

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Навчально-науковий інститут педагогіки і психології
Кафедра соціальної роботи і менеджменту соціокультурної діяльності

Кустенко Карина Юріївна

**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА
НЕГАТИВНИХ ЗВИЧОК ПІДЛІТКІВ У ЗАКЛАДАХ
ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ**

Спеціальність: 231 Соціальна робота

Галузь знань: 23 Соціальна робота

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеню магістра

Науковий керівник:

_____ А.О. Рижанова,
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи і
менеджменту соціокультурної
діяльності

« ____ » _____ 2021 року

Виконавець:

_____ К.Ю. Кустенко

« ____ » _____ 2021 року

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади соціально-педагогічної профілактики негативних звичок підлітків в ЗЗСО	6
1.1. Надмірне занурення у кіберпростір як сучасна шкідлива звичка підлітків	6
1.2. Профілактика надмірного занурення підлітків у кіберпростір як сучасної шкідливої звички в ЗЗСО	16
1.3. Сучасний досвід соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір	29
Висновки до розділу 1	38
РОЗДІЛ 2. Обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір	42
2.1. Обґрунтування програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір	42
2.2. Реалізація програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір	50
2.3. Аналіз ефективності програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір	56
Висновки до розділу 2	59
ВИСНОВКИ	62
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	67
ДОДАТКИ	74

ВСТУП

Підлітковий вік людини (10-15 років) є найважливішим для становлення та розвитку особистості, оскільки відбуваються ґрунтовні зміни у фізіологічній, психологічній та соціальній сферах тинейджера, які визначають напрями його динаміки на все життя. Звички закладені у цьому віці формують характер, а він, як відоме, впливає на долю особи. Невдоволення собою, власним соціальним статусом серед однолітків, негаразди в родині часто штовхають молоду людину до важких негативних звичок, таких як: тютюнопаління, токсикоманія, алкоголізм, наркоманія, суїцидальна поведінка тощо. Проблема традиційних важких звичок широко вивчається вченими, розроблені технології та методики її профілактики, яка здійснюється в усіх закладах освіти, реалізується соціальними службами. Проте формування інформаційного типу суспільства призвело до формування нових шкідливих звичок, яких раніше не існувало, серед таких є надмірне занурення у кіберпростір.

Звичка надмірного занурення у кіберпростір у підлітків, на жаль, може призвести до виникнення Інтернет залежності молодого людини, до викривлення її соціального розвитку внаслідок витиснення «Я-реального» тинейджера його «Я-віртуальним», отже, така сучасна шкідлива звичка потребує соціально-педагогічної профілактики, щоб уникнути деформації соціального становлення самої дитини та її соціального середовища.

Соціально-педагогічна профілактика звички надмірного занурення у кіберпростір доцільніша у закладі загальної середньої освіти, оскільки підлітки є учнями основної школи і всі її відвідують. Крім того у закладі загальної середньої освіти (ЗЗСО) є фахівець з соціально-педагогічної діяльності – соціальний педагог. Саме він і має профілакувати шкідливі звички школярів, об'єднавши соціально-виховний потенціал соціального середовища школи та соціальних закладів територіальної громади, що працюють з підлітками, а також стимулюючи самовиховну діяльність самих учнів.

Соціально-психологічні особливості підлітків вивчали О. Безпалько, І. Бех, І. Зверєва, Ю. Василькова, С. Максименко, Л. Мардихаєв, А. Мудрик, Т.Цюман та інші.

Вплив, причини шкідливих звичок підлітків, девіантної поведінки школярів досліджували: А. Белкіна, Богданович та Усик, М. Галагузова, О. Зарудна, І. Зверєва, А. Капська, Ю. Лисенко, Т. Федорченко та інші.

Комп'ютерну залежність, Інтернет залежність, звичку надмірного занурення у кіберпростір, зокрема у підлітків, аналізували: Т. Алексеєнко, Н. Заверико, О. Кудашкіна, А. Лучинкіна, Петрунько, Н. Потьомкіна, А. Рижанова, А. Тадаєва, Л. Юр'єва та інші.

Соціально-педагогічну профілактику характеризували О. Безпалько, Т. Журавель, Н. Зимівець, В. Оржеховська, О. Панагушина, С. Харченко, Чернета та інші.

Соціально-педагогічну профілактику в ЗЗСО досліджували Олійник, А. Малько, Т. Федорченко, С. Харченко та інші.

Соціально-педагогічну профілактику шкідливих звичок підлітків з ЗЗСО вивчали А. Поляничко, Н. Потьомкіна, А. Рижанова, Т. Федорченко, Я. Шугайло.

Об'єкт дослідження: профілактика надмірного занурення у кіберпростір як сучасної шкідливої звички підлітків .

Предмет дослідження: соціально-педагогічна профілактика звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір у ЗЗСО.

Мета дослідження – обґрунтувати та перевірити ефективність програми соціально-педагогічної профілактики звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір у ЗЗСО.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати надмірне занурення у кіберпростір як сучасну шкідливу звичку підлітків;
2. Вивчити профілактику надмірного занурення підлітків у кіберпростір як сучасної шкідливої звички в ЗЗСО;

3. Виявити сучасний досвід соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір;

4. Обґрунтувати програму соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір;

5. Експериментально перевірити та проаналізувати ефективність програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

Методи дослідження: теоретичні — аналіз, узагальнення, систематизація, порівняння, синтез, програмування; емпіричні – опитування, соціально-педагогічне експериментальне дослідження, спостереження.

База дослідження: Криворізька гімназія №14 Криворізької міської ради. В експерименті взяли участь 88 підлітків, 21 представник координаційного групи соціально-педагогічної профілактики.

Структура магістерської роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаної літератури (59 джерел), додатків (стор.74-82). Загальний обсяг роботи – 82 сторінки (зокрема основний – 66).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ НЕГАТИВНИХ ЗВИЧОК ПІДЛІТКІВ В ЗЗСО

1.1. Надмірне занурення у кіберпростір як сучасна шкідлива звичка підлітків

Вікову періодизацію в соціальній педагогіці вивчали О. Безпалько, І. Зверева, Ю. Василькова, Л. Мардихаєв, А. Мудрик, О. Панагушина, Я. Шугайло та інші. Загальноновизнаною є періодизація А. Мудрика, за якою підлітки – це діти 10-15 років [11, с.317-319]. Психосоціальні особливості підліткового віку досить глибоко досліджені, зокрема науковці одностайні у виокремленні позитивних та акцентують увагу на таких, як: кризовий етап становлення особистості (докорінні зміни свідомості, засвоєння цінностей нового покоління, закладення системи взаємостосунків з іншими людьми тощо), отже, формується нова молодіжна субкультура, яка значно впливає на поведінку тинейджерів, на сприйняття себе та інших. Розвиток інтелекту, якісні зміни пізнавальних процесів відбиваються на потребі переосмислення власного «Я» та навколишнього соціального середовища, це провокує занадто критичне ставлення підлітків до батьків, родини, вчителів тощо. Проте тинейджер вже здатен на самоконтроль поведінки, розвиток вольових рис, на самовиховання загалом. Бурхливе фізичне зростання, формування організму, зокрема статеве, спричиняють не байдуже ставлення підлітків до власної зовнішності. Тинейджери уявляють себе вже дорослими, тому потребують самоактуалізації, самовизначенні та самореалізації.

О. Панагушина та Я. Шугайло підкреслюють негативні психосоціальні особливості підліткового віку, які можуть спричинити формування шкідливих звичок. Наприклад, О. Панагушина зазначає, що пошук альтернативної системи цінностей іноді призводить до «морально-ціннісних деформацій, а відсутність позитивного впливу та належного контролю з боку сім'ї, школи, державних

структур призводить до того, що підлітки потрапляють у стихійно сформоване молодіжно-підліткове середовище ризику, залучення до шкідливих звичок, що пояснюється психологічною готовністю підлітків до активної діяльності, яка часто стикається з невизначеністю цілей, недостатністю життєвого досвіду, непослідовністю, невмінням направити енергію у потрібне русло» [25, с.7]. Характеризуючи сучасних підлітків Я. Шугайло пише, що їм «притаманні часті прояви егоїзму, інфантилізму, втрата почуття відповідальності, невизнання суспільних обов'язків,... що зумовлює відчуження від соціуму» [58, с.6]. А практики з Немішаївського професійного коледжу додають: «У поведінці юнаків та дівчат спостерігаються значні ускладнення в процесі адаптації до оточуючого середовища, що є однією з причин появи стійкої залежності. Поширеними формами залежної поведінки, яка в однаковій мірі властива юнакам та дівчатам підліткового і юнацького віку - шкідливі звички» [54]. Перш ніж аналізувати різновиди шкідливих звичок з'ясуємо сутність понять «звичка», «шкідлива звичка».

У короткому енциклопедичному словнику з соціальної роботи (Кн.4) зазначається, що «звичка» - це «схильність людини до відносно усталених способів дій», вони виникають на підставі багаторазового повторення дій і сприймаються особою як потреба в задоволенні чогось [48 ,с.184-185]. Звички людей є соціально зумовленими, вони виникають у процесі засвоєння соціального досвіду в сім'ї, соціальних закладах, при спілкуванні з однолітками. Визначальним для формування звички є перший період оволодіння певним видом діяльності та повторення її за тих самих умов, обставин, що перетворює сформовану дію у звичку. Звички поділяють на корисні (позитивні) та шкідливі (негативні). Позитивні звички є «дорогоцінним надбанням особи, вони сприяють її духовному зростанню» [там само] та схвалюються суспільством, а, отже, сприяють соціальному зростанню. Проте нас цікавлять, перед усім, шкідливі звички.

Визначення провідного терміну дослідження вимагає з'ясування сутності поняття «шкідливі звички». У загальному розумінні «шкідливі звички» - це, за

Вікіпедією, низка «звичок, що є шкідливими для організму людини» [53]. Зрозуміло, що це джерело не є науковим, воно віддзеркалює побутове ставлення до поняття, тим більш, що тут «звичка» пояснюється через «звичку», чого не має бути у науковому тлумачення поняття, та і шкідливість тут поширюється лише на організм людини. На наш погляд, правильним є трактування цього терміну в словнику з соціальної роботи (Кн.4) : «сформована дія, виконання якої за певних обставин стало потребою і яка є соціально не схвальною» [48 ,с.185]. Погоджуємося з авторами цього словника, що «негативні звички суперечать суспільному прогресу, їх слід змінювати в процесі виховання та перевиховання» [48 ,с.184]. Слід додати, що шкідливі звички суперечать і розвитку особистості, деформують її, знищують перспективи самореалізації у соціальному середовищі, що доводить аналіз видів шкідливих звичок.

Всі фахівці медики, юристи, психологи, педагоги та інші [4; 13; 25; 53-57] провідними важкими звичками називають тютюнопаління, токсикоманію, алкоголізм, наркоманію, суїцидальну поведінку, які негативно впливають на людину як розумово, так і фізично. Наприклад, фахівці доводять, що нікотин, алкоголь, наркотики потрапляючи в організм разносяться кров'ю по всіх органах і призводять до їх руйнування. «Особливо це впливає на м'язові тканини і розумову діяльність, зокрема, при палінні виникає рак легенів і хвороби ясен; при навіть короткочасному вживанні наркотичних речовин - руйнування мозку, і, отже – особистості. Курці складають 96-100% усіх хворих раком легень. Кожен сьомий з тих, хто довгий час палить хворіє облітеруючим ендартеріїтом – тяжкою недугою кровоносних судин. Нікотин відноситься до нервових отрут»[56]. Як відомо, «алкоголь» з арабської означає «одурманюючий». «Алкоголь належить до групи нейродепресантів, які пригнічують діяльність центрів мозку, зменшують надходження кисню у головний мозок, що зумовлює ослаблення його діяльності й у свою чергу, до поганої координації рухів, промови, що збивається, нечіткості мислення, втрати уваги, здібності до логічного й правильного прийняття рішення» [там

само]. Звичка до застосування наркотиків значно скорочує термін життя людини. «Середній вік померлих не перевищує 36 років. ...Передчасна смертність виявляється у різних нещасних випадках, суїцидах, інтоксикаціях, внаслідок передозування, насильства, травм і навіть різних соматичних захворювань» [там само]. У Вугледарі провели соціологічне дослідження, яке доводить, що саме у підлітковому віці більшість долучається до алкоголю та наркотиків: «серед підлітків, можна стверджувати, що тютюн, слабо- та середньоалкогольні напої (пиво, вино) уперше в житті вживаються у віці 11 – 13 років. Перше вживання міцних алкогольних напоїв (горілка, коньяк, лікери) припадає на вік 12 – 15 років з максимальними показниками у 14-річному віці. Вік першого контакту дітей з наркотичними та токсичними речовинами коливається в межах 13 – 15 років» [55]. Автори дослідження також зазначають місця де підлітки можуть придбати наркотичні речовини: «дискотеки та бари (близько 8%), “на вулиці або в парку” (5 – 6 %) та, навіть, навчальні заклади (до 3%)» [там само].

Психологи виокремили особистісні риси тинейджерів із будь-якими шкідливими звичками, до них належать: «висока особистісна тривожність, комплекс неповноцінності, схильність уникати відповідальності за власні вчинки, низька толерантність до повсякденних труднощів, поверхова соціалізація, схильність до звинувачування інших, стереотипність поведінки, негативний образ фізичного «Я» [54]. Ці риси сприяють і набуттю підлітками шкідливих звичок, притаманних інформаційному суспільству, в якому вони народилися.

У сучасній інформаційній цивілізації найпоширенішою шкідливою звичкою підлітків стає надмірне занурення у кіберпростір, яка негативно впливає на фізичне, психічне, соціальне здоров'я дітей та навіть доводить до самогубства. Особливості соціального розвитку дітей та молоді в умовах інформаційного суспільства вивчають О. Білик, О. Кудашкіна, Н. Максимовська, О. Петрунько, В. Плешаков, Н. Потьомкіна, А. Рижанова, А. Тадаєва та інші. Перш ніж розглянути надмірне занурення у кіберпростір

як сучасну шкідливу звичку, схарактеризуємо процес соціалізації за інформаційної доби. Соціальні педагоги зауважують на виникненні та розвитку нового аспекту соціалізації, а саме – кіберсоціалізації. Погоджуємося з А. Рижановою, яка проаналізувавши визначення цього терміну В. Плешакова, А. Тадаєвої та інших зазначає, що кіберсоціалізація «є різновидом медіасоціалізації, що підкреслює роль Інтернету, комп'ютеру (нових медіа) як засобів соціалізації у віртуальному інформаційному просторі; за суттю це процес становлення, розвитку та самореалізації віртуального соціального «Я» через засвоєння (кіберадаптацію), відтворення (кіберінтеграцію), вдосконалення (кіберіндивідуалізацію) соціальним суб'єктом віртуальної культури людства в процесі стихійного та цілеспрямованого залучення до глобального інформаційного простору і системи нових віртуальних соціальних зав'язків та залежностей, що сприяє розвитку його віртуальної соціалізованості та впливає на реальну соціалізованість» [39, с.23]. При цьому автор роз'яснює, що кіберадаптація є за суттю пристосуванням до кіберсередовищ, засвоєння норм, цінностей, правил поведінки тощо віртуальних соціумів, а кіберінтеграція виявляється у відтворенні засвоєного віртуального досвіду в кіберпросторі, у свою чергу, кіберіндивідуалізація означає вдосконалення, перетворення віртуальних соціальних середовищ та кіберпростору [39, с.21-22]. Отже, інноваційним складником соціального розвитку підлітків у інформаційному суспільстві є кіберсоціалізація, яка має ті самі елементи, що і соціалізація, але всі вони опосередковані кіберпростором. Тому з'ясуємо поняття «кіберпростір», оскільки воно входить в назву шкідливої звички, яку ми досліджуємо – «надмірне занурення у кіберпростір».

«Кіберпростір» є офіційним терміном в Україні і, за термінологічним словником з питань запобігання та протидії легалізації доходів, одержаних злочинним шляхом і таке інше, означає «середовище (віртуальний простір), яке надає можливості для здійснення комунікацій та \ або реалізації суспільних відносин, утворене в результаті функціонування сумісних

(з'єднаних) комунікаційних систем та забезпечення електронних комунікацій з використанням мережі Інтернет та /або інших глобальних мереж передачі даних» [14, с.332]. Отже, кіберпростір є похідним від сучасних інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ) та засобів масової комунікації (ЗМК) – інноваційні та оновлені інформаційні канали, зумовлені ними масиви цифрової інформації, що забезпечують майже миттєвий інформаційний зв'язок «кожного» з «усіма» на планеті фактично поза простором та часом. На нашу думку, пояснення щодо сутності «кіберпростору» надане в колективній монографії «Трансформація соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства» є більш детальним та ближчим до предмету нашого дослідження: «Саме Інтернет (Всесвітня або Глобальна мережа) – з'єднані в мережі (локальні, національні, регіональні) комп'ютери з їх програмним забезпеченням, а мережі об'єднанні у світову систему для збору, збереження, обробки, пошуку та передавання інформації), саме ця Глобальна мережа і утворює *віртуальний або кібер* (лат. *virtualis* – можливий, такий, що може або має проявитися за певних умов) інформаційний простір, а персональні комп'ютери, смартфони, ноутбуки та інші гаджети забезпечують доступ до нього. Штучно створений на базі комп'ютерних технологій та програмування віртуальний (кібер) простір гарантує «кожному» необмежений доступ до будь-якої інформації. Широта та глибина доступу до останньої визначається знаннями, вміннями та навичками користування комп'ютером, програмним забезпеченням та вмінням створювати нові програми. До оновлених ЗМК належать інтерактивні телебачення, радіо, преса, кіно, звукозапис, відеозапис тощо – медіа, які сьогодні все більше перетворюються на віртуальні, переходячи в Інтернет-простір та набуваючи різних форм новітніх комп'ютерних, мультимедійних технологій. Кіберпростір створює неіснуючий у філогенезі вид реальності – віртуальну – на відміну від об'єктивної соціальної реальності» [50,с.19]. Напрочуд точно визначила специфіку віртуальної реальності О. Білик, яка узагальнює характеристики

цієї реальності: «нематеріальний вплив, умовність параметрів, ефемерність, ... її вторинність, похідність від об'єктивної реальності» [3, с.24]. Вважаємо, що саме такі параметри як вторинність, похідність від об'єктивної соціальної реальності отой віртуальної соціальної реальності мають розуміти і пам'ятати всі люди, особливо підлітки. Спираючись на Г. Водяненко, А. Рижанова доводить, що у кожної людини, зокрема у підлітка, складається власний кіберпростір, який налічує кіберсередовище родини, кіберсередовище ЗЗСО, кіберсередовище однолітків, кіберсередовище держави і особисте кіберсередовище відповідно до інтересів, цінностей, бажань особи у глобальному кіберпросторі: «І у кожного соціального суб'єкта набір (або система) провідних віртуальних соціальних факторів буде свій, відповідний до рівня реального соціального розвитку[39, с.21].

