

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

На правах рукописи



НЕ ЧЖАНЬ

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ
ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПОДРОСТКОВ РОССИИ И КИТАЯ**

Научная специальность 5.8.1 – Общая педагогика, история педагогики
и образования (педагогические науки)

Диссертация
на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Научный руководитель:
доктор педагогических наук,
кандидат юридических наук, профессор,
заслуженный работник высшей школы РФ
Фортова Любовь Константиновна

Владимир – 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВИРТУАЛЬНЫХ АДДИКЦИЙ ПОДРОСТКОВ В КИТАЕ И РОССИИ	20
1.1. Понятийно-категориальный аппарат исследования.....	20
1.2. Направления профилактики виртуальных аддикций подростков в России и Китае.....	41
1.3. Модель педагогической профилактики виртуальной зависимости несовершеннолетних в России и Китае	63
Выводы по главе 1	83
ГЛАВА 2. ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ПРЕВЕНЦИИ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПОДРОСТКОВ РОССИИ И КИТАЯ	86
2.1. Особенности превенции виртуальной зависимости подростков Китая.....	86
2.2. Программы профилактики виртуальной зависимости подростков в Китае	105
2.3. Адаптационный потенциал китайского опыта по профилактике виртуальной аддикции подростков в общеобразовательных организациях России	123
Выводы по главе 2	154
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	159
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	162
ПРИЛОЖЕНИЕ	202
Приложение №А.....	202

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современные реалии развития общественных отношений в России и Китае характеризуются радикальными социально-экономическими преобразованиями, трансформацией многих воспитательных и социальных институтов, деструкцией мировоззрения. Сложившаяся ситуация сказывается на морально-психологической атмосфере социума, в котором возрастают фрустрированность, напряжение, страхи, дистрессы; появляется необходимость поиска путей ухода от проблемной реальности в другой, приятный и яркий виртуальный мир, где нет вопросов и трудностей, требующих объективного разрешения. Изменившиеся реалии общественной жизни трудно воспринять всем strатам населения, но особенно в новых социальных условиях страдают наиболее сензитивные группы – дети, подростки, молодежь в целом, а также пенсионеры, инвалиды, одинокие люди, попавшие в сложную жизненную ситуацию.

В ряде государственных документов России и Китая акцентируется внимание на основополагающих постулатах воспитания подрастающего поколения и педагогической превенции зависимых форм их поведенческой стратегии. В России это «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года»; «Стратегия реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года»; «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года». В Китае – Китайская программа развития детей (2021-2030 гг.).

Сегодня невозможно представить нашу жизнь без Интернета. Мы констатируем цифровой образ жизни, цифровую культуру человечества. Традиционные технологии встают в один ряд с инновационными, а в ситуациях пандемии инфекционных заболеваний компьютерные технологии превалируют, и все обучение в школах, колледжах, институтах проходит в дистанционном формате. В связи с этим не случайно Интернет сегодня –

основной влиятельный инфокоммуникационный канал, занимающий приоритетное место среди всех средств массовой информации.

Современная система образования и в России, и в Китае трансформируется под влиянием перемен. Доминантой сегодняшней образовательной организации выступает самоактуализация личности, живущей в информационном обществе.

Несовершеннолетние, скрываясь от проблем реального мира, активно используют Интернет: с 2017 по 2024 гг. соцопросы показывают положительную динамику проводимого в сети Интернет времени, особенно в молодежной среде. Каждый третий молодой человек существенную часть своего учебного, досугового, семейного времени проводит в киберсреде.

В августе 2021 года китайское правительство выпустило законопроект, ограничивающий игровое время для подростков в возрасте до 18 лет с 20 часов до 21 часа вечера, играть разрешено только по пятницам, субботам, воскресеньям и в праздничные дни.

Виртуальная аддикция и в России, и в Китае стала неуклонно возрастать и десоциализировать детей и подростков. Поведенческая стратегия подростков России и Китая показывает деструктивные изменения личности, происходящие после длительного пребывания в Интернете. Мы разделяем мнение исследователя О. С. Матюхиной в том, что триггерами аддиктивного поведения подростков России и Китая являются социальное напряжение общества, стрессогенность, нестабильная экономическая ситуация, неуверенность в будущем, фрустрированность, депривация, депрессия.

Сегодня в условиях глобализации и стремительного развития технологий образование становится все более интернациональным, и компаративные исследования играют важнейшую роль в повышении его качества и эффективности. Сравнительные исследования в педагогической сфере имеют особое значение, обусловленное возможностью выявления, изучения и адаптации воспитательных и дидактических достижений других

стран под специфику образовательного пространства России, сохраняя историческое наследие и культурную самобытность российского образования, опирающегося на проверенные временем педагогические идеи российских мыслителей.

Мы отдаем должное всем исследователям, занимающимся проблемами аддиктивного поведения несовершеннолетних с точки зрения философии, социологии, психологии, медицины, юриспруденции, педагогики. На наш взгляд, педагогических исследований, посвященных проблеме профилактики виртуальных аддикций подростков в России и других странах, в частности в Китае, явно недостаточно. Наша цель – восполнить этот пробел.

Сегодня важно найти актуальные способы конструирования системы фасилитации подростков России и Китая, склонных к виртуальной аддикции, разработать программы первичной профилактики их зависимого поведения, необходимо более глубоко изучить этиологию формирования зависимого поведения несовершеннолетних, выявить психологические и социальные факторы риска. Это позволит педагогам и родителям усовершенствовать программы первичной профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая и применить их в общеобразовательном континууме.

Степень разработанности проблемы исследования.

Значительная часть исследований, посвященных нехимическим аддикциям, проводилась в области психологии, медицины, юриспруденции и социологии. А. Г. Асмолов, М. Д. Гриффитс (Mark D. Griffiths), М. А. Жукова, А. Г. Кошечая, Г. В. Орешина, К. Р. Роджерс, Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, К. С. Янг (Kimberley S. Young), K. N. Asoke, Y.-S. Du, X. D. Du, D. Guangheng, O. A. Hosameldin, S. Jingyu, H. Lei, F. Lin, F.-C. Lin, D. R. Nyholt, L. Qin, L. Xiao, G. Xiaoliang, J.-R. Xu, J. Xu, Y. Zhang, H. Zhao, Z.-M. Zhao, F. Zhou, H. Zhou, Y. Zhou, T. Zhu, D. Zonglin, Z. Zou, а также А. Ю. Егоров исследовали корреляцию интернет-зависимости несовершеннолетних с низкой самооценкой и депрессивным синдромом. Т. А. Донских, Ц. П. Короленко являются авторами типологии процессных аддикций.

Вопросам психологического, медицинского механизмов возникновения аддиктивного поведения несовершеннолетних посвящены исследования С. В. Березина, Ю. С. Канунниковой, К. С. Лисецкого, В. Д. Менделевича, Н. А. Сироты, В. А. Солдаткина, Л. О. Пережогина, В. М. Ялтонского, J. S. Choi, W. Deng, Y. Du, W. Guo, A. R. Gwak, H. Y. Jung, D. J. Kim, J. W. Kim, J. G. Kwon, J. Y. Lee, H. Lei, T. Li, J. A. Lim, F. Lin, Y. Meng, S. M. Park, L. Qin, B. K. Sohn, J. Xu, Y. Zhou, Z. Zhao, Wang H.

В работах А. Е. Войскунского рассматриваются способы аддиктивной реализации личности. И. С. Кон, И. А. Коновалов, Р. Г. Кузьмин, В. С. Мухина, А. А. Реан, Д. И. Фельдштейн изучали возрастные и гендерные аспекты, приводящие к аддиктивной поведенческой стратегии подростков. Интериоризацию зависимого поведения отстаивали В. Э. Франкл, И. А. Фурманов, Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. Аддиктивную поведенческую стратегию как форму девиантного поведения рассматривали А. В. Гоголева и Е. В. Янко.

Мы согласны с учеными, которые рассматривают профилактику аддиктивного поведения несовершеннолетних как проблему нравственного воспитания (И. Ф. Исаев, Е. В. Гнатышина, А. Д. Золотова, Д. В. Колесов, В. И. Колесов, С. А. Кулакова, О. С. Матюхина, О. М. Овчинников, Л. К. Фортова, А. М. Юдина и др.).

Л. К. Фортова, А. М. Юдина постулируют, что в превенции виртуальных аддикций подростков приоритетную роль играет система образования. Экстраполируют здоровьесберегающую деятельность как одно из направлений профилактики аддиктивного поведения подростков А. В. Вилкова, С. А. Завражин, В. И. Колесов, И. В. Ирхина, В. Н. Ирхин, А. Г. Маджуга, А. А. Михайлов, А. Е. Рацимор, А. А. Саидов., Н. М. Филлипова, Л. К. Фортова.

Исследования М. В. Бредихиной, В. Н. Друзина, Л. И. Колесниковой, О. С. Матюхиной, В. А. Фролова, Е. Г. Шубниковой, А. М. Юдиной

посвящены педагогической профилактике интернет-зависимости в России и за рубежом.

Исследования С. И. Дорошенко, Е. Н. Селиверстовой, М. Г. Сергеевой, Е. Ю. Рогачевой посвящены вопросам воспитания подрастающего поколения и формированию социальной зрелости несовершеннолетних, в том числе в аспекте компаративистики.

Не умаляя значения трудов ученых, хотим отметить, что, на наш взгляд, исследований виртуальных аддикций подростков в современных реалиях России и Китая, явно недостаточно. Между тем, несмотря на разность менталитета, культуры, традиций, обычаев, проблема аддиктивного поведения в равной степени волнует и российское общество, и Китайскую Народную Республику. Нам представляется, что педагогическая профилактика исследуемого феномена в Китае может оказать неоценимую помощь российскому образовательному пространству, как и российский опыт может найти свое применение в Китайской Народной Республике. Анализ исследований, посвященных профилактике виртуальных аддикций подростков, показал, что немалая их часть зиждется на трансформации опыта превенции химических аддикций с опорой на психофармакотерапевтические подходы и психотерапевтические технологии.

Проведенный анализ педагогических исследований российских и зарубежных ученых, действующих программ в сфере превенции виртуальных аддикций у подростков позволил определить **противоречия** между:

- потребностью российского и китайского общества в определении системы работы по педагогической профилактике виртуальных аддикций у подростков и низким уровнем готовности образовательных организаций этих стран к превентивной работе в современном образовательном континууме;
- существенным ресурсом педагогической превенции виртуальной зависимости у подростков России и Китая и недостаточным научно-

методологическим обеспечением в современном образовательном континууме.

Обозначенные противоречия между значимостью проблемы превенции виртуальной зависимости у подростков России и Китая, ее актуальностью, степенью исследования данного феномена в психолого-педагогической науке, насущной потребностью государств в информированности и поиске оптимальных траекторий решения заявленной задачи позволили нам определить **проблему** исследования: какова система работы по педагогической превенции виртуальной зависимости у подростков России и Китая в образовательном континууме?

Актуальность изучаемой проблемы, недостаточное количество педагогических исследований по данному направлению определили выбор **темы** диссертационного исследования «Педагогические условия профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая».

Ведущей идеей исследования выступает авторское обоснование интерпретации опыта профилактики виртуальных аддикций подростков Китая в российское образовательное пространство с учетом менталитета, традиций, обычаев российского общества и ориентированности на просоциальную поведенческую стратегию и конструктивное межличностное взаимодействие в реальном и виртуальном мире.

Цель исследования: обосновать систему работы по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.

Объект исследования: система воспитания подростков России и Китая в образовательном континууме.

Предмет исследования: педагогическая превенция виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.

Гипотеза исследования: педагогическая профилактика виртуальной зависимости подростков России и Китая будет результативна, если:

- определять виртуальную зависимость подростков России и Китая как один из видов аутодеструктивной поведенческой стратегии, приводящей к уходу от реальной действительности и разрушающей физическое и психическое здоровье индивида;
- разработать модель педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме;
- аргументировать систему работы по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме;
- обосновать комплекс педагогических условий (организационные, научно-методологические, субъектно-ориентированные).

Проблема, цель, объект, предмет, гипотеза определили исследовательские **задачи**:

1. Уточнить сущность понятия «виртуальной зависимости» у подростков России и Китая.
2. Уточнить принципы профилактики виртуальной зависимости подростков в России и Китае.
3. Разработать и внедрить модель педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.
4. Обосновать систему работы по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.
5. Обосновать комплекс педагогических условий (организационных, субъектно-ориентированных, научно-методологических), способствующих успешной реализации системы работы по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая.

Методологическую основу исследования составляют:

- системный подход (А. И. Андреев, А. А. Бодалев, В. М. Бехтерев, В. И. Вернадский, В. В. Давыдов, Н. В. Кузьмина, И. П. Павлов, А. А. Ухтомский);

- личностно-деятельностный подход (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, О. М. Овчинников, С. Л. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин);

- культурологический подход (М. М. Бахтин, В. Л. Бенин, Э. Кассирер, Д.С. Лихачёв, Ю. М. Лотман, А. М. Юдина);

- эвохологический подход (А. Вало, Л. К. Фортова).

Теоретическая основа исследования детерминирована:

- философскими и гуманистическими идеями антропологической педагогики в российской (Ю. П. Азаров, Н. А. Бердяев, К. Н. Вентцель, В. А. Петровский, В. А. Сластенин, Е. Н. Селиверстова) и зарубежной (Б. Беккер, Д. Г. Мид, М. Перре, Ж. Пиаже, Э. Эриксон и др.) науке;

- базовыми позициями о развитии личности в деятельности и общении (К. А. Абульханова-Славская, Л. С. Выготский, Д. С. Ермаков, А. В. Зобков, А. Н. Леонтьев, А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн, Д. И. Фельдштейн, З. Фрейд и др.);

- исследованиями в области организации социально-педагогической деятельности превенции виртуальной зависимости в подростковой среде (В. Г. Бочарова, А. В. Гоголева, И. А. Зимняя, Р. А. Литвак, И. С. Кон, Д. В. Колесов, А. В. Мудрик, О. М. Овчинников, М. И. Рожков, М. Г. Сергеева, В. А. Фокин, Л. К. Фортова, А. М. Юдина и др.);

- работами, отражающими экзистенциальные и культурологические концепции воспитания (Н. А. Асташова, В. Л. Бенин, М. В. Богуславский, А. С. Макаренко, А. Маслоу, К. Роджерс, В. А. Сухомлинский, К. Д. Ушинский, Д. Б. Эльконин и др.);

- исследованиями методологии сравнительной педагогики (Н. Е. Боровская, Б. Л. Вульфсон, З. А. Малькова, В. Я. Пилиповский, Е. Ю. Рогачева, К. И. Салимова и др.);

- концепциями, определяющими методологию научных исследований (И. В. Блауберг, А. А. Бодалев, В. И. Загвязинский, В. В. Краевский, М. Н. Скаткин и др.);

- теоретическими постулатами превенции аддиктивной поведенческой стратегии подрастающего поколения в трудах российских и зарубежных ученых (А. Бандура, Д. Ботвин, Р. Джессор, Э. Дюркгейм, А. Ю. Егоров, С. А. Завражин, Д. Келли, Ц. П. Короленко, А. Е. Личко, О. Н. Малахова, В. Д. Менделевич, О. М. Овчинников, Н. А. Сирота, Б. Ф. Скиннер, А. В. Фахрутдинова, Л. К. Фортова, В. Франкл и др.);

- трудами ученых, выявивших факторы риска виртуальной зависимости в подростковой среде (А. Е. Войскунский, Л. А. Гизятова, Х. С. Каплан, Л. Н. Юрьева и др.);

- концепциями, детерминирующими зависимое поведение несовершеннолетних (Э. Голдберг, М. Д. Гриффитс, Р. А. Дэвис, М. Орзак, М. Шоттон, С. Чен, К. Янг и др.).

С целью реализации заявленных задач были использованы теоретические и эмпирические **методы исследования:**

- теоретические: анализ, структуризация; синтез, аналогия, интерпретация, сравнение, теоретическое моделирование; обобщение;

- эмпирические: контент-анализ российской и китайской образовательной практики по профилактике интернет-зависимого поведения.

Нормативно-правовая база исследования: Конституция РФ от 12.12.1993 г. (с изменениями от 01.07. 2020 г.); «Декларация прав ребенка» от 20.11.1959 г.; «Конвенция о правах ребенка» от 20.11.1989 г.; Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 г. № 223-ФЗ (с изменениями от 05.02.2025 г.); Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 28.02.2025 г.); «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» (утв. ВС РФ 09.10.1992 N 3612-1) (ред. от 25.12.2023); Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 N 2233-р (ред. от 31.03.2025) «Об утверждении Стратегии реализации

молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года»; Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года»; Указ Президента РФ от 09.10.2007 N 1351 (ред. от 01.07.2014) «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»; Китайская программа развития детей (2021-2030 гг.).

Этапы исследования:

Исследование проводилось в три этапа.

Первый этап (2021-2022 гг.) – осуществлялось изучение философской, социологической, юридической, медицинской, психологической, педагогической литературы, проводился анализ нормативной документации по проблеме; определялись методология исследования и понятийно-категориальный аппарат, проводился концептуальный анализ реального состояния работы по превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме заявленных государств.

Второй этап (2022-2023 гг.) – осуществлялось педагогическое моделирование, разрабатывалась авторская программа превенции исследуемого феномена на основе модели, определены педагогические условия ее реализации, осуществлялась интерпретация итоговых результатов.

Третий этап (2023-2024 гг.) – осуществлялись обобщение и систематизация результатов исследования, формулировались и проверялись выводы, оформлялись автореферат и диссертация, осуществлялась их редакторская правка.

Научная новизна исследования определяется тем, что в нем:

- уточнена сущность понятия виртуальной зависимости у подростков России и Китая;
- введены в научный оборот оригинальные труды на китайском языке, что расширяет российскую источниковую базу: T. Zhu, Y. Zhang, L. Xiao, H. Zhou, F. Zhou, на материале которых были выявлены пути профилактики

виртуальных аддикций подростков, немалая часть которых зиждется на трансформации опыта превенции химических аддикций с опорой на психофармакотерапевтические подходы и психотерапевтические технологии;

- уточнены принципы профилактики виртуальной зависимости подростков в России и Китае;

- разработана модель педагогической превенции виртуальной аддикции подростков России и Китая в образовательном континууме, опирающаяся на принципы системности, гуманизма, воспитывающего обучения, культуросообразности, природосообразности, эвохологической направленности;

- обоснована система работы по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме;

- выявлен и обоснован комплекс педагогических условий (организационных, субъектно-ориентированных, научно-методологических), детерминирующих успешность системы работы по педагогической превенции виртуальной зависимости у подростков России и Китая в образовательном континууме.

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем: в обогащении теории воспитания личности научными представлениями об особенностях превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме; в уточнении дефиниции «виртуальная зависимость подростков в образовательном континууме»; в обосновании модели педагогической превенции виртуальной зависимости у подростков России и Китая в образовательном континууме; в интеграции системного, личностно-деятельностного, культурологического, эвохологического подходов, систематизирующих теоретико-методологические основания о сущности исследуемого феномена; в определении педагогических условий, выступающих базовой компонентой для педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном

континууме. Результаты исследования расширяют знаниевую компоненту сравнительной педагогики, исходя из особенностей превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.

Практическая значимость исследования определяется тем, что:

- авторская модель педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме может применяться с учетом менталитета стран и эвохомологической направленности досуговой деятельности;
- диссертационные материалы могут применяться при разработке учебных программ в образовательном континууме России и Китая;
- материалы диссертационного исследования могут быть адаптированы в образовательные организации России и Китая в рамках специальных курсов «Моя жизненная миссия», «Я живу в реальном, а не виртуальном мире», «Организация моего досуга», «Как я помогаю людям?»;
- основные положения исследования могут быть использованы в педагогических университетах России и Китая на курсах повышения квалификации для овладения компетенциями по вопросам общей и частной аддиктологии, при организации научно-исследовательской работы студентов и профессорско-преподавательского состава.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечивалась базовыми методологическими и теоретическими положениями, целостным подходом к рассматриваемому феномену, применением комплекса теоретических и эмпирических методов, адекватных цели, гипотезе и задачам, интеграции качественных и количественных методов, использованием результатов исследования на практике по превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая в образовательном континууме.

Апробация и внедрение результатов исследования.

Полученные результаты и ведущие положения научного исследования обсуждались на методологических семинарах кафедры психологии личности

и специальной педагогики Владимирского государственного университета имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, кафедры педагогики и психологии Пекинского университета, а также представлены в публикациях автора по исследуемой проблеме.

Апробация и внедрение результатов исследования в практику образовательных организаций осуществлялись в ходе разработки и реализации комплексных и индивидуальных превентивных программ по профилактике виртуальной зависимости подростков России и Китая. Основные результаты исследования были представлены на международных (Пекин, 2020, Москва, 2021, Владимир, 2022, 2023, 2024, 2025), региональных (Москва, 2021, Санкт-Петербург, 2021) научно-практических конференциях. Результаты опытно-экспериментальной работы были опубликованы в 12 публикациях, в том числе в 6 публикациях в ведущих рецензируемых журналах, входящих в перечень ВАК РФ. Программа педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая была разработана автором на основе авторской модели и успешно применяется в образовательном континууме России и Китая.

Положения, выносимые на защиту:

1. Виртуальную зависимость мы рассматриваем как социальную патологию, характеризующуюся поведенческими паттернами, направленными на погружение в киберпространство и трансформацию реальной социализации в виртуальную.

2. Общими в организации профилактики виртуальной зависимости подростков в России и Китае являются следующие принципы: системность, комплексность, планомерность, воспитывающее обучение, гуманизм, культуросообразность, природосообразность. Различие обусловливается ментальными особенностями, спецификой воспитательной работы с подростками в Китае (индивидуализация воспитательного воздействия, право выбора альтернативных подходов, ориентация на практический результат, эвохологическая состоятельность). В России же основополагающей идеей

процесса профилактики является информирование и опора на фасилитацию как ведущую компетенцию современного педагога.

3. Общим для российских и китайских исследований профилактики виртуальной аддикции подростков является осознание идеи о том, что обучающиеся в общеобразовательных организациях должны владеть компетенциями дифференциации принятия безопасных для физического и психического здоровья решений, опираясь на теорию реактивного сопротивления, а также на ответственную поведенческую стратегию. Различие заключается в том, что российское антиаддиктивное воспитание ориентировано преимущественно на групповые формы, правовые и нравственные нормы, в то время как антиаддиктивное воспитание подростков Китая включает в себя элементы шокового, радикального воздействия на личность.

4. Особенности подготовки китайских педагогов к антиаддиктивному воспитанию подростков являются: проведение мозговых штурмов, проблемных семинаров, коучинга, тренингов, включение педагогов и психиатров в общественную антиаддиктивную деятельность, поскольку виртуальная зависимость рассматривается в Китае, прежде всего, как заболевание, нуждающееся в лечении. В России обучение педагога ограничивается его информированностью в области профилактики виртуальных аддикций подростков; интеграции образовательных и медицинских институтов в той мере, как это наблюдается в Китае, в России не существует.

5. Конструктивно-критическое использование методологии антиаддиктивного воспитания подростков в Китае, а именно: влияние государственных институтов, ответственность интернет-провайдеров, родителей и педагогов за пребывание подростка в сети, формирование сопротивления давлению виртуальной культуры, предложение альтернативных видов деятельности поможет в дальнейшем при разработке данной проблемы в России.

6. На основе системного, личностно-деятельностного, культурологического, эвохологического подходов была разработана модель педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае, объединяющая целевой, содержательный, процессуально-технологический, теоретико-методологический критериально-оценочный и результативный компоненты.

7. В качестве педагогических условий профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая выделяются: организационные условия (симбиоз инструментов, представленных формами, методами, средствами, направленными на педагогическую превенцию виртуальной зависимости подростков России и Китая, реализуемых как на индивидуальном, так и групповом уровнях; опора на принципы превенции виртуальных аддикций подростков: системности, культуросообразности, природосообразности, гуманизма, воспитывающего обучения, эвохологической направленности, формирующих конструктивный стиль жизни в реальном мире, актуализирующих ответственную поведенческую стратегию, диалог подростков друг с другом, подростков и родителей, подростков и педагогов в ситуации учебной и внеучебной деятельности; опора на систему нравственно-волевых и правовых норм, составляющих жизненное кредо подростков двух стран; реализация за здоровый образ жизни как единственно верный жизненный путь, сохраняющий физическое, психологическое и социальное здоровье личности); субъектно-ориентированные условия (реализация функции помощи и поддержки подросткам как ведущей доминанты воспитательных институтов конструктивной витальной стратегии в нравственно-правовом пространстве; сформированность знаний, дающих возможность отличать реальный мир от виртуального, аргументируя все позитивные качества реальной действительности и пагубные последствия для физического, психического и социального здоровья при длительном пребывании в интернет-пространстве; грамотное отношение к деструктивным сайтам в социальных сетях;

формирование просоциального жизненного стиля подростков группы социального риска, уважительное отношение к их личности, опора на положительные качества и выполнение заданий, повышающих уровень самооценки личности); научно-методологические условия (методологический инструментарий, актуализирующий поступающую информацию по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая; овладение инновационными педагогическими формами, методами, средствами, технологиями, помогающими профилировать виртуальную аддикцию подростков России и Китая; совершенствование компетентности педагогов и родителей по профилактике исследуемого феномена; разработка концепции, раскрывающей педагогическую профилактику виртуальной аддикции подростков России и Китая через освоение информации превентивной педагогики, ознакомление с основными постулатами теории реактивного сопротивления, мотивации достижений, апробации мотивационно-личностного тренинга, совершенствование компетентности родителей и педагогов; реализация педагогических технологий, помогающих подросткам развивать социальную зрелость, социальный иммунитет, общую и правовую культуру, правосознание, правовую воспитанность).

Личный вклад автора состоит в обосновании темы исследования, разработке и аргументации педагогической превенции зависимого поведения подростков России и Китая в образовательном континууме, интерпретации и систематизации итоговых результатов, личном участии в организации работы, анализе.

Область исследования соответствует пунктам паспорта специальности ВАК РФ 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования: п.12. Педагогическое взаимодействие в цифровой среде; п 16. Сравнительные исследования трансформаций отечественных и зарубежных систем образования; п. 25. Теории и концепции воспитания и социализации. Социокультурная обусловленность воспитания; антропология современного

детства; п. 30. Кибербезопасность личности в цифровом социуме как педагогическая проблема; п. 33. Педагогические модели профилактики асоциального поведения детей и подростков, в том числе в открытых образовательных средах; п. 39. Педагогическая компаративистика. Исследования состояния и тенденций развития педагогической теории и практики образования в различных странах и регионах мира.

Структура и объем диссертации отражает логику проведенного исследования, состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения. Основные положения исследования изложены на 201 странице. Список литературы включает в себя 315 источников. В исследовании содержатся два рисунка и одно приложение.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВИРТУАЛЬНЫХ АДДИКЦИЙ ПОДРОСТКОВ В КИТАЕ И РОССИИ

1.1. Понятийно-категориальный аппарат исследования

Мир, в котором мы живем, постоянно трансформируется. Современный этап развития общества характеризуется ростом и увеличением масштабирования компьютерных технологий и Интернета. В современных реалиях киберсреда выступает как наиболее значимый инструмент, привлекающий самые различные социальные страты, особенно молодежь, поскольку этот канал не только дает возможность получать информацию по самым насущным вопросам, но и обеспечивает возможность коммуникации. Наряду с несомненными позитивными возможностями, киберпространство несет и риски, которые, прежде всего, касаются наиболее сензитивных страт населения – детей, подростков, молодежи в целом.

Вне всякого сомнения, цифровое общество становится реальностью во всем мире. В то же время, ученые констатируют, что искусственный интеллект не является помощником, когда речь идет о креативности, таланте, оригинальных идеях, эмоциональной составляющей. Постоянная работа человека над собой в реальном мире – непреложное условие развития его состоятельности, успешности, конкурентоспособности. С одной стороны, современный мир лишен границ, градаций, с другой стороны, по мнению И. А. Сикорского, и мы разделяем его, сегодня молодое поколение «утомлено жизнью», индифферентно, у молодых людей нет удовлетворения от общения даже с близкими людьми, их перестал интересовать карьерный рост, благополучие. Депривированные молодые люди испытывают одиночество, защиту от которого они часто находят в виртуальном мире.

В современном сетевом обществе, как справедливо отмечает исследователь О. С. Матюхина, возник феномен эхо-камер. Суть его заключается в том, что дети и подростки всю коммуникацию замыкают

только на виртуальном модуле. Все события, происходящие в реальном мире, задачи, которые необходимо там решать, взаимодействовать со сверстниками, родителями, педагогами, отходят на второй план и не являются столь значимыми, как информация из виртуального пространства [135; 136;137;138;139; 140; 141; 142].

Реальность цифрового общества, в котором происходит социализация граждан, весьма противоречива. С одной стороны, компьютерные технологии, сам формат цифровизации требует от человека мобилизации умственной деятельности, опережающего мышления, четкости изложения своей программы как витальной, так дидактической и профессиональной. С другой стороны, несовершенство нормативно-правовой базы приводит к деструктивным последствиям, связанным с незнанием правил поведения в интернет-пространстве, когда социально незрелые индивиды, к которым относятся и подростки, становятся жертвами кибермошенников, кибербуллии и другого негативного контента.

Цифровизация образования затронула все сферы общественной жизни, но, прежде всего, парадигму взаимоотношений педагога и подростка, подростка и родителей, подростка и подростка. В цифровом обществе теряется Человек, его уникальность, индивидуальность становятся размытыми, подчиненными фактологическим данным, игнорируются потребности, желания, поиск своего места в жизни.

Инновационные технологии все больше проникают в реальный мир человека. Они дают возможность изучить мир во всех его проявлениях, не покидая дом, найти друзей, реализоваться как личности, заявить о себе как о состоятельном человеке, что было сложно сделать в реальном пространстве вследствие низкого социального статуса и реноме, зажатости, неуверенности, инфантильности.

В рамках первого параграфа первой главы нашего исследования считаем целесообразным проанализировать ряд категорий таких, как

виртуальная реальность, киберпространство, всемирная паутина, онлайн-пространство, виртуальная зависимость.

Виртуальную реальность мы рассматриваем как среду, которая при погружении в нее человека инициирует полное его растворение в виртуальном мире, забыв о мире реальном, экстраполируя все постулаты сетевого пространства, подчиняясь его законам, достаточно часто деструктивным и губительным как для физического, так и психического здоровья. По мнению М. Ю. Говорухиной, все коммуникационно-цифровые процессы дифференцируются на экзогенные, коммуникативные и эндогенные – мыслительные. Виртуальность выступает и как экзогенный процесс, поскольку опирается на кибертехнологии, и как эндогенный, ибо немыслима без задействования когнитивной сферы [65].

Нам импонирует сравнение квинтэссенции виртуальной реальности с биологической категорией «ризомы», которая раскрывает такую корневую систему, в которой нет главного корня, но есть большая сеть спонтанно растущих черенков. Почему мы сравниваем виртуальный мир и ризому? Виртуальный мир обеспечивает деятельность человека, его фантазии, эксперименты, продукцию.

Интернет без человека – мертвая субстанция, человек без Интернета жил и может обходиться и сегодня. Виртуальные аддикции несовершеннолетних стали серьезной проблемой человечества. Почему виртуальная реальность так притягивает подростков, обесценивая значимость их жизни в реальной действительности?

Зависая в интернет-пространстве, подростки воспринимают его как продолжение себя. Соприкасаясь с виртуальностью, у несовершеннолетних перекраивается картина восприятия мира.

По мере развития информационно-коммуникационных технологий форм виртуальных аддикций становится все больше. К. Янг, М. Орзак, А. Ю. Егоров, А. Е. Войскунский, Г. У Солдатова выделили следующие их виды:

игровая аддикция, интернет-аддикция, хакерство, смартфономания, селфимания, лайкомания.

Академия наук Китая, занимающаяся проблемами интернет-аддикции, исследовательская группа «Виртуалистика» Института философии РАН Российской Федерации изучают проблему виртуального пространства, анализируя этиологию, механизм возникновения и пути предотвращения зависимости несовершеннолетних.

Эксперт Академии наук КНР, начальник госпиталя Пекинского университета Лу Линь, констатирует, что игровые расстройства среди несовершеннолетних стали серьезной проблемой для Китая. Китайский информационный интернет-центр выявил, что более четверти активных пользователей в сети – это школьники 12-16 лет.

Сегодня можно констатировать, что серьезной проблемой России и Китая является виртуальная зависимость у подростков. Мы рассматриваем данную дефиницию как социальную патологию, характеризующуюся поведенческими паттернами, направленными на погружение в киберпространство и трансформацию реальной социализации виртуальной.

Наше исследование имеет целью раскрыть педагогические аспекты профилактики изучаемого феномена, но мы осознаем его междисциплинарный характер. Педагоги должны опираться в превентивной работе на достижения других наук: психологии, физиологии, философии, социологии, юриспруденции.

Прослеживая генеалогию виртуального мира, мы констатировали, что первый национальный домен SU сформировался в Российской Федерации в 1990 году, поисковая система Google была создана в 1998 году, в 2006 году – создание социальной сети «ВКонтакте», в 2010 году – создание домена РФ.

В современных реалиях каждый индивид информационно перегружен. Это стресс для организма, но не меньшее напряжение организм испытывает и в ситуации информационного голода. Сформировался социум, в котором

конкурентной силой социального развития стало конструирование информационных продуктов-контентов, а не материальных благ [28].

Для пользователей интернет-пространства характерно виртуальное мировоззрение, иллюзорность, вовлечение центральной нервной системы, периферической, вегетативной, соматического здоровья, всех анализаторных систем и полное осознание счастья, полноты жизни, своего могущества, признания уважения себя как личности, возможности узнать все тайны бытия и своего высокого социального статуса.

Огромный поток информации воздействует на человека в большей мере визуально. Несовершеннолетние адаптировались к этим перегрузкам легче, чем представители старшего поколения. Тем не менее, массивное воздействие информации оказывает противоречивое влияние на такие познавательные процессы, как память, мышление, восприятие. Современные реалии столкнулись с такой дефиницией, как «клиповое мышление». Обработывая большие массивы информации, подростки не могут в полной мере представить сложную модель мира, оценить многозначность контекста, отражающего связи и ассоциации между разнообразными явлениями и объектами.

У подростков, длительное время пребывающих в виртуальном мире, наблюдается нарушение механизмов трансформации информации в рабочей матрице индекса интеллекта. Принимая решения, они имеют весьма приближенное представление об окружающем мире, не обладают социальной зрелостью, ответственностью и, следовательно, не могут оценить возможные риски и негативные моменты, которые не смогли увидеть и предугадать.

Сегодня мы должны констатировать, что интернет-пространство прочно вошло в жизнь несовершеннолетних. Наша задача – убедить подростков в освоении реального мира и только с ним связывать свои представления о будущей профессии, карьере, целеполагании.

Чем же так привлекает виртуальное пространство молодых людей?

Прежде всего, это наличие личного пространства, в котором не надо соблюдать правила человеческого общежития, принимать решения, за которые необходимо нести ответственность. В виртуальном мире всегда можно исправить допущенные ошибки и не переживать за их негативные последствия, более того, при желании, можно вернуться назад, в прошлое и представить обновленный вариант поведенческой модели. Кроме того, молодых людей виртуальный мир привлекает также возможностью коммуникации сколько угодно и где угодно.

В современном мире присутствует огромное число искушений. Зависимость может распространяться и на позитивные явления – на свежий воздух, воду, на среду обитания, и на идеологические убеждения. Эти установки играют ключевую роль в формировании жизнедеятельности человека.

Анализируя истоки аддиктивного поведения подростков, Р. Розенталь утверждает, что причины этого явления коренятся в искаженном разрешении детских внутриличностных конфликтов.

Усугубляет проблему возникновения аддиктивности несовершеннолетних дисгармоничный стиль воспитания в семье. Подростки, воспитывающиеся в таких семьях, как правило, депривированы, отчуждены от родителей, эмоционально холодны и даже враждебны по отношению друг к другу, лишены эмпатии и сами ее не проявляют. Как следствие, они пытаются погрузиться в реальный мир и найти там взаимопонимание.

Большой профессионал своего дела, известный ученый, посвятивший многочисленные свои работы проблеме исследования аддиктивного поведения молодежи, Д. В. Колесов, еще в конце XX века отметил, что известно более полутора тысяч зависимостей, дифференцирующихся на химические и нехимические (процессные) [107].

Употребление психоактивных веществ (ПАВ) относится к химическим аддикциям, когда человек испытывает непреодолимое влечение к приему

спиртных напитков, наркотических и токсических веществ, табакокурению, приему определенных лекарств.

К нехимическим аддикциям относятся гемблинг, интернет-зависимость, сексуальная и любовная зависимость, работоголизм, аддикция отношений и неконтролируемая трата денег [29].

Существует биохимический или промежуточный тип аддикций, например, к пище – абулия или анорексия. Биохимический тип аддикции основан на идее, что влечение или отторжение пищи обусловлено биологическими процессами, происходящими в организме на физиологическом уровне.

Обогатил классификацию нехимических аддикций А. Ю. Егоров, вводя в нее патологическое влечение к азартным играм и адреналоманию (адреналиномания) [76, 77, 78].

Таким образом аддиктологи обозначают пристрастие к риску. В состоянии азарта человек преодолевает чувство страха перед грозящей опасностью для своей жизни.

При выполнении опасных, рискованных действий в кровь выбрасывается большая доза гормона мозгового слоя надпочечников – адреналина. Вступая в симбиоз с другими веществами, циркулирующими в головном мозге, нейротрансмиттерами и эндорфинами, они вызывают яркое чувство гедонизма. Со временем появляется потребность повторить эту ситуацию как можно чаще, добиваясь большей эмоциональной обнубления.

При невозможности вернуть состояние, вызвавшее прилив адреналина, человек испытывает дискомфорт, пребывает в состоянии апатии и депрессии. Втянуться в обыденную, размеренную жизнь представляется для такого человека крайне скучным и неинтересным делом.

Анализируя характерологический портрет адреналиноманов, мы пришли к выводу, что еще с раннего детства для них свойственна трудноуправляемость, недисциплинированность, рискованное поведение. Это индивиды, характеризующиеся собственной системой ценностей.

Главный элемент счастья для них – возбуждение, испытываемое ими во время опасности. Крепкие физически, они являются экстравертами, поступают жестко и решительно. Им не свойственна забота и внимание к другим людям, притупляется чувство вины, живут одним днем.

Несмотря на различные научные школы подход к механизму формирования аддикций у исследователей практически идентичен. Представитель новосибирской научной школы Ц. П. Короленко утверждает, что начало формирования зависимости начинается с аттачмента – мощной фиксации при встрече с аддиктивным агентом, при этом психологический дискомфорт сменяется психологическим комфортом. Нарастает эйфория, снимается внутреннее напряжение, страх перед трудностями, повышается самооценка. Появляется четкая убежденность, что все проблемы внутриличностного и межличностного характера будут решены. Особенностью формирования виртуальных аддикций является то, что они формируются быстрее остальных видов зависимости [109].

В. Д. Менделевич выделил основные диагностические критерии всех видов аддикций и пришел к выводу, что они включают измененное сознание индивида в момент достижения гедонизма при осуществлении задуманного. [143, 144].

Разделяя мнение В. С. Битенского и В. А. Пахмурного в том, что аддикция – это состояние, характеризующее тягу к чему-либо, проявляющуюся в соответствующем поведении, мы пришли к выводу, что в основе этого патогенеза лежит инициация восходящих мозговых структур, которые становятся ведущим элементом в сознательной и бессознательной деятельности, а также в иерархии ценностей [33].

А. Е. Личко, занимавшийся проблемами аддиктивного поведения несовершеннолетних, утверждал, что эта дефиниция для них наиболее уместна, поскольку характеризует не патологический процесс, а девиации в поведении. Мы разделяем точку зрения ученого: аддиктивное поведение – не медицинская патология. Для того, чтобы оно не переросло в болезнь, и

необходимы меры психолого-педагогического характера. В то же время, грань между болезнью и девиацией очень хрупкая. Здесь необходимо обращать внимание на преморбидные симптомы, на те качества личности, которые проявлялись у подростков до того, как они вошли в группу риска по формированию аддиктивного поведения [116; 122; 123].

