

УДК 316.624:004.738.5 - 053.6

ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ ТА ПРОБЛЕМА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКИ СЕРЕД ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Шугайло Я.В.

Національний авіаційний університет, просп. Комарова, 1, м. Київ, Україна

yanashugaylo@gmail.com

У статті розглядається проблема Інтернет-залежності дітей та підлітків. Автор визначає види та особливості Інтернет-залежності, фактори, причини та наслідки Інтернет-адикції дітей та молоді. Описано спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності учнів середньої та старшої школи. Визначено специфіку та зміст соціально-педагогічної роботи з неповнолітніми, їхніми батьками та педагогами з метою запобігання формування Інтернет-залежності дітей та підлітків.

Ключові слова: мережа Інтернет, узалежнення, Інтернет-залежність, Інтернет-адикція дітей та підлітків, комп'ютерна ігроманія, профілактика Інтернет-залежності, критичне мислення.

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ И ПРОБЛЕМА ЕЕ ПРОФИЛАКТИКИ СРЕДИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Шугайло Я.В.

Национальный авиационный университет, просп. Комарова, 1, г. Киев, Украина

yanashugaylo@gmail.com

В статье рассматривается проблема Интернет-зависимости детей и подростков. Автор определяет виды и особенности Интернет-зависимости, факторы, причины и последствия Интернет-аддикции детей и молодежи. Описан способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости учащихся средней и старшей школы. Определена специфика и содержание социально-педагогической работы с несовершеннолетними и их родителями и педагогами с целью предотвращения формирования Интернет-зависимости детей и подростков.

Ключевые слова: сеть Интернет, зависимость, Интернет-зависимость, Интернет-аддикция детей и подростков, компьютерная игроманья, профилактика Интернет-зависимости, критическое мышление.

INTERNET ADDICTION AND ITS PREVENTION AMONG CHILDREN AND TEENAGERS

Shugaylo Y.V.

National Aviation University, Komarova Av. 1, m. Kyiv, Ukraine

yanashugaylo@gmail.com

The article raises the issue of Internet addiction among children and teens. The author defines the types and characteristics of Internet addiction, factors, causes and effects of internet addiction of children and youth. The massive use of digital technologies in the Ukrainian society raised the issue of pathological use of the Internet defined as Internet-addiction. In 2015, the total Internet audience throughout Ukraine has risen to 59%, among those children and teens constitute a special group of Internet users. So far, the Internet became an important factor in the socialization of young people.

"Internet addiction" (Internet Addiction Disorder (IAD), "computer addiction") is a form of destructive behavior, which involves the desire to escape from reality and artificially change one's mental state by focusing attention on online resources. Issue of Internet addiction is specifically relevant among children and teenagers because they have not yet formed self-regulation, and they cannot resist the easy way of receiving pleasure. Excessive use of the Internet consumes time, effort, energy and emotion to such extent that addicts fail to maintain a balance in life, to be included in other forms of activity, to enjoy communicating with people, to develop other aspects of personality, to show sympathy, compassion, emotional involvement. The general characteristics of Internet-dependent children and teens include the prevalence of emotional sphere, complexity in dealing with others, low self-esteem and low adaptive capacity. The main directions of social-pedagogic prevention of the Internet addiction among children and teenagers have been characterized as informing children, parents and teachers about the basics of safe Internet safety, educational work and special training (forming of critical thinking).

Key words: Internet, addiction, Internet addiction of children and teens, computer gambling, Internet addiction prevention, critical thinking.

Постановка проблеми. В умовах політичної та соціально-економічної кризи в Україні відбувається подальше зменшення впливу інституту сім'ї на формування особистості поряд зі зростанням впливу засобів масової інформації, зокрема мережі Інтернет. Інтернет виступає важливим фактором соціалізації дітей та підлітків. Сьогодні все частіше для позначення підлітків та молоді використовують такі назви, як «покоління Google», «меленіали» або digital natives (цифрові аборигени). Ці визначення акцентують увагу на провідній ролі медіа у процесі соціалізації. Згідно із даними ЮНЕСКО, навіть 3-4 річні діти проводять у мережі Інтернет 30 годин на тиждень. Для порівняння, вони ж дивляться телебачення близько 28 годин на тиждень [1, с. 212].