Оскільки до інформаційного суспільства першими вступили Японія, США, європейські країни, то їх представники раніше інших занепокоїлися надмірним користуванням дітьми кіберпростором. Так Н. Потьомкіна та А. Рижанова наводять узагальнення зарубіжних авторів, наприклад, що американські вчені ще «наприкінці 90-х років минулого сторіччя ініціювали перші серйозні дискусії щодо патологічного захоплення діяльністю в Інтернеті (безцільний серфінг, спілкування, шопінг, гемблінг, кіберсекс,) та висунули припущення, що вибухонебезпечне зростання популярності Інтернету та соціальних мереж зокрема, може призвести не тільки до таких негативних наслідків, як пропуски занять, погіршення взаємостосунків з близькими та друзями, зміни настрою та поведінки серед молодого покоління, а також і до Інтернет-залежності. ...У той же час Інтернет-залежність визнається науковцями як вид залежності, що має не тільки, притаманний хімічним залежностям механізм поневолення, а й характерні риси поведінкового спектру. Окрім цього, на наш погляд, правдивою є думка М. Гріффітс, Д. Кус, А. Руйджа та Дж. Шортера, що будь-яка діяльність, якою індивід надмірно захоплюється у реальному житті, може набувати рис

патологічного захоплення, опосередкованого засобами кіберпростору, що і призводить до нових видів віртуальних залежностей» [42]. Це підтверджує характеристики віртуального простору про його вторинність, тобто які шкідливі звички у підлітка сформувалися в реальному житті, такі самі, але на значно вищому рівні, супроводжуватимуть тинейджера у кіберпросторі.

Вітчизняні вчені теж переймаються проблемами кіберсоціалізації, наприклад, А. Вегеріна узагальнила досвід науковців (В. Безгрешнов, О. Боксер, С. Вербін, В. Гончаренко, А. Димова, М. Карпенко, І. Мухаметзянов, І. Роберт, Л. Скворцов та інші) стосовно наслідків впливу кіберпростору на здоров'я і підкреслює, що «надмірне використання нових медіа негативно позначається на циркуляції крові, опорно-руховому апараті, суглобах кісті та м'язах передпліччя, шиї, сухожиллях великих пальців на руках, якості зору, загальному самопочутті, розумовій активності, увазі тощо»; крім того, узагальнюючи роботи вчених (Н. Васильєва, Д. Давидов, А. Денисова, Б. Єрасов, А. Коповой, А. Король, Г. Міроненко, О. Осіпова, Н. Петрова, В. Сенюшина, Ю. Шерковін та інші) вона зазначає, що надмірне занурення у кіберпростір досить неоднозначно впливає на психіку дітей – «нові медіа впливають на мислення, уяву, відчуття реальності, в наслідок їх активного використання знижується когнітивний компонент і критичність мислення (замінюючись шаблонами). У свою чергу перенасиченість медіа може призвести до зміни індивідуальної свідомості (наприклад, відчуження від реальності, втрата реального часу тощо)» [6, с. 49]. Також А. Вегеріна наводить особливо важливі для нашої роботи данні, що, за діагностикою зарубіжних вчених, доросла людина проводить в кіберпросторі 6 годин на добу, а підліток – 9 годин [6, с. 47]. Якщо вирахувати 8 годин на сон, то на інші складники життя: навчання, друзі, родина, спорт тощо залишається 7 годин з 24 годинної доби. Отже, більшу частину власного життя підліток проводить в кіберпросторі. Н. Потьомкіна та А. Рижанова пишуть, що у кіберпросторі «переважають стихійні процеси, які негативно впливають на людину (деформуючи, знищуючи та поневолюючи її «Я»), особливо на

молоду особу, ціннісні орієнтації та соціальний досвід захисту якої лише формуються. До речі, досвід захисту від віртуальної агресії (різновиду кібербулінгу) нині водночас набувається всіма віковими групами людства, однак психовікові особливості юні унеможлиблюють відчуття віртуальних небезпек, долають попередження розуму про кіберзагрози» [42]. До того ж автори підкреслюють, що у світі зростає занепокоєння активністю дітей у кіберпросторі (особливо після масових самогубств підлітків), ширше усвідомлюється гострота проблеми їх залежності особливо від віртуальних соціальних мереж. Автори наводять результати власної діагностики старшокласників в Україні за допомогою Інтернету і наводять данні, що «25 відсотків дітей є весь час он-лайн» [42].

Таким чином, «звичку надмірного занурення підлітка у кіберпростір» можна схарактеризувати як сформовану потребу дитини віком 10-14 років виходити в Інтернет-простір більш ніж 4 години на добу, що загрожує фізичному, психічному та соціальному здоров'ю, а також життю тинейджера.

Погоджуємося з Н.Потьомкіною та А.Рижановою, що причинами надмірного занурення підлітків у кіберпростір є їх психовікові особливості: «однією з головних причин захоплення юнаків та дівчат віртуальними соціальними мережами є психовікова потреба їхнього прийняття групою однолітків. Уточнюючи думку зауважимо, що подібні сайти надають їм можливість не тільки спілкуватися одне з одним, а й представляти себе групі однолітків, а потім отримувати зворотній зв'язок у вигляді лайків, коментарів, репостів тощо. Таким чином юнь має змогу наочно відчувати, що вони є частиною групи однодумців, візуалізуючи свої мережеві стосунки та демонструючи власну популярність іншим (кількість підписників, залучення до різних груп, запрошення до челенджів тощо)» [42]. До цієї причини (соціальної узгодженості) медики додають й інші причини: задоволення (супутні і приємні (спочатку) відчуття, від хорошого самопочуття і релаксації до містичної ейфорії), цікавість (змушує підлітків почати самим слідувати шкідливим звичкам), відхід від фізичного стресу, невміння правильно

використовувати вільний час, відчуження та невлаштованість в житті [57]. На наш погляд, слушною є думка педагогів стосовно причин розвитку шкідливих звичок підлітків, зокрема надмірного занурення в кіберпростір, а саме «дисфункційні (неблагополучні) родини... та невміння долати труднощі на шляху до бажаного. ...пасивне проведення відпочинку, байдуже ставлення до власного здоров'я, примітивність світогляду» [54]

Л. Богданович та С. Усик наводять рейтинг причин самих підлітків, чому вони вдаються до шкідливих звичок: «1) Бажання походити на своїх друзів, знайомих, відповідати своїй групі однолітків. 2) Бажання відчутти нові приємні відчуття, про які так багато розповідають освічені знайомі. 3) Цікавість, прагнення випробувати себе у новій, майже екстремальній ситуації. 4) Вплив авторитетної для підлітка людини. 5) Прагнення забутися, розслабитися, зняти напругу, неприємні відчуття. 6) Прагнення демонстративного протесту» [4]. Як бачимо, в цілому вони співпадають з причинами, визначеними вченими, крім останньої – прагнення демонстративного протесту, що притаманне новому поколінню, яке намагається стверджувати власні цінності, навіть зашкоджуючи собі.

Таким чином, підлітками є діти 10-14 років, які знаходячись на кризовому етапі переходу від дитинства до дорослості, потребують самоактуалізації, самоствердження, самореалізації у соціумі, особливо своїх однолітків. Активне засвоєння соціального досвіду, соціальних ролей стимулюють набуття тинейджером звичних форм поведінки. Звички поділяються на позитивні та негативні. Негативна звичка – сформована дія, виконання якої за певних обставин стало потребою і яка є соціально не схвальною, оскільки руйнує людину на фізичному, психічному, соціальному рівнях, загрожує життю. Найпоширенішими традиційними важкими звичками є алкоголь, наркотики, токсикоманія, тютюнопаління, до яких долучаються, як правило, в підлітковому віці. Особистісними рисами тинейджерів із будь-якими шкідливими звичками є: висока особистісна тривожність, комплекс неповноцінності, схильність уникати відповідальності за власні вчинки, низька толерантність до повсякденних труднощів, поверхова соціалізація, схильність до

звинувачування інших, стереотипність поведінки, негативний образ фізичного «Я». Такі риси сприяють формуванню в процесі кіберсоціалізації у підлітків нової шкідливої звички – надмірного занурення у кіберпростір. «Надмірне занурення підлітків у кіберпростір» схарактеризоване як сформовану потребу дитини віком 10-14 років виходити в Інтернет-простір більш ніж 4 години на добу, що загрожує фізичному, психічному та соціальному здоров'ю, а також життю тинейджера. Надмірне занурення у кіберпростір виявляється у підлітків через «зависання у соціальних мережах», безцільний віртуальний серфінг, безперервне спілкування он-лайн, кібершопінг, гемблінг, кіберсекс тощо. Ця шкідлива звичка може призвести до руйнування реального соціального «Я» дитини, до маніпулювання підлітком кіберзлочинцями, до відчуження тинейджера від реальності, до втрати ним реального часу тощо. Провідними причинами надмірного занурення у кіберпростір підлітків є бажання самоствердитися у значимій групі однолітків, невдоволення власними соціальними ролями, соціальним оточенням, реальним «Я» та намагання компенсувати це невдоволення у кіберпросторі, створюючи віртуальне бажане «Я» та інші. Крім того, надмірне занурення у кіберпростір посилює негативний ефект будь-якої реальної шкідливої звички дитини. Отже, надмірне занурення у кіберпростір є сучасною шкідливою звичкою підлітків, яка потребує профілактики, щоб вона не перетворилася в Інтернет-залежність.

1.2. Профілактика надмірного занурення підлітків у віртуальний простір як сучасної шкідливої звички в ЗЗСО

Підлітки – це психовікова періодизація дитинства, яку було схарактеризовано у параграфі 1.1., особливо щодо причин проявів різноманітних шкідливих звичок. Проте тинейджери ще мають соціальний статус школярів 5 -9 класів базової школи, тому попередженням будь-яких шкідливих звичок, зокрема надмірного занурення підлітків у віртуальний простір, має перейматися такий соціальний заклад як заклад загальної середньої освіти (ЗЗСО).

У законі України про повну загальну середню освіту визначено, що ЗЗСО – це «юридична особа, основним видом діяльності якої є освітня діяльність, що провадиться на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти» [31]. За цим же законом школа має створити для школярів, зокрема для підлітків, соціальне середовище, яке би не сприяло розвитку шкідливих звичок – «безпечне освітнє середовище - сукупність умов у закладі освіти, що унеможливають заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпеки харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (булінг (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливають вживання на території закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин» [там само]. Як бачимо, у визначенні йдеться про традиційні важкі шкідливі звички, що призводять до хімічної залежності, але згадуються й кібербезпека, і кіберпростір, хоча безпосередньо про звичку надмірного занурення у кіберпростір не йдеться, але все ж таки це є нагадування і про поведінкові шкідливі звички.

За статтею 15 закону України «Про повну загальну середню освіту» виховний процес у школі є невід’ємною частиною шкільної освіти і має спрямовуватися на формування культури та навичок здорового способу життя, а також «культури свободи та самодисципліни, відповідальності за своє життя, сміливості та реалізації творчого потенціалу як невід’ємних складників становлення особистості» [31] Отже, профілактика шкідливих поведінкових звичок у школі і є формування здорового способу життя,

відповідальності за нього, які можливі лише за умови розвитку самодисципліни тинейджерів.

Серед поведінкових шкідливих звичок з використанням кіберпростору у законі України «Про освіту» детально згадується лише булінг – «діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [29]. Тут визначені і ознаки цькування, а саме: систематичність цих дій; тристоронність учасників (булер, жертва булінгу та спостерігач); наслідки для жертви (психічна та/або фізична шкода, приниження, страх, тривога, підпорядкування інтересам булера та/або соціальна ізоляція жертви). До речі, прояви досить схожі на результати надмірного занурення у кіберпростір, але у нашому випадку це є наслідком дії самого школяра на себе.

Слід зауважити, що сучасна школа сприяє зануренню школярів, зокрема підлітків, у кіберпростір, це зумовлює поступовий перехід до електронних підручників – «електронний підручник (посібник) - електронне навчальне видання із систематизованим викладом навчального матеріалу, що відповідає освітній програмі, містить цифрові об'єкти різних форматів та забезпечує інтерактивну взаємодію» [29], які, з одного боку, осучаснюють процес навчання, підвищують його ефективність, а, з іншого боку, збільшують час перебування підлітків у віртуальному просторі. А введення карантину внаслідок пандемії Covid – 19 і взагалі погіршило становище, оскільки і освітній процес переведено на дистанційне положення, а крім того, підлітки, залишаючись вдома самі, майже весь інший час теж проводять в кіберпросторі, підсилюючи власні шкідливі звички. Отже, саме ЗЗСО має організовувати та проводити профілактику шкідливих звичок підлітків, оскільки завданням цього закладу освіти є зворотній процес – формування

навичок здорового образу життя, зокрема і в сучасному соціальному кіберпросторі.

Розглянемо спочатку сутність терміну «профілактика» та види профілактики шкідливих звичок підлітків в ЗЗСО. П. Червяк дає таке визначення «система заходів, спрямованих на запобігання виникненню і поширенню хвороб, на охорону здоров'я; синонімами є поняття превентивний запобіжний, профілактичний, попереджувальний» [52 ,с.825-840]. Так, це визначення має медичний характер, як і більшість знайдених нами трактувань «профілактики», але тут наведений ще й ряд синонімів, що нам сподобалося. А В. Олійник наводить характеристику цього поняття з соціально-педагогічного погляду – «система заходів, спрямованих на попередження, послаблення або нейтралізацію основних умов і факторів, що викликають різного роду проблеми в соціумі» [23 ,с.68]. Однаковим у цих поясненнях є те, що профілактика означає систему заходів, спрямовану на попередження. П. Червяк акцентує увагу на виникненні та поширенні вад здоров'ю, що пов'язане скоріше з виявленням причин цих вад, а В. Олійник - на послабленні та нейтралізації умов, що призводять до соціальних проблем, тобто на діяльності з недопущення. Для нашої роботи важливі обидва підходи, оскільки шкідливі звички впливають негативно і на здоров'я (фізичне, психічне, соціальне), на виникнення соціальних проблем особистості, зокрема підлітка, а також проблем соціуму з такими підлітками. У короткому енциклопедичному словнику з соціальної роботи (Кн.4) наводяться окремі визначення «превенція» («дії з метою профілактики, пом'якшення, полегшення, корегування тих умов, що сприяють фізичним або емоційним порушенням, виникненню соціально-економічних проблем» [48,с.355]) та «профілактика» («система заходів, спрямованих на запобігання виникненню й поширенню хвороб, на охорону здоров'я» [48 ,с.372]). На наш погляд, трактування профілактики є суто медичним і недоречним визначати окремо синоніми, тому розглядатиме та використовуватиме в дипломній

роботі як синоніми слова превентивний запобіжний, профілактичний, попереджувальний.

У соціальній роботі та соціальній педагогіці існує підхід про трирівневу профілактику. Медики виокремлюють «первинну (запобігання захворюванню), вторинну (запобігання повторного захворювання), третинна (запобігання прогресуванню хвороби, запобігання інвалідності)» [48, с.372.] Наприклад Т. Федорченко у дисертації «Соціально-педагогічна профілактика девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища» зазначає, що «первинний рівень соціально-педагогічної профілактики (інформаційно-просвітницький та діагностико-прогностичний) спрямований на всіх школярів загальноосвітньої школи, діагностика дає можливість виділити учнів «групи ризику» та прогнозувати подальшу профілактичну роботу зі школярами цієї категорії; вторинний рівень (превентивна допомога і соціально-педагогічний супровід) скерований на усунення факторів, що спричиняють прояви асоціальної поведінки, особлива увага приділяється учням «групи ризику», неблагополучним сім'ям; третинний рівень соціально-педагогічної профілактики (корекція, адаптація, реабілітація) здійснюється у загальноосвітній школі соціальної реабілітації, де проводяться спеціальні заходи з перевиховання школярів і повернення їх до активного повноцінного життя» [51, с.18]. Поважаючи думку шановного доктора наук, все ж таки дотримуємося позиції А. Рижанової та Н. Потьомкіної, які зазначають: «Оскільки існують різні підходи до розуміння сутності терміну «профілактика», то вважаємо за потрібне відразу підкреслити наш соціально-педагогічний підхід до цього поняття – як первинне запобігання, попередження, недопущення негативних відхилень. На наш погляд, з аспекту соціального виховання, вторинна профілактика скоріше є корекцією-терапією, а третинна – ресоціалізацією» [42]. Вважаємо, що профілактика, дійсно має бути попередженням та недопущенням, що є суттю виховного процесу становлення особистості підлітка, і може бути лише первинною. На нашу думку, за змістом написаного Т. Федорченко, належить до

профілактики і первинна і вторинна складові, оскільки стосуються всіх школярів ЗЗСО. А от третинна, як її визначає Т. Федорченко, є зовсім іншим процесом – виправлення, корекції, якій навіть відбувається в інших спеціалізованих закладах. Отже, профілактика шкідливих звичок учнів базової школи в ЗЗСО може бути лише первинною і запобігати їх виникненню та розповсюдженню.

Короткий енциклопедичний словник з соціальної роботи (Кн.4) наводить 5 моделей профілактики за рекомендаціями ВООЗ: «1) модель моральних принципів підкреслює, що, наприклад, використання психоактивних речовин або неконтрольована сексуальна активність є аморальними і неетичними; 2) модель залякування ґрунтується на твердженні, що населення можна змусити не робити аморальні, небезпечні вчинки, якщо інформаційні компанії підкреслюватимуть небезпеку такої поведінки; 3) модель когнітивна (фактичних знань) – покращення способів передачі та отримання інформації про здоровий спосіб життя та небезпеку деяких захворювань; 4) модель афективного навчання – навчальні методики, які значною мірою фокусуються на корекції деяких особистісних дефіцитів, ніж на проблемі власне захворювання, вживання наркотиків або сексуальних перверзій; 5) модель покращення здоров'я можна використовувати як непрямий підхід до заохочення розвитку позитивних звичок» [48, с.372]. Як бачимо, у соціальній роботі переважає медичний підхід до профілактики, але п'ята модель профілактики – розвиток позитивних звичок, як недопущення негативних – актуальна для нашого диплому. Проте загалом слід детальніше визначитися зі специфікою різних видів профілактики.