При анализе отношения человечества к формированию зависимостей мы выявили, что этот процесс складывался не просто в длительной истории антропогенеза. Исходя из характерологических особенностей человека разумного, он, тем не менее, не всегда демонстрировал интеллектуальность и благоразумие, а любопытство и стремление к экспериментированию, достаточно часто превалировало в его поведенческой стратегии.

В Древнем Риме лексема «аддикция» постулировалась через взаимоотношения кредитора и должника. В XVII веке эта дефиниция раскрывала пристрастие к определенному агенту. В XIX веке данная категория показывала неукротимую привязанность к чему-либо. В последующие годы термин претерпевал смысловые интерпретации. Интерес подрастающего поколения к гедонистическим паттернам инициировал выведение аддикции как основополагающую проблему социальной адаптации и дезадаптации.

Ряд ученых Китая убеждены, что если на первых этапах аддиктивное поведение обусловлено стремлением к гедонизму, то все последующие этапы детерминированы желанием погасить через аддиктивные паттерны фрустрацию, депривацию, дискомфорт, одиночество [266; 267; 268; 269; 270; 271; 272; 273].

Избыточное времяпрепровождение в Интернете – это не причина, а следствие неудовлетворенностью реальной жизнью. Сталкиваясь с депрессией, одиночеством, конфликтной обстановкой дома, в школе, подросток не дифференцирует эскапизм от социального неблагополучия и погружается в виртуальную реальность.

Крупнейшие социальные сети делают все возможное, чтобы привлечь несовершеннолетних в свой мир. Например, Facebook (американская транснациональная холдинговая компания Meta Platforms Inc. по реализации продуктов – социальных сетей Facebook и Instagram (решение Тверского районного суда города Москвы от 21.03.2022 и апелляционное определение судебной коллегии по гражданским делам Московского городского суда от 20.06.2022)[10]), а сегодня это социальная сеть Meta, доступны для всех пользователей с 2006 года с возраста 13 лет, имеющих адрес электронной почты.

Самым негативным моментом является присутствие деструктивных групп в Интернете – скулшутинги, принимающие участие в массовых расстрелах в образовательных организациях, нацисты, наркоманы, сатанисты, представители ультрадвижения и др. Запретив одни деструктивные группировки, проблему не удастся решить, поскольку на смену им приходят другие, не менее разрушительные. После блокировки групп суицидальной направленности суицидальный контекст встраивается на другие площадки. Алгоритм состоит в том, что не сразу пропадает «шапка профиля» группы, но хештеги и активные ссылки в поисковой системе сохранены.

Кураторы, часто несовершеннолетние, склоняли подростков к суициду, опираясь на специально разработанные технологии. Примером является игра «Синий кит», распространившаяся в социальных сетях несколько лет назад. В этой игре стиль общения подростков был поначалу вполне дружеский, но целью взаимодействия являлась смерть подростков.

Скулшутинг, характеризующий несовершеннолетних, совершающих вооруженные нападения на образовательные организации, является примером взаимосвязи их агрессивной модели поведения с социальными сетями и специфическими радикальными группами.

Виртуальные формы агрессии легко могут перейти в тяжелые преступления, совершаемые в реальном мире, детерминированные влиянием Сети.

Исследователь И. А. Веневская отметила связь агрессивной стратегии поведения несовершеннолетних как характерологического свойства личности и склонности к деструктивной модели поведения в сети Интернет [50; 51].

По мере взросления подростков агрессивные тенденции их поведения могут усиливаться, формируя словесное и образное содержание их личного аккаунта в социальной сети, с учетом гендерных дифференциаций.

Нельзя не проанализировать и тот факт, что в сети Интернет встречается немало лиц с диагнозом «педофилия», стремящихся склонить несовершеннолетних к изготовлению детской порнографии и проявляющих интерес к их вторичным половым признакам.

В 2019 году в виртуальном пространстве появились деструктивные группы с сексуальным контентом. Реклама, популяризация этого направления среди большого числа подписчиков были направлены на обогащение. Популярность групп, ориентированных на саморазрушение, постепенно возрастает. Если в 2016 году такие группы формировались через побуждение и понуждение, то в 2017 году появились кураторы из числа несовершеннолетних участников групп.

Парадоксальным феноменом становится тот факт, что виктимные дети и подростки, некогда бывшие жертвами, становятся агрессорами и активно втягивают в деструктивный контент своих сверстников. Даже если их деяния не доходят до возбуждения уголовного дела, но то, что с такими детьми надо взаимодействовать и формировать у них социальную зрелость и ответственную поведенческую стратегию, очевидно.

Несовершеннолетние с целью эпатажности, непонимания истинных социальных ценностей, отсутствия достойного уровня правовой и нравственной культуры распространяют печатную и книжную продукцию, видеоматериалы, запрещенные на территории Российской Федерации,

привлекаются к уголовной ответственности. Незнание закона, как известно, не освобождает от ответственности.

Особенно удручает тот факт, что в современных условиях дети и подростки взаимодействуют со взрослыми. Это не только повышает их субъективную самооценку, но и «обогащает» их криминальным опытом.

Виртуальное общение подростков в социальных сетях, безусловно, помогает им найти единомышленников, самовыразиться, но нельзя не отметить и негативные явления, обусловленные проявлением киберагрессии, кибербуллинга, хейтинга, киберсталкинга, получившие широкое распространение в подростковой среде.

Кибербуллинг – одна из форм вербального насилия, применяемая к индивидам в виртуальной среде, включающая унижения, оскорбления, угрозы, компромат в течение длительного времени. Кибербуллинг дифференцируется на прямой и косвенный. Прямой кибербуллинг включает непосредственную агрессию на несовершеннолетних через письма или сообщения.

Косвенный кибербуллинг характеризует травлю, в которую вовлечены другие лица, порой даже не осознавшие этот процесс. Когда это происходит? Данная ситуация возможна, когда преследователь взламывает аккаунт жертвы и, имитируя хозяина, рассылает с него сообщения знакомым жертвы, порождая разговоры про его моральную чистоплотность.

В Китайской Народной Республике с 1 июня 2021 года внесены изменения в законодательство, постулирующие, что интернет-компании должны бороться с онлайн-травлей, а родители и опекуны подростков, пострадавших от кибербуллинга, имеют право требовать от сервисов удалить или заблокировать ссылки, которые причинили несовершеннолетним серьезную психологическую травму.

Флейминг можно характеризовать как наиболее деструктивную форму кибербуллинга. Оскорбительные выражения переходят в следующую фазу, заключающуюся в эмоциональном обмене репликами публично, реже – в

частной переписке. Жертва флейминга не предполагает, кого его обидчик будет привлекать на свою сторону в этом процессе. Отсутствие социальной зрелости у подростков проявляется в том, что каждый из посетителей форума может продолжить оскорбительную переписку, экстраполируя ее как некую игру, не осознавая последствий насилия для жертвы.

Разновидностью флейминга, но однонаправленной, выступает харассмент – такая форма виртуальной деструкции, при которой оскорбительные слова или действия, повторяющиеся с определенной периодичностью, приводят к возникновению депрессии, упадничеству, потере смысла жизни у жертвы. Фобии, которые испытывает жертва, мешают ей дать достойный отпор обидчикам, а порой и неумение, и невозможность определить обидчика.

Игроки, воплощающие специфические формы харассмента, называются гриферами. Они совершенно сознательно преследуют других игроков в онлайн-играх. Их задача – разрушить удовольствие от игры у других игроков. С этой целью в ход идет отборная брань, мошенничество, блокирование отдельных звеньев игры.

Нельзя не остановиться и на такой форме харассмента, как троллинг – опубликование негативной информации на веб-сайтах, страницах социальных сетей, даже на мемориальных, посвященных умершим людям. Провокаторы или «реальные» тролли – это все те, кто ударяет по «слабым местам» других индивидов. Это делается с целью получения удовлетворения от аффективных реакций «задетого» человека. Социально неблагополучный, ничего из себя не представляющий человек, выполняющий функцию агрессора, испытывает ощущение всемогущества, чувствуя свою власть над жертвой и ее эмоциональным состоянием.

Один из наиболее агрессивных проявлений кибербуллинга – киберсталкинг, то есть использование электронных коммуникаций для преследования жертвы через угрожающие сообщения повторяющегося

характера, противозаконные действия, направленные на получателя сообщений или членов его семьи.

Связь с Интернетом имеют и другие виды агрессивного поведения несовершеннолетних. Например, «хэппи-слэппинг» – деструктивная форма комбинированного характера, характеризует нападение на жертву со стороны сверстников, сопровождаемое видеозаписью и ее последующим размещением в социальных сетях с целью усугубления унижений и страданий потерпевшего и бессильности повлиять на происходящее [170].

Виртуальная реальность, ставшая обыденным явлением нашей жизни, во многом сформировавшая ее, актуализирует перед человечеством все новые задачи. Они касаются выяснения психологических причин и факторов, обуславливающих агрессивную поведенческую стратегию в сети Интернет, его влияния на физическую агрессию в реальном мире и саморазрушение.

Предупреждение деструктивных форм интернет-проявлений состоит, на наш взгляд, в масштабной просветительской работе и антикризисной превенции. Ее суть состоит в минимизации последствий вредоносного влияния деструктивного контента и прекращение начавшегося кибербуллинга. Воспитательные меры должны быть подкреплены контролем правил поведения в сети и цифровой гигиеной.

Об актуальности исследуемой проблемы свидетельствует то, что у несовершеннолетних имеется большая потребность в общении в сети, но они практически не догадываются о тех проблемах, с которыми могут столкнуться и способах их решения. Между тем, исследуемый феномен представляет большую угрозу для психологического здоровья несовершеннолетних, и его профилактика требует серьезных усилий со стороны педагогического коллектива образовательных организаций России и Китая, а также родителей подростков.

Родители должны обратить внимание на снижение физической активности несовершеннолетних из-за долгого сидения в Интернете, нарушения сна, поэтому за два часа до сна подростки должны покинуть

социальные сети и тем более не присутствовать в них ночью. Набор веса также должен насторожить родителей. Поэтому в квартире необходимо разграничить зоны приема пищи и досуга и приучать к этому своих детей. Перекусы не должны подменять полноценный прием пищи.

Нарушение концентрации внимания от длительного сидения в Интернете обусловлено тем, что подросток серьезно неудовлетворен жизнью в реальном мире. Его эскапизм продиктован одиночеством и депрессией.

По мнению М. Орзак, к психологическим показателям виртуальных аддикций относятся:

- повышение настроения при работе за компьютером или гаджетом;
- полная абulia завершения сеанса в социальных сетях;
- увеличение времени пребывания в Интернете;
- эмоциональная холодность и индифферентность к проблемам ближайшего окружения;
- состояние ипохондрии и разочарования в связи с просмотром личных страниц контактов в социальной сети и формирование устойчивого отношения о своей никчемности по сравнению с друзьями;
- отсутствие критики о своей зависимости от виртуального мира;
- проблемы с учебой из-за нарушения внимания, рассеянность, невыполнение учебного плана [248].

К физическим показателям виртуальных аддикций относятся:

- индифферентность к внешнему виду;
- приступы мигрени, не купирующиеся медицинскими препаратами;
- синдром сухого глаза;
- синдром запястного канала вследствие сдавления нервов и мышц от монотонной позы при работе на компьютере;
- слуховые иллюзии из-за длительного общения по телефону [248].

Номофобия – страх отсутствия смартфона, постоянный контроль наличия телефона, страх при невозможности его зарядить. Это один из новых видов фобии.

Известный специалист в области аддиктологии А. Е. Войскунский определил характерные черты поведенческой модели аддиктов:

- отсутствие самокритики и уход от имеющейся проблемы;
- игнорирование межличностного общения в реальной жизни, индифферентная констатация падения жизненного статуса и репутации;
- малоподвижность, обусловленная долгосрочным пребыванием в социальных сетях;
- частое употребление специальных тонизирующих напитков, отражающихся на выделении энергетического импульса;
- ипохондрия, фрустрация, подавленность из-за невозможности быть в социальных сетях по какой-либо причине;
- проявление агрессивной или депрессивной моделей поведения при невозможности присутствовать в виртуальной среде [56, 57].

Мы разделяем мнение В. Л. Малыгина, что наиболее явными диагностическими критериями виртуальных аддикций выступают:

- повышение желания удлинить время пребывания в социальных сетях или увеличение дозы принимаемого психоактивного вещества (ПАВ);
- толерантность, абстиненция, проявляющаяся в виде физиологического дисбаланса различных функциональных систем организма – синдром отмены;
- индифферентность к прежним увлечениям и полное их замещение пребыванием в виртуальном мире [130; 131; 1132].

К факторам риска формирования виртуальных аддикций подростков относятся:

- пренатальная отягощенность, социально неблагополучная среда, в которой происходит дальнейшее развитие индивида;
- превалирование самостоятельной жизненной стратегии;
- тип высшей нервной деятельности человека, детерминирующий его виктимную социализацию, отсутствие социальной зрелости, социального иммунитета, достойного уровня общей, правовой и нравственной культуры.

По мнению исследователя А. Б. Искандеровой, формирование виртуальных аддикций у подростков можно объяснить несовершенством работы высших психических функций и эмоционально-волевой сферы, отягощенной наследственностью, искажением коммуникативных установок [97].

Серьезными последствиями виртуальных аддикций является замена жизни в реальном мире вымыслом, пришедшим из виртуального пространства. Нарушая жизненный баланс, истощая эмоционально-волевую сферу, виртуальная реальность нивелирует реальную заботу, любовь, ответственность. Подростки в отличие от взрослых не умеют строить ближние и дальние перспективы, предугадывать возможные риски и предупреждать их.

Получая информацию от всех органов чувств, у подростка создается эффект присутствия «здесь и сейчас». Сегодня виртуальные концепты создают технологии, которые воздействуют на мозг, внедряют программное обеспечение, визуализирующее образы в реальном диапазоне.

Трансформация сознания аддикта выражается в том, что реальный мир приобретает черты редуцированности, упрощенности, фрагментарности. В мировосприятии несовершеннолетних происходит искажение реального мира, появляется дискомфортность пребывания в нем, возникают проблемы межличностного общения с ближайшим окружением.

По информации Global Web Index, в 2020 году количество пользователей Интернета в мире перешагнуло границу в 5 миллиардов человек, в России превысило 90 миллионов, в Китае – 780 миллионов человек.

Родители и педагоги должны забить тревогу в тот момент, когда подросток не может прожить без виртуального мира ни одной свободной минуты. Он не боится нареканий и упреков со стороны педагогов и родителей, мир Интернета для него стал естественной первичной потребностью.

В ряду современных кибертехнологий особое место занимает «селфимания». Оксфордский словарь определил дефиницию «Селфи» как снимок, сделанный самим человеком на смартфон или веб-камеру и загруженный в социальные сети. По данным National Library of Medicine, в Интернете ежемесячно появляется 97 миллионов селфи. Более 40% авторов снимков – это подростки, юноши и девушки в возрасте от 14 до 18 лет. Нам представляется, что социально незрелые, нарциссические личности с помощью селфи пытаются повысить свою самооценку. Социально зрелая личность понимает и осознает, что высокая самооценка – это результат тяжелого труда и большой работы над собой с опорой на эмоционально-волевую сферу, преодоления недостатков, пробелов.

Нарциссическая личность целиком сконцентрирована на своей исключительности. Индифферентный к проблемам других людей такой индивид рассчитывает на понимание, эмпатию, доброжелательность. Выкладывая в социальные сети селфи-фото, подростки рассчитывают на большое количество лайков, позитивных откликов. Лайки для них выступают своего рода заменителем любви, заботы, эмоционального тепла. Привычное выкладывание селфи – это субстрат гедонизма.

Мы разделяем мнение М. Е. Сандомирского в том, что селфимания ассоциируется как социомедийная эпидемия. Ее последствия носят не только социальный характер в виде негативных репутационных рисков, но и представляют конкретные угрозы для физического и психического здоровья несовершеннолетних [175, с. 3].

Нельзя не согласиться с В. К. Кемпбелл, что селфимания как социальная патология современного мира направлена исключительно на индивидуальный гедонизм ограниченной личности [211, с. 204].

Получая отрицательные лайки и комментарии, подростки долго не могут прийти в себя, надолго погружаясь в пучину депрессии и ипохондрии. Во многом эта ситуация обусловлена отсутствием сетевой этики.

Депрессия подростков вызывается депривацией со стороны родителей, педагогов, сверстников. Не ощутив эмоциональный комфорт и безопасность в реальном мире, подросток начинает искать его в киберпространстве. Можно предположить, что это одна из форм социализации подростков. Удовлетворяются ли потребности подростка в общении в виртуальном мире? С одной стороны, да, через создание групповых аккаунтов и коммуникации в них, но, с другой стороны, зависимая стратегия взаимоотношений делает его незащищенным перед манипулированием других.

Проблема нарциссизма тесно переплетается у несовершеннолетних с перфекционизмом. Стремясь выглядеть идеально, подростки живут в постоянном страхе, что у них может не получиться быть лучшим. Это усугубляет функциональные расстройства центральной нервной системы, фрустрацию.

Родители и педагоги должны осознавать, что увлечение селфи – это поведенческая стратегия, продиктованная желанием добиться высокого статуса в обществе.

Анализируя стремительный рост аддиктивного поведения несовершеннолетних, ученые пришли к выводу, что это явление базируется на биохимическом, физиологическом, психическом и социально-психологическом уровнях.

В процессе онтогенеза, физиологи выявили, что доминантное полушарие головного мозга формируется к десятилетнему возрасту. Аддиктивная предрасположенность обусловлена проявлением правополушарной латерализации деятельности мозга виртуальных аддиктов.

Основываясь на теории психосоциального развития личности, выдвинутой Э. Эриксоном [218], мы проследили основные базовые концепты онтогенеза:

До трех лет ребенок при условии, что он окружен любовью и заботой, проникается доверием к окружающему миру.

От трех до пяти лет идет интенсивное общение и познание внешней среды.

В шесть лет активизируется взаимодействие с родителями и другими взрослыми, происходит дифференциация понятий «хорошо», «плохо».

От семи до десяти лет происходит интеллектуальное созревание личности, установление контактов с родителями, педагогами, сверстниками.

От одиннадцати до четырнадцати лет – период пубертата. Мы разделяем концептуальные идеи Е. И. Исаева в том, что происходящие в организме физиологические изменения не коррелируют с его психическим созреванием. Возникающие метаморфозы взаимосвязаны с культурными традициями, обычаями, отношением к подростку окружающих и сравнением себя и других. [95].

В возрасте от пятнадцати до восемнадцати лет старшие подростки пытаются определиться с собственным предназначением, выбором жизненной стратегии, поиском витальной миссии.

Самооценка подростков может быть как адекватной, так и неадекватной. Неадекватная самооценка инициирует формирование самых различных аддикций, поскольку оценочная, поведенческая и структурные составляющие находятся в тесной взаимосвязи.

Таким образом, кардинальные изменения, происходящие в мировом пространстве, приводят к социальным коллизиям и предъявляют молодым людям серьезные требования, которые они не в состоянии выполнить и погружают их в атмосферу фрустрации и эмоционального тупика. Болезненная праздность, обусловленная молниеносным выполнением желаний, вызывает опустошение, насыщение и пресыщение.

Цифровой стиль жизни погружает подростков в мир, который реализует любые фантазии, не требуя ответственности, дисциплины, самоконтроля.

Сегодня смешанная реальность стала основополагающей моделью поведенческой стратегии подростков. Задача воспитательных институтов –

удержать подрастающее поколение в реальном мире, опираясь на каноны правовых и моральных норм, общей и правовой культуры, социальной зрелости, социального иммунитета и теорию реактивного сопротивления.

1.2. Направления профилактики виртуальных аддикций подростков в России и Китае

Направления профилактики виртуальных аддикций подростков в России и Китае имеют как сходство, так и различия, обусловленные ментальными, этническими, культурологическими особенностями.

Национальная доктрина образования Российской Федерации направлена на развитие у подрастающего поколения социальной зрелости, ответственной поведенческой стратегии, умений оперировать современными инновационными технологиями, дифференцировать отношение к получаемой информации.

Сегодня образовательные платформы не могут обойтись без инновационных технологий, которые необходимы воспитательным институтам для совершенствования коммуникативного процесса, а также получения и обмена информацией, особенно в мировом масштабе или при чрезвычайных ситуациях, например, таких как пандемия.

К негативным сторонам цифрового общества относится патологическая привязанность подростков и в России, и в Китае, без преувеличения можно сказать, во всем мире, к виртуальному пространству. Не игнорируя особенностей менталитета, культуры, традиций, обычаев в России и Китайской Народной Республике, наше исследование показало, что общие концептуальные направления профилактики виртуальных аддикций подростков в этих странах имеют много общего.

Анализируя основные направления профилактики виртуальных аддикций несовершеннолетних, необходимо выяснить причины, факторы и условия, которые привели подростков к постоянному пребыванию в виртуальном мире и замене им мира реального. Обращаясь к исследованиям А. О. Бухановского, А. Ю. Егорова, Ц. П. Короленко, В. Л. Малыгина, О. С. Матюхиной, В. Д. Менделевича, О. М. Овчинникова, Л. О. Перегожина, Б. Д. Цыганкова, мы определили факторы, формирующие виртуальные аддикции у

несовершеннолетних. Ученые отнесли к ним характерологические особенности личности подростков, искажение процессов адаптации и социализации, деформированную потребностную сферу, незрелость когнитивной и эмоционально-волевой сфер, деструктивные противостояния в семье, школе, среди сверстников, социальную незрелость, низкий уровень общей и правовой культуры, правосознания, ведомость, зависимость от чужого мнения.

Исследователи постулировали корреляцию между нарушениями в работе парадигмы «общество- личность-организм».

В. Д. Менделевич рассматривает аддиктивное поведение как одну из разновидностей девиантного поведения, проявляющегося в неукротимом стремлении подростка уйти от проблем реального мира, полностью погрузившись в виртуальное пространство [143, 144].

Исследователи из КНР рассматривают аддиктивное поведение как стратегию, приводящую к гедонистическим паттернам, получаемых через формирование повторяющихся действий, инициирующих достижение желаемого психологического состояния [245; 246; 247; 248; 249; 250; 251; 256; 257; 258; 259; 260; 261; 262; 263; 264].

В Китайской Народной Республике с Интернетом начинают знакомиться дети уже с двух-трех лет (86,5%).

2,4% подростков из 2620 обследованных в Чанше категорированы как интернет-зависимые, а 13,8% респондентов из 1708 обследованных в Тайване получили статус «интернет-наркоманов», имеющих психологические и психиатрические проблемы. Н. Бергер представляет аддиктивное поведение как прогрессирующую поведенческую модель, оказывающую негативное влияние на личное, семейное, учебное пространство индивида [261; 262; 263].

Особенность определения исследователями феномена «аддиктивное поведение», коррелирует с их научными направлениями и школами.

Т. Б. Дмитриева и З. И. Кекелидзе, анализируя аддиктивное поведение несовершеннолетних, рассматривают его как комплексную, биопсихосоциальную проблему, являющуюся предметом изучения педагогов, психологов, врачей, социологов, философов, правоведов. Коморбидность проблемы предполагает для ее решения использование мультидисциплинарного подхода [167; 101].

В Китайской Народной Республике в конце XX века, а в России в начале XXI века актуализировались исследования, раскрывающие причины и механизм развития виртуальных аддикций, последствия этого явления для психического, физического и социального здоровья индивидов – отсутствие внимания родителей к детям и подросткам, уважения к их личности, независимости, потребностям и интересам, формированию ответственной поведенческой стратегии как составной части превентивной программы, лежащей в основе предупреждения аддиктивной готовности несовершеннолетних. Концептуальные положения и гипотеза некоторых исследований не подтвердились на практике. Это обусловлено вариабельностью преморбидной симптоматики, полизависимостью, создающих большие сложности для дифференциации аддиктивного поведения у специалистов.

В то же время, В. А. Солдаткин утверждает, что концептуальные идеи, раскрывающие механизм формирования виртуальных аддикций подростков, можно подразделить на четыре группы:

- медико-биологические;
- психологические;
- социокультурные;
- комплексные.

Ученые Китайской Народной Республики рассматривают виртуальные аддикции несовершеннолетних, исходя из наследственной, бихевиоральной, познавательной, психодинамической и социальной концепций [77].

Нам представляется, что эффективная система педагогической профилактики виртуальных аддикций базируется на обосновании критериев исследуемого феномена, определении групп риска подростков и анализе исследовательских векторов.

Ранее мы констатировали, что проблема виртуальных аддикций несовершеннолетних имеет междисциплинарный, комплексный характер.

Медико-фармакологической коррекции виртуальных аддикций придерживаются ученые с нейробиологическим вектором исследования.

Исследователи, придерживающиеся данного направления, рассматривают ведущим этиопатогенетическим фактором возникновения зависимости от виртуального мира нарушение метаболизма лимбических структур головного мозга [111, с. 24; 167]. Функция лимбической системы – регулирование мотивационно-эмоциональных реакций индивида, формирование его адаптивной поведенческой стратегии, опираясь на мотивирующую доминанту. Кроме того, лимбические структуры участвуют в поддержании постоянства внутренней среды организма (гомеостаза), регулировании торможения центральной нервной системы («сон-бодрствование»), поддерживают на оптимальном уровне вегетативную и эндокринную системы, а также мнемические и познавательные процессы. Успешная социализация индивидов коррелирует с психической деятельностью, отвечающей за регуляцию лобных долей головного мозга. С помощью префронтальной коры головного мозга сохраняется концентрация произвольного внимания, дифференцируются основополагающие понятия и ощущения, представления о мире, поведенческие стратегии.

Физиологические особенности подростков проявляются в том, что лимбическая система начинает функционировать раньше префронтальной коры. Это положение объясняет импульсивность их поведения, лабильность настроения, непродуманность поступков и их последствий. Желание эпатировать окружающих, готовность к выбросу адреналина, отвечающего за безрассудные, рискованные поступки, стремление к эйфории, гедонизму –

эти ощущения подросток получает в виртуальном пространстве и стремится получать их постоянно [111, с. 27].

Сторонники наследственной концепции объясняют склонность подростков к аддиктивному поведению тем, что в их крови присутствует ген DRD – составной элемент рецепторов дофаминавого ряда. По мнению последователей данной теории, деструкция контролируемого поведения обусловлена поломкой звена обратного захвата глутаматергической системы – дофамина и глутамата. Физиологи утверждают, что у аддиктов наблюдаются нейрохимические и молекулярные изменения в мезолимбической дофаминовой системе. Педагоги, в силу отсутствия медицинского образования, не могут вникнуть в нарушения метаболизма нейротрансмиттеров. В то же время, они могут помочь подросткам, опираясь на рекомендации физиологов, скорректировать нарушенные процессы в головном мозге для подавления постоянного пребывания в виртуальном мире.

Одним из основных симптомов, характеризующих аддиктивное поведение несовершеннолетних, является непреодолимое влечение к аддиктивному агенту, в данном случае – к Интернету. Кроме этого признака, Л. О. Перегожин отмечает, что процесс влечения к онлайн-устройствам не подвергается какому-либо контролю. При ожидании погружения в виртуальный мир подростки оживляются, радуются, волнуются. Эмоционально активный, полный восторга подросток после длительного погружения в интернет-пространство проявляет индифферентность, обнубиляцию, дезориентацию при переходе в реальный социум. Наблюдается ярко выраженная абулия [160; 161].

В Международной классификации болезней, десятый пересмотр (МКБ-10), при характеристике второй стадии виртуальных аддикций акцентируется внимание на проявлении у несовершеннолетних тревожности, депрессии, выраженных вегетативных реакций (учащенного дыхания, сердцебиения, гипергидроза) при лишении их возможности погрузиться в виртуальный мир.

Подростки не воспринимают критику, выраженную со стороны близких о своем реальном негативном состоянии.

Китайская Народная Республика, полностью разделяя концептуальные воззрения представителей нейробиологического направления в отношении этиологии формирования аддиктивного поведения несовершеннолетних, и в профилактике его опирается на медико-фармакологическую помощь, оказываемую в специализированных центрах и клиниках. Нам представляется, что в данном случае помощь оказывается уже зависимым подросткам, Профилактика же предполагает работу с несовершеннолетними из группы социального риска до развития у них аддиктивного поведения. Мы считаем, что ведущими основополагающими принципами медицины являются следующие: «Любую болезнь гораздо легче предупредить, чем лечить»; «Лечить надо не болезнь, а больного».

16 декабря 2020 года Техническая комиссия по стандартизации при Китайской ассоциации издателей аудио, видео и цифровой продукции завершила разработку группового стандарта «Напоминающее извещение о подходящем для Интернет-игр возрасте в сети». Исходя из этого документа, игры в Китае классифицированы по трем возрастным категориям, каждая из которых обозначена своим цветом 8+ (зеленый), 12+ (голубой), 16+ (желтый). Для идентификации пользователя применяются четкие правила в отношении каналов скачивания и длительности показа, частоты обновления и размеров. Идентификатор должен быть установлен на видном месте интерфейса игровой продукции.

Нам представляется, что для полного представления о профилактике виртуальной аддикции подростков, необходимо проанализировать психологическое направление проблемы.

Данное направление рассматривает причины формирования исследуемого феномена, исходя из характерологических особенностей личности подростков. Совместные усилия педагогов и психологов позволили

выявить тип характера, наиболее часто встречаемый у подростков, входящих в группу социального риска по формированию виртуальных аддикций.

По мнению А. К. Ануфриева, есть импунитивный тип личности, при котором ответственность за свои ошибки перекладывается на внешние обстоятельства; и амбивалентные психотипы – интрапунитивный (самобичевание и обвинение себя во всех грехах) и экстрапунитивный (стремление обвинять в собственных промахах окружающих) [21].

К. Леонгард выявил усиление определенных черт характера личности и назвал это явление «акцентуация характера».

А. Е. Личко, российский психиатр, является автором типологии личностей, склонных к аддиктивному поведению:

- подростки гипертимного типа чрезвычайно активны, у них превалирует позитивный настрой, стремясь к самостоятельности и независимости, они демонстрируют изворотливость, упрямство, своеволие, с оптимизмом смотрят в будущее, но у них возникают трудности при выполнении заданий, требующих терпения, кропотливости, аккуратности;

- подростки циклоидного типа демонстрируют дисбаланс между гипертимией и гипотимией, характеризующихся лабильностью в течении непродолжительного времени;

- демонстрирующие эмотивный, экзальтированный тип личности подростки очень быстро меняют настроение. Если оно позитивное, реальная действительность радует, а проблемы не вызывают страха и растерянности, если настроение негативное- замыкаются в себе, отчуждаются, пребывают в депрессии. Существует большая привязанность к окружающим, кто проявил по отношению к ним заботу и внимание. Как правило, такие подростки испытывают депривацию со стороны родителей или матери;

- для подростков сенситивного (тревожного, боязливого) типа характерно проявление фрустрации и низкая самооценка. Неспособные принять конструктивную критику, они чрезвычайно дисциплинированны, ответственные, исполнительны;

- подростки психастенического (педантичного) типа проявляют резонерство, фрустрацию, абулию, поверхностность и примитивизм, безответственность, мифоманию;

- аутистические наклонности, безразличие, эмоциональную холодность и жестокость даже по отношению к самым близким людям проявляют подростки шизоидного (интровертированного) типа. Их увлечения эпатажны, вычурны, гротескны, аргументировать их выбор они не в состоянии;

- эпилептоидный тип акцентуации несовершеннолетних проявляет склонность к лабиринтному, вязкому мышлению, эпизодически возникает дисфория, немотивированный гнев, озлобленность;

- крайнюю степень лживости, эпатажности демонстрируют подростки истероидного типа, который имеет синоним «демонстративный». Непостоянны в своих привязанностях, чувствах;

- наиболее подвержены риску виртуальной аддикции подростки неустойчивого типа. Они настроены только на гедонизм и живут сегодняшним днем;

- подростки конформного типа руководствуются жизненным кредо – думать, поступать и жить «как все» [122; 123].

Аддиктивная личность характеризуется неприятием общественных законов, правил, негативным эмоциональным фоном, безапелляционностью суждений, подверженностью чужому влиянию, боязнью привязанности к человеку. У несовершеннолетних, склонных к аддиктивному поведению, снижены волевые качества, они эмоционально нестабильны, социально незрелы, демонстрируют деструктивные модели поведения, неумение и нежелание принимать ответственные решения.

Диагностика подростков, склонных к виртуальным аддикциям, выявила низкую самооценку, эмоциональную нестабильность, тремор, нистагм, неадекватность.

Анализируя психосоциальную модель Р. Джессора, раскрывающую поведенческую и личностную системы, мы пришли к выводу, что ученый,

рассматривая риск-поведенческие элементы аддиктивной реализации несовершеннолетних, предположил, что, поскольку для этой возрастной группы характерна склонность к группированию, которая и может инициировать формирование общего «риск-поведенческого синдрома». Подростки, испытывающие эмансипацию, во что бы то ни стало стремятся доказать ближайшему окружению свою состоятельность и независимость [150].

Ученые до сих пор так и не пришли к единому мнению-врожденный или приобретенный характер имеет склонность к аддиктивному поведению? Если механизм развития имеет биологическую природу, и генетики и психологи постулируют наличие общего аддиктивного маршрута, сказывающегося на формировании зависимой личности, то, остается открытым вопрос о корреляции факторов, приводящих к аддиктивной модели поведения личности.

Оригинальную точку зрения на формирование виртуальной аддикции представила М. Шоттон. Она предположила, что виртуальный мир привлекает подростка возможностью получения превосходства над информационными технологиями как над могучим соперником, что инициирует у него формирование триумфа, успеха, состояний, которых невозможно достичь в реальном мире. Глобальное превосходство – это иллюзия, но подросток рассматривает ее как возможность повышения своего социального статуса и реноме [188].

Анализируя концептуальные теории профилактики аддиктивного поведения подростков в России и Китайской Народной Республике, мы пришли к выводу, что все они направлены на восстановление разрушенных эмоциональных связей между родителями и особенно матерью и детьми, нивелирование психологических травм подростков, восстановление уважительного отношения к их потребностям и желаниям.

Для полноты освещения проблемы аддиктивного поведения подростков считаем целесообразным обратиться к социальному маршруту.

Все ученые пришли к выводу, что виртуальные аддикции – это социально значимые зависимости. С другой стороны, педагогических исследований, раскрывающих социальные издержки и противоправные действия, детерминированных виртуальными аддикциями, явно недостаточно. Между тем, мы убеждены, что эффективная профилактическая работа в исследуемом направлении должна учитывать и социальный вектор.

Социальный маршрут позволяет нам определить взаимосвязь между виртуальной аддикцией и подростковыми фокус-группами, а также выявить факторы риска, приводящие к зависимости.

Особенности подросткового возраста состоят в том, что, испытывая любопытство и демонстрируя эпатажность, они безынициативны, ведомы, подчиняются сильному лидеру, не задумываясь о последствиях.

Современная действительность показала, что в ситуации развития пандемии коронавируса, многие из них выступили как волонтеры, оказывающие безвозмездную помощь нуждающимся, ярко проявившие свою гражданскую позицию, эмпатию, фасилитацию.

И тем не менее, сложность проявления лабильных реакций подростков обусловлена выбросом огромного количества гормонов, отсутствием должного уровня самоконтроля, превалированием эмоционального фона. Эмоции подростков разновалентные и мешают им включать логику, анализ, синтез при выборе поведенческой стратегии. Пессимистическая поведенческая модель превалирует над оптимистической. Сталкиваясь с двойными стандартами, несправедливостью, подростки испытывают дистресс, невротические реакции и желание уйти от реальной действительности, погрузившись в виртуальный мир, где проблемы решаются быстро, а принятые решения при желании легко можно изменить.

Задача социального маршрута – обосновать возможности педагогической профилактики, позволяющие помочь подросткам реализоваться в реальном мире, не погружаясь в виртуальную зависимость.

Системный маршрут.

Аддиктологи России, опираясь на научные изыскания физиолога И. П. Павлова, аргументировали поэтапную теорию формирования виртуальной аддикции [157]. А. Ю. Егоров, В. Л. Малыгин выявили две формы аддиктивной виртуальности – оперантное научение и реактивный импринтинг (запечатление). Впервые погружаясь в виртуальный мир, подросток может испытать как позитивные, так и негативные эмоции. Если опыт был положительный, возникает желание воспроизвести его повторно и вновь испытать эйфорию. Ученые считают, что этот подход выступает как психологический якорь, аккумулирующий и фиксирующий виртуальную аддикцию [76; 130].

Рассматривая проблему педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков, мы обращаем внимание на медико-психологические и социально-образовательные меры. Деятельность государства направлена на минимизацию популяризации аддиктивного поведения несовершеннолетних и нивелирование его последствий [80; 81].

Образовательные организации и России, и Китая, по нашему мнению, это ведущие институты воспитания и здоровьесбережения, которые призваны оказать существенную помощь в превенции аддиктивного поведения несовершеннолетних. Это обусловлено тем, что общеобразовательные организации – это не только место, где подростки получают необходимые знания, но и учатся преодолевать трудности, коммуницировать с другими людьми, и проводят там немало времени, оставаясь после учебы для занятий в кружках, секциях. Можно постулировать, образовательные организации воспроизводят модель общества и в России, и в Китае. Образовательный процесс, ориентирующийся на здоровьесориентированную деятельность, в полной мере отражает теорию воспитания школьника, здорового во всех отношениях. Мы разделяем концептуальные идеи специалистов по этой проблеме – В. Н. Ирхина и И. В. Ирхиной [92; 93; 94].

Сложность анализа превентивной парадигмы по предупреждению аддиктивной аддикции несовершеннолетних состоит в том, что единого мнения об этом процессе ни в России, ни в Китае не выработано.

Исследуя природу нехимических аддикций, мы выяснили, что в 2013 году гемблинг ввели в нозологию процессорных аддикций. Через шесть лет ВОЗ отнесла игровую зависимость к международной классификации болезней.

Опираясь на исследования профессора Л. К. Фортовой, профилактику виртуальной аддикции несовершеннолетних можно рассматривать, исходя из следующих уровней:

- предупредить возникновение аддиктивной реализации личности целесообразнее всего в рамках первичной профилактики, направленной на нивелирование неблагоприятных факторов социализации, которые часто приводят несовершеннолетних к виртуальному миру;

- подростки из неблагополучных, депривированных семей входят в группу риска по формированию аддиктивных паттернов поведения, и по отношению к ним реализуется вторичная профилактика;

- третичная профилактика предполагает работу с инвалидизирующими симптомами и включает лечение, коррекцию, реабилитацию аддиктов. В этом случае необходима помощь аддиктологов, психотерапевтов, психиатров. Виртуальная аддикция стала болезнью [133; 194; 195; 196; 197; 198; 199; 200; 201; 202].

Наиболее эффективна первичная профилактика и в какой-то степени вторичная. Педагоги и психологи могут помочь несовершеннолетним избежать виртуальной зависимости.

Мы разделяем мнение ученых в том, что природа виртуальных аддикций обязывает ученых быть предельно достоверными, представлять аргументы, факты, верифицированные критерии.

Мы не разделяем виртуальную аддикцию на компьютерную и интернет-аддикцию, ибо это формы процессорных зависимостей.

Предлагая профилактические направления педагогического предупреждения виртуальной аддикции в России и Китае, считаем целесообразным выделить ее диагностические критерии:

- неукротимая тяга к работе за компьютером, погружение в виртуальный мир, длительное пребывание без временного контроля;
- возрастание продолжительности времени, проведенного за компьютером по сравнению с первоначальным;
- забывание о важных делах в реальном мире, отказ от обязательств в обыденной жизни, от выполнения учебных заданий, от коммуникации с ближайшим окружением;
- абстинентный синдром – утомляемость, бессонница, забывание о приеме пищи, личной гигиене и т.д.;
- сверхценная идея при работе с компьютером – внушение себе личностной значимости при осуществлении контактов в социальных сетях, важность своего присутствия в Интернете;
- внушение себе, что позитивный настрой на жизнь подросток может получить только при погружении в виртуальный мир.

Задаваясь вопросом о коморбидности между интернет-аддикцией и другими видами зависимого поведения, мы не обнаружили значимые аргументы. Возможную коморбидность между химической аддикцией (употребление каннабиса) и интернет-аддикцией предположили В. Л. Малыгин и Ю. А. Меркурьева [132; 156].