Сучасні технології здатні здійснювати сильний вплив на свідомість та підсвідомість дорослих людей, не кажучи вже про дітей та підлітків. Згідно із даними дослідження, проведеного у 2011 році у США [10], серед опитаних 500 студентів 73% не змогли б навчатися без використання технологій, а 38% сказали, що не можуть провести більше 10 хвилин без перевірки свого ноутбука, планшета, електронної книги, смартфона. Ще більше Інтернет приваблює неповнолітніх, незважаючи на те, що час, проведений із комп'ютером, йде на шкоду навчальній, дозвілєвій та іншим видам діяльності та здоров'ю. З одного боку, мережа Інтернет є безмежним джерелом корисної та цікавої інформації, яке допомагає здобувати нові знання. З іншого, діти та підлітки проводять час в Інтернеті більше не з пізнавальною метою, а з рекреаційною. Спілкування в соціальних мережах та на форумах, онлайніві ігри для них стають все більш бажаним проведенням вільного часу. Саме тому в багатьох батьків та педагогів викликає занепокоєння те, що діти та підлітки буквально «не виходять» з мережі.

У зв'язку із масовим використанням цифрових технологій в українському суспільстві актуальною стала проблема патологічного використання мережі Інтернет або Інтернет-залежності. Чисельність користувачів Інтернету збільшується щороку в середньому на 2-3 млн. Так, у 2014 році кількість Інтернет-користувачів в Україні складала 18,8 млн. У 2015 році загальна Інтернет-аудиторія на всій території України зросла до 59% і складає 21,8 млн користувачів (результати дослідження, проведеного компанією Factum Group Ukraine). Більшість регулярних користувачів (44%) - це люди віком від 15 до 29 років. У дослідженнях останніх років чітко простежується, що діти та підлітки - в авангарді Інтернет-аудиторії [7].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему комп'ютерної залежності досліджують психологи, педагоги, соціологи, лікарі. Вперше проблема Інтернет-адикції почала вивчатися зарубіжними дослідниками: С.Бернштейн (S.Bernstein), І.Голдберг (I.Goldberg), М.Гріффітс (M.Griffits), О.Дубровіна, С.Кінг (S.King), Б.Мандель, Т.Богачева, Ф.Саглам, Дж.Салер (J.Suler), К.Янг (K.Young). В Україні феномен Інтернет-залежності, особливості діагностики, профілактики та корекції досліджували Т.Больбот, Т.Вакуліч, Т.Карабін, В.Посохова, Л.Юр'єва та інші. Водночас вивчення соціально-педагогічних аспектів профілактики Інтернет-адикції здійснювалося недостатньо, що дає підстави для продовження досліджень у цьому напрямку.

Мета статті – дослідити причини та наслідки Інтернет-адикції дітей та молоді, визначити зміст соціально-педагогічної роботи з неповнолітніми, їх батьками та педагогами з метою запобігання формування Інтернет-залежності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогодні набула популярності градація залежностей (адикцій) особистості на хімічну та нехімічну [4; 5; 8; 13]. До хімічних залежностей традиційно відносять алкоголізм, наркоманію, тютюнопаління та токсикоманію. До нехімічних залежностей відносять любовну та сексуальну адикцію, адикцію від їжі, трудового, адикцію від здійснення покупок (шопінг), адикцію від азартних ігор (гемблінг, лудоманія) та види технологічної залежності (комп'ютерна, Інтернет, телевізійна, залежність від мобільного телефону).

Ми визначаємо Інтернет-залежність як форму деструктивної поведінки, що виражається у прагненні втекти від реальності і штучно змінити свій психічний стан шляхом фіксації уваги на Інтернет-ресурсах. Терміни «Інтернет-адикція» (Internet Addiction Disorder (IAD),) «комп'ютерна адикція» є синонімічними та позначають один феномен. Існують різні авторські визначення поняття «Інтернет-залежність», але загалом вона включає: 1) залежність від комп'ютера; 2) залежність від Інтернету; 3) залежність від «комп'ютерного» спілкування [3].