Види профілактики вивчали такі науковці, як: О. Безпалько, Р. Вайнола та Т. Лях, А. Малько, В. Олійник, Р. Овчарова, В. Оржеховська, А. Рижанова та Н.Потьомкіна, Т. Федорченко, П. Червяк та багато інших. Науковці виокремлюють наступні види:

- медична (попередження причин захворюваності та зміцнення здоров'я);

- юридична (превенція злочинів, через попередження їх причин та зміцнення правової просвіти);
- психологічна (запобігання психічним розладам, сприяння психічному здоров'ю);
- педагогічна (усунення умов, що призводять до вад (відхилень) у розвитку людини);
- соціальна (запобігання причин, умов поширення асоціальних процесів).

У ЗЗСО застосовуються всі ці види профілактики, але переважно щодо традиційних важких шкідливих звичок: тютюнопаління, використання алкогольних напоїв, хімічних речовин тощо. Представники медицини, як правило застосовують метод шокової терапії для профілактики хімічних шкідливих звичок, фахівці правоохоронних органів намагаються перекрити можливість доступу підлітків до психотропних речовин та страхають кримінальною відповідальністю за їх розповсюдження. Це важливі напрями профілактики в ЗЗСО і для звички тинейджерів надмірного занурення у кіберпростір, але для нашого дослідження особливого значення набуває психологічний підхід до профілактики в закладах освіти. Наприклад, психологи Немішаївського фахового коледжу в профілактиці хімічних залежностей звертають увагу на особистість самого підлітка. Вони вважають, що шкідливі звички зумовлені природним бажанням особи до духовного комфорту на невмінням молодої людини подолати складнощі на шляху до цього бажаного. Тому, на їхню думку, слід спрямовувати підлітків на усвідомлення, що реальний світ – це не лише цілковите задоволення, а що він потребує, в першу чергу, наполегливої праці з можливими переживаннями, невдачами, поразками. Психологи переконані, що для профілактики шкідливих звичок тинейджерів є «важливим формування «психологічного імунітету» особистості, який сприяє психологічному захисту від реклами, теле- та кінопродукції, а також втягування однолітками, дорослими у небезпечні пригоди, експерименти» [54]. Ці теоретичні положення є

підґрунтям профілактики і надмірного занурення школярів у кіберпростір. Психологи переконують, що «свідомість, внутрішній світ самого підлітка» є детермінантою виникнення шкідливих звичок, «те, як сама людина сприймає всі життєві обставини, як вона ставиться до оточуючих, як вона переживає події свого буття, саме це є предметом психологічного аналізу, і саме це визначає, чому одна дитина, незважаючи на несприятливі умови життя, виростає достойною людиною, а інша, що виховується в начебто заможній, благополучній сім'ї, починає вживати алкоголь або навіть наркотики» [54], цілком погоджуємося з позицією психологів, що провідним напрямом профілактики шкідливих звичок в ЗЗСО у підлітків має бути сама дитина, її свідомість, її ціннісні орієнтації, оскільки саме у підлітковому віці вони закладаються та усвідомлюються особою і потім впливають на все подальше життя.

При цьому слід пам'ятати, що в сучасних умовах кіберсоціалізації в процесі розвитку соціального «Я» підлітка формується не лише «Я-реальне», але й «Я-віртуальне» тинейджера. Як зазначено А. Рижановою, «із соціально-педагогічної точки зору, найважливішим є гармонізація в процесі кіберсоціалізації «Я-реальне» і «Я-віртуальне» соціальних суб'єктів, оскільки переважання «Я-віртуальне» призводить до різноманітних проявів віртуальної залежності (від соціальних мереж, комп'ютерних ігор, віртуального сексу, кіберзлочинності) та становленню нового виду рабства – інформаційного, а відсутність «Я-віртуальне» у інформаційну добу – до відставання індивіда від загального соціального розвитку, аж до маргіналізації. Проте слід пам'ятати, що «віртуальне Я», як і віртуальна реальність, «ефемерні, вторинні, похідні» від реального соціального суб'єкта та об'єктивної соціальної реальності» [39, с.23]. Отже, у процесі становлення ціннісних орієнтацій підлітків в ЗЗСО слід узгоджувати цінності реальні і віртуальні особистості, вірніше профілактика має сприяти, щоб у кіберпросторі людина послуговувалася тими ж самими цінностями, що і в реальному соціальному середовищі, щоб не було ціннісного роздвоєння її

«соціального Я». Проте, оскільки йдеться про профілактику в ЗЗСО, то слід зважати на особливості цього освітнього середовища.

А. Малько [22], стурбована кризою виховання в сучасній школі, яка пов'язана із заміною моделі співучасті школи у «творенні особистості» (її мотиваційно-ціннісної сфери) на модель «накачування інформацією», пропонує повернення до соціально-виховної функції школи, яка, на наш погляд, дуже потрібна в умовах формування глобальної культури людства в інформаційному суспільстві. Виходячи з того, що профілактична діяльність школи і є її процесом соціального виховання учнів, що відбувається у соціальному середовищі ЗЗСО через організацію життєдіяльності підлітків за таким зразком, коли створюються сприятливі умови для оволодіння позитивними звичками поведінки та унеможлиблюється набуття шкідливих звичок. А. Малько акцентує увагу на тому, що це можливо «в процесі створення та функціонування культурно-виховного простору школи, що створюється, виходячи з ініціативи, активності, потреб, творчих можливостей дітей та педагогічного колективу, але в ідеалі має віддзеркалювати культуру суспільства (чи закладати зміни в ній)» [22]. Надзвичайно важливим для нашого диплому є думка автора про те, що «цей процес творення дитячого життєвого простору школи і є процесом самоактуалізації, самовизначення, самореалізації дитини, набуття нею соціального досвіду, її духовного розвитку. Таке культурне середовище школи дає можливість не тільки сформувати позицію особистості, систему її ставлень, визначити провідні цінності, але і випробувати їх у шкільному «суспільстві» [22]. Зазначені А. Малько ціннісні орієнтації школяра та процеси його самоактуалізації, самовизначення та самореалізації особливо важливі для профілактики шкідливих звичок підлітків, зважаючи на їх психовікові особливості. Культурно-виховний простір ЗЗСО, за А. Малько, має перетворити школу на «країну», де є не тільки «державна» (адміністрація школи), але формується і «суспільство» (діти, вчителі) зі своєю культурою, духовними цінностями. Погоджуємося з автором статті, що це підвищує

соціальну ефективність школи, оскільки вона сприяє творенню зрілої людини, громадянина, які так потрібні Україні [22].

Поділяємо думку А. Малько, що культурно-виховний простір ЗЗСО, який спрямований на профілактику шкідливих звичок підлітків, має складатися з внутрішньо шкільного соціального виховання та зовнішньо шкільного соціального виховання. Внутрішньо шкільний соціально-виховний простір, що профілакує формування шкідливих звичок, складається з таких взаємопов'язаних виховних сфер: «традиції школи (історія, свята, гімн, герб, прапор, норми одягу, вітання...), виробництво (навчальний процес, догляд за приміщеннями школи, присадибними ділянками, третій трудовий семестр), інформаційна система (бібліотечно-інформаційний центр школи, радіо, газета, телебачення,, комп'ютерна мережа, архів), мистецтво та дозвілля (гуртки, секції, клуби, театри, музеї, художня та музична школи...), економіка (грошова одиниця школи, стипендії, гранти)..., самоуправління (парламент, рада, шкільний кооператив, загальні збори), право і політика (писані закони школи, шкільний суд, боротьба за досягнення бажаних змін шкільної життєдіяльності законними і моральними засобами), громадська думка (моральні закони, соціальні цінності школи), соціальна робота (самозахист та самодопомога дітей)» [22]. Вважаємо, що як би таким чином була організована діяльність дітей в школі, то шкідливим звичкам підлітків ніде було би взятися. Зовнішньо шкільна соціально-виховна діяльність ЗЗСО з профілактики шкідливих звичок підлітків проводиться в координації роботи школи з : мистецькими, культурно-дозвіллевими закладами, видатними діячами культури, мистецтва, спорту, політичного, економічного життя, кіберпростору (зважаємо на пошук тинейджерами зразків для наслідування), соціальними службами у справах дітей, сім'ї та молоді, громадськими організаціями різного спрямування, закладами соціального забезпечення, з правовими та судовими органами, медичними закладами, особливо з тими, де діти лікуються тривалий час, місцевими засобами інформації, місцевими органами влади тощо. А. Малько вважає, що саме

підтримка та реалізація дитячих ініціатив у соціальному середовищі територіальної громади за місцем проживання учнів і реалізовуватиме зовнішнє соціальне виховання ЗЗСО, а педагогічний колектив школи може сприяти ініціюванню дітьми таких заходів, як: самоорганізація дозвілля за місцем проживання, організація дозвілля малечі, охорона, захист, вдосконалення навколишнього природного та культурного середовищ, зародження культурних традицій району (святкування днів вулиць, спортивні змагання, конкурси майстрів району тощо[22]).

Значення середовищного підходу у профілактиці в ЗЗСО підкреслено і Т. Федорченко, яка визначає поняття «соціокультурне середовище школи» – «сукупність реально діючих соціально-культурних факторів, що зумовлюють соціально-духовний розвиток підростаючої особистості, її соціально-правову підтримку та відповідальну поведінку всіх учасників процесу профілактики девіантної поведінки школярів у активній динамічній взаємодії із соціальними інституціями» [51, с.20]. Погоджуємося і з соціально-педагогічними умовами профілактики, визначеними науковцем: організація спільної діяльності школи, сім'ї з профілактики школярів; створення превентивного освітнього простору в умовах соціокультурного середовища школи за сприяння соціального партнерства; взаємодія соціальних інституцій і ЗЗСО в умовах соціокультурного середовища. До інституцій і соціальних закладів соціального середовища, з якими має координувати профілактичну діяльність ЗЗСО, крім перелічених А. Малько, Т. Федорченко додає ще й бізнесові структури, фонди. Т. Федорченко обґрунтовує функції соціально-педагогічної профілактики: діагностична, прогностична, організаційна (школярі, педагоги, батьки, середовище), правозахисна (служби у справах дітей, кримінальна міліція у справах дітей), соціально-перетворювальна (соціальний педагог, ССД, КМСД), координаційно-посередницька (взаємодія всіх суб'єктів профілактичної діяльності), фандрейзенгу (фонди, громадські організації, бізнесові структури) [51, с.24]. Серед соціально-педагогічних технологій як найефективнішими фахівці представляють: організаційно-

педагогічні (спецкурси, програми), здоров'язберезувальні, соціально-педагогічного моделювання, інтерактивні, проектні, особистісно-орієнтовані тощо.

А. Рижанова, на відміну від А. Малько та Т. Федорченко, в умовах кіберсоціалізації сучасності підкреслює роль віртуального соціального виховання та відповідно кіберсередовища. Під «віртуальним соціальним вихованням» А. Рижанова розуміє процес «цілеспрямованого створення сприятливих умов для формування в кіберсередовищах (від сімейного до глобального) через різноманітні гаджети віртуальної соціальності, яка б підвищувала рівень (до регіонального, глобального) та якість (від соціальної грамотності, соціальної компетентності до соціальної культури) реальної соціальності соціальних суб'єктів» [39, с.25]. Вчений розглядає віртуальне соціальне виховання як засіб удосконалення реального соціального виховання, його оновлення новими технологіями, методами, прийомами. Погоджуємося з автором, що перевага в цьому інноваційному вихованні надаватиметься віртуальному самовихованню школярів, зокрема підлітків, які мають будувати віртуальну соціальну реальність, розуміючи аксіому, що інформація має найбільш руйнівну силу. «Гармонійність та вираженість віртуального соціального виховання мають запобігти за інформаційних часів можливості «кожного» знищити «всіх» та планету» [39, с.25]. Актуальність віртуального соціального виховання як складника профілактичної діяльності ЗЗСО зумовлюється його «інноваційною можливістю разом об'єднати всі існуючі у філогенезі засоби соціального виховання: слово, книгу, мистецтво, реальний приклад просоціальної поведінки, відео образи, віртуальні екскурсії, комп'ютерні ігри, Інтернет-дебати...тощо, отже, будь-що для розвитку соціальності людини. Це підвищує вимоги до професійної освіченості того, хто організує та гармонізує процес соціального виховання в інформаційному суспільстві» [39, с.25]. Повністю погоджуємося з висновком автора.

На превеликий жаль, поки що не обґрунтовано сучасними вченими теорію профілактики негативних звичок, залежностей у кіберпросторі. Нині захищаються перші кандидатські дисертації, наприклад, Я. Шугайло «Соціально-педагогічні умови подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків» [58]. Запропоновані автором умови можуть бути сприйняті і як зміст профілактики шкідливих звичок у кіберпросторі, зокрема надмірного занурення у нього. Наприклад, інформування підлітків та їх батьків щодо негативних наслідків впливу засобів масової інформації, зокрема Інтернету, формування критичного ставлення підлітків до засобів масової інформації та актуалізація в системі цінностей підлітків загальнолюдських цінностей і сприяння розвитку їх комунікаційних вмінь та навичок.

Узагальнюючи матеріал параграфу слід виокремити певні теоретичні положення, які будуть покладені у подальшому в основу розробки програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір: по-перше, заклад загальної середньої освіти є закладом, через який держава організує та контролює процес соціалізації дітей та молоді, відповідно до перспектив розвитку суспільства. Тому, за законами України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту» школа має перейматися гармонійним розвитком громадян, зокрема профілакувати їх шкідливі звички, особливо в учнів базової школи, які знаходяться в сенситивному віці для їх набуття; по друге, профілактика розглядається нами лише на первинному рівні як попередження, превенція, запобігання, недопущення негативних процесів, явищ в соціумі та у людини; по-третє, профілактика в ЗЗСО шкідливих звичок підлітків, зокрема надмірного занурення у кіберпростір, трактується нами як процес соціального виховання тинейджерів спрямований на попередження відхилень в їх соціальному розвитку; по-третє, серед видів профілактики шкідливих звичок в ЗЗСО застосовуються : медична, юридична, психологічна. педагогічна, соціальна та соціально-педагогічна; по-четверте, перевагою соціально-педагогічної

профілактики є об'єднання соціально-виховного потенціалу всіх вище перелічених видів профілактики, через об'єднання зусиль попередження шкідливих звичок у самих підлітків, їх сімей, педагогічного колективу школи та соціокультурного середовища школи на внутрішньому та зовнішньому рівні(координація попереджувальної роботи зі всіма дотичними соціальними закладами та інституціям); по-п'яте, найбільш розробленою є теорія профілактики в ЗЗСО хімічних шкідливих звичок та девіантної поведінки школярів, теорія профілактики шкідливих звичок, пов'язаних з кіберпростором лише розробляється в соціально-педагогічних наукових дослідженнях; по-шосте, профілактика в ЗЗСО в умовах кіберсоціалізації має зважати на необхідність гармонізації розвитку «реального Я» та «віртуального Я» в соціальному вдосконаленні сучасного тинейджера, на нагальну потребу застосовувати віртуальне соціальне виховання в школі для профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

1.3. Сучасний досвід соціально-педагогічної профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір у ЗЗСО

Оскільки наша Україна не була першою серед країн, що розбудовували інформаційне суспільство, то досвід профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір, навіть ширше профілактики Інтернет-залежності молоді, узагальнюватиме, в першу чергу, на зарубіжному досвіді.

Цікавий закордонний досвід профілактики шкідливих звичок в кіберпросторі проаналізували А. Рижанова та Н. Потьомкіна в науковій статті [42]. Вчені зазначають, що ті держави, які першими вступили в інформаційне суспільство, маю вже певний досвід профілактики віртуальної залежності, тому що раніше інших усвідомили загрозу соціальному розвитку школярів. Перш за все, це такі країни, як: США, Японія, Нідерланди, Тайланд, Росія тощо. У багатьох країнах застосовується профілактика на державному рівні. Наприклад, у Японії ще 20 років тому було розроблено та

реалізовано з допомогою самого Інтернету (масове охоплення) проєкт «Очі янгола» для превенції залежності від кіберпростору: «Офіційна сторінка в Інтернеті має вигляд дошки оголошень, яка була створена, аби кожен бажаючий на сайті міг консультуватися й давати поради залежним від Інтернету, маючи змогу знайти людей з аналогічними проблемами й поділитися власним досвідом і переживаннями» [42]. Як бачимо, японці створили Інтернет-портал самопомоги, самопрофілактики молодих людей, оскільки саме нова генерація «хворіє» на цей інноваційний різновид залежності. А ще в цій країні надаються послуги онлайн консультацій за допомогою електронної пошти. Загалом Японії притаманним є об'єднання зусиль всього суспільства у вирішенні проблем нової соціальної загрози: «сприяння зацікавленості і заохоченню до співпраці всіх інститутів соціалізації молоді: родина, школа, громада, суспільство, державні й приватні компанії, які спрямовані на соціальні зрушення всередині країни та ін.» [там само]. Особлива увага в Японії надається родині у профілактиці шкідливих звичок в кіберпросторі: «саме на сім'ю покладає держава основну відповідальність за девіантну поведінку молодого покоління, викликану захопленням від Інтернету. Крім того, в Японії родину вважають провідним фактором, який спричиняє передумови для виникнення в молодого покоління залежності від Інтернету (оскільки Інтернет – це суспільство, яке створене дорослими і ними ж має контролюватися), а, поряд з тим, сім'ю сприймають і рушійною силою, яка здатна подолати чи, відповідно, попередити Інтернет-залежність у будь-яких її проявах» [42]. Проте родину не кидають сам на сам з важкими соціальними проблемами кіберсоціалізації, японці готують родину до профілактики загроз кіберпростору : «основні акценти, на які звертають увагу сім'ї спеціалісти це: підтримка добрих стосунків із друзями та близькими; зміна розпорядку дня; переорієнтація на усвідомлення, що людські стосунки у реальному житті можуть бути нестабільними, проте це не означає, що їх варто уникати; налаштування на особисте самоствердження та отримання відчуття безпеки та стабільності, приналежності тощо. Поряд із

цим, науковці відмічають необхідність у створенні суворих умов контролю часу й діяльності в Мережі» [42].