Родители и педагоги должны забить тревогу, если:

- их ребенок говорит и думает только о технических характеристиках компьютерных моделей, смартфонов, мобильных телефонов, горит желанием приобрести появившуюся модель, современный вариант гаджета;
- у подростка наблюдается навязчивое желание искать информацию в интернет-сети;
- проверка электронной почты осуществляется постоянно;

- происходит остоянный обмен текстовыми сообщениями, видео, любопытство на реакцию получателя;
- бесконечное по временному интервалу пребывание в групповых чатах;
- полное погружение в работу онлайн-форумов.

Бесконтрольные, ненужные, спонтанные интернет-покупки. Зацикленность на селфицизме, лайкомании, фейковых контентах – такие подростки не брезгают и хакерскими атаками. Это касается как отдельных индивидов, так и организаций.

Постоянные телефонные и видео звонки (Skype, Face Time) коррелируют с зависанием в онлайн-аукционах.

Социально-незрелые, виктимные и ведомые, подростки из группы социального риска по аддиктивному поведению, подчиняясь общим поведенческим тенденциям, нередко реализуют примитивные интересы, просматривая информацию порнографического характера.

Единого мнения о природе виртуальной аддикции в настоящее время не существует. Поскольку сегодня учеными констатируется огромное число причин, вызывающих виртуальную аддикцию, проблема педагогической профилактики этого явления стоит особенно остро.

Анализируя причины, факторы и условия, приводящие подростков к виртуальной аддикции, считаем целесообразным и справедливым отметить и позитив, имеющийся в интернет-ресурсах и интернет-девайсах. Мы имеем в виду возможность повысить свою эрудицию через ознакомление с трудами лучших мировых университетов и библиотек, погружение в образовательные интернет-платформы. Подкупает скорость получения информации, которая может быть получена и передана настолько быстро, что, это, несомненно, экономит время для самоактуализации. Интернет – это не только возможность конструктивного общения, но и трудоустройства, что особенно значимо для людей с ограниченными возможностями здоровья. Информация

может быть получена из любого уголка Земли и также быстро доставлена в любое место.

В условиях распространения коронавирусной инфекции, когда многие образовательные организации вынуждены работать в дистанционном формате, Интернет явился той образовательной платформой, которая выручает и школы, и вузы, не имеющие возможности обучать школьников и студентов в очном формате.

Возражений о высоком потенциале интернет-пространства нет. Все ученые едины во мнении, что он, однозначно, высок.

Более того, Интернет может быть платформой, где подростки могут проявлять свою гражданскую позицию, составлять договорные финансовые обязательства, оказывать консультации, помогать друг другу, пристраивать животных, организовывать волонтерское движение, экологические проекты.

Нельзя не отметить, что реализация подобных дел помогает подросткам испытать гедонизм, связанный с удовлетворением жизнью, полнотой витальной миссии.

В Китайской Народной Республике так же, как и в России несовершеннолетние испытывают удовлетворение от получения лайков и позитивных комментариев в свой адрес. Была обнаружена корреляция между количеством друзей в Facebook и ощущаемым благополучием [46; 47].

Положительная роль Facebook была отмечена и при организации и поддержании социальных контактов – того потенциала, который раскрывает отношения людей друг с другом в реальном мире [48; 45].

Отдавая должное, бесспорно, положительным функциям виртуального мира, считаем целесообразным обратить внимание на элементы деструктивного характера:

- появление неологизмов, умаляющих значение лингвистических терминов, упрощение языковых форм, изобретение конверсивных оборотов типа NIK names и других выражений, не несущих смысловой нагрузки;

- унижение достоинства личности через нецензурную брань и кибербуллинг;
- провокационный алгоритм, допускающий провокационную информацию по различным вопросам, фейковые новости, низкопробные, примитивные ток-шоу;
- навязывание жизненного стереотипа через формирование взглядов, смену этического мировоззрения, норм морали и права.

Поэтому при всей амбивалентности сетевого контента, включающего и положительные моменты, остановиться на единственно правильном выборе жизненной стратегии подростку достаточно непросто.

Дуалистичность подходов в констатации позитивных и негативных сторон виртуального мира – это объективная данность, объясняющая интерес подростков к нему, а также детерминирующая направления превентивной работы.

Проанализировав достаточно большой массив научной литературы психолого-педагогического характера, мы пришли к выводу, что и в России, и в Китае основной акцент превентивной работы сделан на профилактику химических аддикций. Научный тезаурус по профилактике процессорных аддикций нуждается в уточнении, обогащении и осмыслении.

В процессе исследования мы выявили, что интерес подростков к виртуальному миру обусловлен симбиозом биологических, психологических и социальных факторов.

Протективные факторы, защищающие несовершеннолетних от круглосуточного погружения в виртуальный мир, являются основой первичной профилактики виртуальных аддикций исследуемого феномена.

Проанализировав российские исследования и изыскания китайских ученых, мы пришли к выводу, что основными концептуальными направлениями профилактики виртуальных аддикций несовершеннолетних выступают:

- эвохологическое направление, ориентирующее подростков на рациональное проведение досуга в реальном мире, инициирующее формирование и развитие социальной зрелости, общей и правовой культуры, правосознания, соблюдение норм права и морали;

- просветительское направление, которое ориентирует несовершеннолетних на ознакомление с позитивными свойствами Интернета и с негативными последствиями. основополагающий принцип – информация должна быть честной, объективной, не морализаторской, выводы о своей поведенческой стратегии подростки делают сами. Сделать они это могут при достаточном уровне социальной зрелости и социального иммунитета, а также общей и правовой культуры;

- социальное направление, которое ориентировано на формирование и развитие социальных и личностных компетенций. Социально зрелый подросток способен дифференцировать информацию, получаемую из социальной среды, и отделять позитивные паттерны от негативных;

- валеологическое направление, ориентирующее на актуализацию здорового образа жизни как первичной жизненной потребности и инициирование ответственной поведенческой позиции по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих;

- культуросозидающее направление, которое ориентировано на формирование гомеостаза между экзогенной и эндогенной средами и создания культурно-нравственной основы в овладении подлинной системой ценностных ориентаций;

- саногенно-деятельностное направление, которое ориентирует на изменение пассивной поведенческой стратегии на активную, а репродуктивного мышления – на саногенное, инициирующее созидательное начало, конструктивную жизненную стратегию, противоправного поведения – на правомерное.

Мы разделяем мнение О. С. Матюхиной, что хорошо себя зарекомендовала превентивная модель, направленная на формирование

конструктивных витальных навыков. Сторонники гуманистической психологии А. Маслоу и К. Роджерс обозначили адаптивное взаимодействие подростка с социумом как «личностный рост» и «самоактуализацию», а также «совладание» (копинг-стратегия) [134, с. 224].

Представляют интерес копинг-стратегии, выделенные Д. Амирханом:

- стратегия избавления от проблем – подросток может включить весь личностный потенциал, чтобы разрешить возникшие проблемы;
- стратегия поиска поддержки социальных институтов – опора на помощь окружающих для успешного решения проблем несовершеннолетними;
- стратегия избегания – стремление применить страусиную тактику при возникновении проблем и абстрагироваться от ближайшего окружения [42].

Анализ копинг-стратегий показывает, что их формирование требует от подростка наличия личностного ресурса и компетенций в умении разрешать сложные витальные ситуации. Мы разделяем мнения и С. Селигмана о том, что в решении проблем большую помощь оказывает оптимистическая поведенческая стратегия, и А. Бандуры, утверждающего, что основополагающий фактор превенции виртуальных аддикций – самоэффективность, и А. Маслоу, отстаивающего жизнестойкость как основную превентивную парадигму [229; 134].

На наш взгляд, дополнить первичную педагогическую профилактику могут социальная зрелость, социальный иммунитет, достойный уровень общей и правовой культуры, правосознания, правовой и общей воспитанности личности.

Несомненный интерес представляет «Модель представлений о здоровье» О. М. Розенштока, проводящего постулат, что человек тогда готов изменить свое поведение, когда он чувствует опасность, которая может отразиться на состоянии его физического и психического здоровья. Если подросток еще не полностью погрузился в недра виртуального мира, и у него

сохранилась самокритика, объективная оценка изменений, которые происходят с ним, эта модель сможет выполнить превентивную функцию.

И. Айзен предлагает теорию запланированного поведения, направленную на поэтапное изменение поведенческой стратегии личности. В представлении автора, подросток может не только оценить угрозу виртуального мира, но и наметить комплекс мероприятий, направленный на ее уничтожение [228].

Анализируемая модель предполагает информирование подростков о том, что здоровье — это самый ценный личный капитал, который необходимо оберегать, авторитетные для подростков лица сами придерживаются такой поведенческой стратегии и контролируют свое поведение, рекомендуя и подросткам придерживаться данной модели.

Именно готовность инициирует конкретную поведенческую стратегию, но сказать, что она будет конструктивной, мы не можем.

Исследователи Дж. Прочаска и К. Диклементе разработали модель, которую они называли «Транстеоретическая модель изменения поведения». Замысел ученых заключался в том, чтобы распределить модификации поведения по этапам:

1. Преднамеренный: несовершеннолетние не осознают свою проблему и не собираются менять свою поведенческую стратегию, задача родителей и педагогов – убедить подростков в обратном.

2. Намерение: подростки осознают свою проблему, но изменить поведение для них представляется сложным, они считают, что проблема разрешится сама собой, без привлечения усилий.

3. Решение: подросток располагает полной информацией о своей проблеме, задумывается о принятии мер, нивелирующих ее.

4. Действие: принимается решение о реализации новой поведенческой модели, подростки рассчитывают на поддержку ближайшего окружения.

5. Фасилитация: подростки удовлетворены совместным сотрудничеством о реализации конструктивной поведенческой модели.

6. Рецидив: на этом этапе не исключен возврат к деструктивной поведенческой модели.

Успешность превентивной работы коррелирует с точностью определения стадии проблемы [249].

Нельзя не отметить теорию здорового поведения Г. Хохбаума, О. Розенстока, С. Кегельса. Она отражает модель ожидаемой ценности. Авторы убеждены, что несовершеннолетние только тогда откажутся от полного погружения в виртуальный мир и игнорирования реальной действительности, когда осознают, что только пребывание в реальном мире поможет им сохранить физическое и психическое здоровье. Подростки должны ознакомиться с понятием самоэффективности, то есть верой человека в свои способности [250, с. 344].

Теория мотивации и защиты представителя гуманистической психологии К. Роджерса ориентирована на развитие мотивационной модели поведения, направленной на реализацию готовности изменить ситуацию из-за страха или из потребности уйти от психотравмирующей ситуации.

Определенный интерес представляет бихевиористская теория Б. Скиннера, основанная на формуле S-R, что означает, что основополагающее влияние на человека оказывают положительные стимулы, одобряющие его поведенческую модель [49, с. 80].

Мы разделяем психосоциальную теорию Э. Эриксона и Б. Ньюмана, делающую акцент на неразрешенных детских конфликтах как предиктах аддиктивного поведения личности [218].

И исследователи Китая, и российские ученые, в частности, Н. С. Сирота и В. М. Ялтонский акцентируют внимание на том, что важное значение в превенции аддиктивного поведения несовершеннолетних имеет не избегание проблемы, не игнорирование ее, а развитие защитных факторов, участвующих в сохранении здоровья [177; 178].

Развитие эмоционального интеллекта поможет решить ряд задач в воспитании и образовании. Подростки должны научиться понимать себя,

свои эмоции, потребности, и не игнорировать их у других людей, а также необходимо овладеть умением терпимо и конструктивно относиться к справедливой критике. Риск виртуальной аддикции может снизиться, когда подростки овладеют умением общаться, сопереживать, сострадать, толерантностью, смогут принимать решения, снизят конфликтогенность.

Установка на эвухомологическое проведение досуга в русле рационального подхода поможет подросткам обрести здоровое начало, найти себя в просоциальных видах деятельности, особенно это важно в наши дни, когда свирепствует коронавирусная инфекция и многие люди нуждаются в помощи и поддержке.

Нам представляется, что для первичной профилактики виртуальной аддикции можно опереться на принципы Л. Н. Юрьевой и Т. Ю. Больбот, гласящие, что систематически надо освещать в СМИ последствия интернет-зависимости для психического и физического здоровья. Педагоги, родители, представители социальных служб должны овладеть компетенциями в области превенции интернет-аддикций [225].

Государственная политика должна быть направлена на трудоустройство молодежи в свободное время и в период каникул. Это поможет им продуктивно провести время, осознать собственную значимость и повысить самооценку.

Аддиктивное поведение – это критерий неблагополучия общества, когда подростки находят эмоциональную поддержку не в реальном, а виртуальном мире.

В педагогической профилактике виртуальных аддикций надо опираться на холистический подход к здоровью, направленный на изменение человеком самого себя «здесь и сейчас», опираясь на принцип эмерджентности.

Педагогическую профилактику виртуальных аддикций подростков мы рассматриваем как систематическую деятельность, показывающую успешность человека в реальном мире, инициирующую его конструктивное,

общение, функционирование физического, психического и социального здоровья и отражающую достойный уровень жизни.

Далеко не все концепции профилактики аддиктивного поведения подростков отражают междисциплинарный уровень этой проблемы. Нам представляется, что необходимы долгосрочные педагогические технологии, отражающие синергетическую значимость исследуемой проблемы.

Необходимы новые формы реализации превентивной работы, грамотная интерпретация деятельности специалистов, применение методологии, обеспечивающей позиции самоактуализирующего, духовного совершенствования личности.

1.3. Модель педагогической профилактики виртуальной зависимости несовершеннолетних в России и Китае

Нам представляется, что специалисты различного профиля пытаются обосновать сущность Интернета как инновационного проекта эволюции общественных отношений с точки зрения антропологической детерминанты. Цифровизация выступила стратегически значимым направлением развития педагогического образования, ориентированного на совершенствование профессиональных возможностей будущих учителей, которые смогут стать авторитетом для «поколения Z» и уберечь их от пагубных последствий виртуальной аддикции.

Выступая эффективным механизмом мобилизации человеческих ресурсов, Интернет создает пространство, в котором возможна активизация мощного коллективного начала [25, с. 4; 26].

Возникновение виртуальных аддикций подростков объясняется особыми свойствами Интернета. В этом пространстве осуществляется виртуальное общение, составными частями которого выступают коммуникация, перцепция и интеракция.

Коммуникация предполагает информационный обмен в парадигме «человек-человек», реализуя потребность в познании и обогащении знаниевым компонентом.

Собеседники воспринимают друг друга в рамках перцепции. Как известно, через невербальное общение люди получают значительно больше информации, чем через вербальное. Синхронизация процесса коммуникации происходит в киберпространстве.

Подростки нередко прибегают к интеракции, пытаясь расположить собеседника к себе в процессе коммуникации и узнать, какое значение они играют в его жизни.

Преимущества онлайн-пространства в процессе коммуникации состоят в том, что, позволяя реализовать индивидам все компоненты общения, они

могут прекратить любое взаимодействие, сохраняя при этом полную анонимность, если его не устраивает фабула общения.

Исследователь С. А. Кулаков выявил генеалогию искажения в когнитивной деятельности у подростков, склонных к виртуальной аддикции. У них отмечены дефицитарность в процессах восприятия, внимания, памяти, мышления [115]. В поведенческой стратегии, эмоционально-волевой деятельности, мотивационной сферах подростков доминирует лабильность, дисфория, фрустрация, фобии, депрессия, отсутствие самокритики.

В трудах Д. Вегнера представлен феномен «трансактивной памяти». Сущность его заключается в том, что при длительном пребывании в интернет-пространстве у подростков происходят нарушения в функционировании памяти, когда помнится не информация, а механизм получения контента.

Неограниченное потребление информации, которую не надо доказывать, анализировать, приводит к снижению мотивации для аналитико-синтетической деятельности, деформирует конструирование ассоциаций для запоминания информации, снижает концентрацию внимания, искажает восприятие.

Подростки, активно проводящие жизнь в виртуальном пространстве, не могли сосредоточиться на объяснении учителя из-за нарушения концентрации внимания, у них страдало мышление, прежде всего, анализ, синтез, дифференциация главного и второстепенного.

Интернет-пространство гордится соблюдением конфиденциальности информации, в то же время, немалая часть жизни интернет-пользователей появляется для всеобщего обозрения, попирая все законы о неприкосновенности частной жизни.

Сегодня имидж человека, его социальное реноме определяется, в том числе и наличием у него гаджета известного бренда. Подростки, наблюдающие, как известные люди рекламируют смартфоны и интернет-

гаджеты, мечтают приобрести такие же, чтобы стать похожими на медийных персон.

В Китайской Народной Республике дети начинают пользоваться гаджетами с 2-3 лет.

Нам представляется, что метод философской компаративистики поможет осознать проблему виртуальной аддикции у подростков России и Китая. Нельзя не согласиться с постулатом И. Ю. Блясовой, которая подчеркнула, что превенция какого-либо явления должна опираться на научную базу, техническую оснащенность и практическую реализацию, опосредованную в авторской модели [35].

В России и Китае конструирование модели профилактики виртуальных подростковых аддикций – это системная проблема, поэтому актуальность исследуемого феномена не вызывает сомнений.

Мы разделяем мнение Скотта Лэша в том, что сегодня цифровизация общества приобрела тотальный характер, кардинально изменила мировосприятие человека, породила новые культурные нормы, а вместе с этим и стиль мышления [65].

В. А. Кутырев утверждает, что в эпоху процветания информационно-коммуникативных технологий и сознание человека несет отзвук виртуальной реальности, а его жизнь в реальном мире, любовь и чувственность становится вторичным, мнимым [35, с. 89].

Социализация несовершеннолетних коррелирует с процессами информатизации и цифровизации общества. Сегодня становление личности соотносится не столько с традиционными формами, сколько с цифровыми.

Новая цифровая реальность изменяет фундаментальную парадигму развития общества, образовательных организаций, что инициирует изучение, конструирование моделей исследования, актуальных для современного состояния общества.

Анализируя систему моделирования в педагогике, М. В. Ядровская представляет ее как инструмент решения задач теоретического и

практического характера, относящийся к концептуальной идее [227]. Модель как средство, позволяющее проверить ценность и полноту теоретических воззрений, предложил исследователь Н. И. Монахов [146].

Модель профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая мы рассматриваем как деятельность, направленную на превенцию их зависимого поведения через формирование социальной зрелости, реактивного сопротивления сомнительным предложениям, развития общей, правовой и нравственной культуры, апробацию программы, инициирующей традиционные и инновационные теории воспитания, формы, методы, средства.

Для создания авторской модели мы опирались на ряд методологических подходов, принципов, условий и компонентов, которые бы отразили ее целостность, аргументированность, заданность, логичность, стройность, корреляцию входящих структурных элементов.

Предлагаемая нами модель представлена целевым, содержательным, процессуально-технологическим, критериально-оценочным и результативными компонентами. Определением цели и задачи модели представлен целевой компонент. Квинтэссенция целевого компонента – раскрыть педагогическую превенцию виртуальных аддикций у подростков России и Китая. Поставленная цель будет аргументировать результативность предполагаемой системы педагогической превенции виртуальных аддикций в России и Китае как эффективный инструмент профилактической работы с несовершеннолетними.

Цель: педагогическая превенция виртуальных аддикций у подростков в России и Китае.

Теоретико-методологический компонент.

Подходы: системный, личностно-деятельностный, эвохологический, аксиологический.

Принципы: системность, комплексность, планомерность, воспитывающего обучения, гуманизм, культуросообразность, природосообразность.

Содержательный компонент – эвохологическая, эмоционально-волевая нравственно-правовая составляющие.

Процессуально-технологический компонент – система работы по педагогической профилактике виртуальных аддикций у подростков в России и Китае.

Критериально-оценочный компонент – этиологически-фактологический, познавательно-волевой, рефлексивно-деятельностный критерии.

Этиологически-фактологический компонент включает формирование жизненной стратегии, исключающей деструктивные паттерны в реальном и виртуальном пространстве.

Познавательно-волевой компонент направлен на овладение технологиями, инициирующими интерес к знаниям, просоциальной модели поведения, стимулирующей развитие волевых качеств.

Рефлексивно-деятельностный компонент включает развитие способности анализировать информацию, поступающую из внешней среды, грамотно ее интерпретировать и руководствоваться ответственной поведенческой стратегией, принимая решения к осуществлению деятельности

Результат – личность, обладающая социальной зрелостью, правовой культурой, просоциальной жизненной позицией.

Педагогические условия превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае включают научно-методологические, субъектно-ориентированные и организационные.

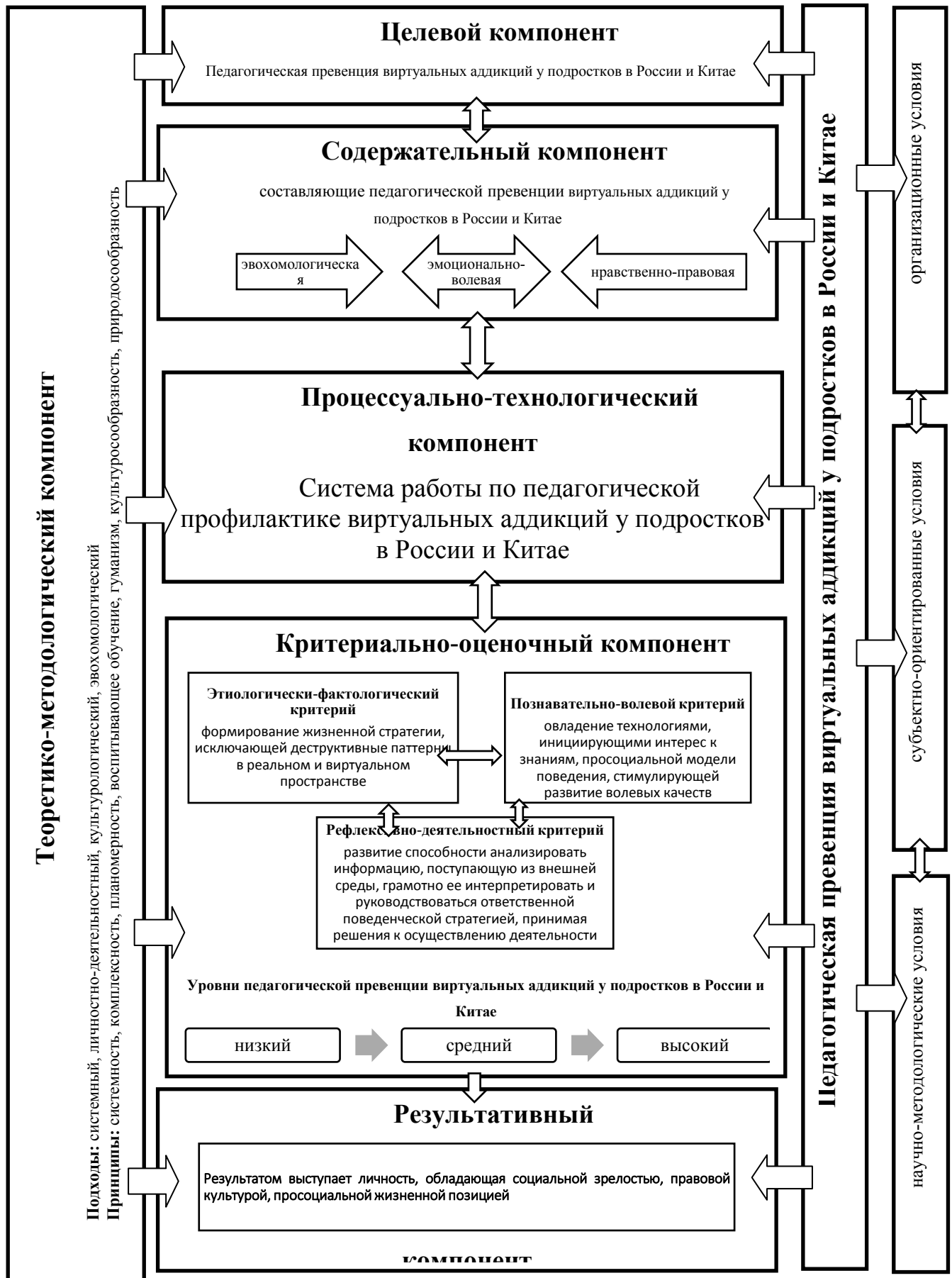


Рис. 1. Модель педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае

Исследователи, рассматривающие проблему виртуальных аддикций у несовершеннолетних, опирались на мотивационно-смысловые, когнитивно-эмоциональные, компетентно-деятельностные, коммуникативно-организационные, ценностные, адаптационные, рефлексивные критерии, направленные на социально-зрелую, думающую, креативную личность, постоянно совершенствующуюся и развивающуюся.

Несмотря на исследования педагогического и психологического характера, посвященные проблеме профилактики виртуальных аддикций несовершеннолетних, число подростков, полностью растворившихся в интернет-пространстве, продолжает расти. Следовательно, воспитательные институты не смогли убедить обучающихся в том, что жить надо в реальном, а не виртуальном мире, ответственным, физически и психически здоровым, свободным от какой бы то ни было зависимости.

Например, диссертационное исследование В. А. Фролова, посвященное проблеме профилактики зависимого поведения несовершеннолетних от виртуального пространства, делает акцент на интеграции превентивного воспитания, коммуникации с подростками из группы социального риска, обучении педагогов по исследуемому феномену, работе с родителями и анализу альтернативной модели поведения, амбивалентной виртуальной аддикции [208].

Концептуальная идея исследования О. С. Матюхиной состоит в симбиозе превентивной педагогики, теории реактивного сопротивления, опосредованного обучения просоциальному поведению, формированию социальной зрелости и нравственной устойчивости, ответственной поведенческой стратегии [138; 139; 140; 141; 142].

Разделяя концептуальные идеи всех ученых, занимавшихся исследованием данной проблемы, хотели бы добавить, что, на наш взгляд, для успешной профилактики исследуемого феномена необходимо повышать уровень общей и правовой культуры, правосознания, правовой воспитанности, социальной зрелости, способной дифференцировать

основополагающие ценности от их суррогата, подлинное научное знание от мнения обывателя, ссылающегося на сомнительные источники.

Задачами целевого компонента являются следующие:

- диагностика и выявление подростков из группы социального риска;
- определение причин, факторов, приводящих к формированию виртуальных подростковых аддикций;
- объективная информированность подростков, родителей, педагогов о позитивном значении Интернета при использовании его в разумных пределах и негативных последствиях для физического и психического здоровья при длительном пребывании в виртуальном мире;
- помощь подросткам из группы социального риска по формированию виртуальных аддикций со стороны родителей, педагогов, авторитетных личностей;
- активизация жизненной позиции по реализации ответственной, просоциальной жизненной стратегии.

Логика нашего исследования выстроена таким образом, что реализация целевого компонента актуализирует подходы и принципы педагогической профилактики виртуальной зависимости подростков в России и Китае.

Концепция нашего исследования рассматривает системный подход как важное звено в логике взаимодействия его компонентов, их воспроизводимости, отражающих реализацию модели педагогической профилактики виртуальных аддикций подростков в России и Китае и предполагающих практический результат. Системный подход, интегрируя основные положения гуманитарных наук, позволяет подросткам представить реальный мир во всем его многообразии и найти свою нишу в нем. Системный подход позволяет подросткам сформировать аналитическое мышление, раскрывающее общие фундаментальные закономерности и объективно представляющее процессы, происходящие в реальном мире. Именно системный подход организует всю работу по педагогической превенции виртуальной аддикции подростков России и Китая в монолитную

систему, представленную идеями, принципами, возможностями, технологиями. Задача педагога – адекватно выстроить воспитательный маршрут, который позволил бы подросткам организовать конструктивную жизнь, ориентированную на ответственную поведенческую стратегию.

В рамках личностно-деятельностного подхода подросток рассматривается как личность, стремящаяся занять активную жизненную позицию и реализующую конструктивную миссию. В рамках обозначенного подхода подросток приобретает социально полезные компетенции, знакомится с патриотическим, гражданским, нормативно-правовым, здоровьесберегающим, здоровьесформирующим, экологическим направлениями, учится социальному сотрудничеству, ответственности, защищенной нравственности. Формой реализации данного подхода выступают образовательные педагогические технологии, самообразование, творчество, гражданская позиция.

Аксиологический подход обогащает подростков комплексом основополагающих ценностей, формирует готовность жить в системе реализации нравственных и правовых норм как первичной потребности. Развивает способность дифференцировать истинные ценности от квазиформата.

Эвухомологический подход помогает несовершеннолетним рационально организовать досуг, конструктивно проводить свободное время, переключаясь с одного вида деятельности на другой. Главное достоинство этого подхода – искать радость и вдохновение в реальном, а не в виртуальном мире.

Важной методологической составляющей модели выступают ее принципы, позволяющие выстраивать конструктивное сотрудничество в процессе педагогической превенции виртуальной зависимости, исходя из наиболее оптимальных традиционных и инновационных форм, методов и средств работы с подростками.

Одним из значимых принципов педагогической профилактики виртуальных аддикций подростков России и Китая выступает принцип системности. Он интегрирует все остальные принципы, придерживаясь идеи, что каждый объект обладает признаками системы.

Принцип гуманизма признает ценность ребенка как уникальной личности, его права на свободу, счастье, защиту, охрану жизни, здоровья, создание условий для развития творческого потенциала, способностей, склонностей, оказание помощи несовершеннолетним в жизненном самоопределении, интеграции их в общество.

Этот принцип взаимосвязан с принципом воспитания, с жизнью, с трудом людей, отражает гуманистический постулат о том, что школа призвана не только давать обучающимся систему научных знаний, но и всесторонне знакомить их с жизнью общества.

С помощью принципа культуросообразности, представленного в нашей модели, подростки приобщаются к различному культурному наследию, к бытовой, духовной, интеллектуальной, материальной, экономической, политической, нравственной, правовой, поведенческой, физической, сексуальной. Несмотря на то, что у российских и китайских несовершеннолетних различный менталитет, они имеют идентичные возрастные, физиологические, психологические особенности, которые необходимо направлять в прокрустово ложе реального мира и помогать им обозначить вектор своего социального признания и формирования достойного социального реноме.

Принцип культуросообразности помогает подросткам и России, и Китая комфортно себя чувствовать в реальном мире, и обращаясь к помощи Интернета, они не испытывают зависимости от него, поскольку все проблемы они способны решать в реальной действительности. Педагоги и родители должны таким образом воспитывать своих учеников и детей, чтобы они чувствовали себя защищенными, и эмоционально, и поведенчески, доверяли друг другу, испытывали потребность и удовлетворение от жизни в

реальном, а не виртуальном мире. Развитие социального иммунитета, социальной зрелости, общей и правовой культуры, правосознания поможет подросткам справиться с деструктивными паттернами и не искать «утешения» в виртуальном пространстве.

Изучение исследований китайских ученых показало, что в образовательных организациях КНР приняты меры по ограничению пользования мобильным телефоном. Министерством образования КНР опубликовано «Уведомление об усилении работы по контролю за мобильными телефонами у школьников» (15 января 2021 года). Несовершеннолетним запрещено приносить с собой в школу мобильные телефоны. По желанию родителей они должны подать в школу письменную заявку о том, что необходимость у ребенка в наличии телефона обусловлена контролем за местом его нахождения, и получить согласие от руководителя образовательной организации.

Функция основных воспитательных институтов должна быть идентичной – формирование единой воспитательной среды с минимальным использованием гаджетов.

В Китае большая роль в воспитании здорового поколения отводится социальным символам. Часто проводятся выступления под государственным флагом, встречи и обсуждения в образовательной организации сопряжены с консультациями у психолога.

При необходимости сообщения родителям срочной информации подростки могут связаться с ними по школьному общественному телефону или с помощью горячей линии связи у классного руководителя.

28 декабря 2018 года Министерство образования и другие министерства КНР опубликовали «Меры по уменьшению нагрузки в начальной и средней школе» (всего 30 мероприятий), которые констатировали, что необходимо рационально использовать электронные девайсы. Особое внимание уделяется соблюдению детьми и подростками гигиены глаз в условиях информатизации, посещению здоровых сайтов,

обращается внимание на полноценный сон (не менее 10 часов в сутки, подросткам средней школы – не менее 9 часов, а старшеклассникам – не менее 8 часов). Большое значение придается соблюдению режима дня и здоровому времяпрепровождению, опираясь на эвохологические принципы.

Согласно принципу культуросообразности, личность должна строить свою поведенческую стратегию, исходя из социального заказа общества на того человека, который необходим конкретному государству. Сегодня, в эпоху перемен, и Россия и Китайская Народная Республика заинтересованы в мобильном, гибком, думающем человеке, обладающем логическим мышлением, защищенной нравственностью, просоциальной, ответственной поведенческой стратегией, четко представляющим свою жизненную миссию, умеющим отделять зерна от плевел, главное от второстепенного, подлинные ценности от их суррогата, умеющие сказать: «Нет» любым деструктивным личностям, пытающимся вовлечь их в сомнительные авантюры.

Сегодня образовательные институты должны развивать у несовершеннолетних межкультурную толерантность, эмпатию, социальное партнерство и сотрудничество. Образовательную организацию можно назвать культуросообразной в том случае, если она функционирует, придерживаясь культурных норм, соответствующих развивающейся личности и способствующих формированию и развитию личностных характерологических особенностей подростка.

Использование принципа культуросообразности поможет сформировать национальное самосознание у подрастающего поколения, гармонизировать национальные отношения, приобрести общекультурные знания, развить культуросообразное мировоззрение.

Воспитательная среда образовательной организации, в которой присутствует принцип культуросообразности, актуализирует приобщение подростков России и Китая к национальной культуре, родному языку, истории, географии своей страны, поможет проявлению национальной

самобытности, формирует чувство гордости за свой народ, идентификацию с ним.

Наша авторская модель опирается также на принцип природосообразности, предполагающий организацию образовательного процесса таким образом, чтобы он соответствовал естественной природе подростка, а также позволил бы представителям институтов воспитания – родителям и педагогам – создать условия для раскрытия возможностей и способностей несовершеннолетних, заложенных генетически. И родители, и педагоги должны тесно взаимодействовать друг с другом и проявлять стиль общения и требования к подростку, не противоречащие, а дополняющие и развивающие общий подход к обучающимся.

Зародившись в Древней Греции, и нашедший отражение в трудах Демокрита, Платона, Аристотеля, а также А. Я. Коменского, Ж. Ж. Руссо, Песталотти, Дистервега принцип природосообразности рассматривает человека как часть природы и утверждает необходимость его воспитания в соответствии с объективными закономерностями его развития в реальной действительности.

Наличие в модели подходов и принципов дает возможность грамотно организовать педагогическую превенцию виртуальных аддикций подростков в России и Китае. Их реализацию в объективной взаимосвязи мы экстраполируем как педагогическую технологию, которая является важной составляющей образовательного процесса. Проблема, рассматриваемая в нашем исследовании, актуализирует востребованность педагогической технологии как инструмента совершенствования характерологических особенностей подростков, формирующих их социальный иммунитет, социальную зрелость, общую и правовую культуру, правосознание, конструктивную, ответственную жизненную стратегию. Педагогическая профилактика исследуемого феномена должна, на наш взгляд, инициировать социальную и творческую активность несовершеннолетних, способствовать

развитию их коммуникативности, эмоционально-волевой сферы, рефлексии в парадигме «подросток-родитель», «подросток-педагог».

Предназначение содержательного и процессуально-технологического компонентов модели – формировать тенденции и траектории педагогической превенции виртуальных аддикций подростков в России и Китае, способствовать реализации педагогических технологий, селекции педагогической методологии – форм, методов, средств.

Основополагающими направлениями педагогической превенции виртуальных аддикций подростков России и Китая является взаимодействие подростков друг с другом, педагогами, родителями, с представителями государственных структур, СМИ, учреждениями культуры и дополнительного образования.

Каждая траектория имеет свои цели, задачи, содержание, педагогический инструментарий.

Нам представляется, что основополагающими структурными составляющими превенции виртуальных аддикций подростков России и Китая выступают эвохологическая, эмоционально-волевая и нравственно-правовая.

Данные составляющие содержательного компонента обосновывают педагогические условия реализации представленной модели.

Мы рассматриваем педагогические условия как симбиоз направлений, повышающих эффективность педагогической деятельности по превенции виртуальной зависимости подростков.

Н. М. Борытко трактует дефиницию «педагогические условия» как факторы внешней среды, оказывающие влияние на процесс педагогического воздействия, это мероприятия, способствующие достижению поставленных целей [38].

Разработанная нами модель педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая включает следующие педагогические условия:

- Организационные условия: симбиоз инструментов, представленных формами, методами, средствами, направленными на педагогическую превенцию виртуальной зависимости подростков России и Китая, реализуемых как на индивидуальном, так и групповом уровнях; опора на принципы превенции виртуальных аддикций подростков: системности, культуросообразности, природосообразности, гуманизма, воспитывающего обучения, эвохомологической направленности, формирующих конструктивный стиль жизни в реальном мире, актуализирующих ответственную поведенческую стратегию, диалог подростков друг с другом, подростков и родителей, подростков и педагогов в ситуации учебной и внеучебной деятельности; опора на систему нравственно-волевых и правовых норм, составляющих жизненное кредо подростков двух стран; реализация за здоровый образ жизни как единственно верный жизненный путь, сохраняющий физическое, психологическое и социальное здоровье личности.

Наше исследование было направлено на реализацию когнитивных потребностей несовершеннолетних в таких видах деятельности, которые бы актуализировали практику их самореализации. Подростки России и Китая, вовлеченные в спортивную деятельность, искусство, волонтерские проекты развивают просоциальную жизненную стратегию и социальный иммунитет.

- Субъектно-ориентированные условия включают: реализацию функции помощи и поддержки подросткам как ведущей доминанты воспитательных институтов конструктивной витальной стратегии в нравственно-правовом пространстве; сформированность знаний, дающих возможность отличать реальный мир от виртуального, аргументируя все позитивные качества реальной действительности и пагубные последствия для физического, психического и социального здоровья при длительном пребывании в интернет-пространстве; грамотное отношение к деструктивным сайтам в социальных сетях; формирование просоциального жизненного стиля подростков группы социального риска, уважительное

отношение к их личности, опора на положительные качества и выполнение заданий, повышающих уровень самооценки личности и способствующих выработке эндорфина – гормона радости.

Превентивные поведенческие стратегии, внедряемые педагогами в образовательный континуум, предполагают конструирование комфортной, доверительной среды, располагающей к душевному диалогу, конструктивизму, искренности.

Подростки не боятся задавать преподавателям вопросы, которые их волнуют, и решение по которым принимается мучительно, и далеко не всегда это решение верное.

В рамках субъектно-ориентированных педагогических условий подростки России и Китая разрабатывают оригинальные проекты, направленные на креативное отношение к проблемам реального мира, участвуют в мотивационных опосредованных тренингах, аналитических сессиях, деловых и ролевых играх, квестах, кейс-стади, мозговых штурмах, дискуссионных аквариумах, информационном лабиринте, дайджест-обсуждениях.

Эти формы в совокупности с методами убеждения, внушения, поощрения иницируют формирование позитивного отношения подростков к окружающему миру, друзьям, актуализируют желание работать в группе, а не индивидуально, решать задачи реального, а не виртуального мира.

Таким образом, происходит реализация эвохомологических принципов, направленных на рациональное проведение досуга, интегрируя усилия субъектов образовательного процесса – семьи, образовательной организации, социальных структур.

- Научно-методологические условия: методологический инструментарий, актуализирующий поступающую информацию по педагогической превенции виртуальной зависимости подростков России и Китая; овладение инновационными педагогическими формами, методами, средствами, технологиями, помогающими профилировать виртуальную

аддикцию подростков России и Китая; совершенствование компетентности педагогов и родителей по профилактике исследуемого феномена; разработка концепции, раскрывающей педагогическую профилактику виртуальной аддикции подростков России и Китая через освоение информации превентивной педагогики, ознакомление с основными постулатами теории реактивного сопротивления, мотивации достижений, апробации мотивационно-личностного тренинга, совершенствование компетентности родителей и педагогов, реализацию системы превентивной работы составляют подростки, родители, педагоги, задача системы – инициировать подростков к самовоспитанию, формированию опыта конструктивного межличностного общения, самоопределения в реальном, а не виртуальном мире; реализация педагогических технологий, помогающих подросткам развивать социальную зрелость, социальный иммунитет, общую и правовую культуру, правосознание, правовую воспитанность. Педагогический инструментарий помогает осуществлять мониторинг результатов превентивной программы, создавать социокультурную траекторию, корректировать стратегию долгосрочной превентивной работы, формировать доминанту самореализации несовершеннолетних.