Л.Юр'єва і Т.Большот [12] називають 5 типів комп'ютерної залежності: 1) нав'язливий серфінг; 2) пристрасть до онлайн-ових біржових торгів та азартних ігор; 3) віртуальні знайомства; 4) кіберсекс (захоплення порносайтами); 5) комп'ютерні ігри.

Інколи використовується поняття «віртуальна адикція» як загальний термін для позначення залежності від мережі Інтернет та комп'ютерних ігор. Вчені пропонують для охарактеризування Інтернет-залежності такі *симптоматичні чинники*:

- активне та часто агресивне небажання відволіктися від роботи в Інтернеті навіть на короткий час;
- відчуття розпачу та роздратування при зовнішньому відволіканні від Інтернету;
- нездатність спланувати час закінчення роботи в мережі;
- ігнорування домашніх справ, навчання, обов'язків, важливих особистих та ділових зустрічей на період роботи в Інтернеті;
- нехтування власним здоров'ям, скорочення часу сну через роботу в Інтернеті;
- нехтування особистою гігієною та готовність задовольнитися випадковою, одноманітною та неякісною їжею;
- відчуття емоційного підйому під час роботи в Інтернеті;
- постійне очікування наступного виходу в Інтернет;
- скарги оточуючих, що людина забагато часу приділяє мережі.

Б.Мандель [8] називає основний критерій, що розмежовує Інтернет-залежність та звичайне захоплення комп'ютером та мережею – наявність/відсутність шкоди фізичному та психічному здоров'ю, соціальному життю.

Один із українських дослідників впливу мережі Інтернет на соціалізацію, Т.Карабін [6], аналізує поняття Інтернет-залежності і називає такі його ознаки: нав'язливе бажання вийти в Інтернет, будучи «off-line» (від'єднаним від мережі Інтернет), та нездатність вийти з Інтернету, будучи «on-line» (під'єднаним до мережі Інтернет). Психологічна роль адиктивної поведінки полягає в тому, що, прагнучи втекти від реальності, людина періодично намагається штучним шляхом змінити свій негативний психічний стан на такий, що дає їй ілюзію безпеки, відновлення рівноваги. Цей процес здатен захопити настільки, що людина стає безпомічною перед своєю пристрастю, вольові зусилля слабшають і не дають можливості протистояти адикції. Користування Інтернетом поглинає час, сили, енергію і емоції так, що узалежнений виявляється нездатним підтримувати рівновагу в житті, включатися в інші форми активності, отримувати задоволення від спілкування з людьми, розвивати інші сторони особистості, проявляти симпатії, співчуття, емоційну підтримку навіть найбільш близьким людям. Особливо актуальною є проблема виникнення Інтернет-залежності у дітей та підлітків, адже вони ще не можуть самотійно протидіяти зовнішнім та внутрішнім імпульсам.

Як зазначає В.Посохова [9], залежність від Інтернету поширюється надзвичайно швидкими темпами. Це пояснюється тим, що порівняно з іншими видами залежності, формування яких триває протягом тривалого часу, Інтернет-адикція формується в надзвичайно короткий термін, впродовж 1 місяця.

На думку науковців, процесу узалежнення можуть сприяти біологічні, психологічні та соціальні чинники. Можна виділити два основні фактори виникнення та умови формування Інтернет-залежності: об'єктивні (кібернетичні) – умови і фактори, пов'язані із властивостями кіберпростору та суб'єктивні (індивідуально-психологічні) – пов'язані з демографічними характеристиками й особистісними властивостями користувачів мережі.