За даними А. Рижанової та Н. Потьомкіної, у США теж на державному рівні проводять просвітницьку профілактичну роботу за допомогою книг доктора К. Янг «Спіймані в Мережі», «Заплутані в Мережі: Розуміння Кіберсексу від фантазії до наркоманії», «Звільнення від Інтернету: католики та залежність від Інтернету» та інших. Крім того, для Сполучених Штатів Америки характерним є розповсюдження країною спеціалізованих центрів комплексного вирішення проблеми профілактики, які надають послуги професійного інформування, консультування соціальних інститутів та закладів держави, дотичних проблеми превенції залежності від кіберпростору: «наприклад, заснований К. Янг «Центр залежності від Онлайну», покликаний консультувати психіатричні клініки, освітні заклади й корпорації, що стикаються із патологічним захопленням Інтернетом. Цей Центр переважно займається психокорекцією, але для просвіти населення науковець разом зі своїми послідовниками широко використовує: приватні індивідуальні й сімейні консультації (методи цифрової дієти та цифрового харчування, побудова індивідуальних стратегій подолання залежності та ін.); навчальні й ознайомчі лекції; відкриті брифінги й консультації із залученням спеціалістів з інших галузей; платні відео-курси (800 доларів) та електронні посібники самопомоги (145 доларів); тренінги для батьків через Skype; теле-інтерв'ю щодо правил цифрової безпеки з трансляцією на популярних телеканалах усією країною та за її межами; публікації наукових та публіцистичних статей у наукових вісниках та журналах»[42]. Сподіваємося, що не один доктор К. Янг в США переймається профілактикою кіберзалежності, але на разі маємо інформацію лише про нього.

Вітчизняні науковці доводять, що зарубіжні колеги використовують різні засоби профілактики загроз кіберпростору. Цікавим є підхід Нідерландів щодо використання мистецтва у профілактичних цілях: «для просвіти використовують мистецтво міської інсталяції, де архітектори,

дизайнери, скульптури й професіонали інженерної справи з усіх куточків світу створюють вишукані твори мистецтва, які ілюструють визначні події минулого й актуальні проблеми сьогодення, розташовуючи їх вулицями міста, виходячи з тези «середовище це повідомлення». Відтак, у 2018 року головною темою «Амстердамського фестивалю світла», був лозунг відомого науковця М Маклюена з його книги «Розуміння медіа: зовнішні розширення людини», в місті була встановлена скульптура «Поглинені світлом», яка й донині привертає увагу як жителів міста, так і туристів з усього світу. Подібні заходи покликані через мистецтво звернути увагу загалом на залежність сучасної молоді від гаджетів та віртуальних соціальних мереж, у яких ті перебувають надмірну кількість часу, не помічаючи нічого довкола»[42].

Корисним для нашого дослідження є представлений науковцями досвід профілактики кібервідхилень школярів на рівні родини у Тайвані: «системна комплексна сімейна профілактика кіберзалежності: сумісна діяльність із батьками, зокрема, і в кіберпросторі (створення контенту та пошук за інформаційними сайтами); розподіл часу (встановлення обмежень перебування у Мережі та діяльності за комп'ютером, не пов'язаною з навчальною підготовкою); метод заохочення та покарання (згідно умов складеного з батьками договору щодо використання комп'ютера й перебування онлайн); відверті розмови про можливі негативні наслідки зловживання Мережею; допомога своїм дітям у побудові реальних стосунків та зміцненні навичок спілкування, уточнення життєвих цілей та планування часу навчання; створення оптимального середовища з урахуванням комп'ютера (зонування приміщення для роботи за комп'ютером та відпочинку, розміщення комп'ютерної техніки в місцях загального користування в оселі); оволодіння батьками елементарними навичками та знаннями з медіаграмотності, розуміння мережевих технологій; оволодіння сучасними ефективними методами спілкування з молоддю та розвиток прагнення бути з ними «на одній хвилі» [42]. З цього досвіду можна зробити

узагальнення, що закордоном вже усвідомили, що батьки не повинні відставати від дітей у засвоєнні віртуальних технологій, інакше вони не будуть авторитетні у школярів як суб'єкти профілактичної роботи з власними дітьми. Як це підтверджує досвід Японії і Тайланду, саме батьки мають бути першими та найважливішими агентами профілактики шкідливих звичок власних дітей, зокрема їх надмірного занурення у кіберпростір, батьки повинні стати кібер-менеджерами власних дітей, зокрема регулювати їх час перебування в Інтернеті, їх інтереси там, дружні соціальні мережі тощо, слідкувати, щоб школярі не опинилися в Darknet, не стали жертвами віртуальних педофілів, злодіїв і таке інше.

Проте профілактична робота в інших країнах проводиться не лише в соціальному середовищі та з його представниками, а й з самими школярами. Наприклад, А. Рижанова та Н. Потьомкіна наводять досвід російських колег (переважно психологів), які концентрують увагу саме на дітях: «ефективність психологічної спрямованості процесу попередження Інтернет-залежності полягає в роботі, зосередженій на розвитку особистості людини (її інтелекту, сили волі, ціннісно-світоглядних структур). На противагу цьому, людина, зокрема незріла особистість молодого віку, за нерозвиненості власного духовного світу може стати морально та емоційно більш примітивною, не зважаючи на велику кількість та розгалуженість отримуваної з Мережі інформації; інтерактивні можливості цих технологій будуть спрямовані на посилення негативних якостей особистості; втратити свою свободу, перетворитися в засіб маніпулювання» [42]. Отже, щоб не потрапити в інформаційне рабство, не стати жертвою віртуального маніпулювання злочинцями, школярі мають духовно розвиватися, загартовувати волю, вдосконалювати інтелектуальні можливості. Крім того, російські психологи пропонують для профілактики віртуальної залежності саме психологічну просвіту для самопрофілактики школярів: «підвищення самооцінки і самопізнання, посилення контролю над імпульсами, збільшення стабільності міжособистісних стосунків, соціальну адаптацію; аналіз поточних копінг-

стратегій та освоєння нових, більш ефективних стратегій подолання; навчання цілепокладання, а також турботі про себе, свій душевний та фізичний стан, опанування навичками самоконтролю та саморегуляції, структуризації власного часу, релаксаційними техніками. Когнітивні техніки через роботу з так званими «автоматичними» (неконтрольованими) думками дозволяють виявити та змінити дезадаптивні установки, що призводять до залежної поведінки, на адаптивні. Окремо відзначають необхідність соціальної (участь у громадському житті та розширення можливостей для молодих людей використовувати свій вільний час на якусь корисну діяльність) та спортивної (доступність та різноманіття спортивних секцій) складової, а також необхідність підвищення обізнаності молоді щодо різних видів Інтернет-залежностей і небезпеки, які вони можуть спричинити» [42]. Вважаємо це надзвичайно важливим напрямом профілактичної роботи, зважаючи на психовікові особливості підліткового віку, бажання тинейджерів бути дорослими та самостійно вирішувати власні проблеми, запропоновані психотехніки зміцнюватимуть можливості дітей до цього.

Крім російських, ще й спеціалісти з профілактики віртуальної залежності Тайваню, Нідерландів пропонують створити умови цікавішого та різноманітнішого дозвілля школярів у реальному соціальному середовищі, за інформацією вітчизняних вчених: «пропонуючи такі методи, як: організація дозвілля й забезпечення його різноманіття, переключання на інші види діяльності та влаштування зайнятості; щоденна зарядка та фізичні навантаження, активний відпочинок на свіжому повітрі (мотузковий парк у лісі, плавання, ігрові заняття та ін.)» [42]. Тобто зростає значення соціокультурної діяльності в реальному соціальному середовищі як засобу профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

Стосовно вітчизняного досвіду профілактики віртуальної залежності підлітків, то корисні, на наш погляд, форми роботи запропонувала і випробувала Я. Шугайло. Наприклад у роботі з батьками стосовно просвітницької роботи щодо негативного впливу засобів масової інформації

на підлітків використовувалися презентації «Роль засобів масової інформації у соціалізації підлітків», «Інтернет-залежність: прояви і ознаки», «Шляхи захисту підлітків від негативного впливу засобів масової інформації» тощо. З підлітками (стосовно інформуванні про цю проблему) проводилися: міні-лекції «Маніпулювання в мас-медіа», «Приви́ла безпечної роботи в мережі Інтернет»; дискусії «Спілкування реальне чи віртуальне?», «Образи чоловіків та жінок у ЗМІ: реальність або міф?»; написання есе «Чому телепередачі не схожі на реальне життя?»; розробку тинейджерами правил роботи в Інтернет та обговорення цих правил з батьками передбачав творчий проєкт «Мої правила безпеки». Крім того, реалізовані були соціально-просвітницький тренінг «Засоби масової інформації: плюси та мінуси», дискусії «Як ЗМІ впливають на наші цінності?», «Переваги та недоліки навчання за допомогою Інтернет» [58, с.10-11].

Важливими для нашої роботи є визначені А. Рижановою та Н. Потьомкіною тенденції соціально-педагогічної профілактики залежності старшокласників від віртуальних соціальних мереж. Хоча і робота вчених присвячена іншій віковій категорії школярів, але нам стануть у пригоді самі визначені тенденції профілактики школярів в умовах кіберпростору тож розглянемо їх детальніше. Автори наполягають на «багаторівневому підході до запобігання залежності: глобальний, регіональний, суспільно-державний, освітній, родинний, особистісний рівні утворюють єдину систему профілактики» [43]. Погоджуючись з цим в цілому, зупинимось на освітньому, родинному та особистісному, зважаючи на предмет нашого вивчення: «*Освітній рівень* забезпечує охоплення профілактикою кожного старшокласника, реалізуючи суспільно-державні профілактичні програми, з урахування місцевих соціокультурних, політико-економічних, інформаційно-технологічних тощо особливостей регіону країни та контингенту школярів. На освітньому рівні координується профілактична діяльність не лише внутрішньо шкільних структурних компонентів, але і зовнішньо шкільних, зокрема з сім'єю. *Родинний рівень* уможливорює застосування профілактики

підсвідомо. Якість родинного рівня залежить від суспільно-державного та освітнього рівнів профілактики, від свідомого ставлення до проблеми самих батьків, які здобуваючи досвід такої профілактики на всіх попередніх рівнях для власних дітей, уможлиблюють особистісний рівень профілактики. *Особистісний рівень* передбачає безпосередню профілактичну роботу зі старшокласником, зважаючи на його особливості (може проводитися на всіх попередніх рівнях), та самопрофілактику учня старших класів власної залежності від віртуальних соціальних мереж. Зрозуміло, що за соціально-виховною парадигмою, профілактична робота на всіх попередніх рівнях спрямована на забезпечення найсприятливіших умов для самопрофілактики старшокласників». Крім *багаторівневого підходу* в суспільстві до профілактики, іншими тенденціями науковців є «*об'єднання зусиль фахівців соціального середовища* (школи та підготовка освітян, батьків, громадськості) до профілактики залежності від віртуальних соціальних мереж; *безпосередньої профілактики залежності юні* від віртуальних соціальних мереж (духовний та креативний розвиток, вдосконалення інформаційної культури тощо); *стимулювання суб'єктності та творчості старшокласників* у профілактиці їх залежності від віртуальних соціальних мереж; *активне використання віртуальних засобів* для соціально-педагогічної профілактики залежності старшокласників від віртуальних соціальних мереж; *урізноманітнення цікавих* для учнів старшої школи видів діяльності у реальній дійсності»[43]. В умовах відсутності науково обґрунтованої теорії профілактики негативних звичок підлітків у віртуальному просторі, спиратимемося на деякі положення цих тенденцій.

Систематизуючи матеріал параграфу слід зазначити, що сучасний стан профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір нерівномірний в світі. Все залежить від терміну розбудови країни на власній території ознак інформаційного суспільства. Такі країни, як: США, Японія, Нідерланди та інші, які першими стали інформаційними державами, вже не лише усвідомили проблему нового виду залежності – Інтернет-залежності, але й

почали ще наприкінці ХХ – на початку ХХІ століть розробляти відповідні профілактичні технології. Наша країна усвідомила віртуальну загрозу для сучасних школярів тільки наприкінці другого десятиліття ХХІ століття, тому зараз створюються перші підходи до вирішення проблеми уникнення віртуального рабства школярів. Зарубіжні та вітчизняні дослідники на безпосередньому рівні попереджальної роботи з підлітками пропонують: в цілому зміцнити психологічну профілактику з дітьми щодо усвідомлення ними самими проблеми та підвищення їх самопрофілактики віртуальної залежності; використання віртуальних засобів для профілактики віртуальної залежності школярів; запобігти формуванню шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір, необхідно розвиваючи духовність тинейджерів, систему їх ціннісних орієнтацій, щоб унеможливити поглинення «реального Я» підлітка його «віртуальним Я»; інтелектуальний розвиток учнів базової школи, вдосконалення їх критичного мислення стануть запобіжними чинниками віртуального маніпулювання ними; урізноманітнення цікавої для підлітка діяльності у реальному соціальному середовищі (туризм, спорт, волонтерство, соціальна допомога іншим тощо) та реального дозвілля тинейджерів гармонізують час витрачений в офлай та онлайн. Соціально-педагогічний підхід до профілактики зазначеної проблеми передбачає не лише безпосередню роботу з об'єктами профілактики, але й копітку роботу з соціальним середовищем, щоб об'єднати зусилля всіх та разом створити сприятливі умови в середовищі для профілактики та нетерпимі для розвитку кіберзалежності. В цьому напрямі існує закордонний та вітчизняний досвід: копіткої роботи фахівців стосовно підготовки батьків та педагогів до профілактичної роботи вдома та в ЗЗСО, щоб вона була узгоджена та відповідала вимогам сучасності, потребам підлітків; координація профілактичної діяльності всіх фахівців територіальної громади, з якими співпрацює школа щодо вдосконалення соціального розвитку тинейджерів, їх співпраця з громадськими організаціями, бізнес структурами, місцевими ЗМІ,

органами влади тощо; створення державних просвітницьких програм та спеціальних консультативних центрів тощо.

Висновки до розділу 1

Підлітками є діти 10-14 років, які знаходячись на кризовому етапі переходу від дитинства до дорослості, потребують самоактуалізації, самоствердження, самореалізації у соціумі, особливо своїх однолітків. Активне засвоєння соціального досвіду, соціальних ролей стимулюють набуття тинейджером звичних форм поведінки. Звички поділяються на позитивні та негативні. Негативна звичка – сформована дія, виконання якої за певних обставин стало потребою і яка є соціально не схвальною, оскільки руйнує людину на фізичному, психічному, соціальному рівнях, загрожує життю. Найпоширенішими традиційними важкими звичками є алкоголь, наркотики, токсикоманія, тютюнопаління, до яких долучаються, як правило, в підлітковому віці. Особистісними рисами тинейджерів із будь-якими шкідливими звичками є: висока особистісна тривожність, комплекс неповноцінності, схильність уникати відповідальності за власні вчинки, низька толерантність до повсякденних труднощів, поверхова соціалізація, схильність до звинувачування інших, стереотипність поведінки, негативний образ фізичного «Я». Такі риси сприяють формуванню в процесі кіберсоціалізації у підлітків нової шкідливої звички – надмірного занурення у кіберпростір. «Надмірне занурення підлітків у кіберпростір» схарактеризоване як сформовану потребу дитини віком 10-14 років виходити в Інтернет-простір більш ніж 4 години на добу, що загрожує фізичному, психічному та соціальному здоров'ю, а також життю тинейджера. Надмірне занурення у кіберпростір виявляється у підлітків через «зависання у соціальних мережах», безцільний віртуальний серфінг, безперервне спілкування он-лайн, кібершопінг, гемблінг, кіберсекс тощо. Ця шкідлива звичка може призвести до руйнування реального соціального «Я» дитини, до маніпулювання

підлітком кіберзлочинцями, до відчуження тинейджера від реальності, до втрати ним реального часу тощо. Провідними причинами надмірного занурення у кіберпростір підлітків є бажання самоствердитися у значимій групі однолітків, невдоволення власними соціальними ролями, соціальним оточенням, реальним «Я» та намагання компенсувати це невдоволення у кіберпросторі, створюючи віртуальне бажане «Я» та інші. Крім того, надмірне занурення у кіберпростір посилює негативний ефект будь-якої реальної шкідливої звички дитини. Отже, надмірне занурення у кіберпростір є сучасною шкідливою звичкою підлітків, яка потребує профілактики, щоб вона не перетворилася в Інтернет-залежність.

Теоретичні положення, які будуть покладені у подальшому в основу розробки програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір: по-перше, заклад загальної середньої освіти є закладом, через який держава організує та контролює процес соціалізації дітей та молоді, відповідно до перспектив розвитку суспільства. Тому, за законами України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту» школа має перейматися гармонійним розвитком громадян, зокрема профілакувати їх шкідливі звички, особливо в учнів базової школи, які знаходяться в сенситивному віці для їх набуття; по друге, профілактика розглядається нами лише на первинному рівні як попередження, превенція, запобігання, недопущення негативних процесів, явищ в соціумі та у людини; по-третє, профілактика в ЗЗСО шкідливих звичок підлітків, зокрема надмірного занурення у кіберпростір, трактується нами як процес соціального виховання тинейджерів спрямований на попередження відхилень в їх соціальному розвитку; по-четверте, серед видів профілактики шкідливих звичок в ЗЗСО застосовуються : медична, юридична, психологічна, педагогічна, соціальна та соціально-педагогічна; по-п'яте, перевагою соціально-педагогічної профілактики є об'єднання соціально-виховного потенціалу всіх вище перелічених видів профілактики, через об'єднання зусиль попередження шкідливих звичок у самих підлітків, їх сімей,

педагогічного колективу школи та соціокультурного середовища школи на внутрішньому та зовнішньому рівні(координація попереджувальної роботи зі всіма дотичними соціальними закладами та інституціями); по-п'яте, найбільш розробленою є теорія профілактики в ЗЗСО хімічних шкідливих звичок та девіантної поведінки школярів, теорія профілактики шкідливих звичок, пов'язаних з кіберпростором лише розробляється в соціально-педагогічних наукових дослідженнях; по-шосте, профілактика в ЗЗСО в умовах кіберсоціалізації має зважати на необхідність гармонізації розвитку «реального Я» та «віртуального Я» в соціальному вдосконаленні сучасного тинейджера, на нагальну потребу застосовувати віртуальне соціальне виховання в школі для профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

Сучасний стан профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір нерівномірний в світі. Все залежить від терміну розбудови країни на власній території ознак інформаційного суспільства. Такі країни, як: США, Японія, Нідерланди та інші, які першими стали інформаційними державами, вже не лише усвідомили проблему нового виду залежності – Інтернет-залежності, але й почали ще наприкінці ХХ – на початку ХХІ століть розробляти відповідні профілактичні технології. Наша країна усвідомила віртуальну загрозу для сучасних школярів тільки наприкінці другого десятиліття ХХІ століття, тому зараз створюються перші підходи до вирішення проблеми уникнення віртуального рабства школярів. Зарубіжні та вітчизняні дослідники на безпосередньому рівні попереджальної роботи з підлітками пропонують: в цілому зміцнити психологічну профілактику з дітьми щодо усвідомлення ними самими проблеми та підвищення їх самопрофілактики віртуальної залежності; використання віртуальних засобів для профілактики віртуальної залежності школярів; запобігти формуванню шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір, необхідно розвиваючи духовність тинейджерів, систему їх ціннісних орієнтацій, щоб унеможливити поглинення «реального Я» підлітка його «віртуальним Я»;

інтелектуальний розвиток учнів базової школи, вдосконалення їх критичного мислення стануть запобіжними чинниками віртуального маніпулювання ними; урізноманітнення цікавої для підлітка діяльності у реальному соціальному середовищі (туризм, спорт, волонтерство, соціальна допомога іншим тощо) та реального дозвілля тинейджерів гармонізують час витрачений в офлай та онлайн. Соціально-педагогічний підхід до профілактики зазначеної проблеми передбачає не лише безпосередню роботу з об'єктами профілактики, але й копітку роботу з соціальним середовищем, щоб об'єднати зусилля всіх та разом створити сприятливі умови в середовищі для профілактики та нетерпимі для розвитку кіберзалежності. В цьому напрямі існує закордонний та вітчизняний досвід: копіткою роботи фахівців стосовно підготовки батьків та педагогів до профілактичної роботи вдома та в ЗЗСО, щоб вона була узгоджена та відповідала вимогам сучасності, потребам підлітків; координація профілактичної діяльності всіх фахівців територіальної громади, з якими співпрацює школа щодо вдосконалення соціального розвитку тинейджерів, їх співпраця з громадськими організаціями, бізнес структурами, місцевими ЗМІ, органами влади тощо; створення державних просвітницьких програм та спеціальних консультативних центрів тощо.

