

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ОБДАРОВАНОЇ ДИТИНИ

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

НОВОГОРОДСЬКА МАРИНА МАКСИМІВНА

УДК 376-056.45-053.6:004.77-042.72

ДИСЕРТАЦІЯ
ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ
ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО
СЕРЕДОВИЩА

Подається на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю
011 Освітні, педагогічні науки
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ Новгородська М. М.

Науковий керівник Гальченко Максим Сергійович,
доктор філософських наук.

Київ –2022

АНОТАЦІЯ

Новгородська М. М. Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 011 Освітні, педагогічні науки. – Інститут обдарованої дитини НАПН України, Київ, 2022.

У дисертації вперше здійснено педагогічне дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Проаналізовано необхідність вирішення наукової проблеми створення розвивального середовища для обдарованих підлітків та їх однолітків; проаналізовано праці та джерела світових дослідників по даному питанню, з'ясовано стан дослідженості означеної проблематики в педагогічних джерелах; виявлено концептуальні якості обдарованої особистості; розроблено типологію залежності підлітків від віртуального середовища; висвітлено внесок всесвітніх дослідників, які працюють в руслі означеної проблематики; уточнено та обґрунтовано ключові поняття дослідження: «педагогічні засоби», «залежність», «віртуальне середовище», «обдаровані підлітки». Виявлено, що віртуальне середовище в цілому є певним продуктом трансформації сучасного інформаційного суспільства. Доведено, що поряд зі всіма можливостями віртуального середовища, найбільш затребуваною є профілактика та корекція залежності обдарованих підлітків.

Виявлено, що залежність від віртуального середовища – це патологічна пристрасть людини до проведення часу за улюбленими гаджетами, смартфонами, комп'ютерами, яка може проявлятися у декількох видах.

Доведено, що в умовах тотальної інтернетизації питання профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища стоїть дуже гостро, адже враховуючи глобальний технологічний прогрес

суспільства, необхідні профілактичні заходи конструктивного використання віртуального світу.

Досліджено феномен виникнення та формування залежності від віртуального середовища. Наведено приклади профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, доведена доцільність використання таких педагогічних засобів, як спілкування, пізнання, творча праця, гра, навчання, а також елементи арт-терапії.

Актуальність та аналіз стану розробленості проблеми дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища обумовив необхідність вирішення означеної проблеми, оскільки кількість підлітків, які деструктивно використовують віртуальне середовище, в тому числі й мережу Інтернет, постійно (щоденно) зростає. Проведений аналіз теоретико-методологічних джерел з досліджуваної проблематики виявив відсутність єдиної точки зору дослідників щодо схильності до виникнення залежності у обдарованих підлітків та їх однолітків.

Доведено, що важливого теоретичного та практичного значення набуває ретельне вивчення та розкриття сутності педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Вищезазначені аспекти зумовили вибір теми дисертаційного дослідження *«Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища»*.

Теоретично обґрунтовано та емпірично досліджено педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми профілактики та корекції залежності підлітків від віртуального середовища; емпірично досліджено особливості залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; виявлено та описано педагогічні засоби профілактики та корекції залежності від віртуального середовища; на основі виявлених педагогічних засобів розроблено програму профілактики та

корекції залежності від віртуального середовища; перевірено ефективність розробленої програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Теоретико-методологічну базу дослідження склали наукові роботи з дослідження обдарованості (М. С. Гальченко, В. В. Камишин, А. В. Малиношевська, В. М. Мадзігон, І. С. Волощук та інші), з адиктології (В. Д. Менделевич), з особливостей психологічної залежності (Е. В. Мельник, М. Г. Рябова); комп'ютерної залежності (Т. Ю. Больбот, К. В. Аймедов, К. Керделлан, В. М. Бондаровська та інші); небезпеку зловживання інтернет-мережею (О. В. Камінська, О. Є. Войскунський, С. К. Акімов); формування та прояву Інтернет-залежності (Л. О. Пережогин, К. В. Боярова); наслідків Інтернет-залежності для особистості (Г. І. Іванюк, Л. Й. Гуменюк, О. Л. Гірченко, Д. Г. Рибалтович, та інші); побудови та організації психолого-педагогічних корекційних програм (Т. С. Яценко, І. В. Вачков, С. І. Макшанов).