Діти та підлітки становлять особливу групу користувачів Інтернетом. На думку психологів, у сучасних підлітків, з одного боку, значно зросли потреби в самоствердженні, самовизначенні, самореалізації, з іншого – емоційно-вольова сфера та саморегуляція ще не сформовані, а отже, вони легше стають адиктами. Проведені дослідження Інтернет-залежних виявили, що в Інтернет-залежних наявні певні особистісні характеристики, зокрема, у них вищі показники тривожності, фрустрованості, ригідності і агресивності [6]. На думку В.Посохової [9], головними причинами узалежнення є емоційна незрілість, низька толерантність до фрустрації, схильність до регресуючої поведінки, наявність тривоги та депресії, слабкі адаптаційні можливості, неадекватний рівень домагань та відсутність критичного ставлення до своїх можливостей, наявність проблем у міжособистісному спілкуванні, викривлення мотиваційно-потребової сфери. О.Дубровіна [4] називає характеристики підлітків із віртуальною адикцією: неадекватна самооцінка, низька когнітивна диференційованість образу «Я», знижена здатність до рефлексії, складність регулювання свого емоційного стану, відсутність конкретних інтересів, переважання інфантильних гедоністичних установок. Як було зазначено, центральне психологічне новоутворення – почуття дорослості – проявляється у прагненні до емансипації, у бажанні бути визнаними дорослими і здійснювати вчинки, притаманні дорослим, і, водночас, відсутність соціального досвіду дорослої особистості, призводять до внутрішніх і зовнішніх конфліктів, емоційної неврівноваженості, загострення індивідуальних особистісних якостей, формування певних девіацій. Інтернет-адикція може виступати формою девіантної поведінки неповнолітніх [11].

Т.Вакуліч [2; 3] розглядає такі основні фактори розвитку Інтернет-залежності: особистісні властивості дітей та підлітків, вплив соціального оточення; певні біологічні відхилення в розвитку дитини; можливість використання Інтернет-ресурсів. За результатами дослідження, у якому взяли участь 316 підлітків, низький рівень Інтернет-залежності склав 43% (з них 66% - дівчата, 34% - юнаки), середній рівень – 23% (з них 65% дівчат, 35% юнаків), високий рівень – 34% (де 35% дівчат і 65% юнаків). Це дослідження підтверджує висновки російських вчених щодо значного перевищення чоловічих кількісних показників, близько 30%. Те, що юнаки більше «занурені» у віртуальний простір і відірвані від реального, пояснюють незрілим усвідомленням себе як чоловіка та неприйняттям у зв'язку з цим чоловічих якостей та обов'язків [2, с.48]. У рамках проведеного дослідження була визначена наявність взаємозв'язків між рівнями Інтернет-залежності учнів та особистісними якостями (акцентульованими рисами характеру, самооцінкою, рівнем суб'єктивного відчуття самотності, комунікативними і організаційними здібностями тощо). Так, занижена самооцінка була виявлена у 68,8% підлітків із високим рівнем Інтернет-залежності. У 75% підлітків із високим рівнем Інтернет-залежності домінував високий рівень суб'єктивного відчуття самотності, що може бути викликано дезінтеграцією особи в групах, у які та намагалася вступити чи перебувала. Також існує зв'язок між високим рівнем Інтернет-залежності та високим рівнем прояву депресивного стану. Експериментально доведеним є також факт, що коли первинно формується адиктивна особистість (уже не так важливо, з чого все почалося – з Інтернету, азартних ігор, шопінгу, хімічної адикції), виникає така ситуація, коли підліток намагається позбутися однієї адиктивної реалізації, а потрапляє до іншої. Опитані підлітки з високим рівнем Інтернет-залежності відзначали в своєму житті періоди зловживання алкоголем (55%), наркотиками (54%) або іншими речовинами. Також Інтернет-залежність часто поєднується з іншими формами адитивної поведінки: гемблінг

(пристрасті до азартних ігор), гаджет-адикція (залежність від смартфонів, планшетів та іншої електронної техніки) тощо.