29 сентября 2019 года Министерство образования КНР опубликовало «Мнения об углублении реформы системы высшего образования в целях повышения общего качества подготовки специалистов». Документ акцентирует внимание на необходимость повышения качества преподавания, грамотное использование Интернета без развития у несовершеннолетних виртуальной зависимости [264; 269; 270].

Процессуально-технологический компонент модели основан на реализации системы работы по педагогической превенции виртуальных аддикций подростков России и Китая, составной частью которой выступает педагогическая технология, представленная индивидуальным и групповым форматами работ кейс-стади, дискуссионными панелями, квестами, мозговым штурмом.

Конструктивное межличностное общение подростков, реализация ими патриотических, волонтерских, эвохонологических, экологических, духовных проектов актуализировали их успешную социализацию, толерантность, понимание «другого», способствовали повышению мотивации в достижении результатов.

Критериально-оценочный компонент модели направлен на выделение критерия результативности модели педагогической профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая, детерминирующих наиболее желательное соответствие полученного результата и цели, аргументацию методологических подходов, принципов, форм, методов, педагогических технологий и инструментария, обеспечивающих превенцию исследуемого феномена и конструктивный диалог педагогов и родителей с подростками в России и Китае.

Критерии вытекают из логики представленного исследования, детерминированы целью и задачами работы. Задачи диссертации позволили вывести критерии: этиологически-фактологический, познавательно-волевой, рефлексивно-деятельностный.

Этиологически-фактологический критерий направлен на выявление причин, факторов, обстоятельств, приводящих к формированию зависимости от виртуального мира, а также на формирование конструктивной жизненной стратегии подростков, предполагающей установку на здоровый образ жизни, гармонизацию поведения с основополагающими жизненными ценностями, нивелирование деструктивных поведенческих установок, утверждение жизнелюбия и жизнестойкости.

Познавательно-волевой критерий – своего рода оценка у подростков способности к анализу, синтезу поступающей из различных источников информации, отношений с окружающим миром, умений справляться с трудностями, наличия готовности к самостоятельному решению проблем, желания постоянно самоактуализироваться, используя логику, когнитивную гибкость, эмоциональный интеллект, оригинальность суждений.

Рефлексивно-деятельностный критерий раскрывает самостоятельность в обосновании принятых решений, определяет имеющиеся компетенции подростков России и Китая справляться с проблемами реального мира, быть объективными и самокритичными к своей поведенческой стратегии, ориентироваться на просоциальную витальную траекторию в реальных обстоятельствах.

Л.С. Выготский, характеризуя развитие подростка, отмечал, что оно коррелирует с его социализацией. По мнению ученого, воздействие окружающей среды на человека осуществляется селективно. Ученый отмечал, что в культурном развитии ребенка всякая функция реализуется в двух ипостасях – в социальном (между индивидами) и психологическом (внутри ребенка) [60, с. 24].

Мы разделяем воззрение ученого в том, что главным новообразованием подросткового возраста выступает личность подростка как новое лицо, результат развития. Личность помогает эмоциональному регулированию поведенческой стратегии несовершеннолетних, мотивации деятельности, целеполаганию. Формирование эмоционального интеллекта дает возможность интерпретировать эмоциональные реакции и свои, и окружающих. Такое качество помогает подросткам успешной социализации в обществе, проявлять активную жизненную позицию, демонстрировать социальную и нравственную устойчивость.

Оригинальную теорию предложил Д. Гоулман, разработав четырехэлементную модель, в которой эмоциональный интеллект экстраполирован в виде симбиоза четырех способностей – умения определять самочувствие индивидов, опираться на эмоциональную сферу с целью анализа и осознания глубины поступающей информации, понимания причины возникновения определенных эмоций, управлять эмоциональным фоном и включать эмоции в процесс принятия решений, позволяющих осуществлять грамотный витальный выбор [69].

Подростковый возраст инициирует формирование новой диспозиции применения гаджетов и интернет-ресурсов, с которой надо считаться и изучать.

Нам представляется, что успешность реализации программы педагогической профилактики виртуальной зависимости подростков в России и Китая, созданной на основе авторской модели, зависит от ее обогащения информацией, полученной от психологии, социологии, медицины, юриспруденции и от конструктивного взаимодействия представителей этих наук.

Проведенное исследование опирается на наиболее результативный метод педагогики - моделирование. В разработанной нами модели педагогической профилактики виртуальной зависимости подростков России и Китая представлены педагогические условия ее реализации, способствующие формированию нравственно и социально зрелой личности подростков двух стран, достойного уровня развития их правосознания, общей и правовой культуры, правовой воспитанности. У подростков пробуждается желание к самоактуализации и саморазвитию.

Нам представляется, что представленная нами модель поможет подросткам не только России и Китая, но и других стран выбрать реальный, а не виртуальный мир для поддержания своего социального статуса и социального реноме, и реализации себя как самодостаточной личности.

Выводы по главе 1

В первой главе проанализирован и раскрыт понятийно-категориальный аппарат исследуемой проблемы. Современная реальность, детерминированная цифровизацией, трансформировала поведенческие стратегии человечества, включая наиболее сензитивные его страты – подростков. Киберсреда значительно отличается от социокультурной действительности неопределенностью основных цивилизационных кодов. Герменевтический контекст digital изменений инициирует поиск международных путей для педагогических исследований новых форм и механизмов интернет-аддикций подростков. Основными направлениями исследования этого феномена выступают: в РФ – социокультурные, психологические, медико-биологические, комплексные концепции, а в КНР – биологические, медицинские (направление: психиатрия), а также бихевиоральная, познавательная, психодинамическая и социальная концепции.

Сформулированы основные концептуальные направления профилактики интернет-аддикции у подростков Китая и России, которые условно можно проранжировать следующим образом: основополагающим направлением превентивной работы и в Китае, и в РФ выступает повышение внимания на государственном образовательном уровне к детско-родительским отношениям и их культуре, цифровой, в частности. Отдельно выделяются отношения несовершеннолетних с матерью, как смыслообразующие в семиотической, эмоциональной цивилизационной сферах бытия.

Вторым важным направлением превенции выступает и в Китае, и в РФ развитие эмоционального интеллекта у несовершеннолетних как в социокультурной, так и в киберинформационной средах. В современных реалиях крайне актуален навык социально-цифрового осмысления аутентичных эмоций. Сформированный эмоциональный интеллект в

профилактике интернет-аддикций, предупреждает сегрегацию подростка, попавшего в затруднительную ситуацию от близкой референтной группы (семьи) и способствует развитию защитных факторов. Подросток, обладающий развитым эмоциональным интеллектом способен к конструктивному общению со сверстниками в смешанных средах, и нивелирует деструктивную коммуникацию или конфликт.

Третьим важным направлением превенции выступает исследование путей рационализации досуга подростка, опираясь на эвохологический подход.

Четвертым направлением превенции и в Китае, и в РФ выступает потребность трансформации государственной политики, например, в контексте организации медийной сферы, освещающей новости IT-сектора, компьютерных игр, опасных контркультурных молодежных кибергрупп и цифровой самоидентификации человека.

Таким образом, осуществляя педагогическую профилактику интернет-аддикций у подростков и в Китае, и в РФ, необходимо искать пути синергетического взаимодействия ученых в области междисциплинарных исследований инновационных педагогических технологий, поскольку превенция интернет-аддикции, с одной стороны, способствует предупреждению виктимности, неорганизованности, тревожности, фрустрации, социальной сегрегации, деструктивных витальных конструкторов, а, с другой стороны, развивает самоактуализацию подростка, духовную культуру, и культурно обогащает личность, актуализируя понимание и интерпретацию ею дифференцированных цивилизационных кодов.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил разработать «модель педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае».

Профилактика виртуальных аддикций у подростков в России и Китае опирается на развитие эмоционального интеллекта, культуры общения и не сводится к запрещению использования Интернета и киберсреды полностью.

Таким образом, результатом реализации модели педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае выступает подросток, обладающий социальной зрелостью, правовой культурой, просоциальной жизненной позицией.

Превенция виртуальных аддикций у подростков в России и Китае инициирует формирование их нравственной и социально зрелости, способствует развитию их правосознания, общей и правовой культуры, правовой воспитанности, самоактуализации.

ГЛАВА 2. ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ПРЕВЕНЦИИ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПОДРОСТКОВ РОССИИ И КИТАЯ

2.1. Особенности превенции виртуальной зависимости подростков Китая

Основанием для превенции виртуальной зависимости подростков Китая, служит государственная программа. В КНР с целью нивелирования деструктивных контентов сети в 2003 году ввели в действие «Золотой щит» («Великий китайский файрвол»). В КНР были закрыты сайты, содержащие порнографическую, экстремистскую информацию, а также политическую дезинформацию. На территории КНР запрещен доступ к сервисам Google, Facebook, Twitter, YouTube, Blogger, Wordpress, Instagram.

Сегодня китайским пользователям доступны китайские социальные сети и сервисы – Baidu, Sina Weibo, Tencent QQ, WeChat. Любого пользователя, вводящего запросы по таким терминам, как «порно», «наркотики», на первом этапе предупреждают, если же эта мера не работает, заводятся уголовные дела не только на владельцев сайтов, поддерживающих деструктивную информацию, но и на их посетителей.

Стратегическая цель политики КНР – сильная армия, основу которой составляют волевые, надежные граждане.

Зависимый человек слабovolен. В китайской медицине нет средств для лечения зависимости от психоактивных веществ, содержащихся в спиртных напитках и наркотиках. Врачи КНР убеждены, что алкоголизм и наркомания – это не болезнь, а выбор поведенческой стратегии индивида. Помочь алкоголикам и наркоманам возможно только с помощью труда, а преступившим закон – применяя трудотерапию в пенитенциарных учреждениях.

Жертва виртуальной аддикции в любом государстве – несовершеннолетние. Власти Китая, формирующие социальную зрелость

подростков и защиту их от информационного и психологического давления деструктива, пошли по пути создания лагерей для интернет-зависимых подростков. Председатель КНР Си Цзиньпин призвал к национальному обновлению и развитию здорового общества. С целью нивелирования гаджет-культуры и снижения разрушительного влияния стран Евросоюза и США, в КНР ввели жесткую цензуру вещания.

В Китае интернет-аддикция признана психическим расстройством. В то же время, ряд ученых КНР убеждены, что эта проблема носит социальный характер и объясняется недостаточно эффективной работой институтов воспитания – семьи и школы. Пребывание интернет-зависимых подростков в лагерях требует от родителей значительных финансовых затрат – более 1500 долларов. Большая цена реабилитации – своего рода наказание для родителей за депривацию своих детей.

Структурными элементами трудового лагеря в КНР выступают строевая подготовка, физические нагрузки, игровое времяпрепровождение без гаджетов, беседы, психологическое поглаживание, уроки по праву и этике. Территория лагерей полностью свободна от гаджетов. Все занятия и общение с подростками, и подростков друг с другом, осуществляются только в реальном мире.

Апробация основополагающих направлений первичной профилактики аддиктивного поведения подростков в общеобразовательных организациях России была реализована на основе теоретических идей превентивной работы Китая, проведенного анализа деятельности китайских педагогов и психологов. Эта работа осуществлялась с учетом менталитета российского общества, а также традиций, обычаев, культурных ценностей. В процессе работы с подростками стало очевидно, что содержащиеся в превентивных программах КНР постулаты не всегда отвечают концептуальным идеям превентивной педагогики России. Мы уже постулировали, что интернет-зависимость подростков Китая рассматривается как психическое заболевание, требующее, прежде всего, медицинской коррекции. Не

игнорируя значения медицинской поддержки, мы, тем не менее, убеждены, что воспитание социальной зрелости, социального иммунитета подростков, повышение уровня их общей, правовой и нравственной культуры, поддержка родителей и педагогов в проблемных ситуациях, достойный социальный статус и реноме помогут подросткам построить индивидуальную траекторию социального развития в реальном мире, не заменяя его виртуальным пространством.

Превентивные программы КНР направлены на воспитание законопослушного человека, свободное время которого строго нормировано при пребывании в социальных сетях. Родители и педагоги несут ответственность, если допускают нарушение временных рамок подростками и разрешают им приносить в школу гаджеты. Задача воспитательных институтов – раскрыть богатство и полноту жизни, возможности реального мира, найти в нем себя каждой личности, исходя из индивидуальных способностей и предпочтений. Нам представляется, что такой подход актуален и в современном российском обществе.

Психолого-педагогическая программа профилактики интернет-аддикции (далее – ИА) Информационного интернет-бюро городского партийного комитета Цзинина, Бюро образования Цзинина и Бригады интернет-полиции районного отделения Жэньчэн, бюро общественной безопасности Цзинина заслуживает особого внимания, поскольку делает акцент на экологическую культуру обучающихся, позволяющую осознать красоту и важность для развития человека реального мира. В российской образовательной практике нами были проинтерпретированы способы создания специально спроектированного киберпространства, ориентированного на ЗОЖ через изменение подхода к разработке и проектированию «зеленых уголков» в образовательных организациях. В Школе при университете JiNing помимо «зеленого онлайн пространства» разработана система аналогичной практики в кампусах.

Интерес в китайской образовательной практике составляет формирование «цивилизационной привычки» у подростков, которая видится нам отчасти синонимичной с региональным компонентом в образовании РФ, когда акценты смещаются с центра на субъекты, что обусловлено социально-политической парадигмой каждого из государств.

Сунь Цзяньчжоу, эксперт по клинической психологии Второй больницы Чжоушань, читая лекцию подросткам в школе Hai xing, постулировал необходимость создания модели «духовного брандмаузера» Интернета, включающей ментальное, психологическое и физическое здоровье личности. Вызывает интерес обширное включение философского и психологического контента в профилактическую работу ИА в Китае.

Воспитательные мероприятия «Знания о психологическом здоровье в кампусе», ориентированные на подростков, направлены на изменение работы:

- со своим индивидуальным временем, побуждая сокращать время, проводимое в Интернете;
- с повышением понимания смысложизненных ориентиров через цивилизационный аспект и традиции,
- с осознанием практики построения «духовного брандмаузера», антагоничного вредной киберинформации;
- развитием конструктивной социальной стратегии для повышения эффективности обучения, включающую:
 1. Тренировку внимания.
 2. Повышение стрессоустойчивости.
 3. Работу с саморегуляцией, субъектностью для достижения оптимистичного заинтересованного отношения к учебным задачам.

Проанализировав опыт профилактической работы ИА в КНР Синтайской муниципальной комиссии по здравоохранению и охране здоровья совместно с Управлением здравоохранения и Бюро здравоохранения и Окружного бюро образования Синду, проведенной

приглашенными специалистами Мэй Цзин, психиатром Центральной районной больницы Синьду Ван Цянь, педиатром Районного центра матери и ребенка в форме «открытого диалога», мы отметили ряд важных концептуальных моментов в их работе. Формы профилактической работы ИА Мэй Цзин и Ван Цянь подаются через обсуждение проблемы, связанной с нарушением зрения, как наиболее часто встречающейся и знакомой многим подросткам. Действительно, говорить с несовершеннолетними о профилактике ИА и проблем со здоровьем при неумеренном использовании Интернета нужно корректно.

Важно понимать, что неиспытанный опыт может не восприниматься подростком серьезно, даже при его визуализации через фильмы, в то время как более простые последствия для здоровья, как, например, снижение внимания, зрения, появляющиеся у многих интернет-зависимых подростков, вызывают более осознанное восприятие знакомой проблемы.

После лекций Ван Цянь и Мэй Цзин хорошо реализуются дискуссионные формы работы и проблемные беседы, позволяющие, с одной стороны, более бережно относиться к своему здоровью, и выявлять причины, побуждающие подростков к длительному препровождению в Интернете, с другой стороны.

Зрительный анализатор при многочасовой работе в Интернете страдает у подростков особенно сильно, поскольку их органы и системы находятся в состоянии физического созревания.

Так, например, Ван Цянь провел скрининг зрения для участников мероприятия, оценил здоровье глаз подростков, а тем подросткам, которые не прошли скрининг, предоставил персонализированные рекомендации по сохранению здоровья. Объективно подходя к Интернету как незыблемому явлению в глобализационном мире, Ван Цянь и Мэй Цзин сделали акцент на положительных сторонах использования Интернета, на его огромных возможностях, при разумном включении в витальное пространство. Важное целеполагание таких бесед – это формирование коллективного решения не

быть рабом Интернета, а стремиться стать «солнечным» человеком, умеющим контролировать свой духовный брандмауэр, включающий в себя цивилизационный код китайской культуры.

Исследователь Тао Ран в своих трудах совместил с клинической практикой лечения подростков с IAD практику восьми фаз 3-3 терапии, чтобы определить возможности психолого-педагогической превенции эффекта комплексного сопровождения с IAD. Автор выделяет основные проблемные вопросы для профилактической работы, которые возникают вследствие ИА у подростков и нуждаются в коррекции:

1. Семейная дисфункция.
2. Социальная и школьная дезадаптация.
3. Половая дезадаптация.
4. Неадекватность в эмоциональном плане.
5. Экспрессия и регуляция [296].

В исследовании 青少年网络成瘾的综合心理治疗 Тао Ран подчеркивает ряд обязательных направлений в профилактической работе ИА с подростками, которые должны выявлять и снижать абстинентный стресс, влияющий на мотивацию; уделять внимание жизненным целям обучающихся, их планированию своей витальной стратегии в будущем; выявлять отношение к длительности сна, отдельно проектировать педагогическую развивающую функцию в обучении для «усиления реконструкции (поврежденных) когнитивных функций» у подростков-геймеров; формировать положительные привычки, инициировать педагогическую фасилитацию, направленную на общее развитие личности [296].

Тао Ран подчеркивает, что профилактика должна опираться на педагогическую поддержку семьи [297].

Проблему составляет тот факт, что современный подросток вынужден чувствовать себя комфортно в одиночестве, опираясь на Интернет и

«необыкновенные психологические ощущения» в нем, поскольку семейная депривация не может обеспечить ему эмоциональную защиту. В результате подросток погружается в «сетевой мир с десятью цветами и бесконечным расширением», забывая про еду и про сон. На эту ситуацию влияет, по мнению Тао Рана:

- повышенное академическое давление в образовательных организациях;
- деструктивные детско-родительские отношения;
- давление в коммуникативных отношениях между учителем и учеником;
- давление роста (гендер, социальное взросление);
- беспомощность и социальная незрелость подростка;
- эмоциональные страдания.

Для максимального вовлечения в профилактическую работы ИА у дифференцированных групп подростков осуществляется работа на молодежных форумах. Например, 13 сентября в Цзинане состоялся один из параллельных форумов Шаньдунской Недели интернет-цивилизации 2024 года – Молодежный Цивилизационный интернет-форум, который был организован Интернет-информационным бюро Провинциального партийного комитета, Провинциальным партийным комитетом Молодежной лиги, Провинциальным департаментом образования и Провинциальной комиссией по здравоохранению, а также Провинциальной интернет-медиа-группой. Важной темой работы интерактивных площадок стала практика конструктивного использования интернета без формирования зависимости.

Чжу Декуань, главный эксперт Отдела интернет-информации провинциального комитета партии Шаньдун, в своем выступлении отметил, что согласно статистике Китайского Интернет-информационного центра, по состоянию на июнь 2024 года число пользователей Интернета в КНР достигло 1 миллиарда, из которых 37,7% составляют люди в возрасте от 20 и 39 лет, а 15,6% – моложе 19 лет. Число молодых пользователей Интернета

достигло более половины от общего числа пользователей Интернета в стране. Лю Шаохуа, заместитель секретаря провинциального парткома Коммунистической лиги молодежи провинции Шаньдун, отметил, что нынешнее поколение молодежи можно называть «интернет-аборигенами». Среди них число несовершеннолетних пользователей Интернета достигло 180 миллионов, из них часть пользователей активно погружена в интернет-пространство, другая – косвенно сталкивается с дифференцированными ресурсами, приложениями, играми сети. Таким образом, основными направлениями профилактической работы были анонсированы:

1. Усиление рекламы позитивной энергии в Интернете.
2. Создание конструктивной киберцивилизации с молодыми лидерами.
3. Побуждение молодых людей активно практиковать нормы онлайн-цивилизации и повышать грамотность онлайн-цивилизации.

Для этого в КНР было создано более 2100 новых аккаунтов в СМИ, направленных на достижение вышеописанных целей.

Исследователь Ци Суфан определила приоритет исследования духовных проблем подростков для усиления качества профилактической работы ИА у подростков через изменение среды, увеличение централизованной педагогической организации внеклассной работы. Подростки, вовлеченные в игровой контент внутри киберсреды, не всегда подвержены рискам ИА. Лань Синь, национальный психолог-консультант второго уровня и аспирант Института психологии Китайской академии наук, призывает при осуществлении профилактической работы ИА не запрещать Интернет полностью и формировать информационную поддержку для родителей, которые, видя в руках у ребенка гаджет, начинают испытывать беспокойство о возможном формировании ИА. Действительно, своевременное определение критериев ИА является основой эффективной профилактики негативных последствий ИА, но, в то же время, необходимо оказывать подростку своевременную эмоциональную поддержку и заботу на протяжении всего пути взросления.

Лань Синь приводит пример, в котором рассказывает о семье одного из зависимых от Интернета подростков. Гао Гао полгода не ходил в школу. По его словам, он мог играть в игры дома по 10 часов в день. Такая ситуация приводила к ссорам с родителями, потере друзей. Гао Гао рассказал, что «каждый раз, когда происходила ссора с родителями, хотелось больше и больше молчать». Таким образом, крайне важным условием профилактической работы ИА выступает повышение цифровой грамотности у родителей.

Таким образом, профилактика ИА опирается на разработанную в КНР модель Тао Рана, представленную на рис. 2, затрагивающую важность физического воспитания, духовно-нравственного развития подростков, системную работу с родителями, образовательными организациями в рамках реализации долгосрочных и краткосрочных целей воспитательной и профилактической работы ИА у подростков [236].

В Китае профилактика ИА у подростков затрагивает всех трех участников воспитательного процесса: родителей, обучающихся, образовательные организации. В то же время, акцент делается на организации целенаправленного педагогического сопровождения профилактики ИА в образовательной организации. Это обусловлено тем, что подросток большую часть своего времени проводит в школе. Таким образом, именно в школьной среде возможно организовать свободное время обучающихся более конструктивно, воспитать коммуникативную культуру, развить дифференцированные увлечения и интересы подростков.

Организация профилактической работы ИА в Китае строится на конструировании специальной образовательной среды школы, в которой возможно получение коммуникативных, организационных, творческих знаний и духовной культуры. Важным нюансом профилактической работы выступает снижение учебной загрузки подростков и научение их осознанному, рациональному досугу.



Рис. 2. Модель профилактики ИА в КНР [296].

В Китае онлайн-обучение дополняется дефиницией «онлайн»-образование, которое включает воспитательную работу в Интернете. Данная работа строится в нескольких блоках, рассматривающих сетевую этику, осознанное поведение в киберсреде, информационную безопасность, общие закономерности киберсоциализации.

Этический компонент воспитательной работы направлен на анализ специфики коммуникационной формы, которая может быть транснациональна, анонимна, вымышленна, симулякративна. Интересно воспитание нравственной ответственности и развитие самодисциплины, которые необходимо проявлять подростку самостоятельно. Такая самодисциплина строится на осознании необходимости соблюдения коммуникативной культуры, опираясь на лучшие нравственно-правовые эталоны, предполагающих вежливость, дифференцированность информации.

Задача учителя – напомнить подростку о двойственности феноменов, с которыми он может столкнуться в Интернете. С одной стороны, Интернет предоставляет неограниченное количество возможностей для развития личности, а, с другой стороны, содержит немалое количество интернет-угроз, которые не всегда возможно своевременно выявить и предотвратить. В китайской воспитательной практике отмечается, что необходимо:

- проводить разъяснительные работы с подростками, объясняющими риски интернет-зависимости;
- формировать навык работы с информацией, которая может быть нейтральной, полезной, деструктивной и ложной;
- знакомить с правилами безопасного поведения при самостоятельном интернет-серфинге.

Важной особенностью является то, что учителя должны целенаправленно формировать через деятельностный подход навык конструктивного взаимодействия в интернет-среде у подростков, а также предотвратить избыточное времяпрепровождение в ней.

Этический дискурс в превенции ИА инициирован анализом проведенных в Китае исследований, которые показали, что уровень коммуникативной культуры воспринимается подростками неоднозначно, так 37,4% подростков считают, что «нет ничего страшного в том, чтобы время от времени сквернословить в Интернете», 31,4% подростков не считают, что «лгать в онлайн-чате неэтично», 24,9% подростков считают, что «могут делать все, что угодно в Интернете, не испытывая угрызений совести», 34,6% молодых пользователей Интернета публично признают, что они просматривали сайты неоднозначного содержания. Таким образом, китайские исследователи констатируют, что такие результаты опроса свидетельствуют о преобладании категории личного счастья, гедонических идей над социальным нормативом у 90% активных пользователей Интернета. Более того, исследователи выявили, что нет социальных санкций к ровесникам, которые нарушают права других, руководствуясь субъективным

пониманием субкультурной морали и справедливости. Так, 7,6% подростков считают хакеров «рыцарями», 22% считают хакеров «способными людьми», а 39,7% имеют смутное представление об этом вопросе, но не оценивают их деятельность отрицательно или негативно. Таким образом, целенаправленная педагогическая работа может переориентировать оценку подростком киберфеноменов в их конструктивных социально-нравственном и правовом измерениях.

Следующий, не менее важный аспект воспитательной работы в профилактике ИА у подростков в Китае, затрагивает проблемы формирования самодисциплины, осознанной ответственности подростка в киберсреде. Проблема, которая решается в этом модуле, направлена на преодоление сегрегации подростков от национальной системы ценностей, региональной и исторической правды. Ответственность формируется в деятельностном, культурологическом контекстах через понимание нравственности, контроля за свои поступки в киберсреде. Китайская образовательная мысль исходит из постулата, что сформированный духовно-нравственный каркас личности подростка является действительной превенцией деструктивной поведенческой стратегии безответственного отношения к своему благополучию в его социальном контексте.

Воспитание социально-ориентированной личности – важная цель образовательной парадигмы Китая. В то же время, ориентация глобального культурного пространства киберсреды не учитывает интересы социума, отдавая приоритет индивидуальным достижениям и ценностям. Гиперболизация индивидуализма перед социальной действительностью выступает амбивалентной нравственной категорией, поскольку, с одной стороны, развивая в себе лучшее, человек делает мир прекраснее, но при обратном процессе, последствия могут быть не менее катастрофичны. Эгоцентризм превентивруется конфуцианскими традиционными семейными ценностями.

Нравственное воспитание в Китае опирается на разъяснение дифференцированных поведенческих стратегий, важности уважения, самоуважения, воспитания, ориентации на «другого» в совместной деятельности, понимания важности проявления заботы к своим близким и себе. Невозможно достигнуть конструктивных коммуникаций без уважения друг к другу. Отдельно объясняются такие важные категории, как «благодарность», «уважение», «взаимопомощь», «преданность» и «верность».

Нравственный релятивизм по отношению к традиционным социокультурным ценностям не является конструктивным. Индивидуализм, доведенный до абсурда, может сформировать человека, лишённого доброты, умения проявлять сочувствие и справедливость [222; 223; 224].

Рядом ученых Китая проведено исследование, которое показало, что 18,5% подростков согласились с утверждением «Я скорее вынесу мир, чем мир вынесет меня», а 11,4% обучающихся полагали: «Если люди не отстаивают свои личные интересы, естественно и оправданно разрушать мир». Таким образом, конструктивная социальная политика не может быть выстроена только участниками образовательного процесса сегрегированно. Важную роль китайские исследователи отдают государственному регулированию и семейному воспитанию. Только совместными усилиями, отмечают исследователи, возможно добиться снижения проявления негативных форм ИА у подростков.

Таким образом, в Китае большое значение придается привлечению педагогической беседы в рамках воспитательной работы как в институтах образования, так и в семье с привлечением проблемного метода для обсуждения самых амбивалентных подростковых утверждений, наиболее тиражируемых при их личной самоидентификации в сети:

- «моя деятельность направлена только на личную борьбу и личностное развитие, игнорируя коллективные интересы и концепцию сотрудничества»;

- «в различных общественных мероприятиях я готов быть только главным героем, а не второстепенным персонажем»;

- «не желаю выполнять повторяющуюся и монотонную, трудовую непрестижную работу»;

-«я всегда беспокоюсь о том, что меня обесценят и предадут мои мечты, и считаю свою «личную выгоду», и «свои потери» важнее, чем социальные проблемы».

Индивидуализм, доведенный в глобализационных киберсредах до абсурда, инициирует обесценивание гражданственности, этничности, приводит к разрушению культурных кодов, которые впоследствии снижают возможность понимания родной культуры и правовых норм, выводя дефиницию «справедливость» в ультрасубъективный контекст, который может нивелировать дефиницию «законность» [222; 223; 224].

В то же время, в китайской педагогической мысли обсуждается дискурс, что хорошее воспитание подростка может снизить риски ИА и выступить фактором действенной профилактики негативных интернет феноменов. Исследователи постулируют, что воспитанный подросток быстрее социализируется, инкультурируется, «социально взрослеет» по конструктивной траектории. Важным условием созидательной социализации и профилактики ИА постулируется ответственность в контексте китайской теории нравственной воспитанности личности. Социальная зрелость определяется через мотивационно-волевые побуждения к осознанному интернальному подходу к социальным, семейным, личным обязанностям и обязательствам, определяемым через их аксиологический компонент для социального пространства в целом. Такая трактовка не типична для российской педагогической и социально-философской трактовки дефиниций «обязательство», «ответственность», воспринимаемых в России как наивысшее проявление волевой и когнитивной деятельности субъекта в преодолении экзистенциальных противоречий. Китайское «обязательство» и «ответственность» интегрируется с социальным здоровьем человека.

В Китае регулярно включены в план внеклассной работы в образовательных учреждениях мероприятия, направленные на развитие ответственности, интегрированные с культурологическим и аксиологическими компонентами. Действительно, подростку, который попадает в систему цифровым семиотических кодов, трудно адаптироваться к традиционным социокультурным семиотическим формам, необходимы целенаправленные педагогические меры по их ретрансляции, казалось бы, естественных для понимания качеств, таких как, например, «доброта», «любовь», «красота», «успешность», «счастье». В Китае профилактическая работа с ИА интегрируется с превенцией безответственного поведения личности. В контексте расширения информационного поля подростка возможно интегрировать в смешанную среду рациональные формы досуга, которые до этого времени не попадали в поле зрения подростков группы социального риска. Воспитательная работа, проводимая в Китае, затрагивает важный компонент, называемый «эстетическим удовольствием». Этот компонент направлен на популяризацию социальных норм, переоценку имеющихся условий в реальной среде, по сравнению с их отсутствием в виртуальной среде. Критерием сформированности данного компонента выступает благодарность государству, школе, семье, культурному пространству за реальный мир, в котором осуществляется развитие личности.

Подростковый период китайскими исследователями определяется как «золотой» период для получения научных и культурных знаний, в процессе которых необходимо максимально эффективно использовать свое учебное время и возможности для личностного роста». Именно в этот период необходимо уделять много внимания и осуществлять целенаправленно педагогическую поддержку воспитанию гражданско-культурной идентичности гражданина, который не только ценит свое государство, семью, учителей, а умеет проявлять искреннюю благодарность тем социальным институтам, которые привели его к реализации целей и достижению мечты.

В подростковом возрасте профилактика ИА осуществляется через выстраивание образовательными институтами условий для развития талантов, создание системы наставничества с целью организации научной работы учеников. Много усилий тратится на объяснение того, какими могут быть конструктивные взгляды на жизнь, что из себя представляет научное мировоззрение, общецивилизационная картина мира.

Профилактическая работа с ИА у подростков, осуществляемая через критерий ответственности, опирается на 3 принципа:

1. Системный принцип.
2. Принцип проницаемости.
3. Мотивационный принцип.

Системный принцип реализуется через целенаправленное обучение осознанию ответственности подростков, педагогическое моделирование образовательного процесса в проектной системе через обязательное SWAT-целеполагание, подбор педагогических видов деятельности с диагностическим мониторингом.

Принцип проницаемости инициирует организацию специальной работы для воспитания чувства ответственности у учащихся не только через педагогические беседы, но и образовательную среду школы, воспитательную работу и личный пример педагога как нравственного ориентира для более наглядного и практического усвоения ценностей нравственной культуры и постоянного проявления ответственности в реальной жизни как первичной потребности.

Мотивационный принцип включает в себя дефиницию «счастья». Для развития у учащихся чувства ответственности необходимо больше направлять, поощрять и хвалить их, чтобы они были счастливы, замотивированы на обучение. Образ идеального наставника как эталон для подражания переносится на классного руководителя, так как это снижает его удаленность от обучающихся и повышает своевременную диагностику им трудностей, к которым может привести постоянное пребывание в Интернете.

Подростку важно понимать, что если знакомый ему человек может быть полезным обществу, то и он в состоянии сделать также. Таким образом, мотивационный принцип наиболее конструктивно реализуется в коллективной работе.

В КНР аксиомой выступает тезис, что воспитание должно опираться на экзистенциальное понимание «любви» к обучающимся и процессу самого учения. В российской педагогической практике, как и в практике педагогов Китая поднимается вопрос о расширении референтной коммуникативной группы подростков, относящихся к группам риска, с целью переориентации вектора эмоциональной поддержки из киберсреды в социокультурную действительность. Подобная работа затруднительна вне регулярного психологического мониторинга эмоционального состояния классных коллективов.

Тао Хонкай, эксперт в области профилактики и лечения интернет-зависимости, предположил, что внедрение качественного образования является наиболее эффективной мерой для предотвращения интернет-зависимости и ИА, которое невозможно на негосударственном уровне. Внедрение качественного образования — это системный проект, включающий образовательные институты государства. Для этого, утверждает исследователь, необходимо создать условия в образовательных организациях: реформировать вступительные экзамены в вузы, согласуя их с образовательными программами школ.

Приоритетное внимание к «Янтай Инь», то есть так называемому качественному энергичному поверхностному образованию, выражающемуся в сдаче тестов, выглядит солидно, но инициирует рост ИА. По мнению эксперта, необходимо эффективно реформировать содержание и методы обучения, уделять внимание развитию творческих способностей подростков, а не продуктивной памяти и практических навыков, значительно снизить нагрузку на их обучение и повысить стремление к развитию и получению знаний, исходя из интереса и социального запроса государства.

Крайне важно, чтобы подросток был занят выполнением интересных поручений, вовлечен в конструктивное хобби. Во внеклассной деятельности возможно проведение уроков гончарного мастерства, танцевальных сценок разновременных эпох, читательского клуба, стендап-микрофона, спортивных соревнований, поиска своих логотипов и создания виртуального музея образовательной организации.

Для развития информационно-коммуникативной культуры можно организовывать конкурсы по набору компьютерного текста, по написанию мини-программ и онлайн конференции. В информационной-коммуникативной культуре присутствуют аспекты, нуждающиеся в изучении, улучшении и развитии, например, свободное пользование ПК, быстрый поиск информации, программирование [222; 223; 224].

Для профилактики ИА крайне важно разумно ограничивать время подростка, проводимое им в играх, видеочатах. В Китае, например, школы могут регулярно рекомендовать полезные учебные веб-сайты, инициировать достижение некоторых целей и требований к учащимся для выхода в Интернет при их обязательном мониторинге (например, Smart часы с возможностью чтения смс и звонков без выхода в Интернет).

В Китае наблюдается рост участия подростков в конкурсах компьютерной сети «Кубок Хэксуна», организованный Центральным комитетом, Национальной федерацией студентов, созданы электронные книги для чтения онлайн, электронные читальные залы, конкурсы веб-дизайна, дизайна флеш-анимации, онлайн-мероприятия по написанию эссе, аналогичные олимпиады по программированию проводятся и в России, часто совместно с Китаем.

Необходима трансформация информационной сети об имидже образовательных организаций (официальные личные страницы сотрудников образовательных организаций, направленные на развитие конструктивной социальной активности «личным» примером).

Таким образом, особенностью превенции виртуальной зависимости подростков Китая выступает дискурс о создании системной государственной информационной платформы, единой для школ, родителей и обучающихся с целью повышения их компьютерной, IT, киберпедагогической психологической, правовой грамотности и рисках, которые могут быть инициированы бесконтрольным присутствием подростков в киберсреде.

2.2. Программы профилактики виртуальной зависимости подростков в Китае

Программы профилактики аддиктивного поведения подростков Китая носят социальную природу и учитывают большую загруженность несовершеннолетних в образовательных организациях.

В 1996 году в Шанхае и других крупных городах стали открываться первые интернет-кафе [113; 114]. Подобная ситуация является закономерной, так как она инициирована ростом спроса на использование сети Интернет в социально-экономическом секторе. В то же время, дифференциация услуг, сервисов, которые возникали в киберсреде, постепенно создавала потребность в поиске возможностей их регулирования со стороны государства.

Новое интернет-пространство включало в себя разнообразные сервисы для межличностных коммуникаций и развивающегося интернета вещей.

Особенностью превентивной политики интернет-аддикций и виртуальных аддикций (далее – ВА) в Китае выступает ее общегосударственный и централизованный уровень. Подобная ситуация имеет социальную и культурную детерминацию. Более 750 млн пользователей Интернетом в Китае, включают в себя группу несовершеннолетних подростков.

Система среднего образования в школах Китая предполагает огромную нагрузку, поэтому учебный день разделен на две части. В первой половине учебного дня изучаются основные предметы, во второй – дополнительные [119; 125]. Учебный день, начинаясь в 8:00, заканчивается после 22:00. В каникулярное время с середины июля до конца августа и с середины января до конца февраля подростки выполняют самостоятельную учебную работу, занимаются на дополнительных занятиях. Интернет-серфинг в такой ситуации инициирует возможность быстрых коммуникаций в ограниченное

время, приобщение к дифференцированным субкультурным группам по интересам с одной стороны, и может выступить деструктивным фактором, который приведет к потере контроля за своей жизнью, с другой стороны. Наполненность в классах составляет 30-40 учеников, которые реализуют стратегию соперничества в достижении наилучшего результата.

Уже в 1998 году на базе принятых законов и правил Министерство общественной безопасности запустило разработку проекта «Золотой щит» (Golden Shield Project) – комплексной системы безопасности, в возможности которой входила и фильтрация сетевого контента [126].

Таким образом, программа «Золотой щит» на первом этапе представляла собой многоуровневую систему баз данных. Одна из подсистем «Золотого щита» впоследствии получила название «Великий файрвол». Она отвечала и продолжает отвечать за фильтрацию сетевого контента в соответствии с законодательством страны [166].

Для разработки «Золотого щита» и файрвола китайское правительство сотрудничало с целым рядом научно-исследовательских институтов и поставщиков технологий как внутри страны, так и за ее пределами [210].

В основе работы файрвола лежит комбинация нескольких систем фильтрации контента, которые развивались поэтапно. Сначала фильтр научили блокировать только доменные имена и IP-адреса. Этот метод есть в инструментарии файрвола до сих пор, но на первом этапе он был основным. Существует пополняемый «черный список» IP-адресов нежелательных ресурсов – нарушителей закона об информационной безопасности. Этого обычно достаточно, чтобы заблокировать доступ к какому-либо сайту и перенаправить трафик в так называемый, «blackhole route» [113; 114].

Главное преимущество этого метода фильтрации – он относительно прост в реализации и не требует особого участия со стороны интернет-провайдеров. Недостаток заключается в необходимости обновлять список IP-адресов, подлежащих блокировке. Если некий запрещенный ресурс ставил

своей задачей «прорваться через файрвол», он мог добиться этого сменой IP [113; 114].

Большинство крупных международных социальных сетей, поисковых систем, видеохостингов, мессенджеров, стриминговых сервисов находятся «за Великим китайским файрволом». Пользоваться ими, находясь в Китае, нельзя – получить доступ без средств для обхода блокировки невозможно. Однако, у многих заблокированных ресурсов есть разрешенные локальные аналоги — Sina Weibo вместо Twitter, Youku вместо YouTube, Renren вместо Facebook. Ряд новостных сайтов, таких как The New York Times и Bloomberg, также запрещен в стране [114].