Для досягнення мети та реалізації завдань використано такі **методи дослідження**: *теоретичні* – аналіз філософської, педагогічної та психологічної літератури для уточнення сутності ключових понять дослідження; порівняння, класифікація й узагальнення теоретичних та емпіричних даних для виокремлення критеріїв та знаходження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; *емпіричні* – діагностичні (анкетування, експертна оцінка, бесіди, тестування) для формування експериментальної вибірки обдарованих підлітків та виявлення їх рівня залежності від віртуального середовища; експериментальні (констатувальний, формувальний і підсумковий етапи експерименту) для перевірки ефективності обґрунтованих педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; статистичні – методи математичної статистики для кількісного та якісного аналізу експериментальних даних, визначення достовірності отриманих результатів.

Дослідно-експериментальна робота здійснювалася на базі освітнього закладу – загальноосвітньої середньої спеціалізованої освіти №193 Подільського району міста Києва та на базі спеціалізованої школи I-III ступенів №307 з поглибленим вивченням природничих наук Деснянського району м. Києва, а також на базі Малої академії наук України. Загалом експериментом було охоплено три навчальних заклади різних рівнів, заповнено анкет та опитано 369 учнів.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження суттєво відрізняється від надбань, які відомі у науковому інформаційному просторі, та послідовно й системно простежується у дисертаційному дослідженні, зокрема:

розроблено нові положення: а) врахування фактору мотивації досягнення успіху є дієвим педагогічним засобом профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; б) використання елементів арт-терапії є ефективним педагогічним засобом профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

вперше:

– вирішено актуальне науково-прикладне завдання коригування стану залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища з використанням педагогічних засобів;

– системно та цілісно розкрито ідею про потужність фактору мотивації досягнення успіху як засобу корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

– знижено рівень залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

– розроблено типи залежності обдарованих підлітків та їх однолітків;

– встановлено і обґрунтовано концептуальні якості художньо-обдарованої особистості підлітка;

– розроблено типи художньої обдарованості особистості підлітків;

- виявлено специфічні особливості віртуально залежних підлітків у зв'язку з їх типом мотивації;

- отримано нові знання про особливості використання педагогічних засобів та елементів арт-терапії як превентивних інструментів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

- визначено та застосовано ефективні педагогічні засоби, що сприяють профілактиці та корекції залежності відносно різних типів особистості обдарованих підлітків:

удосконалено:

- методологічні підходи та ознаки Інтернет-залежної поведінки;

- знання про психологічні особливості обдарованих підлітків, їх характеристику, психологічний портрет і варіації залежностей;

- наукові уявлення про «педагогічні засоби» та «елементи арт-терапії», як складові превентивних заходів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Поглиблено та уточнено: зміст понять «педагогічні засоби», «профілактика», «корекція», «віртуальне середовище», «обдаровані підлітки», «залежність від віртуального середовища»;

подальшого розвитку набуло:

- дослідження психологічних особливостей залежної поведінки обдарованих підлітків;

- ідеї особистісно-орієнтованого підходу до кожного учня в процесі навчання в системі загальної середньої освіти;

- уявлення про критерії залежності від віртуального середовища;

- вплив та взаємозв'язок індивідуально-психологічних та мікросоціальних чинників на формування залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища в умовах сімейного і шкільного виховання.

Розроблено та впроваджено програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, з

урахуванням їх вікових особливостей та індивідуально-психологічних факторів.