Пристрасть до азартних ігор часто супроводжує надмірне захоплення комп'ютерними іграми. Мережа Інтернет пропонує неповнолітнім широкий вибір азартних он-лайн ігор. В Україні відсутня статистика щодо кількості гемблінг-залежних, однак соціологічні дані вказують на існування реальної загрози фізичному та психічному здоров'ю нації. Так, за результатами скринінгової діагностики ігрової адикції у школярів України, 5,72% школярів мають таку залежність (О.С. Осуховська, 2011). Пристрасть до азартних ігор супроводжується зміною поведінки дітей та підлітків, вони стають більш агресивними, дратівливими, пригніченими поза грою. Для школярів із гемблінг-залежністю притаманими є неможливість контролювати потяг до гри, часте повторення епізодів гемблінгу протягом року, повернення в гру знову і знову при наявності негативних наслідків ігрової поведінки для навчання та особистісних відносин.

Інтернет усе більше приваблює дітей та підлітків, які не здатні опиратися легкому шляху отримання задоволення. Проте надмірне користування Інтернетом поглинає час, сили, енергію і емоції настільки, що узалежнений виявляється нездатним підтримувати рівновагу в житті, включатися в інші форми активності, отримувати задоволення від спілкування з людьми, розвивати інші сторони особистості, проявляти симпатії, співчуття, емоційну підтримку навіть найбільш близьким людям.

Л.Юр'євою та Т.Больбот був розроблений спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності, що містить лише 11 питань та дозволяє розподілити відповіді респондентів на 4 категорії: «відсутність ризику виникнення комп'ютерної залежності», «стадія захоплення», «ризик розвитку комп'ютерної залежності», «наявність комп'ютерної залежності». Швидкість проведення та обробки результатів цієї методики дозволяє широко використовувати її серед учнів середньої та старшої ланки загальноосвітніх шкіл. При поєднанні відповідей учнів із результатами опитування їх батьків щодо частоти, мети, часу використання мережі Інтернет, соціальний педагог може отримати більш об'єктивну картину кількості учнів із Інтернет-залежністю та виокремити учнів, що входять до групи ризику.

Робота з профілактики виникнення комп'ютерної залежності у неповнолітніх повинна проводитися безпосередньо з дітьми та підлітками, з батьками (членами сім'ї), вчителями. Розглянемо зміст профілактичної роботи більш детально.

Профілактична робота з батьками та вчителями.

- Просвітницька робота: проведення лекторіїв, індивідуальних та групових консультацій з метою інформування про особливості, причини та наслідки виникнення Інтернет-залежності дітей та підлітків, про основи безпечної поведінки дитини в мережі.
- Надання практичних рекомендацій батькам та вчителям щодо організації роботи дітей та підлітків із комп'ютером. Для більшості дітей та підлітків Інтернет є важливою частиною їх життя, заборонити його категорично не можна, але необхідно встановити певні правила та обмеження щодо користування комп'ютером та Інтернетом (необхідність контролю з боку батьків, обмеження тривалості використання Інтернету та комп'ютерних ігор, встановлення обмежень на Інтернет-ресурси та Інтернет-ігри, заборона ігор, які пропагують насильство та асоціальні установки, заборона на самостійне перебування неповнолітніх в Інтернет-кафе, встановлення спеціальних програм для обмеження доступу до небезпечних сайтів неповнолітніми користувачами мережі та ін.). Важливо навчити дитину ставитися до комп'ютера як до технічного пристрою, за допомогою якого можливо отримати знання і навички, а не як до засобу отримання емоцій. Також у роботі з батьками та педагогами важливо актуалізувати тему організації дозвілля дітей та підлітків з урізноманітненням видів їх діяльності.
- Консультаційна допомога у випадку виникнення залежності у дитини.