Ці теоретичні узагальнення першого розділу покладатимуться в основу розробки програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

РОЗДІЛ 2

ОБҐРУНТУВАННЯ ТА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ У ЗЗСО ЗВИЧКИ НАДМІРНОГО ЗАНУРЕННЯ ПІДЛІТКІВ У КІБЕРПРОСТІР

2.1. Обґрунтування програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір

Для обґрунтування програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір, крім теоретичних основ (розроблених у I розділі), потрібні ще й практичні підстави. Для цього продіагностуємо реально існуючу діяльність з цього напрямку профілактики в школі та рівень надмірного занурення підлітків у кіберпростір школярів базової школи цього ЗЗСО.

Експериментальним майданчиком є Криворізька гімназія №14 Криворізької міської ради, де кількість учнів складає 296, а вчителів – 21. У педагогічний склад школи входять бібліотекар, педагог-організатор, соціальний педагог, практичний психолог, інженер-електронщик. Герб школи має девіз: «Живи заради майбутнього». Оскільки більшість учнів (понад 100 осіб) є підлітками, то в гімназії є дитяче об'єднання «Тинейджер». У гімназії ефективно працює соціально-психологічна служба (СПС) школи. Її основними завданнями є забезпечення процесу соціалізації учнів у навчально-виховній діяльності, крім того СПС опікується захистом фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я школярів. Особливо слід підкреслити, що серед основних завдань СПС є «попередження і педагогічна корекція вад та відхилень розвитку особистості. Діти мають різні соціально – психологічні особливості, інтереси та схильності, вони відрізняються рівнем розвитку, типом поведінки та стилем діяльності, але кожна дитина має право на прояв і повноцінний розвиток свого потенціалу. Школа має достатні резерви для того, щоб включитись в роботу з дітьми, які

потребують особливої уваги зі сторони психолога, соціального педагога та вчителів»[16].

Діагностика діяльності з профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір проводилася через аналіз інформації сайту гімназії аналіз документації (планів: виховної роботи школи, соціально-психологічної служби школи; звітів діяльності соціального педагога тощо) та вибіркового опитування тинейджерів щодо цієї діяльності у школі. На жаль, на сайті гімназії практично відсутня інформація про шкідливість для соціального розвитку школярів, зокрема тинейджерів, надмірного занурення у кіберпростір, немає у рубриках: «Батьківська сторінка», «Увага батьки»; «Доктор радить, інформує, консультує»; «Безпека дітей», підрозділ «Проблеми підлітків»; «Учнівська сторінка»; «Сторінка практичного психолога»; «Сторінка соціального педагога». І хоча на «Сторінці соціального педагога» для батьків зазначено: «Соціальний педагог – це педагогічний працівник, основна мета роботи якого полягає у забезпеченні соціально-правового захисту учнів школи та попередженні впливу негативних соціальних чинників на формування та розвиток особистості дитини» [45], робота проводиться в основному щодо профілактики традиційних хімічних звичок (палання, алкоголізм, наркоманія), поведінкових - суїцид. У «Проблемах виховання підлітків» для батьків і педагогів зазначаються «причини захоплення соціальними мережами та онлайн іграми, в яких бере участь велика кількість людей і які здатні серйозно затягнути у свій віртуальний світ» [16]. Отже, лише у підрозділі «Безпека школярів» є єдине речення стосовно шкоди від планшетів і смартфонів для дітей [8], але очевидно актуальність цієї проблеми, оскільки навіть ця фраза викликала обговорення користувачів сайту стосовно того, що від гаджетів неможна відірвати і самих батьків.

У планах і звітах виховної роботи, діяльності соціально-психологічної служби школи та зокрема соціального педагога ми не знайшли заходів спеціально спрямованих на профілактику Інтернет-залежності, надмірного

занурення підлітків у кіберпростір. Проте у профілактиці булінгу (яка широко і активно) проводиться у гімназії зустрілось декілька вправ, запобігають віртуальній залежності. Вибіркове опитування найактивніших підлітків, які беруть участь в учнівському самоврядуванні гімназії, підтвердило, що певна робота в школі проводиться, наприклад, попереджає про небезпеку надмірного користування гаджетами учитель інформатики, іноді про це повідомляє учитель української мови та літератури, деякі класні керівники на класних годинах, коли йдеться про психологічну безпеку і можливість маніпулювання свідомістю підлітків через Інтернет.

Для діагностики підлітків (всього 88 школярів) було визначено критерії та показники їх надмірного занурення в кіберпростір відповідно до теоретичних напрацювань попереднього розділу.

Мотиваційно-ціннісний критерій характеризується такими показниками: ціннісне ставлення до віртуального простору, ніж до реального соціального середовища, відсутність критичного ставлення до віртуального соціального світу, відсутність мотивації до позитивної самореалізації в реальному соціальному середовищі.

Емоційно-вольовий критерій характеризується наступними показниками: страх перед реальним соціальним простором, відсутність вольових зусиль підлітків для обмеження перебування в кіберпросторі.

Поведінковий критерій: більш ніж 4 години на добу підліток перебуває в кіберпросторі

Таблиця 2.1

Рівні надмірного занурення підлітків у кіберпростір

Критерії	Рівні	Показники
Мотиваційно-ціннісний	високий	ціннісне ставлення до віртуального простору, відсутність критичного ставлення до віртуального соціального світу, відсутність мотивації до позитивної самореалізації в реальному соціальному середовищі;

Критерії	Рівні	Показники
	середній	ціннісне ставлення до кіберпростору переважає, але підліток цінує і родину, друзів; критичне ставиться до Даркнету, іноді долучається до громадського життя в школі ціннісне ставлення до реального соціального середовища домінує
	низький	ціннісне ставлення до реального соціального середовища домінує; мотивація до самореалізації в реальному соціальному середовищі
Емоційно-вольовий	високий	страх перед реальним соціальним простором, відсутність вольових зусиль підлітків для обмеження перебування в кіберпросторі;
	середній	відкладання вирішення реальних соціальних проблем через активність у віртуальних соціальних мережах;
	низький	наполегливість щодо відмови від домінування кібервзаємовідносин заради реальних взаємовідносин;
Поведінковий	високий	більш ніж 4 години на добу підліток перебуває в кіберпросторі;
	середній	більш ніж дві години, крім навчання онлайн, проводить в кіберпросторі;
	низький	в кіберпросторі знаходиться лише для навчання, отримання необхідної інформації, спілкування з реальними друзями через Covid-19.

Для діагностики надмірного занурення у кіберпростір за визначених критеріїв та показників існує декілька методик [10]:

1. Скринінгова діагностика залежності Юрьевой і Больбот. Ця методика являє собою скринінговий самоопитувальник, спрямований на виявлення кібер-адикції (в тому числі Інтернет-адикції). Автори спиралися на критерії діагностики Інтернет залежності Голдберга і Орзак. Опитувальник складається з 11 тверджень щодо проявів емоційного стану особистості за комп'ютером або в Інтернеті.

2. Методика «Незакінчені речення», розроблена А. Жічкіною і Е. Щепіліною, спрямована на виявлення суб'єктивного ставлення опитуваних до Інтернету. При проведенні досліджень може бути використана разом з опитувальником «Сприйняття Інтернету». В опитувальнику наводиться 33 незакінчених пропозиції, які потрібно доповнити.

3. Опитувальник Е. Щепіліної «Сприйняття Інтернету». Тест, розроблений Щепіліною Е.А., включає 67 питань з 12 шкалами.

4. Тест «Кімберлі-Янг», спрямований на виявлення кібер-адикції, в тому числі Інтернет-адикції. Був розроблений та апробований в 1994 році Кімберлі Янг, професором психології Пітсбургського університету в Бретфорді. У 2004 році був переведений та адаптований В. Лоскутовою [10].

Проте найкраще для нашого дослідження підходить опитувальник „Сприйняття Інтернету” Є. Щепіліної (Додаток Б), його було використано для всіх критеріїв, а саме використано інтегральні показники за шкалами: сприйняття Інтернету як проєктивної реальності; сприйняття Інтернету як кращого порівняно з реальним життям; нецілеспрямованість поведінки. Додатково було застосовано спостереження батьків та вчителів за часом перебування підлітків у кіберпросторі вдома та в школі для зовнішнього визначення поведінкового критерію. Було опитано 88 підлітків Криворізької гімназії №14. За даними попереднього психологічного обстеження практичного психолога школи тинейджерів було поділено на експериментальну та контрольну групи, які спів пали с певними класами, експериментальна група склалася з 46 школярів базової школи, а контрольна – з 42 учнів.

Таблиця 2.2

**Результати діагностування в Криворізькій гімназії №14
рівня надмірного занурення підлітків у кіберпростір
(в абсолютних показниках та відсотках)**

Групи підлітків	Кільк.	Рівні надмірного занурення у кіберпростір		
		Високий	Середній	Низький
1. Експериментальна група школярів базової школи	46	35	11	0
	100%	76%	24%	0%
2. Контрольна група школярів базової школи	42	30	8	4
	100%	70%	20%	10%
3. Всього підлітків	88 (100%)	65(74%)	19(22%)	4(4%)

Як виявили результати діагностування з 88 школярів 74% мають високий рівень надмірного занурення у кіберпростір, що підтверджує актуальність проблеми переважання реального світу над реальним в житті сучасних тинейджерів. Лише 4 підлітки з 88 мають низький рівень занурення у віртуальний світ; 19 тинейджерів (22%) – середній рівень надмірного занурення. Як бачимо дані експериментальної групи та контрольної не дуже різняться, лише в контрольній групі 4 підлітки мають низький рівень, а в експериментальній таких немає. Спостереження батьків та вчителів за перебуванням підлітків у кіберпросторі підтвердили дані опитувальника. На жаль, було виявлені випадки коли діти понад 10 годин перебували в Мережі (три хлопця), але вони не були враховані ані в експериментальну, ані в контрольну групу, оскільки в них йшлося вже про Інтернет-залежність і тут необхідні вже корекційні, а не профілактичні дії фахівців. Отже, з 84 (96%) школярами базової школи потрібно негайно проводити профілактичну роботу, об'єднавши зусилля батьків, ЗЗСО, територіальної громади та самих підлітків, для цього слід обґрунтувати відповідну програму.

Обґрунтування Програми соціально-педагогічної профілактики полягає у доведенні значення та корисності всіх її складників для вдосконалення відповідної профілактичної роботи в ЗЗСО та для зниження рівня занурення підлітків у кіберпростір. Оскільки будь-яка діяльність, зокрема соціально-педагогічна, має суб'єкт-об'єктний компонент, то визначимося спочатку з ними. Як ми вже зазначали вище, саме соціальний педагог у ЗЗСО зобов'язаний попереджувати вади та відхилення у соціальному розвитку школярів, зокрема і сучасних шкідливих поведінкових звичок у кіберпросторі, то зрозуміло, що провідним суб'єктом цієї профілактики в ЗЗСО має бути соціальний педагог, який не обійдеться без співпраці з батьками, педагогічним колективом школи та фахівцями, зацікавленими особами територіальної громади. Створення координаційної групи дасть змогу зміцнити відповідну профілактичну роботу в школі, в родині та в територіальній громаді, реалізуючи таким чином специфіку саме соціально-

педагогічної профілактики. Отже, суб'єкти: провідний – соціальний педагог ЗЗСО, крім того, координаційна група з фахівців-представників внутрішнього та зовнішнього соціального середовища, а саме: практичний психолог, вчитель с інформатики, медичний працівник, працівник правоохоронних органів, представники місцевої інформаційної, мистецької, дозвілленої сфери, визначні представники місцевої громади – блогери, представники громадських організацій. Програма у табличній формі представлена у Додатку А.

Само собою зрозуміло, що об'єктами профілактики є підлітки, тому об'єкт Програми – школярі базової школи.

Оскільки діагностика діяльності зазначеної профілактики в реальній дійсності виявилася недостатньою, про що свідчить і високий рівень занурення підлітків у кіберпростір, то головною метою програми є вдосконалення соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір, щоб знизити рівень їх віртуального занурення.

Виходячи з того, що провідна відповідальність за соціальний розвиток підлітків покладається на їх батьків, а ще з того, що зацікавленість батьків забезпечить не лише налагодження профілактичної роботи в родині, але й допоможе залучити провідних фахівців територіальної громади, її бізнесових структур, то першим завданням програми є підготовка батьків підлітків до профілактики надмірного занурення їх дітей-підлітків у віртуальний простір, а також залучення батьків до координаційної групи. Другим важливим завданням є створення координаційної групи та організація її діяльності з тинейджерами на внутрішньо шкільному соціальному рівні та позашкільному у територіальній громаді.

Оскільки надмірне занурення у кіберпростір підлітків пов'язане з невпевненістю тинейджера в собі в реальному соціальному середовищі, тому знецінення останнього в очах дитини, зниження емоційно-вольових реакцій щодо бажання зникнути у віртуальному просторі, з відсутністю

різноманітного дозвілля у реальному соціальному середовищі, то провідними завданнями Програми є: зміцнення ціннісного ставлення до реальності підлітків, розвиток емоційно-вольових якостей підлітків стосовно опору бажанню зануритися у кіберпростір, організація цікавого та різноманітного суспільного життя та дозвілля підлітків у територіальній громаді.

Профілактична робота досягне вищої ефективності, якщо проводитиметься в 3 етапи:

- 1) організації та підготовки до профілактики координаційної групи;
- 2) безпосередня попереджувальна робота з тинейджерами;
- 3) стимулювання профілактичної роботи підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір.

Важливість перших двох ми фактично вже довели, а от третій важливий з огляду на психовікові особливості тинейджерів, яким легше засвоювати цінності в практичній діяльності, отже, через самостійну профілактичну роботу з меншими дітьми для них ефективніше буде самим зрозуміти шкідливість звички надмірного занурення у кіберпростір та позбутися її.

Узагальнюючи викладене в параграфі, слід зазначити, що для обґрунтування Програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір було проведено діагностику відповідної профілактичної діяльності ЗЗСО в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, яку було обрано як експериментальний майданчик. Діагностування методом аналізу інформації з сайту, документації (плани та звіти виховної роботи, діяльності соціально-психологічної служби школи, діяльності соціального педагога тощо) довело, що певна робота в освітньому закладі (з означеної проблеми) проводиться, але епізодично та час від часу. Більш систематично в гімназії запобігають таким шкідливим звичкам, як: паління, наркоманія, алкоголізм, суїцид, а шкідливість надмірного занурення у кіберпростір недостатньо усвідомлюється та попереджається. Діагностика рівню надмірного занурення тинейджерів (88 осіб за допомогою опитувальника «Сприйняття Інтернету» Є. Щепіліної та

спостереження батьків та вчителів за часом знаходження дітей в Інтернеті) в кіберпростір підтвердила актуальність нашої проблеми, оскільки у 84 підлітків було виявлено високий та середній рівень занурення у віртуальний простір. На підставі теоретичних положень, узагальнених в першому розділі, а також результатів діагностики реального стану профілактики в ЗЗСО та рівнів за занурення в кіберпростір підлітків було обґрунтовано програму, соціально-педагогічний аспект якої полягає у об'єднанні попереджальних можливостей родини, ЗЗСО, територіальної громади і самих підлітків у профілактиці їх надмірного занурення у кіберпростір. Для цього обґрунтовано першим етапом підготовку батьків для профілактичної роботи з тинейджерами в родинному колі, а також залучення їх для запобіжної роботи в ЗЗСО та територіальній громаді. Результатом є створення та організація роботи координаційної групи з соціально-педагогічної профілактики, щоб об'єднати запобіжні зусилля на внутрішньо шкільному та зовнішньо шкільному соціальному середовищі. Другим етапом діяльності визначено безпосередньо профілактичну роботу з підлітками з високим та середнім рівнем занурення у кіберпростір. Щоб зміцнити результати, досягнуті на другому етапі, заплановано на третьому етапі стимулювати профілактичну роботу самих підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір, що відповідає психовіковим особливостям тинейджерів.