В то же время, такая фильтрация деструктивной информации имеет серьезную уязвимость. При использовании нелегальных VPN систем подросток может получить доступ к дифференцированным ресурсам бесконтрольно.

В 2008 году Китай стал первой страной, признавшей интернет-зависимость болезнью, которая поражает молодое население. Таким образом, программы, направленные на профилактику ИА, стали получать медицинско-педагогическую трактовку и направленность. На современном этапе развития в Китае действуют более 400 реабилитационных центров, где проходят лечение подростки с выявленными ИА.

На государственном уровне в Китае констатируется опасность ИА, которые проявляются в самых деструктивных формах в виде «одержимости Интернетом». «В 2009 г. появился шокирующий материал, представленный Центральным каналом Правительства Китая. Была сделана серия передач о клинике провинции Шаньдун, в которой для интернет-аддиктов использовалась электросудорожная терапия, при этом директор клиники назвал применение указанного метода «святым крестовым походом» [251]. Разумеется, такие «подходы» к терапии не могут называться научными и цивилизованными» [78]. Мы разделяем мнение А. Ю. Егорова, что природа ИА и ВА должна дифференцироваться от общей группы зависимостей и

превентироваться как на педагогическом, так и на психологическом, семейном, общекультурном уровнях. Проявления ИА, ВА в Китае носят трагичный массовый характер: 25 человек погибли при пожаре в незаконном интернет-кафе, мужчина умер после 20 часов непрерывной игры в Legend of Mir, один подросток убил отца за запрет игры в Интернете, а другой – спрыгнул с крыши, желая «присоединиться к героям игры», третий – убил свою маму за то, что она отправила его на реабилитацию [89].

Эти и другие события заставили власти Китая всерьез задуматься о возможных способах решить проблему. В современном Китае ведется целенаправленная работа по профилактике ИА и ВА [89].

Профилактическая работа затронула более адресную форму коррекции ИА подростков. Сюн Бинци, заместитель директора Научно-исследовательского института образования XXI века, постулирует, что короткие видеоролики постепенно становятся одним из основных способов, которыми китайские пользователи Сети обмениваются информацией. Рост популярности видеороликов «вызывает обеспокоенность по поводу риска появления в Сети непристойного онлайн-контента, нарушений прав интеллектуальной собственности и неадекватного наблюдения» [187]. Таким образом, было предусмотрено ограничение доступа к видеороликам, влияющим на формирование ИА. Так, компании Kuaishou и Huoshan подверглись критике ведомств за размещение роликов, рекламирующих контрафактную продукцию. Чжи Чжэньфэн, исследователь из Китайской академии социальных наук, отметил, что платформы обмена видео должны усилить мониторинг загружаемого видеоконтента и таким образом осуществлять профилактику ИА [104].

Чжи Чжэньфэн полагает, что система, направленная на снижение ИА и ВА направлена, в первую очередь, на помощь родителям, которые из-за высокой трудовой занятости не могут контролировать, что смотрят в Интернете их дети, и сколько времени они проводят у экрана [104]. Таким образом, особенностью превентивной работы становится организация

пассивной безопасной интернет-среды, которая контролируется на предмет нивелирования в ее содержании деструктивной информации на государственном уровне.

Китайская частная холдинговая интернет-компания Чжан Имина ByteDance, владеющая рядом популярных сервисов (в том числе платформами для обмена видео TikTok и Xigua, новостными агрегаторами Toutiao и BaBe, социальной сетью Helo), разработала систему временного ограничения пребывания в Интернете для подростков.

Интерес вызывает китайское приложение для просмотра коротких видео Douyin. Система распознает авторизированных пользователей младше 14 лет и вводит «детский режим», который позволяет пользоваться приложением 40 минут в день и только с 6:00 утра до 22:00 вечера. В Douyin несовершеннолетние пользователи не могут получать денежные вознаграждения от других пользователей, так осуществляется превенция вовлечения несовершеннолетних в работу блогов на коммерческой основе или использовать функцию прямой трансляции бесконтрольно со стороны родителей [102].

Мессенджер WeChat компании «Tencent» также запустил «детский режим», который ограничивает доступ к некоторым играм, платежам и настройкам конфиденциальности. В августе 2023 года китайский регулятор запретил детям играть в видеоигры более трех часов в неделю.

Для этого всех зарегистрированных пользователей, чей возраст менее 14 лет на основе указанной даты рождения, перевели в специальный молодежный режим. Помимо общего ограничения времени, в нем нельзя пользоваться сервисом с 10 вечера до 6 утра.

Главное управление печати и публикаций Китая ограничило время, которое подростки могут проводить за видеоиграми. Согласно постановлению, несовершеннолетним разрешается играть в онлайн-игры только три часа в неделю – с 8 до 9 вечера в пятницу, субботу и воскресенье.

Новая правовая регламентация вопроса пребывания подростков в сети Интернет была введена с 1 сентября 2022 года.

Правовая ответственность в Китае возлагается на провайдеров и компании, которые должны будут ввести обязательную проверку пользователей на возраст. Таким образом, для пользования киберресурсами необходима обязательная регистрация, в том числе и для применения игрового контента. При регистрации геймеров в обязательном порядке провайдеры, собственники интернет-ресурсов будут запрашивать реальные имена и номера телефонов [47].

Такая мера со стороны государства связана с тем, что чрезмерное увлечение онлайн-играми негативно влияет как на физическое, так и психическое здоровье несовершеннолетних.

Таким образом, ограничения на онлайн-игры в Китае становятся еще более строгими: ранее подростки могли играть не более 3 часов по выходным и праздникам и не более 1,5 часа в другие дни, с сентября 2022 года это время сократилось до 1 часа.

Такие превентивные меры опираются на психолого-педагогические исследования, которые проводятся в Китае. Сегодня уже иначе интерпретируется шкала интернет-зависимости Чена (CIAS-R), выстроенная на оценке факторной структуры и психометрических свойств CIAS-R у китайских подростков из Гонконга. В эксперименте принимали участие 860 учащихся 7-13 классов (38% мальчиков), которые в ходе опроса прошли CIAS-R, тест на интернет-зависимость Юнга (IAT) и шкалу оценки здоровья нации для детей и подростков (HoNOSCA). Распространенность интернет-зависимости, по оценке CIAS-R, составила 18%. Таким образом, результаты факторного анализа выявили четырехфакторную структуру сформированной интернет-аддикции, включающей: компульсивное употребление и отмену, толерантность и межличностные проблемы, проблемы, связанные со здоровьем, а также проблемы с управлением временем [48].

В начале августа в государственных СМИ Китая вышли статьи, в которых онлайн-игры были названы «духовным опиумом». Сравнение видеоигр с наркотиками привело к падению котировок акций крупных разработчиков (акции Tencent упали на 10%, Arcasaur Games — на 18,5%, провайдера NetEase — на 12%). Такая ситуация инициировала рост централизованной авторизации интернет-пользователей в Китае.

Интересна программа Тао Рана, полковника в отставке Народно-освободительной армии, который возглавлял подразделения армейской психологии.

Он одним из первых в Китае создал центр для диагностики и лечения интернет-зависимости и ИА, и ВА.

Профилактическая работа его центра строится на полном запрете использования информационных технологий и гаджетов и изменения образа жизни через вовлечение в трудовую, когнитивную, спортивную, специально-организованную коллективную деятельность.

Строжайшая дисциплина, много физических нагрузок и рутинных бытовых обязанностей — все это, по мнению авторов идеи, эффективно отвращает юных китайцев от Интернета. Работа включает в себя обязательные беседы с психологом и строгое выполнение всех распоряжений руководителей. За непослушание наказывают не только провинившегося, но и всю группу.

Из развлечений предусмотрено изучение китайских народных танцев. В лагере Qide Education Center в Пекине страдающие компьютерной зависимостью юные китайцы изучают в числе прочих предметов философию Конфуция.

Правительство Китая планирует открыть в общей сложности 250 подобных лагерей. Родители китайских школьников, уставшие наблюдать, как их дети проводят практически все свое свободное время за компьютерами, активно включаются в совместную работу по переориентации ценностных взглядов подростков.

Ситуацию риска создают небольшие китайские интернет-кафе, в которых собираются геймеры, и их деятельность трудно поддается правовой регламентации в силу того, что аккаунты регистрируются на юридические, а не на физические лица.

Тао Ран констатирует, что 10% китайских подростков одержимы Интернетом, более того, «это больше не проблема только подростков. В группу риска попадают как 9-летние подростки, так и 30-летние молодые люди, особенно несовершеннолетние девочки, проживающие не в городе, а в селе» [47]. Тао Ран говорит о возможности возникновения клинической депрессии у подростков как результат проведения в сети до 14 часов в сутки

В современном Китае на государственном уровне введен запрет на использование смартфонов в школах.

Министерство образования Китайской Народной Республики (КНР) запретило учащимся начальных и средних школ приносить с собой в школу мобильные телефоны. «Это сделано для того, чтобы защитить зрение учащихся, помочь им сконцентрироваться на учебе, не допустить того, чтобы во время учебного процесса школьники сидели в Интернете или играли в мобильные игры, чтобы дети научились вести себя в социуме, а также для укрепления физического и психического здоровья учащихся», - говорится в сообщении от министерства образования [11].

Следует отметить, что китайским учащимся запрещается приносить мобильные телефоны на территорию школы, а не только в класс. Отмечается, в случае особой необходимости родители должны предоставить заявление, и тогда ученик сможет брать с собой телефон, однако он все равно будет оставлять его на время уроков в определенном месте для хранения.

Учителям также запрещено отправлять домашнее задание учащимся по мобильному телефону или требовать от школьников использования гаджетов для выполнения домашних заданий. Школам предписывается объяснить ученикам, что мобильные телефоны нужно использовать разумно. А родителям министерство рекомендует заботиться об увлечениях детей, чтобы

они любили читать, заниматься спортом и творчеством, и вообще хорошенько подумать, прежде чем покупать детям мобильные телефоны [11].

Соответствующие поправки к Закону КНР о защите несовершеннолетних вступили в силу 1 июня, в День защиты детей. В законе появилась отдельная глава, посвященная онлайн-активности несовершеннолетних и их защите от интернет-зависимости. В частности, новый закон требует от родителей устанавливать на мобильные телефоны и компьютеры приложения, ограничивающие доступ к сомнительному контенту. Родители и другие попечители также должны ограничить время пребывания детей онлайн. Этим же, по букве закона, займутся операторы онлайн-игр и служб коротких видео: от них потребовали установить временные лимиты для несовершеннолетних пользователей.

Новые поправки, прежде всего, направлены на профилактику интернет-зависимости среди подростков.

По данным Академии общественных наук КНР, в Китае каждый пятый подросток страдает от интернет-зависимости. Самая распространенная форма этого недуга – пристрастие к онлайн-играм. Как выяснилось, 23,6% молодых людей в Китае играют в онлайн-игры как минимум четыре дня в неделю, 17,7% - каждый день. Причем, зависимость от онлайн-игр прямо пропорциональна возрасту: в них постоянно играют 16,9% учеников начальной школы, в средней школе этот показатель увеличивается до 21,9%, а в старших классах – до 31,8% [13].

«Интернет-зависимость напрямую бьет по нашим жизням. Каждый пятый подросток уже стал или находится на грани зависимости от онлайн-игр», - констатирует руководитель исследования Чжоу Хуачжэнь. Она напомнила, что в 2018 году игровая зависимость была признана Всемирной организацией здравоохранения психическим отклонением.

Среди других интересных поправок в Законе – запрет на чрезмерную учебную нагрузку на школьников. Поправки предполагают, что «дети

должны быть обеспечены надлежащим временем на отдых, развлечения и физические упражнения», а также «школы должны сотрудничать с родителями и другими попечителями в целях удержания учебных часов в разумных пределах» [14].

Глава 5 Закона КНР «О защите несовершеннолетних» в ст. 64 делает акцент на усилении просвещения институтов государства, общества, школы и семьи в области интернет-грамотности несовершеннолетних, развития их способности использовать безопасно и рационально интернет-ресурсы, а также обращает внимание образовательных организаций на защиту прав и интересов несовершеннолетних в киберпространстве.

В ст. 65 5-й главы констатируется, что государство обязано поддерживать только те интернет-ресурсы, которые обогащают несовершеннолетних конструктивной информацией и не оказывают негативного влияния на их физическое и психическое здоровье. В противном случае, согласно ст. 66, виновные будут привлечены к установленной законом ответственности.

Согласно ст. 68, государственные органы и воспитательные институты должны вмешиваться в деятельность подростков в интернете, контролируя информацию, чтобы она не ущемляла их физическое и психическое здоровье.

Ст. 70 указанного закона гласит, что без разрешения общеобразовательной организации подростки не могут приносить туда мобильные телефоны, а в случае обнаружения пристрастия несовершеннолетних к Интернету администрация школы должна незамедлительно ставить в известность родителей подростка, психологов, педагогов и сделать все возможное, чтобы помочь подростку избавиться от виртуальной аддикции. Для реализации данной цели родители или опекуны несовершеннолетних должны быть компетентными в сфере интернет-грамотности и дифференцировать конструктивную информацию от деструктивной, устанавливать программное обеспечение на продукты smart terminal, останавливая свой выбор на моделях обслуживания и функциях

управления, помогающих подросткам рационально использовать время в интернете для исключения пристрастия.

При обработке личной информации несовершеннолетних через Интернет необходимо получить согласие своих родителей, а в случае, если родители попросят удалить или скорректировать информацию интернет-провайдера – он должен незамедлительно выполнить эту просьбу.

Продукты онлайн-образования, обслуживающие несовершеннолетних, не должны содержать ссылок на онлайн-игры и размещать рекламу, не имеющие отношение к обучению. КНР создала единую электронную систему аутентификации личности для реализации онлайн-игр подростками. Поставщики услуг должны требовать от подростков обязательной регистрации при входе в онлайн-игры, используя свои подлинные идентификационные данные. Предоставление услуг онлайн-игр подросткам не происходит во временном интервале с 22 до 8 часов. Запрещается использовать Интернет для оскорбления, клеветы, угроз или нанесения ущерба имиджу подростков, а также других видов киберзапугивания. Если несовершеннолетние подверглись кибертравле, их родители должны уведомить интернет-провайдеров об удалении, блокировании и отключении ссылок.

Известный китайский исследователь Чжоу Хуачжэнь занимался проблемами сохранения здоровья среди несовершеннолетних. В своих трудах, таких, как «Новые тенденции в развитии поведения подростков в отношении здоровья», «Обзор методов исследования поведения детей школьного возраста в отношении здоровья», «Взаимосвязь между школьным отчуждением и рискованным поведением подростков», «Здоровье подростков и исследование самочувствия» автор проводит мысль о корреляции и взаимосвязи психологической атмосферы, в которой происходит социализация подростков – в школе, семье, обществе, и его поведенческой стратегией.

Ученый руководил проектом Национального фонда социальных наук под названием «Создание системы индексов оценки поведения детей школьного возраста в Китае в соответствии со структурой здоровых социальных детерминант» и другими проектами на национальном, провинциальном и министерском уровнях, проектом ЮНИСЕФ «Подростковое кросс-культурное исследование поведения в отношении здоровья», проект школьного уровня «Влияние социальных детерминант здоровья на систему показателей измерения поведения детей в отношении здоровья».

Исследователь отмечает, что в цифровую эпоху необходимо создать постоянно действующую систему защиты в Интернете для подростков на уровне государственных ведомств, на уровне общественных организаций, начальных и средних школ, а также родителей учащихся. Профилактика интернет-аддикции состоит не в том, чтобы исключить несовершеннолетних из Интернета, а в том, чтобы максимально учитывать их возрастные и индивидуальные особенности, развивать способности и наклонности детей, учить дифференцировать конструктивную информацию от деструктивной. Экологически чистое интернет-пространство можно создать, по мнению исследователя, только тогда, когда социально зрелые подростки приобретут сетевую грамотность и смогут приобрести только конструктивную информацию, которая поможет им успешно реализоваться в обществе [15].

По мнению Ван Баоши, значение Интернета состоит в том, что он позволяет не только собирать, хранить, передавать ценную информацию, но и осуществлять дистанционное обучение, анимационные действия, профессиональные функции. Социальную напряженность, испытываемую в обществе, обусловленную повышением конкурентоспособности, ускоряющимся ритмом работы и жизни, высокими издержками коммуникации, жители Китая пытаются минимизировать через Интернет. В то же время, пребывание в Интернете более 4 часов в день серьезно отражается на состоянии личностного развития, приводит к

индифферентности, эмоциональной апатии по отношению к близким и к жизни в целом [45].

Сегодня уже очевидно, что использование мобильного Интернета позволяет играть, совершать покупки, читать, но эти же функции существенно ограничивают процесс коммуникации. Выполняя какие-либо действия, зависимый от Интернета индивид становится подавленным, неуверенным, неглубоким, импульсивным, что было несвойственно ему ранее.

Педагоги и психологи бьют тревогу и по поводу того, что, проводя в онлайн-пространстве более 4 часов в день, подросток выпадает из реального мира и заменяет его полностью виртуальным. Ученые Китая доказали, что рассеянность несовершеннолетних, проблемы с памятью, хронометражом времени, появлением абулии, нерадивости обусловлены чрезмерными увлечениями сетевыми играми.

Кроме психических расстройств несовершеннолетние страдают недостатками зрительного анализатора, деформацией опорно-двигательного аппарата, расстройством метаболизма, нервной системы, болезнями кожи.

Большая проблема, связанная с мобильным Интернетом, касается проблем безопасности: погруженные в телефон подростки даже на улицах в режиме 24/7 мониторят уведомления своих гаджетов, не обращая внимания на реальные угрозы: идущий транспорт, велосипедисты, идущие навстречу люди. Кроме того, нередко интернет-пользователи являются жертвами мошенников и вымогателей, представителей религиозных сект, экстремистских групп, преступных контркультур.

Многочисленные знакомства, завязанные в Интернете, часто приводят к невозможности выстроить прочные дружеские отношения. Интернет инициирует большое количество ситуативных знакомств с посторонними людьми, которые по-настоящему друг другу неинтересны. Опасность создает иллюзия эмоциональной близости в процессе общения в чатах, форумах,

которая на практике приводит к формированию депрессивных настроений из-за реального одиночества подростка [222; 223; 224].

Интернет вещей провоцирует риск бессмысленных недорогих покупок, например, на Aliexpress, которые аналогично не приносят индивиду счастья, формируя неконтролируемый покупательский спрос. Поэтому в государственных образовательных программах современного Китая все чаще поднимается вопрос об исключении мобильных гаджетов из школьной среды, чтобы увеличить реальные коммуникации, полезную трудовую деятельность подростков.

Превентивные программы Китайской Народной Республики направлены на реализацию ряда мероприятий, в том числе, по профилактике близорукости. По данным Государственного комитета по делам гигиены и здравоохранения, у китайских школьников самый высокий в мире показатель близорукости. У подростков он составляет 83,3%. Причиной такой проблемы является чрезмерное использование устройств для игр в Интернете и слишком долгое пребывание у экрана с близкого расстояния [45].

Летом 2020 года в опубликованных «Руководящих принципах по профилактике и лечению близорукости» констатировалось: упрочить меры контроля за использованием подростками гаджетов, увеличить занятия спортом на открытом воздухе и снизить нагрузку на глаза. Реализация данного вида деятельности осуществлялась при участии Правительства, экспертов, школьных воспитателей, родителей. Были предприняты попытки заменить гаджеты другими средствами развлечения несовершеннолетних. Время работы на компьютере или погружение в мобильный телефон ограничивалось двумя часами в день, а через каждые полчаса предполагался перерыв от 5 до 10 минут. Пребывание на открытом воздухе должно быть не менее 2 часов в день.

По данным «Анализа состояния рынка и перспектив развития игровой индустрии в Китае в 2024 году», осуществляется систематическая превентивная работа по профилактике аддиктивного поведения подростков,

направленная на актуализацию обновления аутентификации по реальному имени при регистрации в игровых аккаунтах, ведется строгий контроль за количеством времени, проводимого в играх подростками и совершенством системы указания возраста несовершеннолетних [58].

Превентивные программы Китая опираются на меры по управлению компьютерными играми, введенными Министерством культуры КНР, регламентирующие содержание онлайн-игр и юридическую ответственность субъектов игрового рынка. К основным принципам деятельности в области компьютерных или мобильных игр относится запрет предоставления подросткам кибервалюты и содержания игр (в соответствии с возрастом).

В декабре 2020 года после завершения разработки группового стандарта «Напоминающее извещение о подходящем для интернет-игр возрасте в Сети» игры в Китае были классифицированы, исходя из трех возрастных категорий пользователей, обозначаемых дифференцированными цветами (зеленый) – 8+, (голубой) – 12+, (желтый) – 16+. Были обозначены четкие установки по отношению скачиваемой информации, длительности ее использования и об определении места идентификатора [151].

В январе 2024 года Министерство образования КНР опубликовало «Уведомление об усилении работы по контролю за мобильными телефонами у школьников», по которому был инициирован запрет на самостоятельное использование гаджетов в пространстве школы без контроля со стороны родителей. Усиление со стороны государства контроля за уровнем и качеством родительского сопровождения интернет-активности своих детей видится нам конструктивной воспитательной мерой, позволяющей своевременно выявить аддиктивное поведение в контексте гаджетозависимости.

Интеграция профилактики аддиктивного поведения несовершеннолетних КНР с воспитанием патриотизма проявляется в собраниях пионерских и комсомольских дружин под государственным флагом через психологическое консультирование, помогающее школьникам

овладеть информацией по разумному использованию гаджетов. Постоянно работает внешняя телефонная служба психологической поддержки. Школьники не могут общаться с родителями по телефону, а в случае крайней необходимости они могут воспользоваться стационарным телефоном образовательного учреждения.

Постановление Министерства образования КНР: «О запрете учащимся начальной и средней школ приносить мобильные телефоны в школу» гласит, что педагогам запрещено включать интернет-ресурсы как инструменты выполнения домашних заданий.

Министерство образования и другие восемь министерств КНР опубликовали «Меры по уменьшению нагрузки в начальной и средней школе» (всего 30 мероприятий), направленные на развитие цифровой гигиены и грамотности обучающихся. Документ обращает внимание на формирование активной жизненной позиции подростков, овладение ими цифровыми компетенциями, дифференциацией конструктивных и деструктивных сайтов, уважительного отношения к торможению центральной нервной системы – сну не менее 10 часов в сутки [16].

Министерство образования КНР опубликовало «Циркуляр о дальнейшем усилении контроля за сном школьников», предписывающий, что подростки большую часть письменных заданий должны выполнять в школе, а онлайн трансляции должны заканчиваться не позднее 21:00. С 22:00 до 08:00 онлайн-игры запрещены [153].

В 2022 года Министерство образования КНР опубликовало «Мнения об углублении реформы системы высшего образования в целях повышения общего качества подготовки специалистов» [153]. В документе анализируются инновационные возможности и перспективы развития образовательной парадигмы в контексте цифровизации. Интернет сегодня невозможно исключить из социального пространства и бытия молодого человека, поэтому необходимо рассмотреть дифференцированные возможности по его конструктивному включению в пространство китайского

подростка. В то же время, необходимо изменить подход к педагогическому сопровождению смешанных форм обучения для создания новых форм развития digital skills в контексте разработки интеллектуального образования в КНР. Вызывает интерес включение государственного контроля за организацией, например, режима сна обучающихся и своевременном чередовании традиционных офлайн систем обучения с контролируемые обучающими онлайн-мероприятиями и социально значимой деятельностью.

Профилактика ИА представляет собой целенаправленную работу, направленную на изменение и развитие нравственной мировоззренческой системы в тесной интеграции с деятельностным подходом, инициирующим развитие коммуникативных навыков у подростков, самоорганизации, дисциплинированности, умения взаимодействовать друг с другом.

Таким образом, программы, направленные на профилактику ИА в Китае, инициируют поиск форм, методов и средств, в первую очередь, для организации государственного контроля за деятельностью киберсреды. В то же время, образовательные системы регламентируют учебную работу таким образом, чтобы исключить повышение включения бесконтрольного использования дифференцированных гаджетов в жизненное пространство подростков КНР.

Важным условием выступает признание ИА заболеванием, которое нуждается в специализированном медицинском сопровождении и воспитательной фасилитации в специализированных лагерях. Большую роль в превенции ИА играет вовлечение в коллективную трудовую, образовательную деятельность подростков для повышения индивидуальной ответственности, развития навыка самоорганизации: контроля своего времени, ранжирование социально значимой деятельности, формирование навыка социального взаимодействия с другими.

Исходя из вышесказанного, профилактика ИА, ВА понимается в КНР исключительно как комплексная система работы, в которую включены государство, образовательные организации, семья, медицинские учреждения,

социокультурная среда, киберсреда и подростки. Подобная многоаспектная работа позволяет всесторонне проанализировать дифференцированные риски и возможности инновационных форм профилактики в контексте определенных ИА, отдельно выделив компьютерные игры, социальные сети, деструктивные интернет-коммуникации, блогинг как самостоятельные феномены и определить для них индивидуальные траектории сопровождения.

2.3. Адаптационный потенциал китайского опыта по профилактике виртуальной аддикции подростков в общеобразовательных организациях России

В целях определения возможностей адаптации отдельных компонентов китайских профилактических программ к российским условиям, мы провели анкетирование подростков г. Владимира в образовательных организациях: МБОУ СОШ № 10, МБОУ СОШ № 33. Выборку составили 240 подростков, отобранных случайным образом в двух образовательных организациях, в возрасте от 13 до 14 лет. Результаты анкетирования показали, что ситуация с виртуальной аддикцией в общеобразовательных организациях г. Владимира достаточно проблематична. При проведении бесед подросткам задавались следующие вопросы:

- Какие сайты вы посещаете чаще всего?
- Какие компьютерные игры привлекают ваше внимание?
- Почему вы испытываете непреодолимое желание погрузиться в виртуальный мир?
- Сколько времени вы проводите в Интернете?
- Мешает ли Интернет вашей социальной жизни?

На вопрос, какие сайты являются наиболее востребованными, подростки ответили следующее: TikTok, игровые платформы (94%).

На вопрос, какие компьютерные игры привлекают ваше внимание, подростки ответили следующее: ролевые компьютерные игры (игры с видом «из глаз» «своего» компьютерного героя; игры с видом извне на «своего» компьютерного героя), руководительские игры, неролевые компьютерные игры (аркады, головоломки, игры на быстроту реакции) (86%).

Главной причиной погружения в виртуальный мир подростки назвали одиночество в реальном мире (89%), низкую самооценку (77%), подражание сверстникам (88%).

52% подростков осознают, что виртуальный мир стал заменять им мир реальный. О том, что это явление опасно для их психического здоровья, осознают 67%, негативно скажется на их будущем – 73%, деструктивно отразится на развитии личности – 46%.

Модным времяпрепровождением в Интернете считают 90% подростков г. Владимира из экспериментальной группы.

13% подростков находятся в интернет-пространстве постоянно, у них есть переносные автономные гаджеты, которые позволяют использовать Интернет даже если нет Wi-Fi.

Столько же подростков (13%) констатировали, что они не высыпаются из-за чрезмерного пребывания в Интернете, раздражительны, беспокойны, агрессивны. У них ощутимые проблемы с коммуникацией с учителями, сверстниками и родителями, но прямой зависимости этих проблем от Интернета они не проводят.

Отвечая на вопрос анкеты, к кому бы Вы обратились, если бы поняли, что не можете оторваться от Интернета и зависимы от него, подростки экспериментальной группы (240 человек) ответили, что к друзьям – 14%, к родителям – 15,7%, к знакомым – 21,3%, к медицинским работникам – 21,6%, к учителям – 8,2%, ни к кому – 26,7%.

В анкете был представлен вопрос «Ваши предложения, исключая формирование интернет-зависимости?». Подростки экспериментальной группы ответили, что необходима профилактика, на втором месте были предложения по ограничению времени работы за компьютером, на третьем – продумывание времяпрепровождения в реальном мире. В контрольных группах картина была идентичной.

Отвечая на вопрос, какие условия, на Ваш взгляд, необходимы для формирования здорового образа жизни, подростки и экспериментальных и контрольных групп ответили: высокое качество жизни, наличие специалистов, показывающих личным примером преимущества здорового

образа жизни, бесплатные клубы и секции, прозрачные программы в образовательной организации или досуговом центре.

12,7% подростков экспериментальной группы убеждены, что информацию, связанную с рисками возникновения виртуальной зависимости, необходимо сообщать с 8-12 лет, 29,7% и 28,7% - с 13-16 лет, 49% и 53,4% – с 17-18 лет, а 13,6% и 9% – с 6-7 лет.

Выявить подростков из группы формирования виртуальной зависимости нам помог метод тестирования тест Chen Internet addiction Scale (CIAS), адаптированный В. Л. Малыгиным и К. А. Феклисовым.

Тестирование помогло выявить группу риска подростков по формированию виртуальных аддикций и группу подростков с отсутствием симптомов такой зависимости (нормативная).

240 человек экспериментальной группы вошли в группу риска, что составило 58,4% от общего числа, из них 64% юношей и 36% девушек. Средний возраст испытуемых – 13-14 лет. Средний показатель продолжительности пребывания в виртуальном пространстве – 4 часа в день, 49% подростков живут в неполных семьях, 51% – в полных.

С какой целью подростки России длительное время пребывают в виртуальном мире? Опрос показал, что 57% «зависают» в Интернете, поскольку социальные сети, чаты, форумы и группы – это возможность пообщаться; для 39% Интернет – это возможность поиграть в игры, 15% увлечены музыкой, интернет-шоппингом, скачиванием фильмов, а 6% предпочитают изучение сайтов знакомств.

Если подросток находится в сетевом пространстве не менее 3 часов в день, он входит в группу риска, исходя из показателей Шкалы интернет-зависимого поведения. Тщательный анализ ответов подростков на вопросы анкеты показал, что подростки со складывающимся аддиктивным поведением не проявляют интереса к социальной жизни и дружбе в реальном мире.

17% из них живут в неполных семьях, 83% – в полных. 67% подростков ответили, что Интернет ими используется для общения в чатах и социальных сетях, 10% человек активно играют в компьютерные игры, 60% подростков увлечены скачиванием фильмов, музыки, посещением интернет-магазинов, 18% подростков выходят в виртуальный мир ради сайта знакомств.

Для того, чтобы определить уровень субъективного контроля, в исследуемой группе была использована методика - *опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкиной, А. М. Эткинда, исследующая интернальность-экстернальность респондентов.*

Повышенный уровень субъективного контроля характерен для интернального типа личности. Такие подростки соотносят все, что с ними происходит только с их личными качествами и детерминируют их как закономерности своей поведенческой стратегии.

Экстернальный тип личности характеризуется внешним локусом контроля и рассматривает ситуации, происходящие во внешней среде, включая поведение окружающих, удачное или неудачное стечение обстоятельств, реальную действительность как факторы, оказывающие глобальное воздействие на результаты учебной, игровой, трудовой деятельности, на взаимоотношения в семье. Методика позволила определить уровень коммуникации, жизненные установки, мотивацию подростков, их взаимоотношения с родителями, сверстниками, педагогами.

Повышенный показатель по шкале ИО обусловлен высоким уровнем субъективного контроля над вариативностью витальных обстоятельств. Такие подростки отвечают за все, что происходит у них в жизни, и относят себя к создателям своей успешности. Пониженный показатель ИО коррелирует с низким уровнем субъективного контроля. Для таких несовершеннолетних характерно обесценивание своих действий и достижений, они склонны к прокрастинации, безынициативны, не пытаются продумывать и отвечать за то, что происходит в их жизни в настоящем и будет происходить в будущем.

Исследуя общую интернальность подростков группы социального риска по склонности их к виртуальной аддикции, мы определили, что для этой группы несовершеннолетних свойственен более низкий уровень общей интернальности, и, соответственно, низкий уровень, субъективного контроля.

Эти данные не случайны, поскольку выявляют характерологические особенности подростков, склонных к виртуальной аддикции. Они не уверены в своих действиях, способностях, убеждены в фатальности всего происходящего, невозможности выстраивать свою поведенческую стратегию, возлагают надежды только на счастливое стечение обстоятельств и помощь со стороны. Ведущей потребностью таких подростков выступает потребность в эмоциональном тепле, ласке, любви. У респондентов этой группы отмечена склонность к стоп-реакциям, усиление контроля сознания. Нереализованность таких подростков в реальном мире, перенос ответственности на внешние факторы объясняют их желание уйти в виртуальный мир.

Результаты исследования показали, что высокий показатель шкалы интернальности коррелирует с высоким уровнем субъективного контроля (УСК) над эмоционально-положительными ситуациями и событиями. Эти качества характерны для лидера. Личности с высокими показателями УСК все проблемы, которые возникают у них, пытаются объяснить своим несовершенством, несостоятельностью, поверхностностью. Они стремятся к достижению поставленных целей, и идут к ней упорно и настойчиво.

Для подростков с низким показателем интернальности достижений характерно отождествление важных этапов своей жизни с внешними обстоятельствами. УСК подростков из группы социального риска по склонности к виртуальным аддикциям ниже, чем у подростков, не имеющих такой склонности, что подтверждает их флегматичный темперамент и стремление возложить ответственность за результаты деятельности на внешние обстоятельства.

В рамках нашего исследования мы проверили по шкале интернальности показатели подростков в сфере неудач. Этот параметр определял склонность несовершеннолетних к оценке негативных явлений в их жизни. Повышенный показатель свидетельствовал о тенденции подростков брать ответственность за все негативное в своей жизни на себя. После случившегося такие подростки занимаются самобичеванием по поводу происходящего.

Низкие показатели по исследуемой методике констатируют стремление несовершеннолетних приписывать все, что происходит с ними, прежде всего, нежелательные события, обстоятельства из внешней среды, другим людям. По данному показателю у подростков, не склонных к виртуальной аддикции и склонных к этой зависимости, различия незначительны.

Мы исследовали показатель интернальности в семейных отношениях и выявили, что для подростков из группы социального риска по виртуальной аддикции этот параметр ниже, чем у подростков не из группы социального риска. Он проявляется в том, что такие несовершеннолетние возлагают ответственность за внутрисемейные проблемы на ближайшее окружение, в отличие от высоких показателей по шкале интернальности, представители которой свидетельствуют о том, что подростки берут на себя ответственность за все, что происходит в их семье. У подростков из группы социального риска наблюдается явно выраженная индифферентность, сужение круга интересов в реальной действительности, они становятся эгоцентристами, коммуникация с членами семьи и близким окружением также снижена, перспективы своих жизненных планов они связывают с виртуальным миром.

Измерение показателя по шкале интернальности в области производственных отношений показало, что в группе подростков, склонных к аддиктивному поведению, он ниже, чем в группе подростков, не склонных к такой поведенческой стратегии и проявляется в инфантильности, ведомости личности, зависимости от руководства и членов коллектива. У

подростков не из группы социального риска констатирован большой показатель по шкале интернальности в области производственных отношений, проявляющийся в активной жизненной позиции, стремлении быть лидером и думающим человеком.

Проверяя подростков по уровню развития межличностных отношений, мы выявили, что у несовершеннолетних из группы социального риска отмечается низкий показатель интернальности, характеризующийся неспособностью влиять на взаимоотношения с другими, безропотным принятием решений окружающих. Для подростков, не имеющих склонности к виртуальной аддикции, характерен высокий уровень по этой шкале и они отличаются способностью грамотно выстраивать конструктивный диалог с окружающими, уверены в себе, в своем социальном статусе и репутации, отличаются социальной зрелостью, нравственной и правовой устойчивостью по сравнению с подростками, погружающимися при любой возможности в виртуальный мир, когда возникают проблемы, в том числе, в межличностной коммуникации.

Исследование шкалы интернальности в отношении здоровья и болезни показало, что подростки из группы социального риска по склонности к виртуальной аддикции, демонстрируют пониженный показатель интернальности, проявляющийся в трактовке любого недомогания как результата стечения негативных обстоятельств и надежды на то, что родители и врачи сделают все необходимое, чтобы состояние здоровья улучшилось, без приложения усилий со стороны самих подростков.

У подростков без склонности к виртуальной зависимости мы констатировали повышенные результаты шкалы интернальности, что можно считать, как свидетельство ответственности субъекта за свое здоровье – при возникновении болезни подросток обвиняет только себя и прикладывает все усилия, чтобы выздороветь.

Исследуя уровень УСК у подростков без риска виртуальной аддикции и склонных к таковой, мы выявили, что подростки с риском формирования

виртуальных аддикций характеризуются более низкими показателями интернальности, чем подростки нормативной группы.

Полученные в результате проведенного исследования данные диагностики позволили нам определиться с программами китайских образовательных организаций, которые можно интерпретировать в российское образовательное пространство.

Жертва виртуальной аддикции в любом государстве – несовершеннолетние.

Апробация основополагающих направлений первичной профилактики аддиктивного поведения подростков в общеобразовательных организациях России была реализована на основе теоретических идей превентивной работы Китая и проведенного анализа деятельности китайских педагогов и психологов.

Эта работа осуществлялась с учетом менталитета российского общества, а также традиций, обычаев, культурных ценностей. В процессе работы с подростками стало очевидно, что содержащиеся в превентивных программах КНР постулаты не всегда отвечают концептуальным идеям превентивной педагогики России. В частности, интернет-зависимость подростков Китая рассматривается как психическое заболевание, требующее, прежде всего, медицинской коррекции. Не игнорируя значения медицинской поддержки, мы, тем не менее, апробировали в исследуемых школах в рамках специальных курсов, что воспитание социальной зрелости, социального иммунитета подростков, повышение уровня их общей, правовой и нравственной культуры, поддержка родителей и педагогов в проблемных ситуациях, достойный социальный статус и реноме помогут подросткам построить индивидуальную траекторию социального развития в реальном мире, не заменяя его виртуальным пространством.

Превентивные программы КНР направлены на воспитание законопослушного человека, свободное время которого строго нормировано при пребывании в социальных сетях. Родители и педагоги несут

ответственность, если допускают нарушение временных рамок подростками и разрешают им приносить в школу гаджеты. Задача воспитательных институтов – раскрыть богатство и полноту жизни, возможности реального мира, найти в нем себя каждой личности, исходя из индивидуальных способностей и предпочтений. Нам представляется, что такой подход актуален и в современном российском обществе.

В современной России программы по педагогической превенции виртуальной аддикции подростков ориентированы на самодетерминацию и самореализацию личности в реальном мире, на формирование ответственной поведенческой стратегии. Подростки имеют возможность выбора, но должны отвечать за его последствия.

Средний возраст российских подростков, участвующих в формирующем эксперименте, составлял от 13 до 14 лет.

Была использована авторская технология просветительской проблемной беседы, как одного из методов, которая помогла нам привлечь самих подростков к оценке изучаемого явления и на этой основе сформировать адекватное отношение к виртуальному миру и к своей жизненной миссии. В процессе беседы приобретаемые подростками знания становились осмысленными, инициируя критическое мышление.

К числу явных достоинств беседы относились искренность, доверительность, объективность ответов. Мы смогли оценить внутренний мир подростка, демонстрируя не расхождение слова и дела, честность, критичность по отношению к себе. В то же время, мы не опирались в своем исследовании только на анкетирование и беседу, поскольку они детерминированы рядом обстоятельств субъективного порядка. Беседу мы использовали как дополнительный метод для получения информации, не выясненной при наблюдении и применении других методов.

Установив, что проблема виртуальной аддикции актуальна и для подростков России, мы посчитали, что формирование установок на здоровый образ жизни возможно не только в процессе реализации антиаддиктивных

программ в целом, но и во внеклассной работе, когда несовершеннолетние могут в полной мере проявить просоциальную поведенческую стратегию, опираясь на методологические подходы, представленные в модели педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китая.

В общеобразовательных организациях г. Владимира, принимающих участие в эксперименте, была интерпретирована концепция китайских педагогов о создании безопасной, здоровой, культурной атмосферы в Интернете с целью повышения осведомленности подростков о сопротивлении деструктивной информации в киберпространстве, развития конструктивного жизненного стиля, формирования «зеленого онлайн-пространства» и онлайн-культуры. С этой целью подростков в рамках классных часов, областной медиашколы, разговоров о важном информировали о безопасных правилах работы в Интернете, создании интернет-контента и методах защиты при угрозе кибермошенников.