Профілактична робота з дітьми та підлітками. Для попередження виникнення комп'ютерної залежності у неповнолітніх потрібно посилити виховну роботу з дітьми та підлітками. Основними видами роботи є:

- Просвітницька робота: проведення бесід, лекторіїв з метою інформування про особливості, причини та наслідки виникнення Інтернет-залежності.
- Спеціально організоване навчання та тренінги. Соціалізація дітей та підлітків здійснюється через спілкування з людьми, які оточують дитину. Комунікативні уміння і навички формуються й удосконалюються лише в практичному спілкуванні. Важливо застосовувати такі форми організації навчальної діяльності, як диспути, дискусії, усі ті різноманітні її форми, що мають колективний характер та включають в себе моменти спілкування, розвиваючи комунікативні уміння й навички дітей та підлітків. У нашому дослідженні ми також спираємося на положення, що важливою умовою профілактики Інтернет-залежності виступає розвиток критичного мислення. Критичне мислення трактується як бажання усе аналізувати, оцінювати, не приймати усе на віру; вміння правильно, об'єктивно оцінювати свої дії, здатності знаходити та визначати свої помилки, піддавати критичному аналізу пропозиції та судження інших людей. У наш час особливої актуальності набуває необхідність вміти відрізнити істину від підробки; постає проблема набуття навичок критичного мислення, впровадження спеціальних програм та курсів.

Головною причиною виникнення комп'ютерної залежності у дітей психологи вважають недостатнє спілкування і взаєморозуміння з батьками, однолітками і авторитетними людьми. Саме тому ми вважаємо, що ключовим моментом профілактики Інтернет-залежності дітей та підлітків є організація «сприятливого» середовища для дитини. До позитивних умов відноситься наявність контролю та належного керівництва і підтримки з боку батьків та дорослих; взаєморозуміння з батьками (близькими), наявність емоційного контакту та психологічна підтримка дитини/підлітка; зацікавлене ставлення до її інтересів та проблем, навчання основам безпечної поведінки в мережі Інтернет.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Інтернет виступає важливим фактором соціалізації дітей та підлітків, для багатьох неповнолітніх він є невід'ємною частиною життя. Батькам та педагогам важливо навчати дітей основам безпечної поведінки дитини в мережі, встановлювати та дотримуватися правил користування комп'ютером. У нашому дослідженні ми вважаємо, що основними напрямками профілактичної роботи щодо попередження Інтернет-залежності серед дітей та підлітків виступають:

- просвітницька робота: інформування підлітків, їх батьків, вчителів щодо феномену Інтернет-залежності та основних правил поведінки в мережі;
- спеціально організоване навчання та тренінги: формування засад критичного ставлення підлітків та сприяння формуванню інформаційно-педагогічної культури, актуалізація в системі цінностей підлітків загальнолюдських цінностей, розвиток комунікативних навичок дітей та підлітків.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо в апробації системи профілактичної роботи та визначенні ефективності соціально-педагогічної роботи щодо зменшення негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію дітей та підлітків.

ЛІТЕРАТУРА

1. Богачева Т.Ю. Педагогические риски интернет-пространства для здоровья детей и подростков и их минимизация / Т.Богачева // Мир психологии. – 2014. – № 4. – С.211-217.
2. Вакуліч Т.М. Психологічні особливості поведінки підлітків у мережі «Internet» / Т.М. Вакуліч // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – К., 2006. – Вип. 2. Т.8. – 392 с.

3. Вакуліч Т.М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Вакуліч Тетяна Михайлівна. – К., 2006. – 269 с.
4. Дубровина О.В. Структурно-содержательные характеристики «я-концепции» личности с виртуальной аддикцией / О.В. Дубровина // Педагогическое образование и наука. – 2009. – № 1. – С.86-88.
5. Жданова І.А. Вплив новітніх інформаційних технологій на поширення нехімічних залежностей серед підростаючого покоління / І.А. Жданова // Соціальна робота в Україні: теорія і практика. – 2008. – № 4. – С.114-129.
6. Карабін Т.В. Вплив особливостей спілкування в мережі «Internet» на процес соціалізації студентської молоді : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.05 / Карабін Тарас Васильович. – Івано-Франківськ, 2005. – 261 с.
7. Крайнікова Т.С. Профіль українського інтернет-користувача (аналіз вторинних соціологічних досліджень) / Т. С. Крайнікова // Вісник книжкової палати. – 2014. – № 2. – С.1-4.
8. Мандель Б.Р. Технологические аддикции переходят в наступление / Б. О. Мандель // Мир психологии. – 2014. – № 4. – С.193-205.
9. Посохова В.В. Соціально-психологічні особливості формування життєвих планів Інтернет-залежної молоді : дис... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Посохова Віра Валеріївна. – К., 2006. – 155 с.
10. Проект MediaSapiens. Режим доступу: http://osvita.mediasapiens.ua/mediaprosvita/kids/diti_i_tekhnologii_piramida_tsifrovoi_povedinki/
11. Саглам Ф.А. Інтернет-аддикція підлітків як форма проявлення відхиляючого поведіння / Ф.А. Саглам // Педагогическое образование и наука. – 2009. – № 5. – С.88-90.
12. Юрьева Л.Н. Компьютерная зависимость : формирование, диагностика, коррекция и профилактика : Монография / Л.Н.Юрьева, Т.Ю.Большот. – Днепропетровск : Пороги, 2006. – 196 с.