З'ясовано, що автономність особистості підлітка та робота над недопущенням або усуненням стресорів перешкоджають виникненню залежності від віртуального середовища. Виявлено, що в основі будь-якої людської діяльності лежить мотивація. Використання різноманітних педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища сприяє підвищенню мотивації досягнення успіху та уникнення невдач. Доведено, що мотивація досягнення успіху є потужним фактором корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Практичне значення одержаних наукових результатів полягає у визначенні педагогічних засобів, психологічних особливостей, динаміки психічних процесів та потенційних можливостей обдарованих підлітків з різним рівнем залежності від віртуального середовища. Розроблено програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Ці наукові результати можуть застосовуватися в психолого-педагогічній практиці профілактичної та корекційно-виховної роботи не лише в закладах середньої освіти, але і в позашкільних закладах освіти.

Результати дослідження **впроваджено** в освітній процес: спеціалізованої школи №193 з поглибленим вивченням української мови та літератури Подільського району міста Києва (довідка N 408 від 11.03.2021 р.); Національного центру «Малої академії наук України» (довідка N 172/1.1/2-420 від 02.07.2021 р.).

Основні положення та результати дослідження було представлено у доповідях та повідомленнях на наукових та науково-практичних конференціях різного рівня: *міжнародних* – «Обдаровані діти – скарб нації» (м. Київ, 2020 р.); «Обдаровані діти – скарб нації» (м. Київ, 2021 р.); «Educational challenges and research – interdisciplinary context» (м. Київ, 2021 р.); *всеукраїнських* – «Підтримка та супровід обдарованих учнів в

сучасному інформаційному просторі» (м. Київ, 2020 р.); «Підтримка та супровід професійного самовизначення обдарованих учнів у сучасному інформаційно-освітньому просторі», (м. Київ, 2021 р.); «Проектування розвитку та психолого-педагогічного супроводу обдарованої особистості» (м. Київ, 2021 р.); «Розвиток обдарованої особистості: світовий та вітчизняний контексти» (м. Київ, 2021 р.); «Обдарованість: методи діагностики та специфіка моніторингу» (м. Київ, 2022 р.).

Результати дослідження обговорювалися на засіданнях відділу інноваційних технологій в розвитку обдарованості, щорічних звітних наукових конференціях Інституту обдарованої дитини НАПН України (2018–2022 рр.).

Основні результати дисертаційного дослідження викладено в 5 (одноосібних) публікаціях, з яких 1 відображає основні наукові результати, 2 – апробаційного характеру, 2 – додатково відображають наукові результати дисертації.

Дисертація складається зі вступу, трьох розділів основної частини, поділених на підрозділи, висновків до розділів, висновків до роботи та списку використаних джерел (213 найменувань, з них 67 – іноземною мовою), додатків на 25 сторінках. Загальний обсяг дисертації становить 229 сторінок, основний зміст дисертації викладено на 183 сторінках.

Ключові слова: педагогічні засоби, віртуальне середовище, залежність, профілактика, корекція, обдаровані підлітки.

ABSTRACT

Novohorodska M.M. Pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment. – Qualifying scientific work (manuscript).

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in specialty 011 Educational and Pedagogical Sciences. – Institute of Gifted Child of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, 2022.

A pedagogical study of pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment was carried out in the PhD thesis. The necessity of solving the scientific problem of creating a developing environment for gifted teenagers and their peers is analyzed; the works and sources of world researchers on this issue are analyzed, the state of research of this issue in pedagogical sources is clarified; the conceptual qualities of a gifted person were revealed; a typology of adolescent addiction to the virtual environment was developed; the contribution of world scientists working in line with this issue is highlighted; the key concepts of the study: "pedagogical means", "addiction", "virtual environment", "gifted teenagers" were clarified and substantiated. It has been established that the virtual environment as a whole is a certain product of the transformation of the modern information society. It has been proved that along with all the possibilities of the virtual environment, the prevention and correction of addiction of gifted adolescents is the most in demand.