Психолого-педагогическая программа профилактики интернет-аддикции Информационного интернет бюро городского партийного комитета Цзинина, Бюро образования Цзинина и Бригады интернет-полиции районного отделения Жэньчэн, бюро общественной безопасности Цзинина была интерпретирована в российской образовательной практике, в частности, было создано специально спроектированное киберпространство, ориентированное на ЗОЖ через изменение подхода к разработке и проектированию «зеленых уголков» в образовательных организациях, опираясь на личную инициативу и творческие проекты самих подростков в создании экологического пространства.

Сунь Цзяньчжоу, эксперт по клинической психологии Второй больницы Чжоушань, предложил создание модели «духовного брандмауэра» Интернета. В исследуемых организациях г. Владимира была адаптирована предложенная автором модель, которая в симбиозе с авторской моделью педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в

России и Китая позволила включить в воспитательную работу философско-культурологические беседы, направленные на обсуждение цивилизационных аспектов и конструктивного витального модуса несовершеннолетних.

Для проведения открытых диалогов с несовершеннолетними нами были организованы встречи с медицинскими работниками, психологами г. Владимира по технологии, предложенной Ван Цянь: включение доступной медицинской диагностики в проблемные беседы о ЗОЖ с возможностью объективной оценки несовершеннолетними своих результатов на личностно-значимом уровне. В рамках одной из тем открытого диалога был осуществлен скрининг зрения для участников мероприятия. Были подняты вопросы влияния техники и интернета на зрение и здоровье человека.

Мы адаптировали к условиям Российской образовательного континуума специализированную методику проблемной беседы Ван Цянь и Мэй Цзин о положительных сторонах использования Интернета, интернет просвещении родителей, педагогов, обучающихся. Важное целеполагание таких бесед – это формирование коллективного решения – не быть рабом Интернета, а стремиться стать «солнечным» человеком, умеющим контролировать свой духовный брандмауэр, включающий в себя цивилизационный код российской культуры.

Анализируя теорию экосистемы Ю. Бронфенбреннера, мы интерпретировали ее в педагогическую работу исследуемых образовательных организаций г. Владимира внутри мезоскопического пространства, включающего семью, школу, группы сверстников. Мы выявили, что профилактическая работа с родителями, проводимая в КНР, актуальна и для российских воспитательных институтов. В рамках интерпретации китайского опыта, мы:

- информировали и просвещали родителей об особенностях подросткового возраста, о способах конструктивной превенции, например, секстинга у подростков;

- информировали о негативном формировании гипермотивации у подростков;
- проводили дискуссии, направленные на снижение попустительского стиля воспитания и гиперопеки;
- просвещали родителей о грамотном проведении подростками времени в Интернете;
- информировали о том, что главные конструктивные привычки формируются личным примером, поэтому родитель, не отрывающийся от гаджета, не будет выступать положительным примером для подростка, который находится в зоне риска.

Подростки были ознакомлены с правилами безопасности в сети и распознаванием интернет-мошенничества.

Лекции и беседы проходили параллельно с просмотром и последующим анализом учебного фильма «Профилактика интернет-зависимости среди несовершеннолетних», направленного на укрепление правовой культуры и правосознания подростков в процессе онлайн коммуникации.

Педагогическая профилактика сочеталась с врачебной и психологической превенцией.

В исследуемые образовательные организации г. Владимира мы приглашали экспертов по клинической психологии, которые информировали подростков, родителей и педагогов о проблемах психического развития несовершеннолетних при бесконтрольном пребывании в сети на протяжении длительного времени.

В МБОУ СОШ № 10 и МБГУ СОШ № 33 мы организовали конкурсы и викторины на поиск деятельности, альтернативной пребыванию в Интернете. Мы считаем, что современные подростки должны быть обучены онлайн-грамоте и быть в тесных отношениях с субъектами воспитательных институтов – семьей и школой.

Важную роль в профилактике ИА у подростков играли интерактивные технологии, по аналогии с китайской олимпиадой «Кубок Хэксуна», организованной Центральным комитетом.

Благодаря этому конкурсу («Кубок Хэксуна») мы смогли создать базу электронных книг для чтения онлайн, электронные читальные залы, конкурсы веб-дизайна, дизайна флеш-анимации, онлайн-мероприятия по написанию эссе, условия для развития творческой цифровой деятельности.

Особое внимание мы уделяли социально запущенным подросткам. Они перестают посещать школу из-за конфликтов с педагогами и сверстниками, пользуясь занятостью родителей на работе, остаются дома у компьютера или же все свободное время проводят в интернет-кафе. Погруженные в виртуальное пространство, такие подростки забывают о пище, часто отравляются никотином и пьют только сладкие газированные напитки.

В данной ситуации китайские исследователи советуют применять такие методы психотерапии, как арт-терапию, библиотерапию, музыкотерапию, суггестию для трансформации зависимого поведения в устойчивое про-социальное и для усиления самокритики.

Кроме того, в программах отмечено, что целесообразно выступление перед подростками врачей аддиктологов, наркологов, диетологов, которые должны доступным языком рассказать подросткам о механизме нарушения их пагубных привычек на несформировавшийся организм как с точки зрения влияния на физиологические процессы, так и на психологические характеристики.

Мы приглашали наркологов, педиатров, а также юристов и социологов, которые освещали проблему зависимого поведения несовершеннолетних как с медицинской, так и с юридической точки зрения, подростки сами делали вывод о последствиях виртуальной аддикции для своего психического, физического и социального здоровья.

Диетолог делала акцент на том, что сбалансированность питательного рациона позволит несовершеннолетнему укрепить биологический иммунитет,

приобрести устойчивость к инфекционным и соматическим патологиям, а также уважительно относиться к себе, своему здоровью, чтобы здоровый образ жизни стал основополагающей первичной потребностью, наряду с духовным совершенством.

Китайские специалисты в области медицины убеждены, что занятия спортом, аэробными упражнениями от 2 до 5 раз в неделю укрепляют тело и душу и помогают справиться с интернет-зависимостью.

Мы привлекли к профилактической работе и специалистов в области физической культуры.

При аэробных упражнениях, выполняемых человеком в условиях достаточного снабжения кислородом, кровь обеспечивает им в полном объеме миокард, и, кроме того, кислород способствует распаду жировых отложений, улучшает деятельность сердечно-легочной системы, предотвращает остеопороз, регулирует как психическое, так и психологическое состояние подростка.

Занятия аэробными упражнениями в виде бега, быстрой ходьбы, бега трусцой, спортивной ходьбы, катания на коньках, плавания на длинные дистанции, езды на велосипеде, фитнес-танцев и тай-чи помогли подросткам выработать установку на духовное совершенство, в котором нет места каким-либо видам зависимостей, в том числе, интернет-аддикции. Тай-чи, например, это боевое искусство, один из видов ушу, прекрасная оздоровительная гимнастика, которая завоевала популярность в отечественных образовательных организациях.

По мнению Купера, известного специалиста по превентивной медицине, качество жизни каждого человека детерминировано профилактикой заболеваний им самим, а не врачом. От отношения человека к своему здоровью зависит его успешная социализация, витальная миссия, а также здоровое уважительное отношение к жизни.

В жизни же чаще всего происходит борьба с последствиями заболеваний, а не с их причинами. Как известно, любую болезнь гораздо

легче предупредить, чем лечить. Это касается как соматической, так и духовной патологии.

Китайские педагоги и психологи ратуют за общение подростков с природой, позволяющее им увидеть подлинную красоту в реальном мире, а не виртуальном. Они советуют родителям все свободное время проводить с детьми в походах, на природе, что расширяет их мировоззрение и кругозор. Такую же тенденцию мы прививали и в российских семьях.

Государственные и образовательные институты должны проводить мысль, что профилактика интернет-зависимости подростков – это важнейшая задача всего общества, обеспечивающая его национальную безопасность и благополучие.

Профилактические программы нацелены на приобретение подростками компетенций, обеспечивающих их грамотную дифференциацию позитивной информации от негативной, осведомленность о самозащите от деструктивного влияния интернета.

Искушение для подростков состоит в том, что ресурсы материального мира не ограничены. Являясь, несомненно, важным фактором глобального мира, интернет предоставляет много возможностей для информирования людей о насущных проблемах, предоставляет возможность для отдыха, игр, но он не должен заменить реальную жизнь.

Нельзя не согласиться с выводом китайских педагогов о том, что жизнь в киберпространстве, игнорируя реальный социум, это путь в бездну, расчеловечивания, роботизацию души и тела. Такое положение недопустимо. Ключевым постулатом профилактических мер от интернет-аддикции в профилактических программах Китая выступает самоидентификация и рациональное планирование своей жизни, что, несомненно актуально и для российского общества.

Подросткам особенно сложно принять законы взрослой жизни, когда их физический и психологический статусы претерпевают значительные изменения, а взрослые продолжают относиться к ним как к детям, не

учитывая их стремление к эмансипации, достоинству, независимости. Такое отношение порождает межличностные конфликты деструктивного характера. Идентичность в этот период можно приобрести только в том случае, если установлена психологическая связь между близкими людьми.

К витальному хаосу в социализации подростков, по мнению Марсия, приводит авторитарный стиль родительского воспитания, когда они вынуждены подчиняться требованиям родителей, не взирая на собственные желания и интересы. Сбившись с поиска аутентичных ценностных ориентаций, подростки легко могут попасть в группу социального риска и стать интернет зависимыми.

Желание родителей, чтобы дети много читали, совершенствовались, хорошо учились, характерно и для КНР, и для России.

Не получив внятных объяснений от родителей, зачем хорошая учеба необходима подросткам, несовершеннолетние воспринимают свое обучение в школе как некое наказание, а киберпространство рассматривают как комфортную зону отдыха.

Программы педагогической профилактики интернет-аддикции подростков Китая направлены не только на несовершеннолетних, но и на родителей, и на педагогов, что мы и учитывали в нашей работе. Особенно важно, что взрослые люди, авторитетные и значимые для подростков, должны направлять их не только на получение высоких результатов в обучении, но и на поиск себя, своей социальной ниши, самоидентификации.

Для этого мы ставили подросткам в рамках эвохологического подхода разумные цели, отождествляющие «Я-идеальное» и «Я-реальное». «Я-реальное» – это объективная оценка подростком своего состояния, а в случае идеального «Я» подросток только старается его достичь. Дифференциация этих состояний – это не только движущая сила индивидуальной самоактуализации, но и источник проблем для несовершеннолетних. Имея большие амбиции, несовершеннолетние достаточно инертны и пассивны.

Для минимизации разрыва между «Я-реальным» и «Я-идеальным» требуется немало времени. Помогали на этом пути нам родители, педагоги, авторитетные взрослые. Они объясняли несовершеннолетним их жизненное предназначение и социализацию в реальной действительности. Любой человек живет в обществе и, следовательно, должен соблюдать его законы и моральный кодекс. Научиться жить в гармонии с обществом – это важная задача подростков КНР и России.

В методических рекомендациях китайских педагогов речитативом идет постулат, констатирующий, что детей и подростков необходимо растить думающими людьми, социально зрелыми, умеющими преодолевать трудности, не поддаваясь панике в реальном мире, не прибегая к искусственной эйфории, через перекладывание своих проблем на внешние обстоятельства интернет-пространства, заменяя им реальную действительность.

Эта концепция претворялась и в нашей работе, потому что только ответственный человек, нацеленный на социально полезную деятельность, может реализоваться как свободная, самодостаточная личность, четко представляющая свою витальную миссию.

В программах и рекомендациях китайских педагогов приводится высказывание Будды, который утверждал, что все люди имеют 83 вида проблем, одни из которых исчезают время от времени, но потом появляются другие.

В рамках межличностного общения мы доносили до подростков мысль: в жизни любого человека всегда есть и будут проблемы, препятствия, которые надо учиться решать в реальном мире.

Интернет-пространство притягивает подростков тем, что, пребывая в иллюзорном измерении, они не испытывают проблем и беспокойства. Между тем, такая поведенческая стратегия чревата тем, что проблемы становятся все более мощными и непреодолимыми.

Внутренняя сила человека, цельность его характера, воля укрепляются только тогда, когда он не избегает решения проблем, не прячется за другого, а способен самостоятельно решать их в реальной жизни.

Владение саморегуляцией помогало подросткам справиться с неуверенностью, страхами, тревожностью и не перекладывать решение проблем в реальном социуме на иллюзорную помощь в киберпространстве.

Саногенное мышление и позитивный настрой человека – важные составляющие педагогического инструментария, помогающие преодолеть зависимость от интернета.

Превентивная педагогика идет вместе с позитивной психологией в профилактике интернет-зависимости подростков. Именно позитивная психология изучает витальный ресурс и потенциал личности, акцентирует внимание на тех качествах, которые помогают подростку стать социально зрелым, ответственным, креативным и мыслящим. В беседах с родителями и педагогами мы проводили идею, что они должны максимально тонко, бережно, опираясь на конструктивное начало детей, актуализировать их позитивные качества на самосозидание, самодетерминацию, самореализацию.

При занятии любимым делом в кровь человека выделяются эндорфины – вещества морфиноподобного действия, приносящие ему радость, удовлетворение, заряжая позитивом. Позитивная психология помогает несовершеннолетним найти свое место в жизни, любимое дело в реальном социуме, максимально реализоваться в нем, инициировать оптимизм, устремленность в будущее, в котором надо много работать, но от этого зависит результат, социально и психологическое реноме личности.

Нам представляется глубокой и интересной мысль, проводимая китайскими исследователями, выдвинувшими постулат о том, что и отрицательные эмоции могут играть большую роль в воспитании несовершеннолетних, когда дистресс трансформируется в мотивацию и желание преодолеть возникающие трудности.

В рамках обучающей работы мы самое серьезное внимание уделяли детям и подросткам, которые пережили психологическую травму в детстве и объясняли им вместе с психологом, что этот опыт поможет в дальнейшем стать более сильными и решительными в достижении целей в непростом, но реальном мире, в котором каждый человек показывает свою сущность и ответственную или безответственную поведенческую стратегию.

Мы учили подростков видеть позитивное и в негативных событиях, поскольку это поможет им сформировать научное мировоззрение и осознать истинные ценностные ориентации.

Конструктивное личностное начало также помогает развивать позитивная психология для того, чтобы подростки могли осознать и принять свое реальное «Я», смысл жизни, достоинство, гражданственность и успешность.

Интернет-зависимые подростки демонстрируют аддиктивное поведение, поскольку не смогли реализоваться в реальной жизни.

Установление конструктивных межличностных отношений – залог успешной самореализации личности, а, следовательно, и эффективный инструмент профилактики интернет-аддикции несовершеннолетних.

Как и китайские педагоги, мы учитывали стремление каждого человека занять социально безопасную нишу, в которой ему будет комфортно, защищенно, нестрашно.

Жизнь любого человека должна быть социально полезна, осмысленна, духовно-содержательна.

Не имея близких, понимающих людей, депривированный человек чувствует себя несчастным, одиноким, брошенным и прибегает к помощи интернета.

Под эффективным межличностным взаимодействием мы подразумеваем уважительное отношение к собеседнику, наличие умения слышать другого, считаться с его культурно-личностной, этнической, нравственной составляющими, обладать самокритикой и конструктивной

критикой, когда критикуя что-то, предлагают свой вариант, но при этом руководствуются золотым правилом нравственности – не делай другому того, чего бы ты не хотел, чтобы делали по отношению к тебе. Принимая комплименты и похвалу в свой адрес, нельзя забывать о других и также применять по отношению к ним психологические тактильные поглаживания, считаться с их доводами и аргументами.

До подростков доносилась идея, что, понимая и принимая других людей, проще наладить контакт не только со сверстниками, но и с родителями, педагогами, другими значимыми взрослыми. Конструктивные межличностные отношения обеспечивают значимую социальную поддержку, особенно в трудных жизненных ситуациях, придавая уверенность в своих силах, в формировании просоциальной поведенческой стратегии.

Важно обучить детей рациональному проведению свободного времени, чтобы они выработали вкус и тягу к подлинным ценностным ориентациям, не подменяя их суррогатом. Такая готовность поможет подросткам не стать зависимыми от интернета.

Б. Рассел в свое время констатировал, что для культивирования счастья необходимо быть самодостаточным человеком, благожелательно относиться к людям, которые искренне желают тебе добра и готовы помочь в разрешении проблем.

Позитивные глубокие интересы расширяют кругозор личности, укрепляют нравственно-волевую сферу, духовность, делают жизнь многогранной, счастливой, социально полезной и осмысленной.

Свой интерес в киберпространстве ищут подростки, которые не нашли себя в реальном обществе, у них нет интересов, отвечающих их склонностям и потребностям, только учеба, выполнение домашних заданий, распоряжений учителя, а для себя – ничего.

Поиск самого себя – это сложный процесс. В этом подростку, на наш взгляд, должны помочь не только родители, педагоги, но и психологи, учитывая их темперамент, характер, способности и возможности.

Несовершеннолетних мы обучали приемам самоконтроля и основам тайм-менеджмента. Искушению деструктивных веб-сайтов можно противостоять только тогда, когда подростков обучат дифференциации конструктивной информации от негативной, сформируют социальную зрелость, социальный иммунитет и социальную закаленность.

Несовершеннолетние, которые научились ценить время, не будут сутками просиживать в Интернете, забывая о первичных потребностях. Дэвид Аллен обратил внимание на то, что мы не делаем то, что необходимо сделать, а дискомфорт наш происходит от неудовлетворенности собой из-за мыслей о делах, которые необходимо реализовать.

Эффективность текущей работы снижает мысли подростков от невыполнения задуманного.

В обучающей работе мы применяли методику управления временем JTD. Суть ее в том, чтобы записать планируемые мероприятия по степени важности и продумать следующие решения.

Исходя из этой методологии, мы, как и китайские педагоги, советовали подросткам определять приоритеты при работе в Интернете и сосредотачиваться на последовательном их выполнении, экономя драгоценное время.

Согласно технике «Помидора», предложенной Франческо Чирилло, необходимо планировать время для работы и делать все возможное, чтобы в конкретный отрезок времени работа была выполнена максимально эффективно.

Китайские превентологи рассматривают время «Помидора» как соглашение. Для его эффективного использования подросткам необходимо развить способности его максимальной реализации.

Первый шаг эффективного тайм-менеджмента, согласно методу «Помидора» – 25 минут работы. Работу в этот период прерывать нельзя. Потом можно сделать перерыв от трех до пяти минут и перейти к следующему «Помидору».

С помощью этого метода и российские подростки грамотно и целесообразно распределяли свое время, усовершенствовали внимание, память, мотивацию, другие когнитивные процессы, научились ценить свой ресурс, не пропадая в Интернете.

Мы учили подростков игнорировать болезненную праздность и не думать о бесцельном времяпрепровождении в Интернете. Грамотным подходом, как нам представляется, является разделение времени на онлайн-досуг в течение дня – час свободного времени днем и час свободного времени вечером.

Следование поддержанию здорового биологического ритма – основа превенции интернет-аддикции.

Биологический ритм – это последовательное и регулярное изменение активности человека в течении суток.

В различные периоды онтогенеза человек испытывает потребности, обусловленные его возрастными и психолого-физиологическими особенностями.

Здоровый биологический ритм – залог эффективной адаптации и социализации индивида.

Исследователи Китая нашли ген PR, с помощью которого возможна адаптивная регуляция мезолимбической дофаминовой нервной системы в ответ на психоактивные вещества, часто приводящие к аддикции подростков и взрослых.

Любая зависимость от чего-либо нарушает гомеостаз человека, активность и негативно влияет на нервную систему в целом.

При корректировке оптимального графика учебы, отдыха, поддержке здорового биологического ритма возможна регуляция патологических паттернов человека и превенция аддиктивного поведения его личности.

Сегодня интернет-зависимость – это социальная патология, возникающая не столько от длительного пребывания в виртуальном

пространстве, сколько от нереализованности, непонятности, заброшенности личности в реальном мире.

Стремясь к совершенству и самоактуализации, подростки должны осознать, что это тяжелый труд, требующий нравственно-волевой регуляции и работы над ошибками.

Мы доносили до родителей, что они также должны понимать, что, желая осознавать своих детей самыми лучшими, необходимо помочь им найти свою социальную нишу, быть социально полезными, нравственно-зрелыми и устойчивыми людьми. Опасны как завышенные, так и заниженные самооценки: в первом случае она инициирует высокомерие, во втором – психологическую неполноценность.

Сталкиваясь с неудачами, подростки независимо от того, какая у них самооценка, испытывают психологическую травму и, как следствие, погружаются в депрессию, а нередко экстраполируют интернет-аддикцию.

Родители должны быть другом своим детям, обеспечивать им поддержку, заботу, внимание, участие, анализировать свою витальную миссию и предназначение. Важно воспитать в детях ответственность за свои поступки, обучить здоровой самокритике, которая является не основой самобичевания, а посылом к самоактуализации.

Социальной зрелости, нравственной и правовой устойчивости подростков мы учили через преодоление трудностей, социально полезную деятельность, волонтерство, осмысленность подлинных ценностных ориентаций.

Все люди индивидуальны, у каждого свой характер, темперамент, способности, представление о своем предназначении – это нормальные явления. Каждый человек дополняет другого, обогащает информацией, опытом, самосовершенствуется.

Все рекомендации, которые педагоги Китая дают подросткам и их родителям, не являются инновационными, но они акцентируют внимание на

глубинную сущность явления: зачем надо заниматься культурой и спортом, любить людей, себя, в чем суть свободы.

Исследования, проведенные китайскими учеными, показали, что интернет-зависимые подростки, дифференцируют категории «ответственность» и «свобода», представляя их амбивалентными явлениями.

Подростки заявляют родителям и педагогам, что их желания получить помощь и поддержку на свой запрос – это их выбор и свобода самовыражения, забывая, что ответственность и свобода однопорядковые категории.

Ответственность – предпосылка свободы. Свободой без ответственности можно отравиться и попасть в деструктивную социализацию.

По мнению Ж. Ж. Руссо, человек рождается свободным, но при этом всегда в цепях.

Задача родителей и педагогов – донести подросткам, что на каждом отрезке их жизненного пути необходимо отвечать не только за себя, но и за свою семью, за тех, кто в тебе нуждается, опираясь на произведение А. Сент-Экзюпери «Маленький принц», который, констатирует, что мы в ответе за тех, кого приручили.

Исходя из междисциплинарных связей, в педагогической профилактике интернет-зависимости подростков должно учитываться и мнение специалистов, которые выявили, что существует прямая связь между уровнем микроэлементов в крови и их агрессивным поведением. Подростки, у которых в крови высокое содержание свинца, более деструктивны и неуправляемы, чем те, у которых содержание этого элемента нормальное или пониженное. Свинец содержится в табачных изделиях, жевательной резинке, сладких газированных напитках, маргарине.

Родители должны заботиться о здоровом питании своих детей, чтобы оно содержало оптимальное количество белков, жиров и углеводов, минеральных веществ, витаминов, которые можно почерпнуть из овсяных

каш, йогуртов из живых культур без сахара, но с бананами, кунжутом, проростками пшеницы, яйцами. Продукты должны дифференцироваться на основные и неосновные: крупы грубого и мелкого помола, мясные, рыбные и овощные блюда. Соли должно быть как можно меньше. Спортом нужно заниматься каждый день. Пить воду без газа не менее двух литров в день. От двух до пяти раз в день желательно делать аэробные упражнения на свежем воздухе. Частота сердечных сокращений в это время может увеличиться до 150 ударов в минуту, потому что кровь как жидкая соединительная ткань снабжает миокард достаточным количеством кислорода.

Основной принцип лечебной педагогики китайских педагогов идентичен с постулатом российских учителей – любую социальную патологию гораздо легче предупредить, чем лечить.

Для обогащения внутреннего мира подростков мы много общались с природой, любовались ее ландшафтами, разнообразием и величием. Брали детей и подростков в совместные походы, экскурсии, чтобы они могли испытать единение с природой, осознать ее красоту и необъятность. По мнению китайских педагогов, роль катарсиса выполняет медитация, включающая дыхание на счет, его прослушивание, концентрацию, расслабление. Регулируя дыхание, подростки учились снимать напряжение, задумываться о смысле бытия. Мы, также, как и педагоги КНР, советовали несовершеннолетним избавиться от проблем реального мира не через погружение в Интернет, а через красоту природы, музыки, живописи, спорта, всего того, что укрепляет дух и тело, делая их пластичными и совершенными.

Во время педагогических совещаний до преподавательского состава образовательных организаций, а также до родительского комитета мы доводили, что зависимость от Интернета носит более психологический, чем физиологический характер по сравнению с зависимостью от психоактивных веществ. Безусловно, постоянное погружение в интернет-пространство,

увлеченность играми в виртуальном мире не может не сказаться и на физическом состоянии здоровья несовершеннолетних.

В пособиях по профилактике интернет-зависимости китайские педагоги приводили примеры юношей и девушек 17 лет, которые играли в онлайн-игры более десяти часов в день, параллельно участвуя в различного вида конкурсах, организуемых интернет-кафе. Так, беседуя с одним из таких юношей, педагог выяснил, что Дин Дин, так звали интервьюированного, раньше мечтал после окончания школы поступить в колледж, приобрести интересную для себя и социально полезную специальность, быть нужным людям. Он мечтал о любви, прекрасной избраннице, красивой, хрупкой, нежной, которая бы понимала его, ценила и разделяла интересы. Погрузившись в онлайн-игры, которые заняли все его время, руководили его мыслями, чувствами, юноша попал в категорию отстающих учеников, которые из-за бессонницы, невыполнения домашних заданий, не справлялись с учебной нагрузкой и становились все более педагогически запущенными. В эти игры Дин Дин вовлек и свою девушку, которая также достаточно быстро заменила реальный мир виртуальным. Рассматривая свои фотографии трехлетней давности, юноша констатировал, что в то время он был полон энергии, сил, красоты, душевного подъема узнавать что-то новое и действовать. Анализируя свое сегодняшнее состояние, юноша постулировал, что он изможден, у него значительно ухудшилось зрение, он не спит ночами. Скучает по себе прежнему. Понимая всю пагубность своего пристрастия, Дин Дин не может не играть, сила, влекущая его к играм, оказалась сильнее его волевого начала.

Вспоминая свое детство, юноша отметил, что любящие его родители очень хотели сделать его жизнь более яркой, обеспеченной и поэтому много работали, а его воспитанием занимались бабушка и дедушка. При всей любви к ним мальчику не хватало общения с родителями, и он очень завидовал своим ровесникам из детского сада, которых забирали домой родители.

Когда мальчика обижали другие дети, он никому не жаловался, только замыкался в себе.

После садика, Дин Дин поступил в начальную школу, мама его в это время работала за границей, бабушка и дедушка были немощны, и папа отдал его в школу-интернат, где он учился и жил в будни, а по выходным отец забирал его домой. Одноклассники издевались над его скромностью, робостью, зажатостью, учитель же был занят собой и не замечал этого буллинга. Сменивший учителя заведующий по учебной работе оказался настоящим профессионалом своего дела – он защищал Дин Дина и в школе, и во внеклассной работе, учил его сопротивляться буллерам, развивал социальный иммунитет и социальную зрелость. Такая методика достаточно быстро помогла подростку заработать авторитет и расположение сверстников.

К сожалению, родители не думали о жизни своего сына, не следили за его взрослением, интересами. По их мнению, он должен был получить лучшее образование, и с этой целью они перевели его в одну из лучших местных частных школ. Посещавшие эту школу дети, происходили из очень обеспеченных семей. Уверенность Дин Дина в себе начала исчезать, обострился вроде бы уже забытый комплекс неполноценности. Забирая подростка из школы, отец включал ему онлайн-игру, чтобы мальчик не мешал ему заниматься важными делами. В средней школе, которую ему родители также подбирали, исходя из престижности, а не качества знаний, неполноценность юноши возросла. Не сумев приобрести друзей в новой школе, Дин Дин продолжал общаться со сверстниками в предыдущем учебном заведении. В этот период родители юноши практически не общались друг с другом, мать работала за границей, и когда она звонила отцу, он был занят на работе или делал вид, что это так. В результате родители разошлись. Дин Дин стал жить с матерью.

Депривированный подросток все более остро чувствовал, что он лишний в этом мире и не нужен ни матери, ни отцу. Да, было немного

друзей, но и они, чувствуя гнетущее настроение юноши, постепенно переставали с ним общаться. Жизнь перестала интересовать Дин Дина, чтобы как-то вернуть интерес, он постепенно пристрастился к курению и употреблению спиртных напитков.

Находясь в состоянии эйфории и желая продлить ее, юноша стал посещать интернет-кафе и проводить там много времени. Онлайн-игры выступили катализатором, который запустил у подростка интерес к жизни, увел его от суицидальных мыслей и настроений. Реализация подростка произошла в игре, спустя совсем немного времени он стал настоящим профессионалом в этой области и показывал мастер-классы.

Занимая позицию администратора в игровой группе, Дин Дин самостоятельно принимал решение, кого принимать в игру, а кому отказать. Формирование игровой команды происходило сугубо по желанию юноши. Она достигла 470 участников, многие из них перешли в разряд друзей администратора. Привлекательность онлайн-игр для несовершеннолетних состоит в том, что в виртуальном мире у них высокая самооценка, уважение со стороны членов команды, высокое реноме и статус. Даже обучаясь в средней школе, Дин Дин продолжал много времени проводить в игре, пропуская много занятий и придумывая всевозможные причины: болезнь, недомогание, визит к врачу, помощь маме и подобное другое.

На вопрос друга, как он сможет поступить в колледж с такой успеваемостью, которая не позволит ему выдержать вступительные экзамены, юноша ответил, что он очень устал, но не может отказаться от игры.

Анализируя этот пример, педагоги Китая делают вывод, что судьба Дин Дина могла бы сложиться иначе, если бы больше внимания к ребенку было со стороны родителей, педагогов, если бы он чувствовал себя востребованным и защищенным. Тянущую пустоту и тоску подросток сначала заполнил психоактивными веществами, к которым быстро присоединились виртуальные игры, заполнившие все его свободное время.

Авторитарность и непонимание со стороны родителей подросток заменил виртуальным комфортом, в котором он сам принимал решения и устанавливал правила поведения. У Дин Дина не сложились конструктивные отношения с родителями, поскольку и мать и отец были ориентированы на карьерный рост, игнорируя духовные потребности сына. По мере роста и взросления подросток не мог поделиться с родителями своими переживаниями, тревогами, мечтами. У каждого была своя жизнь, привычки, миссия.

Низкая самооценка подростка, уход от проблем реального мира в виртуальное пространство, неспособность к саморегуляции актуализировали его пристрастие к онлайн-играм и интернет-контенту.

С целью профилактики интернет-зависимости подростков, педагоги КНР обращают внимание родителей на создание психологически комфортной атмосферы в доме, располагающей к конструктивному общению. Самая большая радость для детей – не высокий материальный достаток, а чувство защищенности, сопричастности, любви и заботы, которые идут от их родителей, и дети это ощущают.

Постоянное отсутствие родителей дома из-за желания побольше заработать приводит к тому, что у детей развивается потребительство, но не имея возможности общаться, они знакомятся с миром Интернета и попадают в зависимость от его деструктивных элементов, которые самым пагубным образом сказываются на их физическом и психическом здоровье.

Родителям нельзя забывать, что самое первое воспитание и образование происходит в семье. Не зазорно, считают китайские педагоги, родителям советоваться с детьми по вопросам быта, обсуждать проблемы, дети и подростки в этом случае будут ощущать себя самодостаточными личностями, сократится недоверие, отчужденность между ними, укрепится теплота, забота, защищенность. Уважение к растущему человеку – важная составляющая воспитания и доверия в семье. Принимая серьезные решения о развитии своих детей, родители должны поговорить с ними, учесть их

интересы, желания, потребности. Важно осознать, что психическое здоровье человека – самое важное вместе с физическим совершенством. Отличные оценки в престижной школе любым путем — это тупиковый путь. Чрезвычайно важно научить слышать и слушать друг друга. Беседа с ребенком, родители не должны демонстрировать сарказм, насмешку, дети, почувствовав такое отношение, замыкаются и в следующий раз не пойдут на контакт.

Когда родители говорят правду, они имеют моральное право и с детей требовать искренности. Критикуя кого-то, нельзя забывать и о самокритике, а критика должна быть конструктивной и помогать людям, выбравшим ошибочную стратегию.

По мнению американских психологов, существует три категории лжецов:

- «случайные лжецы», которые говорят неправду только в отдельных случаях, ложь не имеет четкой цели и является спонтанной, соврав, эти люди выдают себя неестественным поведением, которое выдает их мифоманию;

- ко второму типу специалисты отнесли патологических лжецов, которые искажают информацию намного чаще, чем представители первой группы, в течение жизни ложь становится привычкой, и они уже сами не могут отличить, где правда, а где обман;

- к третьему типу относятся социопатологические лжецы, они искажают информацию целенаправленно, талантливо, правдоподобно, как хорошие актеры на сцене. По мнению психологов, такой тип происходит из детства, когда вранье выступает защитной реакцией для избежания наказания за проступки.

Подростки, имеющие интернет-зависимость, демонстрируют обман и искажение информации, поскольку, не умея преодолеть тягу к игре, запустив школьные задания, домашние упражнения, они используют ложь как инструмент, помогающий им выкручиваться и оправдываться в глазах родителей и педагогов.

Интернет-зависимость – это пагубная привычка, не несущая конструктивного контента для подростков, разрушающая психическое и физическое здоровье, она быстро приводит к дебилизации личности, истощению нервной системы, эмоционального ресурса.

Родители и педагоги должны найти общий язык с подростками, показать им заинтересованность их делами, проблемами, найти конструктивные, социально полезные дела, которые бы способствовали росту их общей культуры, социальной зрелости, социального иммунитета, просоциальной поведенческой стратегии.

После апробации методических рекомендаций и педагогического инструментария китайских ученых в российское образовательное пространство, мы выявили, что большая часть подростков группы социального риска (74%) продемонстрировали нравственную и правовую устойчивость в отношении зависимости от интернета и других ВА, ИА. С помощью родителей и педагогов они выявили направления социально полезной деятельности, соответствующие их возможностям и потребностям нуждающихся людей, овладели теорией реактивного сопротивления, осознали свою витальную миссию и предназначение.

Выводы по главе 2

В целях определения возможностей адаптации отдельных компонентов китайских профилактических программ к российским условиям мы провели анкетирование подростков г. Владимира в образовательных организациях МБОУ СОШ № 10 и МБОУ СОШ № 33.

В исследовании приняли участие 240 подростков из экспериментальной группы. Результаты анкетирования показали, что ситуация с ВА (ИА) в исследуемых общеобразовательных организациях г. Владимира достаточно проблематична.

Соответственно, при организации профилактической работы необходимо было провести диагностику среди подростков на предмет их склонности к ВА. При проведении бесед подросткам задавались следующие вопросы: какие сайты вы посещаете чаще всего? Какие компьютерные игры привлекают ваше внимание? Почему вы испытываете непреодолимое желание погрузиться в виртуальный мир? Сколько времени вы проводите в Интернете? Мешает ли Интернет вашей социальной жизни? Кроме бесед, мы исследовали уровень субъективного контроля (УСК), который показал, что высокий показатель шкалы интернальности можно соотнести с высоким уровнем субъективного контроля (УСК) над эмоционально-положительными ситуациями и событиями. Личности с высокими показателями УСК все проблемы, которые возникают у них, пытаются объяснить своим несовершенством, несостоятельностью, поверхностностью. Они стремятся к достижению поставленных целей, и идут к ней упорно и настойчиво.

Для подростков с низким показателем интернальности достижений, характерно отождествление важных этапов своей жизни с внешними обстоятельствами. УСК таких подростков из группы социального риска по склонности к виртуальным аддикциям ниже, чем у подростков, не имеющих такой склонности, что подтверждает их флегматичный темперамент и

стремление возложить ответственность за результаты деятельности на внешние обстоятельства.

В процессе работы с подростками стало очевидно, что содержащиеся в превентивных программах КНР постулаты, не всегда отвечают концептуальным идеям превентивной педагогики России. В частности, интернет-зависимость подростков Китая рассматривается как психическое заболевание, требующее, прежде всего, медицинской коррекции. Не игнорируя значения медицинской поддержки, мы, тем не менее, убеждены, что воспитание социальной зрелости, социального иммунитета подростков, повышение уровня их общей, правовой и нравственной культуры, поддержка родителей и педагогов в проблемных ситуациях, достойный социальный статус и реноме помогут подросткам построить индивидуальную траекторию социального развития в реальном мире, не заменяя его виртуальным пространством.

Мы интерпретировали превентивные программы КНР: Сюн Бинци (адресная форма коррекции ИА подростков), Чжи Чжэньфэн (массовая профилактика ИА через платформы обмена видео и повышение мониторинга загружаемого видеоконтента), Чжан Имин (профилактика ИА через систему временного ограничения пребывания в Интернете для подростков).

В современной России программы по педагогической превенции ВА подростков ориентированы на самодетерминацию и самореализацию личности в реальном мире, на формирование ответственной поведенческой стратегии. Подростки имеют возможность выбора, но должны отвечать за его последствия.

В интерпретируемом эксперименте приняло участие 240 подростков общеобразовательных организаций г. Владимира (МБОУ СОШ № 10, МБОУ СОШ № 33). Средний возраст российских подростков составил от 13 до 14 лет. Была использована авторская технология (см. Приложение А) просветительской проблемной беседы, как один из методов диагностики, которая помогла нам привлечь самих подростков к оценке изучаемого

явления и на этой основе сформировать адекватное отношение к виртуальному миру и к своей жизненной миссии. В процессе беседы приобретаемые подростками знания становились осмысленными, инициируя развитие критического мышления.

В исследуемых школах г. Владимира была интерпретирована концепция китайских педагогов о создании безопасной, здоровой, культурной атмосферы в Интернете с целью повышения осведомленности подростков о сопротивлении деструктивной информации в киберпространстве, развития конструктивного жизненного стиля, формирования «зеленого онлайн-пространства» и онлайн-культуры.

В российской образовательной практике нами были проинтерпретированы способы создания специально спроектированного киберпространства, ориентированного на ЗОЖ через изменение подхода к разработке и проектированию «зеленых уголков» в образовательных организациях. Указанные направления профилактической работы, как нам представляется, чрезвычайно актуальны и для российского общества.

Лекции и беседы сочетались с просмотром и последующим анализом учебного фильма «Профилактика интернет-зависимости среди несовершеннолетних», направленного на укрепление правовой культуры и правосознания подростков в процессе онлайн коммуникации, а также в рамках специальных курсов: «Моя жизненная миссия», «Я живу в реальном, а не виртуальном мире», «Организация моего досуга», «Как я помогаю людям?». Педагогическая профилактика сочеталась с психологической превенцией.

Важную роль в профилактике ИА у подростков в России играло включение игровых технологий, по аналогии с китайской олимпиадой «Кубок Хэксуна», организованной Центральным комитетом. Благодаря этому конкурсу создавалась база электронных книг для чтения онлайн, электронных читальных залов, конкурсы веб-дизайна, дизайна флеш-

анимации, онлайн-мероприятия по написанию эссе, создания условий для развития творческой цифровой деятельности.

Превентивная педагогика идет вместе с позитивной психологией в профилактике ИА подростков. Именно позитивная психология изучает витальный ресурс и потенциал личности, акцентирует внимание на тех качествах, которые помогают подростку стать социально зрелым, ответственным, креативным и мыслящим. Родители и педагоги должны максимально тонко, бережно, опираясь на конструктивное начало детей, актуализировать их позитивные качества на самосозидание, самодетерминацию, самореализацию, что мы и учитывали при проведении нашего исследования с опорой на модель педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китае.

Важно было обучить подростков рациональному проведению свободного времени, чтобы они выработали вкус и тягу к подлинным ценностным ориентациям, не подменяя их суррогатом. Такая готовность поможет подросткам не стать зависимыми от интернета.

В рамках формирующего эксперимента мы довели до подростков, что, стремясь к совершенству, и самоактуализации, они должны осознать, что это тяжелый труд, требующий нравственно-волевой регуляции и работы над ошибками. А до их родителей доводился постулат, что, желая представить своих детей самыми лучшими, необходимо помочь им найти свою социальную нишу, быть социально полезными, нравственно-зрелыми и устойчивыми людьми. Опасна как завышенная, так и заниженная самооценка: в первом случае она инициирует высокомерие, во втором – психологическую неполноценность.