REFERENCES

1. Bogacheva T.Ju. Pedagogicheskie riski internet-prostranstva dlja zdorov'ja detej i podrostkov i ih minimizacija / T.Bogacheva // Mir psihologii. – 2014.– № 4. – P.211-217.
2. Vakulich T.M. Psihologichni osoblivosti povedinki pidlitkiv u merezhi «Internet» / T.M. Vakulich // Zbirnik naukovih prac' Institutu psihologii im. G.S.Kostjuka APN Ukraini. – K., 2006. – Vip. 2.T.8. – 392 p.
3. Vakulich T.M. Psihologichni chinniki zapobigannja Internet-zalezhnosti pidlitkiv: dis. ... kandidata psihol. nauk : 19.00.07 / Vakulich Tetjana Mihajlivna. – K., 2006. – 269 p.
4. Dubrovina O.V. Strukturno-soderzhatel'nye harakteristiki «ja-koncepcii» lichnosti s virtual'noj addikciej / O.V. Dubrovina // Pedagogicheskoe obrazovanie i nauka. – 2009. – № 1. – P.86-88.
5. Zhdanova I.A. Vpliv novitnih informacijnih tehnologij na poshirennja nehimichnih zalezhnostej sereid pidrostajuchoho pokolinnja / I.A. Zhdanova // Social'na robota v Ukraini: teorija i praktika. – 2008. – № 4. – P.114-129.
6. Karabin T.V. Vpliv osoblivostej spilkuvannja v merezhi «Internet» na proces socializacii students'koj molodi: dis. ... kandidata psihol. nauk : 19.00.05 / Karabin Taras Vasil'ovich. – Ivano-Frankivs'k, 2005. – 261 p.

7. Krajnikova T.S. Profil' ukraïns'kogo internet-koristuvacha (analiz vtorinnih sociologichnih doslidzhen') / T.Krajnikova // Visnik knizhkovoi palati – 2014. – № 2. – P.1-4.
8. Mandel' B.R. Tehnologicheskie addicii perekhodjat v nastuplenie / B.Mandel' // Mir psihologii. – 2014. – № 4. – P.193-205.
9. Posohova V.V. Social'no-psihologichni osoblivosti formuvannja zhittevih planiv Internet-zaleznoi molodi: dis... kandidata psihol. nauk: 19.00.07 / Posohova Vira Valeriïvna. – K., 2006. – 155 p.
10. Proekt MediaSapiens.
Rezhim dostupu: http://osvita.mediasapiens.ua/mediaprosvita/kids/diti_i_tekhnologii_piramida_tsifrovoi_povedinki/
11. Saglam F.A. Internet-addicija podrostkov kak forma projavlenija otklonjajushhegosja povedenija / F.A. Saglam // Pedagogicheskoe obrazovanie i nauka. – 2009. – № 5. – P.88-90.
12. Jur'eva L.N. Komp'juternaja zavisimost': formirovanie, diagnostika, korekcija i profilaktika: Monografija / L.N.Jur'eva, T.Ju.Bol'bot. – Dnepropetrovsk: Porogi, 2006. – 196 p.