It was revealed that addiction to the virtual environment is a pathological passion of a person to spend time on their favorite gadgets, smartphones, computers, which can manifest itself in several forms.

It has been proved that in the context of total internalization, the issue of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment is very acute, given the global technological progress of society, preventive measures are needed to constructively use the virtual world.

The phenomenon of emergence and formation of addiction to the virtual environment is investigated. Examples of prevention and correction of addiction to the virtual environment are given. The expediency of using such pedagogical means as communication, cognition, creative work, play, learning, elements of art therapy are proved.

The relevance and analysis of the state of development of the problem of studying pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment necessitated the solution of this problem. The number of adolescents destructively using the virtual environment, including the Internet, is constantly (daily) growing. The analysis of theoretical and methodological sources on the issues under study revealed the lack of a unified point of view of researchers on the propensity to develop addiction in gifted adolescents and their peers.

It is proved that a thorough study and disclosure of the essence of pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment is of great theoretical and practical importance. The above aspects led to the choice of the topic of the dissertation research "Pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment."

Pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment are theoretically substantiated and empirically studied.

A theoretical and methodological analysis of the problem of prevention and correction of adolescents' addiction to the virtual environment was carried out; the peculiarities of the addiction of gifted adolescents to the virtual environment have been empirically studied; the pedagogical means of prevention and correction of addiction to the virtual environment were identified and described; a program was developed for the prevention and correction of addiction to the virtual environment on the basis of the identified pedagogical means; the effectiveness of the developed program for the prevention and correction of addiction of gifted adolescents to the virtual environment was tested.

The theoretical and methodological basis of the study was made up of scientific works on the study of giftedness (M. S. Halchenko, V. V. Kamyshin, A. V. Malinoshevska, V. M. Madzigon, I. S. Voloshchuk and others), on addictology (V. D. Mendelevich), from the features of psychological addiction

(E. V. Melnik, M. G. Ryabova); computer addiction (T. Yu. Bolbot, K. V. Aimerdov, K. Kerdellan, V. M. Bondarovska and others); the danger of abuse of the Internet network (O. V. Kaminska, O. E. Voiskunsky, S. K. Akimov); formation and manifestations of Internet addiction (L.A. Perezhegin, K. V. Boyarova); the consequences of Internet addiction for the individual (G. I. Ivanyuk, L. I. Gumenyuk, A. L. Girchenko, D. G. Rybaltovich and others); construction and organization of psychological and pedagogical correctional programs (T. S. Yatsenko, I. V. Vachkov, S. I. Makshanov).

Methods were used to achieve the goals and implement the tasks, the following research: theoretical – analysis of philosophical, pedagogical and psychological literature to clarify the essence of the key concepts of the study; comparison, classification and generalization of theoretical and empirical data to identify criteria and find pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents on the virtual environment; empirical – diagnostic (questionnaires, peer review, interviews, testing) to form an experimental sample of gifted adolescents and identify their level of addiction to the virtual environment; experimental (stating, forming and final stages of the experiment) to test the effectiveness of reasonable pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment; statistical – methods of mathematical statistics for quantitative and qualitative analysis of experimental data, determining the reliability of the results obtained.

Experimental work was carried out on the basis of an educational institution – general education secondary specialized education No 193 of the Podolsky district of Kyiv and on the basis of a specialized school of I-III levels No. 307 with in-depth study of natural sciences of the Desnyansky district of Kyiv, on the basis of the Junior Academy of Sciences of Ukraine. The experiment covered three educational institutions of different levels, questionnaires were filled out and 369 students were interviewed.