2.2. Реалізація програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір

Реалізація програми почалася з зацікавлення батьків у вирішенні зазначеної проблеми, оскільки саме вони є замовниками освітніх вимог і від їхнього ставлення залежить успішність її реалізації. Тому перший етап почали реалізовувати соціальний педагог гімназії та практичний психолог,

які є однодумцями щодо важливості профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір як найсучаснішої шкідливої звички, що впливає на здоров'я, психіку, соціальне майбутнє дитини. Проте ця проблема виявилася не самоочевидною для батьків, які вважали, що хай краще тинейджери перебувають дома за комп'ютером, ніж на вулиці не відома з ким. Тому напрям «Залучення батьків до профілактичної роботи вдома» розпочався з їх інформування про шкідливість надмірного занурення підлітків у кіберпростір через проведення батьківських зборів з презентацією «Результати діагностики рівня занурення підлітків у кіберпростір та його наслідки», круглого столу «Віртуальне соціальне середовище: плюси та мінуси». Медичний працівник провів лекцію-презентацію «Здоров'я дитини та віртуал», яка надзвичайно зацікавила батьків, оскільки фахівець наочно презентувала міжнародні дані негативного впливу надмірного користування кіберпростором на здоров'я і продемонструвала це на прикладі самих присутніх матерів та батьків. З тими батьками, які усвідомили важливість профілактики почали проводити просвітницьку діяльність щодо соціально-педагогічної профілактики в родинному середовищі через дискусію «Чи можна запобігти віртуальному зануренню підлітка?» та майстер-клас «Вдома цікавіше, ніж в Інеті» із оволодіння формами, прийомами педагогічної профілактики в сімейному колі, крім того, було організовано віртуальну «Батьківську кімнату» для обміну досвідом батьками один з одним щодо ефективних прийомів профілактики вдома. Наступним напрямом діяльності на першому етапі профілактики був «Координація профілактичної діяльності на внутрішкільному рівні», який було реалізовано через такі завдання: а) представлення Програми педагогічному колективу; б) заохочення педколективу до участі у Програмі; в) долучення до засобів соціально-педагогічної профілактики представниками педколективу. Відразу зазначимо, що активно долучилися до профілактики та підтримали її бібліотекар гімназії, інженер-електронщик, вчитель інформатики, вчитель української мови та літератури та завуч з виховної роботи. Презентація програми була здійснена

на педагогічній нараді, не всі однозначно сприйняли програму («Це додаткова робота», «Це справа фахівців, а не вчителів» тощо), що пояснюється значним навантаженням педагогів. Тому залучення вчителів здійснювалося через активні форми: дебати «Стихійна соціалізація підлітків в кіберпросторі», практикум «Вчитель як посередник до безпечного кіберпростору», Всеукраїнська Інтернет-конференція «НА УРОК» «Безпечний Інтернет для учнів та освітян», методзасідіння «Інтерактивне навчання в системі профілактики», бесіда «Віртуалізація реального життя», дидактичний тренінг «Мережі в навчанні та житті», майстер-клас «Соціокультурні засоби профілактики надмірного занурення у віртуал». Залучити представників педагогічного колективу гімназії вдалося найскладнішим, прийшлося навіть «використовувати» для переконання батьків гімназистів. Третім напрямом діяльності на першому етапі була «Координація профілактики на зовнішньо шкільному рівні», який реалізовувався через завдання: а) залучення разом з батьками фахівців територіальної громади; б) залучення разом з батьками представників громадських організацій, інформаційних агентств; в) просвіта представників територіальної громади щодо соціально-педагогічної профілактики. За допомогою батьків – представників органів місцевого самоврядування вдалося провести нараду – коло ідей в органах місцевого самоврядування «Допоможем тинейджеру знайти вихід з Павутиння». З метою залучення бізнес-структур та додаткового фінансування програми було проведено мозковий штурм «Бізнес проти віртуалізації тинейджерів» (допомогли організувати та провести представники місцевої влади), Інтернет-конференція «Реальність проти віртуальності: громада разом» для представників громадських організацій, благодійних фондів тощо; для залучених до активної профілактичної роботи представників територіальної громади вдалося провести підготовку щодо пізнання психовікових та соціальних особливостей сучасних тинейджерів та соціально-педагогічних форм роботи з ними: віртуальна екскурсія «Віртуальне мистецтво- реальне мистецтво», майстер-класи «Презентація у профілактиці», «Вчора

космонавти, сьогодні – блогери», «Засоби віртуалу проти кіберзалежності». Таким чином, на першому підготовчому етапі були об'єднані зусилля внутрішнього та зовнішнього соціальних середовищ школи та створена координаційна група для профілактичної роботи з підлітками гімназії. Ця група налічувала 21 особу різноманітних фахівців, які здійснювали профілактичну роботу як в гімназії, так і в територіальній громаді. Але фахівці працювали не всі одразу, а підключалися у разі необхідності. Ця підготовча робота дала можливість підготуватися для ефективної профілактики шкідливих звичок підлітків.

Другий етап безпосередньої профілактики підлітків здійснювався за трьома напрямками: «Сприяння формуванню у підлітків ціннісного ставлення до реального життя»; «Розвиток емоційно-вольових якостей підлітків стосовно опору бажанню зануритися у кіберпростір»; «Організація цікавого та різноманітного суспільного життя та дозвілля підлітків у територіальній». Для зацікавлення тинейджерів участю в програмі спочатку було проведено шокову терапію на бесіді-зустрічі з представниками Департаменту Кіберполіції, яка надзвичайно вразила школярів, вони навіть просили в подальшому організувати ще зустріч з ними і бажано у відділі кіберполіції. Практичний психолог на відео-зустрічі «Давайте дружити у віртуалі!» розкрила підліткам значення для людини реальної дружби, що дружба це копітка «робота з вибудовування» стосунків та високого рівня спілкування з іншою людиною, і якщо маєш друзів, то віртуал – це засіб реалізувати реальну дружбу. На зустрічі підлітки стимулювали дискусію «Друг реальний та друг віртуальний: переваги і недоліки», яку і провела практичний психолог. Усвідомленню власних цінностей школярів та існуючих у людства була присвячена онлайн-бесіда доктора філософії Криворізького університету «Всупереч просторовим та часовим обмеженням», а бібліотекар гімназичної бібліотеки на прес-конференції у бібліотеці «Реальні загрози віртуального життя» продемонструвала на світовому досвіді як знеособлює людину віртуальне маніпулювання, як воно долає сімейні цінності і навіть

цінність власного життя особливо у підлітків. У прес-конференції крім підлітків брали участь доктор філософії, інженер-електронщик, через Zoom підключалася журналістка місцевого телебачення (що особливо вразило школярів). Напрямом другого етапу «Розвиток емоційно-вольових якостей підлітків стосовно опору бажанню зануритися у кіберпростір» реалізовувався переважно в соціальних закладах територіальної громади через зустріч-бесіди з представниками медичних, соціальних, правоохоронних організацій, а також правовий соціально-педагогічний тренінг «Права тинейджерів у реальному та віртуальному світі», круглий стіл «Тинейджерам вхід дозволено, але обережно...», флешмоб «Воскресіння без кіберпростору». Третій напрям другого етапу «Організація цікавого та різноманітного суспільного життя та дозвілля підлітків у територіальній» відбувався переважно за ініціативою тинейджерів, оскільки координаційна група пропонувала «меню» проведення дозвілля в реалі, а підлітки експериментальної групи обирали: екскурсії містом та регіоном, до Києва, Одеси та Львова, туристичні походи, волонтерська діяльність підлітків у територіальній громаді, засвоєння навичок верхової їзди на конях (за допомогою батьків) Проте підлітки охоче відгукувалися і на прохання представників територіальної громади, наприклад, за проханням представників поліції, очищували територію біля гімназії від наркоманських позначок; на прохання медичних та педагогічних організували працівників виступи гімназичного театру тинейджерів у лікарнях міста, інших школах тощо. Бліц-опитування батьків та вчителів свідчили, що тинейджери змінюються, вони активніше беруть участь у справах реального життя, значно менше проводять часу у кіберпросторі. Це дало можливість перейти до третього етапу профілактики, до активної участі самих гімназистів у профілактиці менших дітей.

Третій етап профілактики в ЗЗСО шкідливої звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір «Стимулювання профілактичної роботи підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у

кіберпростір». Зважаючи на психовікову особистість підлітків – потребу в активній діяльності з самореалізації, у програмі профілактики закріплення успіхів другого етапу здійснюється через самостійну профілактичну роботу тинейджерів з молодшими гімназистами. Напрямами діяльності на цьому етапі були: «Профілактика тинейджерами надмірного занурення у кіберпростір молодших школярів у гімназії», «Профілактика тинейджерами надмірного занурення у кіберпростір в територіальній громаді». Зрозуміло, що координаційна група профілактики провела підготовчу роботу з тинейджерами, орієнтуючи їх на використання свого досвіду участі в профілактиці як об'єктів, та стимулювала школярів до творчості щодо розробки форм роботи з початківцями. За підтримки класних керівників початкової школи підлітки провели: гру «Спілкуємося реально», гру-подорож «Віртуальні друзі», бесіду-презентацію «Спілкуватися реально – це здорово!», творчий проєкт «Кіберетикет гімназії». Останній напрям «Профілактика тинейджерами надмірного занурення у кіберпростір в територіальній громаді» ще триває, оскільки програма має реалізовуватися до кінця грудня 2021 року. Тинейджерами вже була проведена в територіальній громаді акція добрих справ «Передай іншому», а розробка соціальних роликів про особливості кібервзаємодії та лєтеркросингу ще триває.

Отже, реалізація програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір тривала з серпня по кінець грудня 2021 року(отже, програма ще не повністю завершена) в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, експериментальна група складалася з 46 підлітків. Залучення батьків школярів для профілактики на першому етапі її реалізації значно полегшило переконання в її необхідності педагогічного колективу гімназії та запрошення фахівців територіальної громади, представників адміністративної, правоохоронної, медичної, мистецько-дозвілєвої сфер, бізнес-структур, благодійних організацій територіальної громади. З представниками зовнішнього та

внутрішнього соціальних середовищ гімназії було проведено роботу із зацікавлення програмою та просвітницьку щодо оволодіння знаннями про психовікові особливості підліткового віку та форми соціально-педагогічної профілактики з ними. В результаті реалізації першого етапу програми була створена координаційна група, яка і здійснювала безпосередню профілактичну роботу з тинейджерами. Найцікавіші форми роботи, на думку підлітків, були такі: бесіда-зустрічі з представниками Департаменту Кіберполіції, дискусія «Друг реальний та друг віртуальний: переваги і недоліки», творчий проєкт «Кіберетикет гімназії». Бліц-опитування батьків та вчителів свідчили, що тинейджери змінюються, вони активніше беруть участь у справах реального життя, значно менше проводять часу у кіберпросторі, але потрібна повторна діагностика.

2.3. Аналіз ефективності програми соціально-педагогічної профілактики у ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір

При повторній діагностиці застосовувався той самий опитувальник «Сприйняття Інтернету» Є. Щепіліної та спостереження батьків та вчителів за часом знаходження підлітків у кіберпросторі. Зрозуміло, що вивчалися зміни в обох групах як експериментальній (ЕГ), так і в контрольній групі (КГ). Результати повторної діагностики наведені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Результати повторного діагностування в Криворізький гімназії №14 рівня надмірного занурення підлітків у кіберпростір (в абсолютних показниках та відсотках)

Групи підлітків	Кільк.	Рівні надмірного занурення у кіберпростір		
		Високий	Середній	Низький
1. Експериментальна група школярів базової школи (ЕГ)	46	19	22	5
	100%	41%	48%	11%

2. Контрольна група школярів базової школи (КГ)	42	28	10	4
	100%	66%	24%	10%
Всього підлітків	88 (100%)	47 (54%)	32 (36%)	9 (10%)

Результати проведеної повторної діагностики не є остаточними, оскільки реалізація програми ще не закінчена, вона триватиме до кінця грудня. Проте аналіз результатів діагностики в ЕГ вражає, оскільки кількість школярів з високим рівнем надмірного занурення в кіберпростір зменшилася з 35 до 19 підлітків, а з середнім рівнем збільшилася з 11 до 22 тинейджерів, навіть з'явилося 5 школярів з низьким рівнем. А от в КГ певні зміни відбулися, але не істотні, наприклад з високим рівнем занурення зменшилося до середнього всього у 2 школярів, а з низьким залишилось та сама кількість – 4 школяра. Зрозуміло, середній рівень надмірного занурення у кіберпростір – це теж не дуже добре, але програма продемонструвала, що підлітків можливо витягнути з віртуального середовища у реальне життя, треба тільки здійснювати профілактику систематично.

У таблиці 2.4. наведено порівняння результатів двох діагностик рівнів надмірного занурення підлітків у кіберпростір до і після впровадження програми соціально-педагогічної профілактики.

Таблиця 2.4

Порівняння результатів первинного та повторного діагностування рівнів надмірного занурення підлітків у кіберпростір у абсолютних числах та % у Криворізькій гімназії №14.

Рівні звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір	Підлітки гімназії Експериментальна група		Підлітки гімназії Контрольна група	
	До	Після	До	Після
Високий	76% (35)	41% (19)	70% (30)	66% (28)
Середній	24% (11)	48% (22)	20% (8)	24% (10)
Низький	0% (0)	11% (5)	10% (4)	10% (4)

Бачимо, що кількість підлітків з високим рівнем зменшилася з 74% у 88 підлітків до 54%, тобто на двадцять відсотків, але все одно більше ніж 50% тинейджерів мають високий рівень звички надмірного занурення у віртуальний простір. Кількість школярів з середнім рівнем зросла з 22 %(19) до 36% (32), отже, на 14% (13). А з низьким рівнем збільшилось на 6% (з 4% до 10%(9)).

Спостереження батьків та вчителів за часом, який підлітки витрачають на кіберпростір, підтвердило результативність програми, оскільки створення сприятливих умов для урізноманітнення дозвіллевої діяльності підлітків як в шкільному соціальному середовищі, так і в середовищі територіальної громади спонукає тинейджерів до обрання реального життя, скорочує час перебування у віртуалі, оскільки вільний час проведений офлайн є цікавим та різноманітним.

Таким чином, повторна діагностика довела результативність впровадженої програми соціально-педагогічної профілактики звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір, навіть за умови не остаточної її реалізації. Реальним досягненням в експериментальній групі є зменшення високого рівня звички надмірного занурення у кіберпростір на 35% (16 школярів) та збільшення на 11% низького рівня (5 школярів), отже, у 21 (46%) тинейджера з 46 відбулися позитивні зміни менш ніж за 3 місяця профілактичної роботи зі школярами. У контрольній групі лише у 4% (2 школяра) зменшився високий рівень до середнього, інших позитивних змін не було. Отже, в ЕГ позитивні зміни щодо зниження рівня звички надмірного занурення у кіберпростір відбулися у 46%(21) школярів, а в КГ у 4%(2), але в ЕГ зміни були якісніше, оскільки 11%(5) тинейджерів досягли низького рівня сучасної шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір. Вважаємо, програму слід доопрацювати разом з підлітками та подовжити її термін дії на весь навчальний рік.

Висновки до розділу 2

Для обґрунтування Програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір було проведено діагностику відповідної профілактичної діяльності ЗЗСО в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, яку було обрано як експериментальний майданчик. Діагностування методом аналізу інформації з сайту, документації (плани та звіти виховної роботи, діяльності соціально-психологічної служби школи, діяльності соціального педагога тощо) довело, що певна робота в освітньому закладі (з означеної проблеми) проводиться, але епізодично та час від часу. Більш систематично в гімназії запобігають таким шкідливим звичкам, як: паління, наркоманія, алкоголізм, суїцид, а шкідливість надмірного занурення у кіберпростір недостатньо усвідомлюється та попереджається. Діагностика рівню надмірного занурення тинейджерів (88 осіб за допомогою опитувальника «Сприйняття Інтернету» Є. Щепіліної та спостереження батьків та вчителів за часом знаходження дітей в Інтернеті) в кіберпростір підтвердила актуальність нашої проблеми, оскільки у 84 підлітків було виявлено високий та середній рівень занурення у віртуальний простір. На підставі теоретичних положень, узагальнених в першому розділі, а також результатів діагностики реального стану профілактики в ЗЗСО та рівнів за занурення в кіберпростір підлітків було обґрунтовано програму, соціально-педагогічний аспект якої полягає у об'єднанні попереджальних можливостей родини, ЗЗСО, територіальної громади і самих підлітків у профілактиці їх надмірного занурення у кіберпростір. Для цього обґрунтовано першим етапом підготовку батьків для профілактичної роботи з тинейджерами в родинному колі, а також залучення їх для запобіжної роботи в ЗЗСО та територіальній громаді. Результатом є створення та організація роботи координаційної групи з соціально-педагогічної профілактики, щоб об'єднати запобіжні зусилля на внутрішньо шкільному та зовнішньо шкільному соціальному середовищі. Другим етапом

діяльності визначено безпосередньо профілактичну роботу з підлітками з високим та середнім рівнем занурення у кіберпростір. Щоб зміцнити результати, досягнуті на другому етапі, заплановано на третьому етапі стимулювати профілактичну роботу самих підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір, що відповідає психовіковим особливостям тинейджерів.

Реалізація програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір тривала з серпня по кінець грудня 2021 року(отже, програма ще не повністю завершена) в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, експериментальна група складалася з 46 підлітків. Залучення батьків школярів для профілактики на першому етапі її реалізації значно полегшило переконання в її необхідності педагогічного колективу гімназії та запрошення фахівців територіальної громади, представників адміністративної, правоохоронної, медичної, мистецько-дозвіллевої сфер, бізнес-структур, благодійних організацій територіальної громади. З представниками зовнішнього та внутрішнього соціальних середовищ гімназії було проведено роботу із зацікавлення програмою та просвітницьку щодо оволодіння знаннями про психовікові особливості підліткового віку та форми соціально-педагогічної профілактики з ними. В результаті реалізації першого етапу програми була створена координаційна група, яка і здійснювала безпосередню профілактичну роботу з тинейджерами. Найцікавіші форми роботи, на думку підлітків, були такі: бесіда-зустрічі з представниками Департаменту Кіберполіції, дискусія «Друг реальний та друг віртуальний: переваги і недоліки», творчий проєкт «Кіберетикет гімназії». Бліц-опитування батьків та вчителів свідчили, що тинейджери змінюються, вони активніше беруть участь у справах реального життя, значно менше проводять часу у кіберпросторі.

Повторна діагностика довела результативність впровадженої програми соціально-педагогічної профілактики звички надмірного занурення підлітків

у кіберпростір, навіть за умови не остаточної її реалізації. Реальним досягненням в експериментальній групі є зменшення високого рівня звички надмірного занурення у кіберпростір на 35% (16 школярів) та збільшення на 11% низького рівня (5 школярів), отже, у 21 (46%) тинейджера з 46 відбулися позитивні зміни менш ніж за 3 місяця профілактичної роботи зі школярами. У контрольній групі лише у 4% (2 школяра) зменшився високий рівень до середнього, інших позитивних змін не було. Отже, в ЕГ позитивні зміни щодо зниження рівня звички надмірного занурення у кіберпростір відбулися у 46%(21) школярів, а в КГ у 4%(2), але в ЕГ зміни були якісніше, оскільки 11%(5) тинейджерів досягли низького рівня сучасної шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір. Вважаємо, програму слід доопрацювати разом з підлітками та подовжити її термін дії на весь навчальний рік.

ВИСНОВКИ

Вирішення завдань дипломної роботи дало можливість зробити наступні висновки.

