних та вітчизняних авторів під кібераддикцією розуміють вид деструктивної, девіантної поведінки, форму психологічної залежності, що проявляється в патологічному захопленні комп'ютерними іграми, обумовленої схильністю до відходу від реальності у вигляді зміни свого психічного стану. В результаті дослідження ми встановили, що кібераддикція у своєму розвитку проходить чотири послідовні стадії, що характеризується наявністю фізіологічних та психологічних критеріїв, що визначають рівень адиктивної особистісної реалізації. Також нами проаналізовано специфічні вікові та психосоціальні особливості юнацького віку та фактори формування залежності з урахуванням цих особливостей. В результаті наукових досліджень ми дійшли висновку, що найбільш схильні до виникнення кіберадикції в силу специфічних вікових особливостей є юнаки та підлітки.

Так у результаті теоретичного дослідження у сформувався робоча гіпотеза, яка полягає у припущенні, що науково - обґрунтована, комплексна програма профілактики комп'ютерної ігрової залежності, будучи найважливішою умовою збереження здоров'я та психологічного захисту особистості юнаків, сприяє усуненню психологічних причин та зниженню рівня залежності.

За результатами первинної діагностики, спрямованої виявлення юнаків, залежних від комп'ютерних ігор і що у групі ризику виникнення залежності, слід зазначити загальні особливості характерні для піддослідних, що у стадії залежності й у групі ризику виникнення кіберадикції. Так згідно з проведеними дослідженнями юнаки, що перебувають у групі ризику та на стадії залежності від комп'ютерних ігор, характеризуються тривалістю ігрової діяльності від 3 до 7 годин, відсутністю серйозних захоплень, не пов'язаних комп'ютерними іграми, наявністю психосоматичних розладів, низьким рівнем самоконтролю у грі та перевагою віртуального спілкування . Перебуваючи у грі, юнаки відчують ейфорію та азарт, радість, розслаблення та полегшення. При неможливості реалізувати ігрові потреби для піддослідних характерна нудьга, занепокоєння, дратівливість та дискомфорт. У реальному житті дана категорія юнаків незадоволена собою і оточуючими, відчуває тривожність, неможливість розслабитися, самотність і депресію. Слід зазначити суттєві відмінності розподілу отриманих результатів за гендерною ознакою у проявах комп'ютерної залежності та ігрових уподобаннях. Так кіберадикція більшою мірою характерна для хлопчиків. Дівчатка ж віддають перевагу інтернету, чатам та соціальним мережам, серед ігор випробувані дівчатка воліють ігри на швидкість реакції, головоломки та традиційні ігри. Такі відмінності продиктовані адиктивним агентом та гендерними психологічними відмінностями випробуваних. Окремо слід відзначити переважно нейтральне ставлення батьків до захоплення дітей комп'ютерними іграми, що можна пояснити низькою медіа грамотністю та несерйозним ставленням, внаслідок недостатньої поінформованості до проблеми комп'ютерної ігрової залежності, а також

небажанням визнавати наявні проблеми та тенденцією давати соціально бажані відповіді. Виходячи з отриманих результатів, ми можемо побудувати комплексну програму профілактики, спрямовану на зміцнення сильних сторін особистості юнака та нівелювання факторів, що сприяють формуванню залежності.

Виходячи з різних теорій та підходів до профілактики кіберадикції молодіжному середовищі нами була сформована та реалізована компілятивна програма профілактики комп'ютерної ігрової залежності у юнаків. Метою якої стало розвиток інформаційної культури та формування в рамках профілактики сприятливих умов для розвитку соціально - адаптивних особистісних якостей та підвищення рівня самооцінки, що сприяють комунікативній компетентності юнаків та запобіганню виникненню залежності. Проведений за наслідками експерименту якісно - кількісний аналіз отриманих даних дозволив зробити висновок про ефективність реалізованої компілятивної програми профілактики комп'ютерної ігрової залежності в молодіжному середовищі. Результати кількісного аналізу свідчать про зниження адиктивної складової у групі, що проявляється у зниженні рівня фізіологічних та психологічних симптомів кіберадикції. Також можна дійти невтішного висновку про позитивну динаміку проведеної роботи з батьками піддослідних, спрямованої формування медіаграмотності і психоосвіта у питанні кіберадикції, що важливо, оскільки сім'я виступає однією з основних чинників формування залежності. Результати статистичного аналізу також підтверджують кількісні показники та свідчать про зниження рівня залежності у групі.

Підсумовуючи слід сказати про результативність та ефективність реалізованої програми профілактики кіберадикції у юнаків, а отже про підтвердження висунутої гіпотези. Проведене дослідження дає ґрунт для роздумів та можливість визначити перспективи подальшої роботи з вирішення проблеми профілактики залежності від комп'ютерних ігор.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	6
1.1. Проблема ігрової залежності у сучасних психолого- педагогічних дослідженнях.....	6
1.2. Сутність поняття "кібернетична лудоманія" і критерії ігрової залежності	19
1.3. Причини і наслідки ігрової залежності в молодіжному середовищі.....	30
1.4. Профілактика як засіб попередження комп'ютерної ігрової залежності.....	40
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТІВ ІГРОВОЇЗАЛЕЖНОСТІ В МОЛОДІЖНОМУ SEREDOVISHCHI.....	47
2.1. Інструментарій і процедура дослідження.....	47
2.2. Аналіз результатів дослідження констатуючого дослідження	52
РОЗДІЛ 3. ПРОФІЛАКТИКА ІГРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД ЮНАКІВ.....	59
3.1. Програма профілактики ігрової залежності в молодіжному середовищі.....	59
3.2. Аналіз результатів формувального експерименту	68
ВИСНОВКИ.....	74
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	77
ДОДАТКИ.....	82

Ім'я користувача:
Анастасія Сухомлінова

ID перевірки:
1015978301

Дата перевірки:
25.10.2023 00:05:46 EET

Тип перевірки:
Doc vs Internet + Library

Дата звіту:
25.10.2023 12:54:42 EET

ID користувача:
100012861

Назва документа: Уколова Ганна Миколаївна

Кількість сторінок: 56 Кількість слів: 12350 Кількість символів: 92708 Розмір файлу: 283.04 KB ID файлу: 1015658076

27.1% Схожість

Найбільша схожість: 20.7% з Інтернет-джерелом (<https://uchika.in.ua/emocijno-voleova-sfera-osobistosti.html>)

24.9% Джерела з Інтернету 968Сторінка 58.....

2.2% Джерела з Бібліотеки 32Сторінка 65.....

0% Цитат

Вилучення цитат вимкнене

Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

0% Вилучень

Немає вилучених джерел

Модифікації

Виявлено модифікації тексту. Детальна інформація доступна в онлайн-звіті.

Замінені символи 2