The scientific novelty of the research results obtained differs significantly from the assets known in the scientific information space, and is consistently and systematically traced in the dissertation research, in particular:

new provisions have been developed: a) the success motivation factor is an effective pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents on the virtual environment; b) using of elements of art therapy is an effective pedagogical means of preventing and correcting the addiction of gifted adolescents on the virtual environment;

first:

– the actual scientific and applied problem of correcting the state of addiction of gifted adolescents to the virtual environment was solved using pedagogical tools;

– the idea of the power of the success motivation factor as a means of correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment is systematically and holistically disclosed;

– the level of addiction of gifted teenagers to the virtual environment has been reduced;

– types of addiction of gifted adolescents and their peers have been developed;

– the conceptual qualities of the artistically gifted personality of a teenager were established and substantiated;

– types of artistic giftedness of the personality of adolescents have been developed;

– specific features of virtual addict teenagers were revealed in connection with their type of motivation;

– new knowledge was obtained about the peculiarities of the use of pedagogical tools and elements of art therapy as preventive tools for the prevention and correction of the addiction of gifted adolescents to the virtual environment;

- the effective pedagogical tools were identified and applied that contribute to the prevention and correction of addiction on different personality types of gifted adolescents;

- methodological approaches and signs of Internet-addicted behavior were improved;

- knowledge about the psychological characteristics of gifted adolescents, their characteristics, psychological portrait and variations of addictions was improved;

- scientific ideas about "pedagogical means" and "elements of art therapy" as components of preventive measures for the prevention and correction of gifted adolescents' addiction on the virtual environment were improved. The content of the concepts of "pedagogical means", "prevention", "correction", "virtual environment", "gifted teenagers", "addiction on the virtual environment" were deepened and refined;

- study of the psychological characteristics of the addiction behavior of gifted adolescents gained further development;

- ideas of a student-centered approach to each student in the learning process in the system of general secondary education gained further development;

- understanding of the criteria for addiction to the virtual environment gained further development;

- the influence and interrelationship of individual psychological and microsocial factors on the formation of addiction of gifted adolescents to the virtual environment in the context of family and school education gained further development. A program has been developed and implemented to prevent and correct the addiction of gifted adolescents on the virtual environment, taking into account their age characteristics and individual psychological factors.

It has been established that the autonomy of the personality of a teenager and work on the prevention or elimination of stressors prevent the emergence of addiction on the virtual environment. It has been established that motivation is the basis of any human activity. The use of various pedagogical means of preventing

and correcting the addiction of gifted adolescents to the virtual environment contributed to an increase in the motivation to achieve success and avoid failures. It has been proven that the motivation for success is a powerful factor in correcting the addiction of gifted adolescents on the virtual environment.

The practical significance of the obtained scientific results lies in the determination of pedagogical means, psychological characteristics, the dynamics of mental processes and the potential of gifted adolescents with different levels of addiction to the virtual environment. A program has been developed to prevent and correct the addiction of gifted teenagers on the virtual environment. These scientific results can be applied in the psychological and pedagogical practice of preventive and correctional and educational work not only in institutions of secondary education, but also in out-of-school educational institutions.

The results of the study were introduced into the educational process: specialized school No 193 with in-depth study of the Ukrainian language and literature of the Podolsky district of Kyiv (certificate N 408 dated 03/11/2021); National Center "Junior Academy of Sciences of Ukraine" (certificate N 172/1.1/2-420 dated 02.07.2021).

The main provisions and results of the study were presented in reports and messages at scientific and scientific-practical conferences of various levels: international – "Gifted children - the treasure of the nation" (Kyiv, 2020); "Gifted children are the treasure of the nation" (Kyiv, 2021); "Educational challenges and research – interdisciplinary context" (Kyiv, 2021); all-Ukrainian – "Support and support for gifted students in the modern information space" (Kyiv, 2020); "Support and maintenance of professional self-determination of gifted students in the modern information and educational space" (Kyiv, 2021); "Designing the development and psychological and pedagogical support of a gifted personality" (Kyiv, 2021); "Development of a gifted personality: global and domestic contexts" (Kyiv, 2021); "Giftedness: diagnostic methods and specifics of monitoring" (Kyiv, 2022).