Мы так же, как и китайские педагоги, советовали родителям быть друзьями своим детям, обеспечивать им поддержку, заботу, внимание, участие, анализировать свою витальную миссию и предназначение. Красной нитью бесед на всеобучах и родительских собраниях проводилась мысль, что важно воспитать в детях ответственность за свои поступки, обучить здоровой

самокритике, которая является не основой самобичевания, а посылом к самоактуализации.

Мы вместе с родителями и педагогами доносили до подростков, что на каждом отрезке их жизненного пути необходимо отвечать не только за себя, но и за свою семью, за тех, кто в тебе нуждается, опираясь на произведение А. Сент-Экзюпери «Маленький принц», который, констатирует, что мы в ответе за тех, кого приручили.

Основной принцип лечебной педагогики китайских педагогов идентичен с постулатом российских учителей – любую социальную патологию гораздо легче предупредить, чем лечить. Нельзя забывать общаться с природой, любоваться ее ландшафтами, разнообразием и величием, что было интерпретировано в образовательное пространство исследуемых школ.

Мы вместе с подростками совершали совместные походы, экскурсии, чтобы они могли испытать единение с природой, осознать ее красоту и необъятность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проведенное исследование позволяет нам констатировать, что профилактика виртуальной зависимости подростков России и Китая является актуальной для сегодняшнего цифрового общества.

В рамках проведенного исследования раскрыт педагогический аспект, методология изучаемого феномена, доказан его междисциплинарный характер.

В цифровом обществе у несовершеннолетних формируется виртуальное мировоззрение, негативно отражающееся на основных когнитивных процессах – мышлении, памяти, внимании, восприятии.

Повышенная тяга подростков к виртуальному миру обусловлена искаженным разрешением внутриличностных конфликтов, дисгармоничным стилем воспитания в семье.

Механизм формирования аддикций ученые рассматривают идентично несмотря на принадлежность к различным научным школам. Зависимость формируется с аттачмента – встречей с аддиктивным агентом, когда психологический дискомфорт сменяется психологическим комфортом. Виртуальные аддикции формируются быстрее остальных видов аддикций.

В работе отмечено, что виртуальный мир несет в себе много негативной информации через присутствие деструктивных явлений – скулшутинга (является террористической организацией, деятельность которой запрещена на территории РФ), неонацизма, лиц, подталкивающих к суициду несовершеннолетних и т.д.

Систематическое пребывание несовершеннолетних в интернациональной киберсреде, например, как в России, так и в Китае, как показало наше исследование, – это следствие дискомфорта в реальном социуме. Особенно это касается виктимных подростков, которые ориентированы на деструктивное проявление и могут быть как жертвами, так и агрессивными лидерами.

Красной нитью исследования проходит постулат о том, что Интернет восполняет огромную потребность несовершеннолетних в коммуникации, которую они не могут реализовать в реальном мире. Как следствие, реальный мир, в котором происходит социализация подростков, становится упрощенным и фрагментарным, и возникают проблемы конструктивного межличностного общения.

С целью превенции виртуальных аддикций подростков России и Китая была разработана модель педагогической превенции виртуальных аддикций у подростков в России и Китая, направленная на воспитание подростка, обладающего социальной зрелостью, высоким уровнем общей и правовой культуры, правосознанием, просоциальной жизненной стратегией.

Анализ педагогических, психологических и нормативно-правовых источников КНР показал, что в этой стране интернет-аддикция признана психическим расстройством. Немало ученых убеждены, что нельзя отрицать недостаточное влияние основных институтов воспитания – государства, семьи и школы.

При апробации основополагающих направлений первичной профилактики виртуальной аддикции подростков России учитывался менталитет российского общества, традиции, обычаи, культурные ценности. Не игнорируя значения медицинского сопровождения подросткам из группы риска по аддиктивному поведению, мы убеждены, что большое значение в плане превенции играет поддержание конструктивной индивидуальной траектории социального развития несовершеннолетних в реальном мире, развитие их ответственного поведения и социального иммунитета.

Программы профилактики аддиктивного поведения в России и Китае ориентированы на воспитание патриотизма, гражданственности, опираясь на психологическое консультирование и рациональное проведение досуга.

Существенно важным постулатом России и Китая является утверждение, что превентивная работа в области ВА, ИА – это не разовое мероприятие, а систематическая, целенаправленная деятельность,

направленная на формирование духовно-нравственного мировоззрения, развитие коммуникативного взаимодействия, самоорганизации и просоциального поведения.

При всей важности интегрированной деятельности всех воспитательных институтов особая роль, по мнению педагогов Китая, и мы не можем с этим не согласиться, отводится семье, созданию в ней психологически комфортной атмосферы, располагающей подростков к искренности, доверительности, конструктивизму. Предъявляя к подросткам требования, родители должны проявлять к ним уважение, считаться с их мнением, учиться слышать и слушать.

О правильности выбранного направления свидетельствует тот факт, что после апробации научно-методических материалов, предложенных китайскими врачами и педагогами, более половины российских подростков из группы социального риска по ВА, ИА продемонстрировали нравственно-правовую устойчивость по отношению к виртуальному миру.

Они осознали свое социальное предназначение и витальную миссию.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Конституция Российской Федерации : [принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020]. – Текст : электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – (www.pravo.gov.ru) : [сайт]. – 2024. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202210060013> (дата обращения: 23.04.2024).
2. Декларация прав ребенка [Электронный ресурс] : провозглашена Резолюцией 1386 (XIV) Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 // Организация объединённых наций : [офиц. сайт]. – URL: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/childdec (дата обращения: 23.04.2024).
3. Конвенция о правах ребенка [Электронный ресурс] : одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989; вступила в силу для СССР в 15.09.1990 // КонсультантПлюс : справ. правовая система. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/ (дата обращения: 23.04.2024).
4. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 23.11.2024) (с изм. и доп., вступ. в силу с 05.02.2025) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)
5. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 28.02.2025 г.) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)
6. «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» (утв. ВС РФ 09.10.1992 N 3612-1) (ред. от 25.12.2023) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)
7. Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации»

Федерации на период до 2030 года» // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)

8. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)

9. Указ Президента РФ от 09.10.2007 № 1351 (ред. от 01.07.2014) «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года» // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 01.02.2025)

10. Перечень общественных и религиозных объединений, иных организаций, в отношении которых вступило в законную силу решение суда о ликвидации или запрете деятельности по основаниям, предусмотренным Федеральным законом от 25.07.2002 № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности». [Электронный ресурс]. – URL: (дата обращения: 01.02.2025)

11. Министерство Образования КНР опубликовало «30 мер по уменьшению нагрузки учащихся начальной и средней школ»: как понимать и толковать? [Электронный ресурс]. – URL: http://mp.weixin.qq.com/s?src=11×tamp=1616468201&ver=2963&signature=0RkyHdlpveQbDDLR*bKQhHCGwd39WOU7nxOFNAAejBFS8qSP5... (дата обращения: 01.04.2024).

12. Министерство Образования КНР опубликовало «30 мер по уменьшению нагрузки учащихся начальной и средней школ»: как понимать и толковать? [Электронный ресурс]. – URL: http://mp.weixin.qq.com/s?src=11×tamp=1616468201&ver=2963&signature=0RkyHdlpveQbDDLR*bKQhHCGwd39WOU7nxOFNAAejBFS8qSP5... (дата обращения: 01.04.2024).

13. Работа Министерства образования и других министерств по претворению в жизнь указания генерального секретаря КПК Си Циньпина о

совершенствовании работы с комплексной программой по профилактике близорукости у детей и молодежи. [Электронный ресурс]. – URL: <http://health.people.com.cn/n1/2019/0925/c14739-31372872>. (дата обращения: 23.03.2022).

14. Государственный комитет по делам гигиены и здравоохранения опубликовал «Руководящие принципы по профилактике и лечению заболеваний глаз и опорно-двигательной системы». [Электронный ресурс]. – URL: https://www.thpaper/cn/newsDetail_forward_2292509. (дата обращения: 29.03.2024).

15. Министерство образования КНР опубликовало «Руководящие указания по усилению применения «трех классов»». [Электронный ресурс]. – URL: http://jyj.jyg.gov.c/xwdt/Zhxxw/202003/t20200319_547143.html. (дата обращения: 30.03.2024).

16. Циркуляр о дальнейшем усилении контроля за сном школьников. [Электронный ресурс]. – URL: <https://Baike.sogou.com/v203978902.htm?fromTitle> (дата обращения: 12.04.2022).

17. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. - Москва : Мысль, 1991. - 299 с.

18. Авербух Н. В., Щербинин А. А. Феномен присутствия и его влияние на эффективность решения интеллектуальных задач в средах виртуальной реальности / Н. В. Авербух, А. А. Щербинин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2011. Т. 8. № 4. С. 102–119.

19. Азаров, Ю. П. Искусство любить детей : [Пер. с рус.] / Ю. П. Азаров. - Ташкент : Укитувчи, 1992. - 197 с.

20. Альтернатива зависимости: коллективная монография / С. В. Березин, Ю. С. Канунникова, К. С. Лисецкий [и др.]. – Самара: Универс групп, 2009. – 298 с. – EDN QHSAQF.

21. Ануфриев, А. К. Избранные труды по психиатрии / А. К. Ануфриев. - Москва : Логос, 2013. - 350 с.

22. Асмолов, А. Г. Антропологический поворот: культурные практики со-действия развитию сложности Человека / А. Г. Асмолов, П. Д. Рабинович, К. Е. Заведенский // Интеграция образования. – 2023. – Т. 27, № 4 (113). – С. 591-610. – DOI 10.15507/1991-9468.113.027.202304.591-610.

23. Асмолов, А. Г. Антропологический поворот: культурные практики со-действия развитию сложности Человека / А. Г. Асмолов, П. Д. Рабинович, К. Е. Заведенский // Интеграция образования. – 2023. – Т. 27, № 4(113). – С. 591-610. – DOI 10.15507/1991-9468.113.027.202304.591-610.

24. Асмолов, А. Г. Незаменимая: Ассоль романтической нейропсихологии (Памяти Жанны Марковны Глозман) / А. Г. Асмолов // Л. С. Выготский и А. Р. Лурия: культурно-историческая психология и вопросы цифровизации в социальных практиках : Материалы международного конгресса по культурно-исторической психологии, посвященного памяти Ж. М. Глозман, Новосибирск, 15–17 ноября 2022 года. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2022. – С. 414-416.

25. Асмолов, А. Г. От Мы-медиа к Я-медиа: трансформации идентичности в виртуальном мире / А. Г. Асмолов, Г. А. Асмолов // Вестник Московского Университета. Серия 14: Психология. – 2010. – № 1. – С. 3-21.

26. Асмолов, А. Г. Психологическая модель Интернет-зависимости личности /А. Г. Асмолов, Н. А. Цветкова, А. В. Цветков // Мир психологии. 2004. - № 1. - С. 179-193.

27. Асташова, Н. А. Образование в меняющемся мире: устойчивость традиционного, вызовы настоящего и перспективы будущего / Н. А. Асташова // Актуальные проблемы педагогики и образования : Сборник научных статей XXV международной научно-практической конференции, Брянск, 18–19 апреля 2024 года. – Брянск: Редакционно-издательский совет Белорусского государственного университета, ООО "Аверс", 2024. – С. 11-16.

28. Бабанин, Л. Н. Интернет в психологическом исследовании / Л. Н.

Бабанин, А. Е. Войскунский, О. В. Смылова // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. 2003. № 3. С. 79–96.

29. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура; Пер. с англ. под ред. Н. Н. Чубарь. - СПб. : Евразия, 2000. - 319 с.

30. Бахтин, М. М. Автор и герой : К филос. основам гуманитар. наук / Михаил Бахтин. - СПб. : Азбука, 2000. – 332 с.

31. Бердяев, Н. А. Смысл творчества ; Опыт оправдания человека / Н. А. Бердяев. - Москва : Академический проект, 2024. - 345 с

32. Бехтерев, В. М. Проводящие пути спинного и головного мозга : руководство по изучению внутренних связей мозга / В. М. Бехтерев. - Санкт-Петербург : Изд. К. Л. Риккера. Ч. 2: Ч. 2 : Волокна мозжечка, волокна мозг. полушарий и общий обзор провод. систем. - 1898. - 385 с.

33. Битенский, В.С. Особенности формирования и превенции суицидального поведения в закрытых коллективах/ В.С. Битенский, В.А. Пахмурный, А.А. Олешко // Вісник психіатрії та психофармакотерапії. 1999. - № 3. - С. 22- 23.

34. Блауберг, И. В. Проблема целостности и системный подход / И. В. Блауберг. - Москва : Эдиториал УРСС, 1997. - 448 с.

35. Блясова, И. Ю. Девиантное поведение несовершеннолетних и правовой нигилизм: монография /И. Ю. Блясова, Л. Ю. Зайцева. – Германия: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2014 – 300 с.

36. Богуславский, М. В. влияние технологий виртуальной реальности на развитие образования в 2000-х гг / М. В. Богуславский, Е. В. Неборский // Педагогический журнал Башкортостана. – 2023. – № 2(100). – С. 107-119. – DOI 10.21510/18173292_2023_100_2_107_119.

37. Богуславский, М. В. Педагогическое мировоззрение К.Д. Ушинского / М. В. Богуславский // Психолого-педагогический поиск. – 2014. – № 2(30). – С. 27-35.

38. Борытко, Н. М. Педагогика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим

специальностям (ОПД.Ф.02 - Педагогика) / Н. М. Борытко, И. А. Соловцова, А. М. Байбаков. – Москва: Академия, 2007. – 492 с.

39. Бочарова, В. Г. Социальный педагог: должность, профессия, призвание / В. Г. Бочарова. - Москва: ИСПС РАО, 2007. – 222 с.

40. Бредихина, М. В. Педагогическая профилактика игровых зависимостей у подростков в общеобразовательном учреждении : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Бредихина Марина Вячеславовна; [Место защиты: Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т]. - Владимир, 2007. - 251 с.

41. Буржуазная педагогика на современном этапе : Критич. анализ / [З. А. Малькова, Б. Л. Вульфсон, В. Я. Пилиповский и др.]; Под ред. З. А. Мальковой, Б. Л. Вульфсона. - Москва : Педагогика, 1984. - 256 с.

42. Бухановский, А. О. Зависимое поведение: клиника, динамика, систематика, лечение, профилактика. Пособие для врачей /А. О. Бухановский, А. С. Андреев, О. А. Бухановская. – Ростов-на-Дону. – 2002. – 60 с.

43. Вагапова, Д. Д. Культурологическое образование как фактор формирования социокультурной компетентности учеников / Д. Д. Вагапова, В. Л. Бенин // Научные междисциплинарные исследования : сборник статей XV Международной научно-практической конференции, Саратов, 10 июня 2021 года. – Москва: “КДУ”, “Добросвет”, 2021. – С. 343-351.

44. Вакнин, Е. Е. Виртуальная психология: контекстный подход / Е. Е. Вакнин, А. Г. Маджуга, Г. В. Почукаева // Психология человека в образовании. – 2022. – Т. 4, № 3. – С. 257-267. – DOI 10.33910/2686-9527-2022-4-3-257-267.

45. Ван, Б. Роль Интернета в современном образовании Китая / Б. Ван // Человек и образование. – 2021. – № 2(67). – С. 157-166. – DOI 10.54884/S181570410019 02-7.

46. Ван, Баоши. Роль Интернета в современном образовании Китая / Баоши Ван// Человек и образование, 2024. - № 2 (67) – С.157-166.

47. Ван, Цин Правительство решает проблему зависимости от Интернета у молодежи/ Цин Ван, Дэшань Фэнь // Вестник Хунаньского медицинского университета (изд. общественных наук), - т.11.- №6. – С.37-38.

48. Ван, Ш. Л. Теоретико-эмпирическое исследование становления психологии Интернета в Китае на материале проблемы зависимости от Интернета / Ш. Л. Ван, А. Е. Войскунский // NB: Психология и психотехника. – 2013. – № 4. – С. 155-237.

49. Васильева, А. Ю. Непсихотические психические расстройства у больных, страдающих злокачественными новообразованиями: дисс. ... док. мед. наук: 14.01.16 / Анна Юрьевна Васильева. – Киев, 2010. – 350 с.

50. Веневская, И. А. О социальной ситуации развития современных подростков // Актуальные проблемы и технологии юридической психологии детства: от девиантного развития к нормативному поведению. Сборник тезисов участников Всероссийского научно-практического семинара с международным участием. – Москва: МГППУ, 2017. - С. 10-11.

51. Веневская, И.А. Сравнение мотивов вандальных действий у школьников и студентов // Коченовские чтения «Психология и право в современной России». Сборник тезисов участников Всероссийской конференции по юридической психологии с международным участием. – Москва : МГППУ, 2016. - С. 114-115.

52. Вернадский, В. И. Высшая школа в России : [В. И. Вернадский]. - [Б. м. : б. и., 1914]. - С.309-325.

53. Взаимосвязь ценностей и ценностных ориентаций личности: концептуальные подходы / Э. Д. Гайсин, Ш. М. Рахматуллина, Г. И. Гайсина, А. Г. Маджуга // Школа будущего. – 2021. – № 2. – С. 342-353.

54. Вилкова, А. В. Методология формирование знаний об информационной безопасности в уголовно-исполнительной системе / А. В. Вилкова, Б. А. Швырев, Я. Н. Полякова // Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России : Научно-практическое ежеквартальное издание. – Москва : ФКУ НИИИТ ФСИН России, 2024. – С. 77-81.

55. Вилкова, А. В. О некоторых проблемах на пути возвращения к традиционным духовно-нравственным ценностям / А. В. Вилкова, Ю. Н. Строгович // Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление. – 2025. – № 1. – С. 7-11. – DOI 10.18572/2072-4438-2025-1-7-11.

56. Войскунский, А. Е. Киберпсихологические перспективы изучения групповых форм творческой деятельности / А. Е. Войскунский // Творчество в современном мире: человек, общество, технологии : Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 100-летию со дня рождения Я.А. Пономарева, Москва, 26–27 сентября 2020 года. – Москва: Институт психологии РАН, 2020. – С. 22-23.

57. Войскунский, А. Е. Психология и искусственный интеллект: новый этап старого взаимодействия / А. Е. Войскунский // Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности / Отв. ред. В. В. Знаков, А. Л. Журавлев. – Москва : Институт психологии РАН, 2018. – С. 2094-2101.

58. Временные меры по управлению компьютерными играми (с поправками от 15 декабря 2024 года). [Электронный ресурс]. – URL: <https://baike.sogou.com/v9485203.htm?fromTitle=> (дата обращения: 15.04.2023).

59. Вульфсон, Б. Л. Стратегия развития образования на Западе на пороге XXI века = Educational strategy in the West: toward the XXI century : Educational strategy in the West: toward the XXI century / Б. Л. Вульфсон; Ун-т Рос. акад. образования. - Москва : Изд-во УРАО, 1999. - 204 с

60. Выготский, Л. С. Синтез психологии и педагогики – прорыв в образовании /Л. С. Выготский. – М.: Амрита, 2019. – 324 с.

61. Гизятова, Л. А. Антинаркотическое воспитание учащихся в Великобритании / Л. А. Гизятова, А. В. Фахрутдинова. – Казань : Отечество, 2022. – 180 с. – ISBN 978-5-9222-1685-2.

62. Гизятова, Л. А. Антинаркотическое воспитание учащихся в Великобритании : специальность 58.10.00 : диссертация на соискание ученой

степени кандидата педагогических наук / Гизятова Ландыш Афраимовна, 2022. – 197 с.

63. Гнатышина, Е. В. Формирование информационной культуры педагога профессионального обучения в системе высшего образования / Е. В. Гнатышина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Гос. образовательное учреждение высш. проф. образования «Московский гос. обл. ун-т». - Москва : Изд-во Московского гос. обл. ун-та, 2011. - 187 с.

64. Гнатышина, Е. В. Ценностно-смысловые ориентиры формирования цифровой культуры будущего педагога : диссертация ... доктора педагогических наук : 13.00.08 / Гнатышина Екатерина Викторовна; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Чеченский государственный университет»]. - Грозный, 2019. - 355 с.

65. Говорухина, М. Ю. Виртуализация современного мира раздвоение реальности / М.Ю. Говорухина. – Екатеринбург, 2004. – 15 с.

66. Гоголева, А. В. Аддиктивное поведение / А. В. Гоголева. - Ижевск : Изд. дом «Удмурт. ун-т», 2001. - 337 с.

67. Голдберг, Э. Управляющий мозг: Лобные доли, лидерство и цивилизация / Э.Голдберг / Пер. с англ. Д.Булгаков. М.: Смысл, 2003. - 315 с.

68. Голубинская, О. И. Комплексная профилактика компьютерной игровой зависимости у учащихся общеобразовательных учреждений : Московская область : автореферат дис. ... кандидата медицинских наук : 14.01.27 / Голубинская Ольга Ивановна; [Место защиты: Федер. мед. исслед. центр психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского]. - Москва, 2016. - 23 с.

69. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. Перевод с английского А. Исаевой. – 8-е изд. – Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 463 с.

70. Гуманистическая и экзистенциальная парадигмы в определении сущности здоровьесозидания человека / А. Г. Маджуга, Н. И. Юмагулова, Р. Р. Агзамов, Л. Б. Абдуллина // Евразийский юридический журнал. – 2023. – № 6(181). – С. 448-451.

71. Джабиева, М. Х. Проблемы и перспективы персонализированного образования в условиях цифровизации высшей школы / М. Х. Джабиева, Д. С. Ермаков // Фундаментальные проблемы обучения математике, информатике и информатизации образования : сборник тезисов докладов X международной научной конференции, Елец, 20–22 сентября 2024 года. – Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2024. – С. 185-187.

72. Дорошенко, С. И. Духовно-нравственное воспитание студентов: современные формы / С. И. Дорошенко, Н. С. Дудкин // Разыскатель истины Ф.А. Фрадкин. Современная педагогика и образование в теоретико-методологическом поле Ф.А. Фрадкина : Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием, приуроченной к 90-летию со дня рождения профессора кафедры педагогики, члена-корреспондента РАО Феликса Ароновича Фрадкина (1933-1993), Владимир, 14 марта 2024 года. – Владимир: Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, 2024. – С. 101-106.

73. Друзин, В. Н. Педагогическая профилактика игровой компьютерной Аддикции детей и подростков / В. Н. Друзин // Педагогика. – 2012. – № 8. – С. 14-23.

74. Духовно-нравственное воспитание личности в пенитенциарной системе: педагогические и социально-психологические аспекты : Сборник материалов круглого стола посвященного памяти ученых-пенитенциаристов доктора педагогических наук, профессора Литвишкова В. М. и доктора психологических наук, профессора Сочивко Д. В., Рязань, 09 февраля 2024 года. – Тверь: ФКУ НИИИТ ФСИН России, 2024. – 334 с. – ISBN 978-5-9632-0174-9.

75. Дюркгейм, Э. Самоубийство/ Эмиль Дюркгейм ; перевод с французского А. Ильинского. - Москва : АСТ, 2020. – 510 с.

76. Егоров, А. Ю. Дискуссионные вопросы терапии нехимических зависимостей / А. Ю. Егоров // Неврологический вестник. – 2021. – Т. 53, № 1. – С. 52-56. – DOI 10.17816/nb58055.

77. Егоров, А. Ю. Интернет-зависимость: клинико-диагностические маркеры и подходы к терапии / А. Ю. Егоров, В. А. Солдаткин. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Русайнс", 2023. – 254 с. – ISBN 978-5-466-01909-4.

78. Егоров, А. Ю. Современные подходы к терапии и коррекции интернет-аддикции / А. Ю. Егоров, С. В. Гречаный // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2019. – Т. 119, № 6. – С. 152-159. – DOI 10.17116/jnevro2019119061152.

79. Завражин, С. А. Концептуализация педагогической сексологии в трудах Д.В. Колесова / С. А. Завражин // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2022. – № 1(58). – С. 21-29. – DOI 10.26456/vtspyped/2022.1.021. – EDN XQQKQD.

80. Завражин, С. А. Некоторые реперные точки духовного оздоровления подрастающего поколения / С. А. Завражин // Образование: традиции и инновации. – 2022. – № 1(36). – С. 53-56.

81. Завражин, С. А. Организация социально-педагогической помощи семье подростка - жертвы школьного буллинга / С. А. Завражин // Вестник Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Педагогические и психологические науки. – 2014. – № 18(37). – С. 105-112.

82. Завражин, С. А. Подходы к социализации детей из семей мигрантов в поликультурном образовательном пространстве / С. А. Завражин // Актуальные проблемы социально-педагогической деятельности в контексте социальной безопасности в современном российском обществе : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Коломна, 29 сентября 2017 года. – Коломна: Государственное образовательное учреждение

высшего образования Московской области "Государственный социально-гуманитарный университет", 2017. – С. 112-121.

83. Загвязинский, В. И. Методологическая культура социальнопедагогического исследования / В. И. Загвязинский // Социальная педагогика в России. Научно-методический журнал. – 2019. – № 4. – С. 14-19.

84. Зимняя, И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании / И. А. Зимняя. - Москва : Исслед. центр. пробл. качества подгот. специалистов, 2004. - 38 с.

85. Знатдинов, В. Р. Использование нейросетевых технологий для моделирования самостоятельной работы студентов в рамках учебного процесса вуза / В. Р. Знатдинов, А. И. Кершенгольц, А. М. Юдина // Международный научно-исследовательский журнал. – 2024. – № 9(147). – DOI 10.60797/IRJ.2024.147.112.

86. Зобков, В. А. Формирование ценностных ориентаций подростков Китая: проблемы и перспективы / В. А. Зобков, О. М. Овчинников, Ч. Лю // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 12-1(153). – С. 25-27.

87. Золотова, А. Д. Технологическая зависимость детей как гуманитарная проблема информационного общества / А. Д. Золотова // Научные школы. Молодежь в науке и культуре XXI века = Scientific schools. Youth in science and culture of the XXIst century : материалы Международного научно-творческого форума (научной конференции), 7-8 ноября 2019 г. / Челябинский государственный институт культуры ; составители: С. Б. Синецкий (отв. сост.), Ю. В. Гушул (науч. ред.). - Челябинск : ЧГИК, 2019. - С. 32-35.

88. Интернет-аддикция у молодых взрослых: формы онлайн-активности, половые различия, коморбидные психические и наркологические расстройства / С. В. Гречаный, А. Ю. Егоров, В. А. Солдаткин [и др.] // Вопросы наркологии. – 2020. – № 4(187). – С. 78-102. – DOI 10.47877/0234-0623_2020_4_78.

89. Интернет-зависимость в Китае: бой продолжается. [Электронный ресурс]. – URL: <https://habr.com/ru/post/378173/> (дата обращения: 04.02.2025).
90. Интернет-зависимость: гемблинг vs гейминг. Обзор литературы / В. А. Солдаткин, А. А. Сидоров, Д. Ч. Мавани, А. В. Дьяченко // Вопросы наркологии. – 2020. – № 4(187). – С. 113-132. – DOI 10.47877/0234-0623_2020_4_113.
91. Ирхин, В. Н. Здоровьеориентированная деятельность учителя на уроке: учебное пособие / В. Н. Ирхин, И. В. Ирхина. – Белгород: Издательский Дом «Белгород» НИУ «БелГУ», 2017. – 136 с.
92. Ирхин, В. Н. Сравнительный анализ отношения преподавателей и студентов к проблеме сохранения здоровья обучающихся на аудиторном занятии / В. Н. Ирхин, И. В. Ирхина, В. Б. Соловьев // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. – 2024. – Т. 43, № 1. – С. 35-45. – DOI 10.52575/2712-7451-2024-43-1-35-45.
93. Ирхина, И. В. Интерактивное обучение в условиях цифровизации вуза как "зона роста" отечественной и американской педагогики высшей школы / И. В. Ирхина, М. В. Литовченко // Великие учителя и наставники: наследие через века. Педагогические чтения памяти И.Я. Лернера : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции и Всероссийского конкурса научно-исследовательских работ студентов и аспирантов. Посвящается Году педагога и наставника в Российской Федерации, Владимир, 07 декабря 2023 года. – Владимир: Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, 2023. – С. 478-484.
94. Ирхина, И. В. Опыт использования интерактивного метода обучения в условиях цифровизации образовательной среды в вузах США / И. В. Ирхина, М. В. Литовченко // Теория и практика современного воспитания и обучения : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Воронеж, 21 апреля 2022 года / Науч. редактор А. Н. Махинин. – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2022. – С. 60-65.

95. Исаев, Е. И. Антропологические основы психологического сопровождения подростков и юношей в образовательном процессе / Е. И. Исаев // Гуманитарные ведомости ТГПУ им. Л.Н. Толстого. – 2013. – № 3(7). – С. 9-18.

96. Исаев, И.Ф. Школа как педагогическая система: основы управления : Учеб. пособие / И. Ф. Исаев; Белгор. гос. ун-т, НИИ педагогики и психологии БГУ. - Белгород : Изд-во Белгор. гос. ун-та, 1997. - 142 с.

97. Искандерова, А. Б. Рефлексия учебной деятельности студентов в условиях цифровизации образования / А. Б. Искандерова // Цифровизация инженерного образования : Сборник материалов международной онлайн-конференции, Ижевск, 30 марта – 01 2021 года. – Ижевск: Ижевский государственный технический университет имени М.Т. Калашникова, 2021. – С. 265-269.

98. История Китая с древнейших времен до начала XXI века : Монография: в 10-ти томах / Н. Е. Боровская, А. Л. Верченко, А. О. Виноградов [и др.] ; Институт Дальнего Востока РАН. Том VIII. – Москва : Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Научный и издательский центр "Наука" Российской академии наук, 2017. – 824 с. – ISBN 978-5-02-039991-4.

99. Каплан, Х. С. Сексуальная терапия/ Хелен Сингер Каплан; [Перевод с англ. В. Л. Краева]. - Москва : Независимая фирма "Класс", 1994. - 150 с.

100. Кассирер, Э. Познание и действительность. Понятие субстанции и понятие функции = Понятие субстанции и понятие функции / Эрнст Кассирер ; пер. Б. Столпнера и П. Юшкевича. - Москва : Гнозис, 2006 (Йошкар-Ола : Марийский ПИК). – 398 с

101. Кекелидзе, З. И. Особенности формирования патологического влечения к азартным играм / З. И. Кекелидзе, Н. В. Шемчук // Российский психиатрический журнал. – 2008. – №3. – С. 24-28.

102. Китайский аналог TikTok ввел ограничения для пользователей младше 14 лет// РБК [Электронный ресурс]. – URL: https://quote.rbc.ru/news/short_article/6145d58c9a794760a0527764https://quote.rbc.ru/news/short_article/6145d58c9a794760a0527764 (дата обращения: 04.02.2025).

103. Клиническая психология и психотерапия: [У. Бауманн и др.] ; под ред. М. Перре, У. Бауманна ; пер. с нем. [Н. Залуцкого, Н. Паутова, А. Пономарева] ; под ред. В. А. Абабкова. - 3-е изд. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2012. - 944 с.

104. Ключевые слова Си Цзиньпина. Сборник. «Учебная группа» Зарубежного издания «Женьмин Жибао». Litres, 2022. – [Электронный ресурс]. – URL: https://books.google.ru/books?id=-BVEEAAAQBAJ&dq=%D0%A7%D0%B6%D0%B8+%D0%A7%D0%B6%D1%8D%D0%BD%D1%8C%D1%84%D1%8D%D0%BD&hl=ru&source=gbs_navlinks (дата обращения: 04.02.2025).

105. Колесникова, Л. И. Интерпретация зарубежного опыта профилактики видеоигровой интернет-зависимости среди российских подростков / Л. И. Колесникова // Вестник Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Педагогические и психологические науки. – 2019. – № 38(57). – С. 121-130.

106. Колесов, В. И. Построение организационной модели в деловой игре по изучению бизнес-тренинга в цифровом пространстве / В. И. Колесов, Е. П. Архиповская // Научное обозрение: теория и практика. – 2024. – Т. 14, № 4(104). – С. 795-801. – DOI 10.35679/2226-0226-2024-14-4-795-801.

107. Колесов, Д.В. Болезни поведения. Воспитание здорового образа жизни / Д.В. Колесов. - Москва : Дрофа, 2002. - 189 с.

108. Кон, И.С. Социологическая психология : Избр. психол. тр. / И. С. Кон. - Москва : Моск. психол.-социал. ун-т ; Воронеж : МОДЭК, 1999. - 554 с.

109. Короленко, Ц. П. Интернет-аддиктивная личность и психодинамические механизмы ее формирования / Ц. П. Короленко, Т. А. Шпикс // Сибирский медицинский вестник. – 2019. – № 3. – С. 50-53.
110. Короленко, Ц. П. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Новосибирское отделение издательства «Наука», 1990. – 224 с. – ISBN 5-02-029267-2.
111. Костромина, С. Н. Введение в нейродидактику: учебное пособие / С. Н. Костромина. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2019. – 182 с.
112. Краевский, В. В. Педагогическая теория: что это такое? Зачем она нужна? Как она делается? / В. В. Краевский. - Волгоград : Перемена, 1996. - 85 с.
113. Краткая история ИБ в Китае: как возводили Великий китайский файрвол. [Электронный ресурс]. – URL: <https://habr.com/ru/company/vasexperts/blog/354697/> (дата обращения: 12.05.2024).
114. Краткая история ИБ в Китае: как возводили Великий китайский файрвол. [Электронный ресурс]. – URL: <https://habr.com/ru/company/vasexperts/blog/354698/> (дата обращения: 12.05.2024).
115. Кулаков, С. А. Основы психосоматики / С. А. Кулаков. – СПб.: Речь, 2005 (ГУП Тип. Наука). – 288 с.
116. Кулакова, С. А. Проблемный семинар для подготовки учителей к работе по профилактике противоправного поведения у учащихся старших классов / С. А. Кулакова // АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОЙ науки и ОБРАЗОВАНИЯ : сборник статей XVI Международной научно-практической конференции : в 2 ч., Пенза, 05 февраля 2022 года. Том Часть 2. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2022. – С. 143-145.

117. Кулакова, С. А. Противоправное поведение подростков как результат влияния негативной информации / С. А. Кулакова // Современное педагогическое образование. – 2020. – № 2. – С. 140-142.
118. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. - Москва : Политиздат, 1975. - 303 с.
119. Ли, Я. Гуманизация высшего педагогического образования в Китае и России: основные аспекты реализации / Яньхуэй Ли, Е. Л. Федотова // Известия иркутской государственной экономической академии. - 2007. - № 1. - С. 100-102.
120. Литвак, Р. А. Развитие социализации личности: социально-педагогический потенциал института наставничества в России / Р. А. Литвак // Библиокультура: библиотека и читатели в поисках гармонии : материалы научно-практической конференции, Челябинск, 15 марта 2023 г.. - Челябинск : Челябинский гос. ин-т культуры, 2024. - С. 146-149.
121. Лихачев, Д. С. Письма о добром и прекрасном / Д. С. Лихачёв. - Москва : АСТ, сор. 2018. – 188 с.
122. Личко, А.Е. Подростковая психиатрия (руководство для врачей) / А. Е. Личко. – Л.: Медицина, 1995. – 336 с.
123. Личко, А.Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков / Личко А. Е. - Москва : ИОИ, 2016. - 335 с.
124. Лотман, Ю. М. История и типология русской культуры : Семиотика и типология культуры. Текст как семиотическая проблема. Семиотика бытового поведения. История лит. и культуры / Ю. М. Лотман. - Санкт-Петербург : Искусство-СПБ, 2004. - 765 с.
125. Лю, Сяоянь Подготовка учителей в Китае / Л. Сяоянь // Педагогика. – 1999. – №3 –. С. 58–66.
126. Лютов, В. А. Основные детерминанты мошенничества и других преступлений, совершенных с использованием электронных средств платежа, в России и Китае / В. А. Лютов // Российский следователь. – 2021. – № 9. – С. 64-67. – DOI 10.18572/1812-3783-2021-9-64-67.

127. Маджуга, А. Г. Взаимосвязь диспозиций насильственного экстремизма у студенческой молодежи с параметрами личностной агрессивности: концептуальный анализ проблемы / А. Г. Маджуга, А. А. Саидов // Высшее образование сегодня. – 2024. – № 3. – С. 91-100. – DOI 10.18137/RNU.HET.24.03.P.091.

128. Макаренко, А. С. Избранные педагогические сочинения / А. С. Макаренко ; [Сост. и авт. вступ. ст. А. Агаев]. - Баку : Маариф-. - Т. 1. - Баку : Маариф-, 1983. - 381 с.

129. Малыгин, А. Д. Аксиологический подход к профессиональной подготовке будущего педагога в эпоху цифровизации образования / А. Д. Малыгин, А. А. Михайлов // Наука, образование и культура : сборник научных статей XI Международной научно-практической конференции, Шуя, 01 марта 2021 года. – Шуя: Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2021. – С. 25-28.

130. Малыгин В. Л. К проблеме диагностических критериев интернет-зависимого поведения / В. Л. Малыгин // Материалы межведомственной научно-практической конференции: Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (Интернет-консультирование и дистанционное обучение) / Под ред. Б. Б. Айсмонтаса, В. Ю. Меновщикова. - М.: МГППУ, 2011, с. 171 - 175.

131. Малыгин, В. Л. К проблеме диагностических критериев интернет-зависимого поведения / В. Л. Малыгин // Материалы межведомственной научно-практической конференции: Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (Интернет-консультирование и дистанционное обучение) / Под ред. Б. Б. Айсмонтаса, В. Ю. Меновщикова. - М.: МГППУ, 2011, С. 171 - 175.

132. Малыгин, В. Л. Нейропсихологические особенности как факторы риска формирования интернет-зависимого поведения у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, И. О. Краснов // Медицинская психология в России. – 2015. – № 4 (33). – С. 12.

133. Маслова, А. И. Духовно-нравственное воспитание подростков как педагогическая проблема / А. И. Маслова, Л. К. Фортова, О. С. Амосова // Перспективы науки. – 2023. – № 11(170). – С. 234-236.
134. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
135. Матюхина, О. С. Вейпинг - модный молодежный тренд или новая пандемия? / О. С. Матюхина // Глобальный научный потенциал. – 2024. – № 3(156). – С. 40-43.
136. Матюхина, О. С. Исследовательские маршруты как формы, определяющие критерии и профилактику виртуальных аддикций у подростков / О. С. Матюхина // Перспективы науки. – 2018. – № 11(110). – С. 182-186.
137. Матюхина, О. С. К вопросу о правомерном поведении старших подростков, исключаяющем их из групп социального риска по склонности к виртуальным аддикциям / О. С. Матюхина // Научный диалог: Молодой ученый : Сборник научных трудов по материалам XXVII международной научной конференции, Санкт-Петербург, 22 ноября 2019 года. – Санкт-Петербург: Международная Объединенная Академия Наук, 2019. – С. 26-28. – DOI 10.18411/sps-22-11-2019-08.
138. Матюхина, О. С. Концептуальные идеи, детерминирующие превенцию виртуальных аддикций у старших подростков / О. С. Матюхина // Перспективы науки. – 2019. – № 2(113). – С. 116-118.
139. Матюхина, О. С. Концептуальные основы предупреждения аддиктивного поведения подростков / О. С. Матюхина // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 7(148). – С. 28-30.
140. Матюхина, О. С. Угрозы влияния информационной среды на психическое развитие детей и подростков / О. С. Матюхина // Интеграция науки, общества, производства и промышленности: проблемы и перспективы: сборник статей Международной научно-практической

конференции, Ижевск, 07 октября 2020 года. – Уфа: Общество с ограниченной ответственностью «ОМЕГА САЙНС», 2020. – С. 82-85.

141. Матюхина, О. С. Формирование социально-устойчивой личности как условие организации безопасной образовательной среды / О. С. Матюхина // Гуманизация образовательного пространства: Сборник научных статей по материалам Международного Форума, Саратов, 14–15 марта 2019 года. – Саратов: Издательство «Перо», 2019. – С. 168-173.

142. Матюхина, О. С. Педагогическая профилактика виртуальных аддикций у подростков старшего возраста в общеобразовательной организации : специальность 13.00.01 "Общая педагогика, история педагогики и образования" : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Матюхина Оксана Сергеевна, 2020. – 234 с.

143. Менделевич, В. Д. Руководство по аддиктологии / В. Д. Менделевич. – М.: Речь, 2007. – 768 с.