Підлітками є діти 10-14 років, які знаходячись на кризовому етапі переходу від дитинства до дорослості, потребують самоактуалізації, самоствердження, самореалізації у соціумі, особливо своїх однолітків. Активне засвоєння соціального досвіду, соціальних ролей стимулюють набуття тинейджером звичних форм поведінки. Звички поділяються на позитивні та негативні. Негативна звичка – сформована дія, виконання якої за певних обставин стало потребою і яка є соціально не схвальною, оскільки руйнує людину на фізичному, психічному, соціальному рівнях, загрожує життю. Найпоширенішими традиційними важкими звичками є алкоголь, наркотики, токсикоманія, тютюнопаління, до яких долучаються, як правило, в підлітковому віці. Психовікові особливості цього віку сприяють формуванню в процесі кіберсоціалізації у підлітків нової шкідливої звички – надмірного занурення у кіберпростір. «Надмірне занурення підлітків у кіберпростір» схарактеризоване як сформовану потребу дитини віком 10-14 років виходити в Інтернет-простір більш ніж 4 години на добу, що загрожує фізичному, психічному та соціальному здоров'ю, а також життю тинейджера. Надмірне занурення у кіберпростір виявляється у підлітків через «зависання у соціальних мережах», безцільний віртуальний серфінг, безперервне спілкування он-лайн, кібершопінг, гемблінг, кіберсекс тощо. Ця шкідлива звичка може призвести до руйнування реального соціального «Я» дитини, до маніпулювання підлітком кіберзлочинцями, до відчуження тинейджера від реальності, до втрати ним реального часу тощо.

Профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір має наступні теоретичні основи: по-перше, за законами України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту» школа має перейматися гармонійним розвитком громадян, зокрема профілакувати їх шкідливі

звички, особливо в учнів базової школи, які знаходяться в сенситивному віці для їх набуття; по друге, профілактика розглядається нами лише на первинному рівні як попередження, превенція, запобігання, недопущення негативних процесів, явищ в соціумі та у людини; по-третє, профілактика в ЗЗСО шкідливих звичок підлітків, зокрема надмірного занурення у кіберпростір, трактується нами як процес соціального виховання тинейджерів спрямований на попередження відхилень в їх соціальному розвитку; по-третє, серед видів профілактики шкідливих звичок в ЗЗСО застосовуються : медична, юридична, психологічна. педагогічна, соціальна та соціально-педагогічна; по-четверте, перевагою соціально-педагогічної профілактики є об'єднання соціально-виховного потенціалу всіх вище перелічених видів профілактики, через об'єднання зусиль попередження шкідливих звичок у самих підлітків, їх сімей, педагогічного колективу школи та соціокультурного середовища школи на внутрішньому та зовнішньому рівні(координація попереджувальної роботи зі всіма дотичними соціальними закладами та інституціям); по-п'яте, найбільш розробленою є теорія профілактики в ЗЗСО хімічних шкідливих звичок та девіантної поведінки школярів, теорія профілактики шкідливих звичок, пов'язаних з кіберпростором лише розробляється в соціально-педагогічних наукових дослідженнях; по-шосте, профілактика в ЗЗСО в умовах кіберсоціалізації має зважати на необхідність гармонізації розвитку «реального Я» та «віртуального Я» в соціальному вдосконаленні сучасного тинейджера, на нагальну потребу застосовувати віртуальне соціальне виховання в школі для профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір.

Сучасний стан профілактики звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір нерівномірний в світі. Зарубіжні та вітчизняні дослідники на безпосередньому рівні попереджальної роботи з підлітками пропонують: в цілому зміцнити психологічну профілактику з дітьми щодо усвідомлення ними самими проблеми та підвищення їх самопрофілактики віртуальної залежності; використання віртуальних засобів для профілактики віртуальної

залежності школярів; запобігти формуванню шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір, необхідно розвиваючи духовність тинейджерів, систему їх ціннісних орієнтацій, щоб унеможливити поглинення «реального Я» підлітка його «віртуальним Я»; інтелектуальний розвиток учнів базової школи, вдосконалення їх критичного мислення стануть запобіжними чинниками віртуального маніпулювання ними; урізноманітнення цікавої для підлітка діяльності у реальному соціальному середовищі (туризм, спорт, волонтерство, соціальна допомога іншим тощо) та реального дозвілля тинейджерів гармонізують час витрачений в офлай та онлайн. Соціально-педагогічний підхід до профілактики зазначеної проблеми передбачає не лише безпосередню роботу з об'єктами профілактики, але й копітку роботу з соціальним середовищем, щоб об'єднати зусилля всіх та разом створити сприятливі умови в середовищі для профілактики та нетерпимі для розвитку кіберзалежності. В цьому напрямі існує закордонний та вітчизняний досвід: копіткою роботи фахівців стосовно підготовки батьків та педагогів до профілактичної роботи вдома та в ЗЗСО, щоб вона була узгоджена та відповідала вимогам сучасності, потребам підлітків; координація профілактичної діяльності всіх фахівців територіальної громади, з якими співпрацює школа щодо вдосконалення соціального розвитку тинейджерів, їх співпраця з громадськими організаціями, бізнес структурами, місцевими ЗМІ, органами влади тощо; створення державних просвітницьких програм та спеціальних консультативних центрів тощо.

Для обґрунтування Програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір було проведено діагностику відповідної профілактичної діяльності ЗЗСО в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, яку було обрано як експериментальний майданчик. Діагностування методом аналізу інформації з сайту, документації (плани та звіти виховної роботи, діяльності соціально-психологічної служби школи, діяльності соціального педагога тощо) довело, що певна робота в освітньому закладі (з означеної проблеми) проводиться,

але епізодично та час від часу. Діагностика рівню надмірного занурення тинейджерів (88 осіб за допомогою опитувальника «Сприйняття Інтернету» Є. Щепіліної та спостереження батьків та вчителів за часом знаходження дітей в Інтернеті) в кіберпростір підтвердила актуальність нашої проблеми, оскільки у 84 підлітків було виявлено високий та середній рівень занурення у віртуальний простір. На підставі теоретичних положень, узагальнених в першому розділі, а також результатів діагностики реального стану профілактики в ЗЗСО та рівнів за занурення в кіберпростір підлітків було обґрунтовано програму, соціально-педагогічний аспект якої полягає у об'єднанні попереджальних можливостей родини, ЗЗСО, територіальної громади і самих підлітків у профілактиці їх надмірного занурення у кіберпростір. Для цього обґрунтовано першим етапом підготовку батьків для профілактичної роботи з тинейджером в родинному колі, а також залучення їх для запобіжної роботи в ЗЗСО та територіальній громаді. Результатом є створення та організація роботи координаційної групи з соціально-педагогічної профілактики, щоб об'єднати запобіжні зусилля на внутрішньо шкільному та зовнішньо шкільному соціальному середовищі. Другим етапом діяльності визначено безпосередньо профілактичну роботу з підлітками з високим та середнім рівнем занурення у кіберпростір. Щоб зміцнити результати, досягнуті на другому етапі, заплановано на третьому етапі стимулювати профілактичну роботу самих підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір.

Реалізація програми соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір тривала з серпня по кінець грудня 2021 року(отже, програма ще не повністю завершена) в Криворізькій гімназії №14 Криворізької міської ради, експериментальна група складалася з 46 підлітків. Залучення батьків школярів для профілактики на першому етапі її реалізації значно полегшило переконання в її необхідності педагогічного колективу гімназії та запрошення фахівців територіальної громади, представників адміністративної, правоохоронної,

медичної, мистецько-дозвіллевої сфер, бізнес-структур, благодійних організацій територіальної громади. В результаті реалізації першого етапу програми була створена координаційна група, яка і здійснювала безпосередню профілактичну роботу з тинейджерами. Найцікавіші форми роботи, на думку підлітків, були такі: бесіда-зустрічі з представниками Департаменту Кіберполіції, дискусія «Друг реальний та друг віртуальний: переваги і недоліки», творчий проєкт «Кіберетикет гімназії».

Повторна діагностика у листопаді довела результативність впровадженої програми соціально-педагогічної профілактики звички надмірного занурення підлітків у кіберпростір, навіть за умови не остаточної її реалізації. Реальним досягненням в експериментальній групі є зменшення високого рівня звички надмірного занурення у кіберпростір на 35% (16 школярів) та збільшення на 11% низького рівня (5 школярів), отже, у 21 (46%) тинейджера з 46 відбулися позитивні зміни менш ніж за 3 місяця профілактичної роботи зі школярами. У контрольній групі лише у 4% (2 школяра) зменшився високий рівень до середнього, інших позитивних змін не було. Отже, в ЕГ позитивні зміни щодо зниження рівня звички надмірного занурення у кіберпростір відбулися у 46%(21) школярів, а в КГ у 4%(2), але в ЕГ зміни були якісніше, оскільки 11%(5) тинейджерів досягли низького рівня сучасної шкідливої звички надмірного занурення у кіберпростір. Вважаємо, програму слід доопрацювати разом з підлітками та подовжити її термін дії на весь навчальний рік.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєнко Т. Ф. Виклики глобалізації у сучасних соціально-педагогічних тенденціях і проблемах // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. пр. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т проблем виховання. Київ, 2006. Вип. 9. С. 7–15
2. Активні методи просвітницької діяльності у профілактиці ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки: посіб. для спец... / За заг. Ред Р.Г.Вайноле, Т.Л.Лях. – Київ, 2007. – 190 с.
3. Білик О.М. Соціалізація іноземних студентів в освітньо-культурному середовищі вищого навчального закладу України : монографія / Харків. держ. акад. культури. Харків : Майдан, 2016. 336 с
4. Богданович Л.М., Усик С.Л. Шкідливі звички підлітків – проблема сучасності <https://vl.nmc.dsns.gov.ua/files/cite/pdf>
5. В Україні кількість інтернет-користувачів зросла до 23 мільйонів // Укрінформ. 2019. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-technology/2797152-v-ukraini-kilkist-internetkoristuvaciv-zrosla-do-23-miljoniv.html>
6. Вегеріна А.В. Соціально-педагогічна діяльність з гармонізації медіасоціалізації в культурі інформаційного суспільства. *Трансформація соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства*: колективна монографія. За науковою редакцією професора А.О.Рижанової. – Харків: ХДАК, 2019. – С.47-71.
7. Водяненко Г. Информационное пространство человека. *Интеграция образования*. 2012. № 3. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/informatsionnoe-prostranstvo-cheloveka>.
8. Вред от планшета и смартфона для детей – опасности и риски <https://bezopasnost-detej.ru/kak-zashchitit-rebenka/226-vred-ot-plansheta-i-smartfona-dlya-detej>

9. Дубов Д. В., Ожеван О. А., Гнатюк С. Л. Інформаційне суспільство в Україні: глобальні виклики та національні можливості : аналіт. доп. Київ. : НІСД, 2010. 64 с
10. Експериментальне дослідження залежності учнів ЗНЗ від віртуальної реальності <https://bibl.com.ua/informatika/36459/index.html?page=2>
11. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери. Київ, Сімферополь: Універсум, 2013. 536 с.
12. Заверико Н.В., Шугайло Я.В. Проблема формування критичного ставлення підлітків до засобів масової інформації: соціально-педагогічні аспекти. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. Запоріжжя, 2017. №1. С.31-39.
13. Зарудна О.І. та ін. Проблема шкідливих звичок у підлітків. 9638-Текст статті-36635-1-10-20181127 (2).pdf
14. Кіберпростір. *Термінологічний словник з питань запобігання та протидії легалізації (відмиванню) доходів, одержаних злочинним шляхом, фінансування тероризму, фінансування та розповсюдження зброї масового знищення та корупції* /А.Г. Чубенко, М.В. Лошицький, Д.М. Павлов, С.С. Бичков, О.С.Юнін. Київ: Ваїте, 2018. – С.332.
15. Кількість кіберпреступлень в Україні збільшується на 2,5 тисячі в год. URL: https://zn.ua/UKRAINE/kolichestvo-kiberprestupleniy-v-ukraine-uvelichivaetsya-na-2-5-tysyachi-v-god-272169_.html
16. Криворізька гімназія №14 Криворізької міської ради <https://krschool14.dnepredu.com/uk/site/publiczna-informatsiya-2.html>
17. Кудашкіна О.З. Аналіз позитивного впливу кіберпростору на особистість студентської молоді. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2012. № 3. С. 47–52.
18. Лисенко Ю.О. Засоби масової інформації як чинник впливу на соціальне виховання підлітків. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб.наук. пр. У 2 кн.* Київ, 2008. Кн. 2. – С.103-110.

- 19.Лисенко Ю. Соціально-педагогічна профілактика насильства стосовно людей похилого віку в інформаційному суспільстві. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2017. № 8. С. 279–289.
- 20.Лисенко Ю.О. Соціально-педагогічні чинники впливу сучасної естрадної музики на молодіжну субкультуру: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.05 – «Соціальна педагогіка», Луганськ, 2011. – 20 с.
- 21.Лучинкіна А. І. Психологія інтернет-соціалізації особистості : монографія. Сімферополь : Аріал, 2013. 355 с.
- 22.Малько А.О. Соціальна педагогіка в школі: культурологічний аспект. *Рідна школа*.2001. - №3. – С.36-40.
- 23.Олійник В. О. Соціально-педагогічна профілактика жорстокої поведінки учнів основної школи засобами анімаційної діяльності : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Харків, 2017. 265 с
- 24.Оржеховська В.М. Педагогічна профілактика девіантної поведінки неповнолітніх : орієнтована програма для пед. навч. закл. України / Ін-т змісту і методів навчання / В. М. Оржеховська. – К., 1996. – 41 с.
- 25.Панагушина О.Є. Соціалізація підлітків у діяльності молодіжних організацій: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.05 – «Соціальна педагогіка», Луганськ, 2008. – 20 с.
- 26.Петрунько О. В. Соціалізація дитини в агресивному медіасередовищі : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : спец. 19.00.05 «Соц. психологія, психологія соц. роботи» / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2010. 44 с.
- 27.Полянничко А.О. Організація змістовного дозвілля як чинник профілактики булінгу серед хлопців у середовищі загальноосвітнього закладу // *Культурологія та соціальні комунікації: інноваційні стратегії розвитку* : матеріали міжнар. наук. конф. (26–27 листоп. 2015 р.) / Харків. держ. акад. культури. Харків, 2015. С. 96–97.
- 28.Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України від 18 груд. 2018 р. № 2657 //

- Відомості Верховної Ради України. 2019. № 5. Ст. 33. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19>.
29. Про освіту: Закон України зі змінами № 1709-IX від 07.09.2021: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.
30. Про основні засади забезпечення кібербезпеки України : Закон України від 5 жовт. 2017 р. № 2163 // Відомості Верховної Ради України. 2017. № 45. Ст. 403. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2163-19#Text>
31. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 16 січ. 2020 р. № 463 // Відомості Верховної Ради України. 2020. № 31. Ст. 226. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>
32. Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007–2015 роки : Закон України від 9 січ. 2007 р. № 537. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/537-16>.
33. Професійний довідник соціального педагога /Укл. О.І.Расказова. – Харків: Основа, 2011. – 208 с.
34. Прохоренко Є. Я. Феномен кіберкультури в інформаційно-технологічному відтворенні соціуму : автореф. дис. ... канд. соціол. наук : спец. 22.00.04. Харків, 2008. 23 с
35. Психологічні передумови виникнення шкідливих звичок у підлітковому та юнацькому віці <http://ndak.com.ua/psihologchna-service/item/174-psihologichni-pepedumovi-viniknennya-shkidlivih-zvichok-u-pidlitkovomu-ta-yunatsykomu-vitsi>
36. Психолого-педагогічна робота в загальноосвітніх навчальних закладах з профілактики насильства над дітьми: метод. посібник. – Київ: ВПЦ «Експрес», 2009. – 328 с.
37. Ратинська О. М. Соціально-педагогічна корекція соціальних відхилень у акцентуйованих підлітків. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2011. Вип. 55. С. 88–93
38. Рижанова А.О. Актуальні проблеми підготовки фахівців до соціально-педагогічного супроводу в умовах інформаційного суспільства // Вісник

- Луганського національного ун-ту ім.Т.Шевченка: зб. наук. пр. Педагогічні науки. – Старобельск: ЛНУ ім.Тараса Шевченка, 2016. – № 6 (303). Частина 1.– С.105-117
- 39.Рижанова А.О. Кіберсоціалізація і розвиток соціального виховання, соціальної педагогіки в умовах інформаційного суспільства. *Трансформація соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства: кол.моногр./* за наук. ред. проф.А.О.Рижанової. Харків: ХДАК, 2019. – С.18-26.
40. Рижанова А.О. Соціокультурні технології та соціально-педагогічна діяльність в умовах інформаційного суспільства / А.О.Рижанова // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології: наук. журнал / голов. ред. А.А.Сбруєва. – Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2017. – №5. – С.166-175.
- 41.Рижанова А.О. Теоретико-методологічні основи трансформації соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства. Передмова. Післямова. *Трансформація соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства: колективна монографія.* За науковою редакцією професора А.О.Рижанової. – Харків: ХДАК, 2019. – С.5-46, 196-197.
- 42.Рижанова А. О., Потьомкіна Н. З. Зарубіжний досвід профілактики Інтернет-залежності молоді. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. / Центральноукр. держ. пед. ун-т ім. Володимира Винниченка* Кропивницький: РВВ ЦДПУ ім. В. Винниченка. Випуск 194. 2021. С. 51-56.
- 43.Рижанова А. О., Потьомкіна Н. З. Тенденції соціально-педагогічної профілактики залежності старшокласників від віртуальних соціальних мереж в нових соціокультурних умовах. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки / Центральноукр. держ. пед. ун-т ім. Володимира Винниченка.* Кропивницький, 2021. Вип. 196. С. 53–59. (*Index Copernicus*).