144. Менделевич, В. Д. Феномен некорректируемых ложных умозаключений в современных психиатрических классификациях / В. Д. Менделевич // Психиатрия и психофармакотерапия. – 2024. – Т. 26, № 2. – С. 4-8. – DOI 10.1016/2075-1761-2024-26-2-4-8.

145. Мид, Д. Г. Философия настоящего / Джордж Герберт Мид ; пер. с англ. В. Николаева, В. Кузьминова. - Москва : Изд. дом Высш. шк. экономики, 2014. - 271 с.

146. Монахов, Н. И. Изучение эффективности воспитания: теория и методика / Н. И. Монахов. – М.: Просвещение, 1981. – 142 с.

147. Морозова, О. М. Антинаркотическое воспитание учащейся молодежи в современном педагогическом опыте США и России : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Морозова Ольга Михайловна; [Место защиты: Владимир. гос. гуманитар. ун-т]. - Владимир, 2008. - 209 с.

148. Мудрик, А. В. Личность школьника и ее воспитание в коллективе / А. В. Мудрик. - Москва : Знание, 1983. - 96 с.

149. Мухина, В. С. Психологические последствия кризисов и негативных трансформаций асоциальных семей / В. С. Мухина // Неделя науки и образования в интересах мира и развития : Сборник тезисов в рамках торжественных мероприятий, посвященных 145-летию МПГУ, Москва, 26 ноября – 02 2017 года / Под редакцией Л. В. Дудовой, М. А. Кривенькой. – Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. – С. 121-122.

150. Назмутдинов, Р. А. Анализ современных подходов к превентивным моделям девиантного поведения / Р. А. Назмутдинов // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2011. – № 3. – С. 84-87.

151. Напоминание о допустимом возрасте к интернет-играм в сети. [Электронный ресурс]. – URL: <http://jinbao/people/cn/n1/2020/1228/c421674-3198/560html> (дата обращения: 12.04.2024).

152. Не, Ч. Психолого-педагогическая профилактика интернет-зависимости в Китае / Ч. Не, Л. К. Фортова // Социокультурные, психологические и педагогические координаты развития личности : Материалы II Международной научно-практической конференции, Владимир, 28–29 ноября 2024 года. – Симферополь: ООО «Издательство Типография «Ариал», 2024. – С. 420-424.

153. Об углублении реформы системы высшего образования в целях повышения общего качества подготовки специалистов». [Электронный ресурс]. – URL: <https://baike.sogou.com/v183978902.htm?fromTitle=> (дата обращения: 12.04.2024).

154. Овчинников, О. М. Влияние внешней среды на уровень агрессии подростков / О. М. Овчинников, Ю. В. Юрова, Р. Ф. Шаехов // Вестник Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Педагогические и психологические науки. – 2023. – № 55(74). – С. 84-90.

155. Орешина, Г. В. Невербальная синхронизация и альянс в экспозиционной психотерапии детской тревожности: анализ единичного случая / Г. В. Орешина, М. А. Жукова // Современная зарубежная психология. – 2024. – Т. 13, № 1. – С. 10-20. – DOI 10.17759/jmfr.2024130101.

156. Особенности ценностных ориентаций у подростков с интернет-зависимым поведением / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, А. Б. Искандирова [и др.] // Медицинская психология в России. – 2015. – № 4 (33). – С. 9.

157. Павлов, И. П. Лекции по физиологии = Лекции И. П. Павлова по физиологии : 1912-1913 / Записаны и систематизир. П. С. Купаловым ; под общ. ред. И. П. Разенкова. - Москва : Изд-во и тип. АМН СССР, 1949. - 332 с.

158. Педагогическая профилактика виртуальных аддикций у подростков старшего возраста в общеобразовательной организации : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Матюхина Оксана Сергеевна; [Место защиты: ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет»]. - Владимир, 2020. - 234 с

159. Первенкова, И. А. Воспитание гражданственности и патриотизма в современной школе средствами предметов гуманитарной направленности / И. А. Первенкова, О. Н. Малыхина, Т. В. Прокудина // Гражданственность личности в условиях изменяющегося мира: от протестной к созидательной активности : Сборник научных статей международной научно-практической конференции, Курск, 22–23 октября 2015 года / С. И. Беленцов (ответственный редактор). – Курск: Закрытое акционерное общество "Университетская книга", 2015. – С. 366-370.

160. Перегожин, Л. О. Зависимость от персонального компьютера, компьютерных игр и Интернета в детской психиатрической практике / Л. О. Перегожин. – М.: Практическая медицина, 2009. – С. 31-35.

161. Перегожин, Л. О. Синдром отмены при зависимости от Интрнета и мобильных средств доступа к нему / Л.О. Перегожин // Наркология. – 2015. – Т.14 – № 10 (166). – С. 100-105.

162. Пережогин Л. О., Вострокнутов Н. В. Нехимическая зависимость в детской психиатрической практике // Российский психиатрический журнал. 2009. №4. С. 86 – 91.
163. Петровский, А. В. Быть личностью / А. В. Петровский. - Москва : Педагогика, 1990. – 110 с.
164. Пиаже, Ж. Речь и мышление ребенка : [Перевод] / Ж. Пиаже. - СПб. : Союз, 1997. – 250 с.
165. Подростковая агрессия в отношении учителя: опыт столкновения и связь с личностными факторами / А. А. Реан, А. В. Егорова, И. А. Коновалов, Р. Г. Кузьмин // Сибирский психологический журнал. – 2022. – № 85. – С. 118-143. – DOI 10.17223/17267080/85/6.
166. Подшибякина, Т. А. "Золотой щит" Китая: политика управления мнемоническими интернет-практиками / Т. А. Подшибякина // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Политология. – 2020. – Т. 22, № 2. – С. 194-204. – DOI 10.22363/2313-1438-2020-22-2-194-204.
167. Психиатрия : Национальное руководство (+ CD-ROM) / Т. Б. Дмитриева, В. Н. Краснов, Н. Г. Незнанов [и др.]. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью Издательская группа "ГЭОТАР-Медиа", 2014. – 1000 с.
168. Психологическая служба образования Кемеровской области : Пакет док. / Кемер. обл. ин-т усовершенствования учителей; [Янко Е. В. и др.]. - Кемерово : Кемер. Обл. - ИУУ, 1996. - 31 с.
169. Рацимор, А. Е. Формирование здоровьесберегающей среды на основе межведомственного взаимодействия на примере городского округа Ступино Московской области / А. Е. Рацимор, В. П. Чуднов, В. А. Евдаков // Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2018. – № 4. – С. 76-84.
170. Реан, А. А. Показатели вовлеченности подростков в агрессию в представлении педагогов с различным локусом контроля / А. А. Реан, Е. С. Авдеева, И. А. Коновалов // Вестник Санкт-Петербургского университета

МВД России. – 2024. – № 2(102). – С. 323-334. – DOI 10.35750/2071-8284-2024-2-323-334.

171. Роджерс, К. Р. Гуманистическая психология: теория и практика : избранные труды по психологии / К. Р. Роджерс ; под ред., [авт. вступ. ст. и сост.] А. Н. Сухова ; Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ун-т. - Москва : МПСУ ; Воронеж : МОДЭК, 2013. - 450 с.

172. Рожков, М. И. Воспитание гражданина: уроки социальности. 1-4 классы / М. И. Рожков. - Москва : ВЛАДОС, 2011. - 71 с.

173. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание / С. Л. Рубинштейн. - Москва [и др.] : Питер, 2012. - 287 с.

174. Салимова, К. И. Педагогическое наследие Востока / К. И. Салимова; Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ин-т. - Москва : Изд-во Московского психолого-социального ин-та ; Воронеж : Изд-во НПО "МОДЭК", 2008. - 543 с.

175. Сандомирский, М. Е. Селфимания, экстремальные селфи и селфицид: на перекрестке аддиктологии и суицидологии / М. Е. Сандомирский // Психотерапия. – 2015. – № 10. – С. 27-28.

176. Сегменты социально-педагогической сферы : коллективная монография / А. Ю. Клейберг, И. М. Дубовик, С. А. Завражин [и др.]. – Коломна : Государственный социально-гуманитарный университет, 2017. – 180 с. – ISBN 978-5-98492-318-7.

177. Сирота, Н. А. Клинико-психологические аспекты профилактики препятствующего здоровью поведения и формирования здорового жизненного стиля / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Клиническая психология лечебного процесса. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью Издательская группа "ГЭОТАР-Медиа", 2023. – С. 336-360.

178. Сирота, Н. А. Теоретические основы. Копинг-поведение в условиях болезни. Адаптационные стратегии и ресурсы поведения / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Клиническая психология лечебного процесса. –

Москва : Общество с ограниченной ответственностью Издательская группа "ГЭОТАР-Медиа", 2023. – С. 9-38.

179. Скаткин, М. Н. Методология и методика педагогических исследований : (В помощь начинающему исследователю) / М. Н. Скаткин. - Москва : Педагогика, 1986. - 150 с

180. Скиннер, Б. Ф. О бихевиоризме/ Б. Ф. Скиннер ; перевод с английского И. В. Митрофанова. - Москва : Эксмо, 2023. – 332 с.

181. Сластенин, В. А. Введение в педагогическую аксиологию: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений, обучающихся по специальности 031000 - Педагогика и психология (ДПП.Ф.01 - Общие основы педагогики) / В. А. Сластенин, Г. И. Чижакова. - Москва : Academia, 2003. - 185 с.

182. Солдатова, Г. У. Особенности подросткового общения онлайн и офлайн: результаты дневникового исследования / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, А. Г. Кошечкина // Современная психологическая наука через призму категории общения : Сборник материалов международной научной конференции. Посвящается 100-летию академика РАО А.А. Бодалева, Москва, 16 октября 2023 года. – Москва: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова Издательский Дом (типография), 2023. – С. 190-193. – DOI 10.55959/011986-2-2023-190-193.

183. Солдатова, Г. У. Подростки как лидеры позитивных цифровых практик: мотивация участия и стили руководства / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, С. Н. Илюхина // Подросток в мегаполисе: поиск вопросов и ответов : Сборник трудов XVI Международной научно-практической конференции, Москва, 04–05 апреля 2023 года. – Москва: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", 2023. – С. 113-117.

184. Солдатова, Г. У. Технологически расширенная личность: разработка и апробация шкалы самоуправления цифровой повседневностью /

Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, С. Н. Илюхина // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2024. – Т. 47, № 2. – С. 175-200. – DOI 10.11621/LPJ-24-20.

185. Солдатова, Г. У. Я-реальное и Я-виртуальное: идентификационные матрицы подростков и взрослых / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, С. Н. Илюхина // Культурно-историческая психология. – 2022. – Т. 18, № 4. – С. 27-37. – DOI 10.17759/chp.2022180403.

186. Сухомлинский, В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. - Москва : Прогресс, 1982. - 482 с.

187. Сюн, Бинци «Актуальная задача – изменить квоты набора студентов» / Бинци Сюн. – [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.pressreader.com/china/china-russian/20160608/281646779447563> (дата обращения: 04.07.2024).

188. Топильская, О. А. Интернет-зависимость как форма аддиктивного поведения личности / О. А. Топильская // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2021. – Т. 20, № 3(49). – С. 26-34. – DOI 10.20310/1810-231X-2021-20-3(49)-26-34.

189. Ухтомский, А. А. XV международный конгресс физиологов] / Акад. А. А. Ухтомский ; Акад. наук СССР. - Москва ; Ленинград : Изд-во Акад. наук СССР, 1936 (Л. : тип. Акад. наук СССР). - Обл., 71 с.

190. Фельдштейн, Д. И. Проблемы психолого-педагогических наук в пространственно-временной ситуации XXI века / Д. И. Фельдштейн // Народное образование. – 2015. – № 7(1450). – С. 9-26.

191. Фельдштейн, Д. И. Проблемы формирования личности растущего человека на новом историческом этапе развития общества / Д. И. Фельдштейн // Образование и наука. – 2013. – № 9(108). – С. 3-23.

192. Филиппова, Н. М. Социально-педагогическая технология "Школьное инициативное бюджетирование" как инструмент поддержки участия детей в проектах по улучшению образовательной среды / Н. М. Филиппова, А. Г. Маджуга // Ученые записки Российского государственного

социального университета. – 2024. – Т. 23, № 1(170). – С. 114-121. – DOI 10.17922/2071-5323-2024-23-1-114-121.

193. Фокин, В. А. Теория и практика нравственного воспитания учащихся профтехшколы / В. А. Фокин. - Москва : Высш. шк., 1992. - 135 с.

194. Фортова, Л. К. Геймификация в онлайн-образовании / Л. К. Фортова, С. В. Комиссарова // Синописис современного образования : Материалы первого российско-китайского международного педагогического форума с дистанционным участием, Шэньчжэнь, 25–26 апреля 2024 года. – Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство "Зебра"), 2024. – С. 245-247.

195. Фортова, Л. К. Значение информационной культуры для обучающихся / Л. К. Фортова, А. М. Юдина, Е. Н. Селиверстова // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 12-2(153). – С. 60-62.

196. Фортова, Л. К. Значение информационной культуры для обучающихся / Л. К. Фортова, А. М. Юдина, Е. Н. Селиверстова // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 12-2(153). – С. 60-62.

197. Фортова, Л. К. Исследования проблемы виртуальных аддикций несовершеннолетних в российской и зарубежной науке / Л. К. Фортова, О. С. Матюхина // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 2(69). – С. 54-57.

198. Фортова, Л. К. Особенности поведения современных подростков в цифровом обществе / Л. К. Фортова, И. В. Дога // Глобальный научный потенциал. – 2024. – № 5(158). – С. 63-65.

199. Фортова, Л. К. Педагогическая методология профилактики делинквентного поведения подростков / Л. К. Фортова, И. В. Дога // Глобальный научный потенциал. – 2024. – № 3(156). – С. 72-74.

200. Фортова, Л. К. Позитивные и негативные стороны цифрового образования в России / Л. К. Фортова, А. М. Юдина, О. М. Овчинников // Большая Евразия: развитие, безопасность, сотрудничество : ежегодник : материалы XIX Национальной научной конференции с международным

участием, Москва, 18–19 декабря 2019 года. Том Выпуск 3. Часть 1. – Москва: Институт научной информации по общественным наукам РАН, 2020. – С. 751-753.

201. Фортова, Л. К. Проблемы социализации подростков в цифровой образовательной среде / Л. К. Фортова, Е. В. Иванова, О. С. Матюхина // Перспективы науки. – 2020. – № 11(134). – С. 57-59.

202. Фортова, Л. К. Развитие информационной культуры педагога в высшем образовании / Л. К. Фортова, А. М. Юдина // Разыскатель истины Ф.А. Фрадкин. Современная педагогика и образование в теоретико-методологическом поле Ф.А. Фрадкина : Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием, приуроченной к 90-летию со дня рождения профессора кафедры педагогики, члена-корреспондента РАО Феликса Ароновича Фрадкина (1933-1993), Владимир, 14 марта 2024 года. – Владимир: Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, 2024. – С. 223-228.

203. Фортова, Л. К. Современные подходы к профилактике деструктивного поведения молодежи / Л. К. Фортова // Социокультурные, психологические и педагогические координаты развития личности : Материалы II Международной научно-практической конференции, Владимир, 28–29 ноября 2024 года. – Симферополь: ООО "Издательство Типография "Ариал", 2024. – С. 383-386.

204. Фортова, Л. К. Социально-педагогические основы профилактики алкоголизма и наркомании среди детей и подростков: учеб. пособие/ Л. К. Фортова. – Владимир: ВлГУ, 2006. – 305 с.

205. Фортова, Л. К. Формирование гибких навыков курсантов образовательных организаций ФСИН России с применением цифровых технологий во внеучебной деятельности / Л. К. Фортова, С. В. Комиссарова // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2023. – Т. 9, № 1. – С. 14-26. – DOI 10.18413/2313-8971-2023-9-1-0-02.

206. Фортова, Л. К. Цифровая трансформация образовательного и воспитательного процессов в вузах на современном этапе развития российского общества / Л. К. Фортова, А. М. Юдина // Великие учителя и наставники: наследие через века. Педагогические чтения памяти И.Я. Лернера : Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции и Всероссийского конкурса научно-исследовательских работ студентов и аспирантов. Посвящается Году педагога и наставника в Российской Федерации, Владимир, 07 декабря 2023 года. – Владимир: Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, 2023. – С. 432-436.

207. Франкл, В. Воля к смыслу. - Москва : Альпина нон-фикшн, 2021. - 227 с.

208. Фролов, В. А. Психологические условия успешности профессионального становления сержантов, проходящих службу по контракту: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.03 / Владимир Александрович Фролов. – Москва, 2010. – 23 с.

209. Фурманов, И. А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов / И. А. Фурманов. - Москва : ВЛАДОС-Пресс, 2013. - 350 с.

210. Цой, Н. А. Информационная политика государства и феномен Интернет-зависимости в России и Китае / Н. А. Цой // Вестник российского университета дружбы народов. Серия: социология. - 2010. - № 4. - С. 5–16.

211. Чепмен, Г. Пять путей к сердцу ребенка: [Пер. с англ.] / Г. Чепмен, Р. Кэмпбелл. – СПб.: Библия для всех, 2003 – 266 с.

212. Чжань, Не. Проблема интернет-зависимости молодежи в зарубежных и отечественных исследованиях / Н. Чжань // Молодежь и будущее: профессиональная и личностная самореализация : материалы XII Международной научно-практической конференции, Владимир, 24 марта 2023 года. – Владимир: Издательско-полиграфическая компания «Транзит-ИКС», 2023. – С. 273-276.

213. Чэнь, Ц. Основные исторические этапы и закономерности нравственноэстетического воспитания в Китае / Ц. Чэнь, М. Г. Сергеева // Социально-гуманитарные знания. – 2024. – № 5. – С. 238-241.

214. Шубникова, Е. Г. Критерии готовности студентов педагогического вуза к профилактике аддикций школьников / Е. Г. Шубникова // Проблемы и перспективы междисциплинарных исследований: опыт, внедрение результатов : сборник научных статей аспирантов, адъюнктов и преподавателей / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации; ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова»; Чувашское отделение Академии педагогических и социальных наук. – Ульяновск : ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство "Зебра"), 2023. – С. 105-109.

215. Эджибадзе, А В. Педагогическая профилактика деструктивных конфликтов у подростков в общеобразовательной организации : диссертация ... кандидата педагогических наук : 5.8.1. / Эджибадзе Алена Валерьевна; [Место защиты: Белгородский государственный национальный исследовательский университет ; Диссовет БелГУ.19.05]. - Владимир, 2022. - 250 с.

216. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. - 3. изд. - СПб. [и др.] : Питер, 2001. - 651 с.

217. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды [Текст] / Д. Б. Эльконин ; под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко ; [авт. вступ. ст. и коммент. В. В. Давыдов] ; АПН СССР. - Москва : Педагогика, 1989. - 554 с.

218. Эриксон, Э. Г. Детство и общество / Э. Г. Эриксон; пер. с англ. и науч. ред.: А. А. Алексеев. – 2. изд., перераб. и доп. – СПб.: Лет. сад, 2000. – 415 с.

219. Юдина, А. М. Виртуализация информационно-коммуникативной образовательной среды /А. М. Юдина / Мир науки культуры и образования – № 3 (76) – 2019 – С. 151-153.

220. Юдина, А. М. К вопросу о духовно-нравственном воспитании студентов в киберинформационной среде / А. М. Юдина // Глобальный научный потенциал. – 2022. – № 5(134). – С. 171-173.

221. Юдина, А. М. Специфика восприятия и управления конфликтами в киберсреде / А. М. Юдина // Reports Scientific Society. – 2024. – № 6(50). – С. 16-20.

222. Юдина, А. М. Формирование межнациональной и межконфессиональной культуры средствами социокультурной толерантности у старшеклассников в учебной и внеучебной работе / А. М. Юдина. – Санкт-Петербург : Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр «Интермедия», 2024. – 172 с. – ISBN 978-5-4383-0276-6.

223. Юдина, А. М. Формирование патриотизма у студентов современного вуза в цифровом мире / А. М. Юдина // Мир науки, культуры, образования. – 2022. – № 4(95). – С. 157-159. – DOI 10.24412/1991-5497-2022-495-157-159.

224. Юдина, А. М. Цифровая концепция формирования социокультурной толерантности студентов / А. М. Юдина // Перспективы науки. – 2022. – № 5(152). – С. 217-219.

225. Юрьева, Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

226. Юстицкис, В. В. Отклонения в характере несовершеннолетних правонарушителей : [Пер. с рус.] / В.В. Юстицкис. - Каунас : Швиеса, 1984. - 122 с.

227. Ядровская, М. В. Модели и моделирование в педагогике / М. В. Ядровская. – М.: Вестник ДГУ – №4 (65). – 2012. – С. 42-44.

228. Ajzen I. The theory of planned behavior // Organizational Behavior and Human Decision Processes. 1991. 50. 179–211.

229. Bandura, A. Social cognitive theory and exercise of control over HIV infection / A. Bandura // N.Y. – 1986.- P.26-34.

230. Chigarkova, S. Cyberaggression experience through the perspectives of adolescents, youth, and parent / S. Chigarkova, G. Soldatova, E. Rasskazova // Child in the Digital World : The International Psychological Forum: Book of Abstracts, Moscow, 01–02 июня 2021 года. – Moscow: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова Издательский Дом (типография), 2021. – P. 102. – DOI 10.26226/morressier.618aaeaa4a84e7b4701d81cd.

231. Davis, R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use / R. A. Davis // Computers in Human Behavior. - V. 17. - № 2. – 2001 - P. 187-195.

232. Gazizullin, T. R. Clinical and epidemiological trends of primary disability of children due to mental disorders in the Republic of Tatarstan (2021–2023) / T. R. Gazizullin, V. D. Mendelevich // Neurology bulletin. – 2024. – Vol. LVI, №. 4. – P. 395-402. – DOI 10.17816/nb636569.

233. Griffiths M. D. Internet addiction: Internet fuels other addictions// Student British Medical Journal. – 1999. – Vol.7. – P.428–429.

234. Griffiths, M. D. Behavioural addiction: an issue for everybody? / M. D. Griffiths // Journal of Workplace Learning. – 1996. – Vol. 8. – №.3. – P.19-25.

235. Griffiths, M. D. Behavioural addiction: an issue for everybody? / M. D. Griffiths // Journal of Workplace Learning. – 1996. – Vol.8. – №.3. – P.19-25.

236. Griffiths, M. D. Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence / M. D. Griffiths // CyberPsychology Behavior. – 2000. – Vol.3. – NN№.2. – P.211–218. – doi:10.1089/109493100316067.

237. Griffiths, M. D. et al. Internet Gaming Disorder in Children and Adolescents / M. D. Griffiths // Pediatrics. – 2017. – Vol.2 – P.81-85. – doi: 10.1542/peds.2016-1758H.

238. Griffiths, M. D. Problematic online gaming: issues, debates and controversies / M. D. Griffiths // Медицинская психология в России. - 2015. - № 4 (33). - P.2. [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 12.08.2024).

239. Griffiths, M. Internet Gambling, Health, Smoking and Alcohol Use: Findings from the 2007 British Gambling Prevalence Survey / M. Griffiths, H. Wardle, J. Orford et al. // *International Journal of Mental Health and Addiction*. – 2009. – Vol.9. – №.1. – P.1–11. – doi: 10.1007/s11469-0099246-9.
240. Griffiths, M. Internet Gambling: An Online Empirical Study Among Student Gamblers / M. Griffiths, M., A. Barnes // *International Journal of Mental Health and Addiction*. – 2007. – Vol.6. – №.2. – P.194204. – doi:10.1007/s11469-007-9083-7
241. Griffiths, M.D. Internet abuse and internet addiction in the workplace / M. D. Griffiths // *Journal of Workplace Learning*. – 2010. – Vol.7. – №.22. – P.463-472. – doi: 10.1108/13665621011071127.
242. Griffiths, M.D. Internet addiction – time to be taken seriously? / M. D. Griffiths // *Addiction Research*. – 2000. – Vol.8. – №.5. – P.413–419.
243. Griffiths, M.D. Internet addiction: does it really exist? / M. D. Griffiths // In: *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications*. San Diego, CA, Academic Press. – 1998. – P.61–75.
244. Lim, J. A. Are adolescents with internet addiction prone to aggressive behavior? The mediating effect of clinical comorbidities on the predictability of aggression in adolescents with internet addiction / J. A. Lim, A. R. Gwak, S. M. Park et al. // *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. – 2015. – Vol.18. – №.5. – P.260-267. – doi: 10.1089/cyber.2014.0568.
245. Lin, F. Abnormal white matter integrity in adolescents with Internet Addiction Disorder: A tract-based spatial statistics study / F. Lin, Y. Zhou, Y. Du et al. // *PLoS ONE*. – 2012. – Vol.7. – №.1. – P. e30253. – doi: 10.1371/journal.pone.0030253
246. Meng, Y. J. Reward pathway dysfunction in gambling disorder: a meta-analysis of functional magnetic resonance imaging studies / Y. Meng, W. Deng, H. Y. Wang et al. // *Behav Brain Res*. – 2014. – Vol.275. – P.243–251.
247. Meng, Y. The prefrontal dysfunction in individuals with Internet gaming disorder: a meta-analysis of functional magnetic resonance imaging studies

/ Y. Meng, W. Deng, H. Wang et al. // *Addict Biol.* – 2015. – Vol.20. – №.4. – P.799-808. – doi: 10.1111/adb.12154.

248. Orzack, M. H. Computer addiction: What is it?/ M. H. Orzack // *Psychiatric Times.* - V. 15. - №8. – 1998 - P. 34-38.

249. Prochaska, J. O. The transtheoretical approach / J. O. Prochaska// *Homewood.* – 1984.- P.29.

250. Rosenstock, I. M. The health model and preventative health behavior / Rosenstock I.M // *HEM.* – 1974. – P. 336-353.

251. Stone, R. Science in society. China reins in wilder impulses in treatment of «Internet addiction». *Science*, 2009 – Vol. 324 – P. 1630-1631. – URL: https://doi.org/10.1126/science.324_1630 (дата обращения: 04.07.2024).

252. Young, K. S. Caught in the net: how to recognize the signs of Internet addiction - and a winning strategy for recovery / by Kimberly S. Young, - Canada, 1998. - 248 p.

253. Young, K. S. Clinical aspects of Internet addiction disorder/ K. S. Young // *Med. psihol. Ross.*, - 2015, - no. 4(33), - p. 2. – URL: Available at: <http://mprj.ru> (дата обращения: 04.07.2024).

254. Young, K. S. Treatment outcomes using CBT-IA with Internet-addicted patients/ K. S. Young // *Journal of Behavioral Addictions*, - 2013. - vol. 2(4), - pp. 209-215.

255. Zhang, H. X. Comparison of psychological symptoms and serum levels of neurotransmitters in shanghai adolescents with and without internet addiction disorder: a casecontrol study. – [Электронный ресурс]. / H. X. Zhang [et al.] // *PloS one.* – 2013. – Vol.8. – №.5. – P. e63089. – URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0063089>. – (дата обращения: 13.08.2024).

256. Zhang, Y. Brain Activity toward Gaming-Related Cues in Internet Gaming Disorder during an Addiction Stroop Task /Y. Zhang, L. Xiao, H. Zhou et al. // *Frontiers in Psychology.* – 2016. – Vol.7. – doi: 10.3389/fpsyg.2016.00714.

257. Zhao, H. Gene-based analyses reveal novel genetic overlap and allelic heterogeneity across five major psychiatric disorders / H. Zhao, D. R. Nyholt // *Hum. Genet.* – 2017. – Vol.136. – №.2. – P.263-274.

258. Zhong, X. The effect of a family-based intervention model on Internet-addicted Chinese adolescents / X. Zhong et al. // *Social Behavior and Personality: an international journal.* – 2011. – Vol.39. – N.8. – P.1021-1034.

259. Zhou, F. Orbitofrontal gray matter deficits as marker of Internet gaming disorder: converging evidence from a cross- sectional and prospective longitudinal design / F. Zhou et al. // *Addiction biology.* – 2017. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/adb.12570/full> – (дата обращения: 13.08.2024).

260. Zhou, Y. Gray matter abnormalities in Internet addiction: A voxel-based morphometry study / Y. Zhou, F.-C. Lin, Y.-S. Du et al. // *European Journal of Radiology.* – 2011. – Vol.79. – №.1. – P.92–95.

261. Zhu, T. Effects of electroacupuncture combined psycho-intervention on cognitive function and event-related potentials P300 and mismatch negativity in patients with internet addiction / T. Zhu et al. // *Chinese journal of integrative medicine.* – 2012. – Vol.18. – №.2. – P.146-151.

262. Zonglin, D. Internet addiction disorder detection of Chinese college students using several personality questionnaire data and support vector machine / D. Zonglin, G. Xiaoliang, S. Jingyu et al. // *Addict Behav Rep.* – 2019. – Vol.10. – P.100-200. – doi: 10.1016/j.abrep.2019.100200.

263. Zou, Z. et al. Definition of Substance and Non-substance Addiction // *Substance and Non-substance Addiction/* Z. Zou et al. // Springer, Singapore, 2017. – P.21-41

264. 上海市2004—2019年青少年网络成瘾变化趋势[J].

严琼;杨妍婷;祁月;齐文娟;杨东玲;罗春燕.中国学校卫生,2022(08).

265. 上海市青少年网络成瘾与家庭功能、生活事件的关系[J].

刘彦丽;何思源;薛莉莉;陈春梅;李俊梅;蔡军;张伟波.现代预防医学,2021(13).

266. 中学生网络成瘾心理问题初探[J]. 范小芳.才智,2020(14).

267. 以人为中心疗法干预青少年网络成瘾的个案研究[D].

陈洲.华中师范大学,2021.

268. 优势视角下网瘾少年行为矫正的个案工作介入研究[D].

李淼.吉林农业大学,2020.

269. 具身认知视角下青少年网络成瘾干预：回归身心一体[J].

陈欣;蒋艳菊.河南社会科学,2023(05).

270. 初中生手机成瘾调查研究[J].

梁颖;刘旭辉;涂丽娜;李彩兴.统计与管理,2023(09).

271. 初中生网络成瘾与家庭亲密度和适应性的相关研究[A].

耿璐.第二十一届全国心理学学术会议,2018.

272. 初中生网络成瘾积极心理治疗小组干预[D].

葛明惠.江西财经大学,2020.

273. 国内中学生父母教养方式与网络成瘾关系的元分析及干预研究[D]. 李莹.渤海大学,2019.

274. 基于认知行为疗法的网络游戏成瘾个案干预研究[D].

倪舜敏.华中师范大学,2021.

275. 如何预防和干预青少年网络成瘾？——
来自一项关于网络成瘾影响因素的元分析的启示[J].

耿靖宇;雷雳.心理与健康,2020(10).

276. 家庭亲密度对农村初中生网络成瘾倾向的影响:领悟社会支持和自尊的中介作用[D].曾小青.湖南师范大学,2021.

277. 家庭教养方式研究概况及对青少年网瘾行为的影响[A].

王晋蜀;严峥;李昆;郭涛;郭鹏;刘华.首届全国网络成瘾学术研讨会,2010.

278. 成都市初中生网络成瘾与心理健康的相关性研究[J].

张素华;姚雪;张丽;吴丹;陈冬梅;张华兵;欧君利;张建新.中国慢性病预防与控制,2021(01).

279. 我国中学生网络成瘾影响因素Meta分析[J].

陈春雁;罗美琪;岳玉川.中国初级卫生保健,2023(04).

280. 我国青少年网络成瘾研究20年回顾[J].

贾梦园;张芳华.健康教育与健康促进,2021(06).

281. 手机成瘾成因的行为学及认知神经科学研究[J].

胡琳.佳木斯职业学院学报,2023(07).

282. 新时期青少年网络成瘾行为研究[J].韩馨元.甘肃科技,2019(15).

283. 无聊倾向对青少年网络成瘾的影响:一个有调节的中介模型[J].

张一林;周姿言;刘雨佳;辛素飞.心理与行为研究,2022(03).

284. 有氧运动改善青少年网络成瘾效果Meta分析[J].

兰林玉;许文鑫.牡丹江师范学院学报(自然科学版),2022(03).

285. 浅析未成年人网络成瘾的原因及对策[J].

刘辰;刘森坤;柳滢;梁琪芸.劳动保障世界,2019(21).

286. 浅谈青少年“网瘾”现象和戒除方法[J]. 张松山.甘肃教育,2020(18).

287. 深圳市初中生网络成瘾3年追踪研究[J].

公娜;黄巧敏;张孟思;刘楚芬;迟新丽.中国学校卫生,2021(12).

288. 深圳市青少年网络成瘾现状及其影响因素研究[D].

陈彩云.南方医科大学,2023.

289. 社会工作介入青少年网络成瘾问题的专业反思——

基于生态系统视角[J]. 马晓翠;马春晖.社会与公益,2021(04)

290. 社会支持对青少年网络成瘾的影响：坚毅和特定领域冲动的链式中介作用[J].

凌宇;陈阳;游燊吉;申秀云;张劲强;姚娜.中国临床心理学杂志,2021(03)

291. 结构式家庭治疗模式介入青少年网瘾问题的个案研究[D].

张晓晗.长春工业大学,2021.

292. 认知行为疗法介入青少年网瘾问题[D].

余左平.江西财经大学,2020.

293. 试论优势视角下青少年网瘾问题的社会工作干预策略[J].

季晓薇.品位·经典,2021(08).

294. 辽宁省中学生网瘾情况及其影响因素分析[J].

高青;刘懿卿;叶茜雯;王国辉;苏平;周欣琳;吴明.现代预防医学,2020(18).

295. 运动干预对网络成瘾青少年的作用机制、影响及策略研究[J].

马培胜;夏忠梁;李玲;刘洋.沈阳体育学院学报,2022(06).

296. 陶然 青少年网络成瘾的综合心理治疗//China Academic Journal
Eltctronik Publishing House All Right Reseved. <http://www.cnki.net> (дата
обращения: 17.07.2022).

297. 陶然 网瘾的探析与干预// 心理与健康 PSYCHOLOGY & HEALTH
2019年7月号 总第270期.P.22-24.

298. 青少年网瘾成因及对策浅析[J]. 张治平.文学教育(下),2019(04).

299. 青少年网瘾治理的困境及对策研究[D].

危雅玲.南京师范大学,2020.

300. 青少年网瘾现状和矫正对策的研究[J].

刘潇泽.科教文汇(中旬刊),2020(03).

301. 青少年网络成瘾：现状、影响因素及预防对策[J].

古田.中小学心理健康教育,2021(17).

302. 青少年网络成瘾[M]. 李董平.中国社会出版社.2019.

303. 青少年网络成瘾不同干预措施效果的网状Meta分析[J].

乔姗姗;李英琦;刘丽.中国学校卫生,2020(08).

304. 青少年网络成瘾与生活满意度的关系：自我控制和个人公正世界
信念的链式中介作用[A].

何莎莎;罗禹;梅冬梅.第二十三届全国心理学学术会议,2021.

305. 青少年网络成瘾倾向现状研究[D]. 郭向飞.华北理工大学,2017.

306. 青少年网络成瘾成因结局及干预效果[J].

邵云云;许晟;陈佳.中国学校卫生,2020(02).

307. 青少年网络成瘾现状及干预措施研究[J].

张丽莉;王向伟.合肥学院学报(综合版),2019(04).

308. 青少年网络成瘾的个案工作研究[D].

陈汉泽.中南财经政法大学,2019.

309. 青少年网络成瘾的过程研究[D]. 焦秀秀.山东大学,2017.

310. 青少年网络成瘾问题的个案社会工作介入[D].

陈一新.西北师范大学,2019.

311. 青少年网络沉迷研究综述[J]. 康亚通.中国青年社会科学,2019(06)

312. 青少年网络游戏成瘾的研究现状与展望[J].

奚婉;胡玉正.应用心理学,2022(01).

313. 青少年网络游戏成瘾问题的个案工作研究[D].

赵雨萌.内蒙古师范大学,2020.

314. 高中生人群网络成瘾与童年期创伤的相关性[J].

胡满基;黄子瑶;张成芳;张婷婷;陈发展;王强;赵旭东.同济大学学报(医学版),2021(03).

315. 高中生网络成瘾发展轨迹及其影响因素研究[D].

高婷婷.吉林大学,2020.

ПРИЛОЖЕНИЕ**Приложение №А**

(авторское)

Анкета для подростков.

Уважаемый обучающийся!

Предлагаем принять участие в программе по изучению интересов подростков и отношения к своему здоровью. Важно искренне отвечать на вопросы. Ответы будут использованы исключительно в научных целях. Свое ФИО указывать не надо. Мы гарантируем полную конфиденциальность.

Благодарим за сотрудничество и проделанную работу!

1. Ваш пол: а. Мужской; б. Женский.
2. Ваш возраст _____
3. Вы учитесь в _____ классе.
4. С кем Вы проживаете: а. Мамой; б. Папой; в. Дедушкой; г. Бабушкой; д. Братями; е. Сестрами; ж. Другое (укажите).
5. Что для Вас является наиболее значимым в жизни? а. Взаимоотношения в семье; б. Материальное благополучие; в. Здоровье; г. Друзья; д. Любовь; е. Учеба; ж. Защита природы; з. Карьера.
6. Как Вы оцениваете свое здоровье? а. Хорошее; б. Удовлетворительное; в. Плохое; г. Затрудняюсь ответить.
7. Ваше любимое занятие в свободное время? а. Занятия спортом; б. занятия фитнесом; в. Волонтерская деятельность; г. Чтение книг, газет, журналов; д. Просмотр телевизора, видео; е. Компьютерные игры, социальные сети; ж. Прогулки с друзьями; з. Домашние дела; и. Другое.
8. Ваше отношение к селфи? а. Хорошее; б. Безразличное.
9. Используете ли Вы мессенджеры (WhatsApp? Viber? Telegram?) :
а. Да; б. Нет
10. Каким образом Вы общаетесь? а. через телефонные звонки; б. Обмен текстовыми сообщениями.

11. Осведомлены ли Вы о формировании компьютерной, игровой и интернет-зависимости? а.- Да; б. Нет.

12. Как Вы проводите время в Интернете? а. В социальных сетях; б. На форумах; в. В скайпе; г. На сайте знакомств; д. В онлайн-играх; е. Увлечения спортом; ж. Посещаю сайты для взрослых; з. Ищу информацию; и. В интернет-магазине; к. Скачиваю фильмы и музыку; д. Другое (что именно).

13. Если бы Вы заподозрили у себя наличие компьютерной, игровой или интернет-зависимости, к кому бы Вы обратились? а. К врачам, б. К родителям, в. К учителям; г. К друзьям; д. К другим (к кому именно).

14. Что, по Вашему мнению, надо сделать, чтобы у Вас не сформировалась компьютерная, игровая, или интернет-зависимость? а. проводить активную первичную профилактику (менять поведенческую стратегию); б. Ограничить время работы с компьютером; в. Предложить другие возможности времяпрепровождения и досуга; г. Другое.

15. Занимаетесь ли Вы физкультурой и спортом? а. Да, занимаюсь; б. Нет, не занимаюсь.

16. Участвуете ли Вы в проектах по защите окружающей среды? В экологических программах? (субботники, посадки деревьев, сортировка мусора). а. Да; б. Нет.

17. Что Вам необходимо для обучения навыкам здорового образа жизни? а. Наличие знаний об этом; б. Наличие денежных средств; в. Помещение и оборудование; г. Специальная литература; д. Специальные программы в школах; е. Специалисты; ж. Специальные программы по месту жительства; з. Желание; и. Сила воли; к. Другое (что именно?).

18. Кто, по Вашему мнению, должен осуществлять работу по обучению здоровому образу жизни? а. Врачи; б. Учителя, в. Тренеры; г. Родители (или другие родственники); д. Сам человек; е. Другое.

19. С какого возраста, по Вашему мнению, необходимо говорить подросткам о проблемах, связанных с формированием компьютерной,

игровой и интернет-зависимости? а. В 7-11 лет; б. В 12-15 лет; в. В 5-7 лет; г. Другое.

20. Как Вы считаете, что больше всего вредит здоровью? а. Нарушения режима учебы, труда, отдыха; б. Неправильное питание (переедание, диета, нерегулярность приема пищи, кафе быстрого питания – «фаст-фуд»); в. Длительное время пребывания за компьютером; г. Потребление психоактивных веществ (ПАВ); д. Гиподинамия; е. Плохая экология; ж. Другое (что именно?).