44. Савченко С.В. Опытно-педагогическая работа в социальной педагогике в контексте гуманистической образовательной парадигмы. *Соціальна педагогіка: теорія та практика.* - 2004. - №1. – С.10-15.
45. Сторінка соціального педагога
<https://krschool14.dnepredu.com/uk/site/storinka-sotsialnogo-peda.html>
46. Сміянов В.А., Сміянова О.І. Пропедевтика громадського здоров'я
<https://pubhealth.med.sumdu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/02/MI-T22-Public-health-propaedeutics.pdf>
47. Соціальна педагогіка: теорія і технології: підручник /за заг. Ред І.Д.Зверєвої. – Київ: Центр навчальної літератури, 2006. – 316 с.
48. Соціальна робота. Короткий енциклопедичний словник. Книга 4. – Київ: ДЦССМ, 2002. – 536 с.
49. Тадаєва А.В. Вплив нових медіа на процес комунікації особистості. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка: педагогічні науки: зб. наук. пр.* Старобільськ, 2018, №1, ч.1. С.147-154.
50. Трансформація соціальної педагогіки та соціальної роботи в культурі інформаційного суспільства: колективна монографія /за наук. ред. проф. А.О.Рижанової. Харків: ХДАК, 2019. – 208 с..
51. Федорченко Т.Ф. Соціально-педагогічні засади профілактики девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: спец. 13.00.05 – «Соціальна педагогіка», Луганськ, 2013. – 44 с.
52. Червяк П. І. Медична енциклопедія. Вид. 3-є, допов. Київ : Просвіта, 2012. 1504 с
53. Шкідливі звички <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%>
54. Шкідливі звички: куріння, алкоголізм, наркоманія
<https://www.udau.edu.ua/ua/departments/viddili/psixologichna-sluzhba-universitetu/kalejdoskop/shkidlivi-zvichki-kurinnya-alkogolizm-narkomaniya.html>

55. Шкідливі звички наших дітей, або, батьки, наші діти у небезпеці.
<http://sport.ugledar.info/?p=515>
56. Шкідливі звички та їх наслідки http://olex.kr-admin.gov.ua/index.php?option=com_k2&view=item&id=6631
57. Шкідливі звички та їх наслідки для організму підлітка <http://molod-sport.khm.gov.ua>
58. Шугайло Я.В. Соціально-педагогічні умови подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.05 – «Соціальна педагогіка», Київ, 2018. – 20 с.
59. Шугайло Я.В. Інтернет-залежність та проблема її профілактики серед дітей та підлітків. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. Запоріжжя, 2015. №2. С.17-24.

ДОДАТКИ

Додаток А

ПРОГРАМА

соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір

Суб'єкти: провідний – соціальний педагог ЗЗСО, крім того, координаційна група з фахівців-представників внутрішнього та зовнішнього соціального середовища, а саме: практичний психолог, вчитель с інформатики, медичний працівник, працівник правоохоронних органів, представники місцевої інформаційної, мистецької, дозвілєвої сфери, визначні представники місцевої громади – блогери, представники громадських організацій.

Об'єкт Програми: школярі базової школи.

Головною метою програми є вдосконалення соціально-педагогічної профілактики в ЗЗСО надмірного занурення підлітків у кіберпростір, щоб знизити рівень їх віртуального занурення.

Завдання Програми:

1. Підготовка батьків підлітків до профілактики надмірного занурення підлітків у кіберпростір.
2. Створення координаційної групи з фахівців соціального середовища школи та територіальної громади для профілактичної роботи з тинейджерами.
3. Зміцнення ціннісного ставлення до реальності підлітків.
4. Розвиток емоційно-вольових якостей підлітків стосовно опору бажанню зануритися у кіберпростір.
5. Організація цікавого та різноманітного суспільного життя та дозвілля підлітків у територіальній громаді.

Робота проводиться в 3 етапи:

- 1) організації та підготовки до профілактики координаційної групи;
- 2) безпосередня попереджувальна робота з тинейджерами;
- 3) стимулювання профілактичної роботи підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір.

№	Напрями та зміст роботи	Методи та форми	Відповідальний	Місце проведення
I етап. Організація та підготовка до профілактики координаційної групи				
1.	<p>Напря́м: Залучення батьків до профілактичної роботи вдома</p> <p>а) інформування батьків про шкідливість надмірного занурення підлітків у кіберпростір;</p> <p>б) просвіта щодо запобіжної роботи батьків в родинному середовищі.</p>	<p>Захі́д: організація батьківських зборів з презентацією «Результати діагностики рівня занурення підлітків у кіберпростір та його наслідки»</p> <p>Круглий стіл «Віртуальне соціальне середовище: плюси та мінуси»</p> <p>Лекція-презентація «Здоров'я дитини та віртуал»</p> <p>Дискусія «Чи можна запобігти віртуальному зануренню підлітка?»</p> <p>Майстер-клас «Вдома цікавіше, ніж в Інеті»</p> <p>Віртуальна кімната «Батьківська</p>	<p>Соц.педагог, практи.психолог</p> <p>Соціальний педагог</p> <p>Мед. працівник</p> <p>Практич.психолог, соцпедагог</p> <p>Інженер-електронщик гімназії</p>	<p>Гімназія №14</p> <p>Соц.мережа Гімназії</p>
2.	<p>Напря́м: Координація профілактичної діяльності на внутрішкільному рівні:</p> <p>а) представлення Програми педагогічному колективу;</p> <p>б) заохочення педколективу до участі у Програмі;</p> <p>в) долучення до засобів соціально-педагогічної профілактики</p>	<p>Презентація програми</p> <p>Дебати «Стихійна соціалізація підлітків в кіберпросторі», практикум «Вчитель як посередник до безпечного кібер-простору», Всеукраїнська Інтернет-конференція «НА УРОК» «Безпечний Інтернет для учнів та освітян».</p> <p>Методзасідання «Інтерактивне навчання в системі профілактики», бесіда «Віртуалізація реального життя», дидактичний тренінг «Мережі в навчанні та житті», майстер-клас «Соціокультурні засоби профілактики надмірного занурення у віртуал».</p>	<p>Соц. педагог</p>	<p>Гімназія 14</p> <p>Соц.мережа Гімназії</p>

3.	<p>Напря́м: Координація профілактики на зовнішньо шкільному рівні</p> <p>а) залучення разом з батьками фахівців територіальної громади</p> <p>б) залучення разом з батьками представників громадських організацій, інформаційних агенств</p> <p>в) просвіта представників територіальної громади щодо соціально-педагогічної профілактики</p>	<p>Коло ідей «Допоможемо тинейджеру знайти вихід з Павутиння» нарада в органах місцевого самоврядування;</p> <p>мозковий штурм «Бізнес проти віртуалізації тинейджерів», Інтернет-конференція «Реальність проти віртуальності: громада разом»;</p> <p>віртуальна екскурсія «Віртуальне мистецтво-реальне мистецтво», майстер-класи «Засоби віртуалу проти кіберзалежності», «Презентація у профілактиці», «Вчора космонавти, сьогодні – блогери».</p>	соціальний педагог, психолог, завуч, батьки гімназистів	Заклад місцевого самоврядування, Гімназія №14., Zoom
II етап. Безпосередня соціально-педагогічна профілактика тинейджерів				
1.	<p>Напря́м: Сприяння формуванню у підлітків ціннісного ставлення до реального життя:</p>	<p>Бесіда-зустріч з представниками Департаменту Кіберполіції</p> <p>Відео-зустріч, Давайте дружити у віртуалі!</p> <p>Онлайн-бесіда «Всупереч просторовим обмеженням»</p> <p>Пресконференція у бібліотеці «Реальні загрози віртуального життя»</p>	Представник кіберполіції, соціальний педагог, медичний працівник, практичний психолог	Гімназія №14, Google Meet, Бібліотека.
2.	<p>Напря́м: Розвиток емоційно-вольових якостей підлітків стосовно опору бажанню зануритися у кіберпростір.</p>	<p>Зустріч-бесіда з представниками медичних, соціальних, правоохоронних організацій, правовий соціально-педагогічний тренінг «Права тинейджерів у реальному та віртуальному світі», Круглий стіл «Тинейджерам вхід дозволено, але обережно...», Флешмоб «Воскресіння без кіберпростору»</p> <p>Екскурсії містом та регіоном, до Києва, Одеси та Львова, туристичні походи,</p>	Представники координаційної групи профілактики	Медичні, правоохоронні, соціальні тощо заклади територіальної громади

3.	Напрямок: Організація цікавого та різноманітного суспільного життя та дозвілля підлітків у територіальній громаді)	волонтерська діяльність підлітків у територіальній громаді, виступи гімназичного театру тинейджерів у лікарнях міста, інших школах, засвоєння навичок верхової їзди на конях (за допомогою батьків), очищення території біля гімназії від наркоманських позначок (за проханням представників поліції) тощо.	педагог, батьки гімназистів	
ІІІ етап. Стимулювання профілактичної роботи підлітків із запобігання у молодших школярів надмірного занурення у кіберпростір				
1.	Напрямок: Профілактика тинейджерами надмірного занурення у кіберпростір молодших школярів в гімназії	Гра «Спілкуємося реально», Гра-подорож «Віртуальні друзі», бесіда-презентація «Спілкуватися реально – це здорово!», творчий проєкт «Кіберетикет гімназії».	Соціальний педагог, класні керівники початкової школи, підлітки ЕГ	Гімназія №14.
2	Напрямок: Профілактика тинейджерами надмірного занурення у кіберпростір в територіальній громаді	Розробка соціальних роликів про особливості кібервзаємодії, акція добрих справ «Передай іншому», лєтеркросинг	Координаційна група, соціальний педагог	Заклади територіальної громади

**Опитувальник Е. Щепиліної
«Сприйняття Інтернету»**

<https://psylist.net/praktikum/00121.htm>

Будь ласка, дайте відповідь на запитання, обрав одну із запропонованих відповідей (або зазначив власну відповідь). «Правильних» або «Неправильних» відповідей не існує, тому обирайте ту, яка найбільше відповідає Вашим поглядам і Вашій думці про себе.

Не витрачайте багато часу на обдумування відповідей. Давайте ту відповідь, яка першою приходить Вам в голову. Намагайтеся за можливості не використовувати відповіді на кшталт «іноді» або «важко сказати».

Заповнення всього опитувальника триває 20 хвилин. Вдачі!

1. Я вважаю, що виявлення агресії в Мережі також неприпустимі, як і в реальному житті.
Так Ні Важко сказати
2. Іноді мені здається, що я сприймаю Інтернет не так, як інші люди.
Іноді Часто Ніколи
3. У мене набагато більше друзів у Мережі, ніж в реальному житті.
Так Ні Важко сказати
4. Буває так, що коли шукаю в Інтернеті потрібну мені інформацію і забуваю проте, що хотів знайти спочатку.
Іноді Часто Ніколи
5. Іноді мені хочеться переселитися у віртуальний світ.
Іноді Часто Ніколи
6. За підключення до Інтернету мій настрій зазвичай покращується.
Так Ні Важко сказати
7. Для мене важливіше, як виглядає сайт, ніж те, яка на ньому інформація.
Так Ні Важко сказати
8. Я вважаю, що Інтернет потрібний для:
Розваг Пошуку та збереження інформації Спілкування
9. Я часто сприймаю віртуальний світ як реальність.
Так Ні Важко сказати
10. Мені більше подобаються сайти, на яких мало графіки.
Так Ні Важко сказати
11. Коли все проти мене, Інтернет допомагає мені пережити складні часи.
Іноді Часто Ніколи
12. Я часто використовую слова та висловлення, прийняті в Мережі, у своєму реальному житті.
○ Так Ні Важко сказати
13. Мої друзі в Мережі розуміють мене краще, ніж мої друзі в реальному житті.
○ Іноді Часто Ніколи

14. Я сприймаю себе в Інтернеті інакше, ніж в реальному житті.
 ○ Так Ні Важко сказати
15. Я віддаю перевагу у спілкуванні з тими людьми, які добре розуміються на Інтернеті.
 ○ Так Ні Важко сказати
16. У мене часто виникає потреба в структуруванні інформації, яку я отримую з Інтернету.
 ○ Так Ні Важко сказати
17. Я часто завожу віртуальні романи.
 ○ Іноді Часто Ніколи
18. Зазвичай я відчуваю себе комфортніше в Мережі, ніж в реальному житті.
 ○ Іноді Часто Ніколи
19. Я віддаю перевагу сайтам, да багато графіки.
 ○ Так Ні Важко сказати
20. Я часто не знаю точно скільки часу провів в Мережі.
 ○ Так Ні Важко сказати
21. Мені буває складно пояснити іншим, що мене притягує в Інтернеті.
 Іноді Часто Ніколи
22. Іноді мені здається, що Інтернет - жива істота.
 ○ Іноді Часто Ніколи
23. Буває, що коли я закінчив роботу в Мережі, не можу згадати все, що робив, де був.
 ○ Іноді Часто Ніколи
24. Зазвичай я надаю перевагу переписці з людиною електронною поштою або спілкуватися з нею через ICQ, ніж говорити з нею телефоном або зустрічатися особисто.
 ○ Так Ні Важко сказати
25. Іноді, після довгого перебування в Мережі, у мене виникає страх (або відчуття незахищеності) щодо навколишньої дійсності.
 ○ Іноді Часто Ніколи
26. Навіть великі тексти я читаю переважно з екрану монітора, а не в паперовому варіанті.
 Так Ні Важко сказати
27. Я надаю перевагу чатам, електронній пошті і форумам.
 ○ Так Ні Важко сказати
28. Мені би хотілося проводити більше часу в Мережі, ніж зараз.
 ○ Так Ні Важко сказати
29. Я здатний скоріше щось змінити у віртуальному світі, ніж у реальному житті.
 ○ Так Ні Важко сказати
30. Комп'ютер, на якому я працюю скоріше:
 ○ «Дівчинка»
 ○ «Хлопчик»

- Просто машина
- 31. Коли я знаходжуся в Мережі, то люблю слухати музику.
 - Іноді Часто Ніколи
- 32. Буває так, що я намагаюся діяти у реальному світі так само, як у віртуальному.
 - Іноді Часто Ніколи
- 33. У Мережі я відчуваю себе більш впевнено, ніж у реальному житті.
 - Іноді Часто Ніколи
- 34. Коли я знаходжуся в Інтернеті, то я точно знаю, чого хочу.
 - Так Ні Важко сказати
- 35. Я надаю перевагу віртуальним романам, ніж реальним.
 - Так Ні Важко сказати
- 36. В Інтернеті я реалізуюся краще як особистість. Ніж в реальному житті.
 - Так Ні Важко сказати
- 37. Буває, що після роботи в Мережі в мене виникає відчуття, що я щось забув або щось не зробив.
 - Іноді Часто Ніколи
- 38. Іноді мені здається, що люди, з якими я спілкуюся в Мережі, розуміють мене набагато краще, ніж ті, що оточують мене у реальному житті.
 - Іноді Часто Ніколи
- 39. Час в Мережі проходить не так, як в реальному житті.
 - Так Ні Важко сказати
- 40. Буває, що коли знаходжуся в Мережі, мені здається, що я втрачаю контроль над тим, що відбувається.
 - Іноді Часто Ніколи
- 41. Мені більше подобається розглядати різноманітні малюнки, ніж читати.
 - Так Ні Важко сказати
- 42. Перебування в Інтернеті для мене скоріше:
 - Розвага
 - Робота
 - Життя
 - Інше (зазначте, що саме) _____
- 43. Коли я знаходжуся в Інтернеті, то перестаю звертати увагу на навколишню реальну дійсність.
 - Іноді Часто Ніколи
- 44. Я завжди намагаюся уявити, як виглядає мій співрозмовник.
 - Іноді Часто Ніколи
- 45. Мені здається, що Інтернету притаманні деякі містичні властивості.
 - Так Ні Важко сказати
- 46. У Мережі для мене не існує понять: зверху, знизу, право, ліво.
 - Так Ні Важко сказати
- 47. Мені подобається, що в Інтернеті можна порушувати правила реального світу.

- Так Ні Важко сказати
48. Буває, що я витрачаю багато часу на перегляд непотрібної мені інформації.
- Іноді Часто Ніколи
49. Іноді я відчуваю, що дуже відрізняюся від людей, що не користуються Інтернетом.
- Іноді Часто Ніколи
50. Інтернет для мене скоріше:
- Частина реального світу
- Окрема, самостійна реальність
- інше (зазначте, що саме) _____
51. Те, що відбувається в Інтернеті часто набагато цікавіше того, що відбувається у реальному житті.
- Так Ні Важко сказати
52. Зазвичай я не перевозжу віртуальні знайомства в реальність.
- Так Ні Важко сказати
53. Буває, що межа між реальним та віртуальним світом для мене зникає.
- Іноді Часто Ніколи
54. Мені складно знайти спільну мову з людьми, що не користуються Інтернетом.
- Так Ні Важко сказати
55. Іноді мені буває важко перевести образи в слова.
- Іноді Часто Ніколи
56. Іноді віртуальний світ здається мені більш привабливим, ніж реальний.
- Іноді Часто Ніколи
57. Інтернет здається мені:
- Одномірним
- Тримірним
- Чотири мірним
- Поза вимірюванням
58. Іноді Інтернет здається мені живою істотою.
- Так Ні Важко сказати
59. Коли я в Інтернеті, я інший, ніж в реальному житті.
- Так Ні Важко сказати
60. Іноді мені хочеться перенести свої дії у Мережі в реальне життя (Наприклад, у конфліктній ситуації – бажання «відключиться», занести в «ігнор»).
- Іноді Часто Ніколи
61. Коли я знаходжуся в Інтернеті, я відчуваю себе частиною чогось більшого.
- Так Ні Важко сказати
62. Мені буває складно висловити те, що я відчуваю, коли знаходжуся в Мережі.
- Іноді Часто Ніколи

63. В Інтернеті я відчуваю себе в більшій безпеці, ніж у реальному світі.
 ○ Так Ні Важко сказати
64. Часто мені важче знайти спільну мову з людьми в реальному житті, ніж в Інтернеті.
 ○ Так Ні Важко сказати
65. Мене влаштовують закони і правила віртуального світу набагато більше, ніж реального.
 ○ Так Ні Важко сказати
66. Інтернет для мене скоріше:
 ○ Безмежний
 ○ Має межі
67. Напишіть, будь ласка, що означають наступні поняття:
 ○ «аська» _____
 ○ IP-адреса _____
 ○ «адмін» _____
 ○ хостинг _____
 ○ «спам» _____
 ○ тэг (tag) _____
 ○ «ламер» _____
 ○ форум _____
 ○ «флуд» _____
 ○ www _____
 ○ _____

Ключи до шкал опитувальника «Сприйняття Інтернету»

I. Фактори залежності

- Належність до мережевої субкультури: № 2, 12, 15, 49, 54, 67
- Нецілеспрямованість поведінки: № 4, 16, 23, 34, 40, 48
- Потреба в сенсорній стимуляції: № 7, 10, 19, 27, 31, 41, 55

II. Особливості сприйняття Інтернету

- Мотивація використання Інтернету: № 8, 42
- Зміни стану свідомості внаслідок використання Інтернету: № 6, 9, 14, 32, 43, 50, 53, 59
- Сприйняття Інтернету як кращого порівняно з реальним життям («занурення»): № 5, 11, 18, 25, 28, 29, 33, 36, 51, 56, 63
- Спілкування: № 3, 13, 17, 24, 35, 38, 52, 64

III. Наслідки залежності

- Час в інтернеті: № 20, 39
- Простір в Інтернеті: № 46, 57, 66
- Сприйняття Інтернету як проєктивної реальності: № 21, 37, 44, 45, 61, 62
- Одушевлення Інтернету: № 22, 30, 58
- Намагання перенести норми віртуального світу в реальний: № 1, 26, 47, 60, 65