The results of the study were discussed at meetings of the Department of Innovative Technologies in the Development of Giftedness, annual reporting scientific conferences of the Institute of Gifted Child of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine (2018-2022).

The main results of the dissertation research are presented in 5 (sole) publications, of which 1 reflect the main scientific results, 2 are of an approbation nature, 2 additionally reflects the scientific results of the dissertation.

The dissertation consists of the introduction of three sections of the main part, divided into subsections, conclusions to the sections, conclusions to the work and a list of sources used (213 titles, 67 of them in foreign language), applications on 25 pages. The total volume of the dissertation is 229 pages, the main content of the dissertation is presented on 183 pages.

Keywords: pedagogical tools, virtual environment, addiction, prevention, correction, gifted children.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях:

1. Новгородська М. М. Результати дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*. 2021. Вип. 2. № 27. С. 31–37. (0,5 д.а.)

Публікації, що засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

2. Novohorodska M. M. Correction of addiction of gifted adolescents to the virtual environment. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2022. Vol. X (102), Issue 263. P. 39–41. (0,4 д.а.)
3. Новгородська М. М. Основи профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. *Обдаровані діти – скарб нації: матеріали Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції*

(м. Київ, 8–11 грудня 2020 року). Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2020. С. 293–295. (0,2 д.а.)

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації:

4. Новгородська М. М. Превентивні заходи попередження виникнення залежності підлітків від віртуального середовища. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2022. №1 (84). С. 45–48. (0,5 д.а.)
5. Новгородська М. М. Теоретичні основи профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2021. 2 (81), С. 98–103. (0,5 д.а.)

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ.....	2
ABSTRACT	8
СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ....	15
ВСТУП.....	17
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА	28
1.1. Розгляд феномену залежності від віртуального середовища у сучасній науці.....	28
1.2. Особливості виникнення та розвитку залежності від віртуального середовища у підлітковому віці.....	48
1.3. Розвивальний потенціал педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища ..	71
Висновки до першого розділу.....	84
Розділ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	87
2.1. Методологічне обґрунтування дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності, і організація експериментальної роботи	87
2.2. Психолого-педагогічні особливості підлітків, залежних від віртуального середовища	98
2.3. Аналіз взаємозв'язку різних педагогічних засобів та залежності від	

	18
віртуального середовища	118
Висновки до другого розділу	127
Розділ 3 ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА	130
3.1. Опис та особливості використання програми профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища у педагогічній та психологічній практиці	130
3.2. Аналіз результатів реалізації програми профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища	155
3.3. Узагальнення результатів дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища	163
Висновки до третього розділу	177
ВИСНОВКИ	179
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	184
ДОДАТКИ	205

ВСТУП

Актуальність теми. За останні десятиріччя нові технології повністю змінили світ, відносини, спілкування та побут людей. Більш за все піддаються впливу нового технологічного суспільства діти. Підлітки ще не можуть в повній мірі самостійно контролювати своє життя. Звідси виникають порушення вольової саморегуляції, можлива патологічна захопленість віртуальним середовищем (мережею Інтернет та гаджетами).

Зважаючи на те, що в силу нових технологічних зрушень у суспільстві, основним домінуючим каналом комунікації серед підлітків є мережа Інтернет, задля уникнення повного занурення підлітків у віртуальне середовище і, як наслідок формування залежної поведінки, наразі постає гостро актуальною проблема профілактики, та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Останнім часом не тільки в Україні, а й по всьому світі все частіше трапляються випадки залежності від віртуального середовища. Учень підліткового віку з залежністю від віртуального середовища має відмітні риси, які проявляються як специфічними внутрішніми характерологічними властивостями, так і зовнішніми поведінковими шаблонами: знижена саморегуляція, слабка здатність до вольових зусиль, емоційна нестійкість, підвищена збудливість, висока тривожність, відчуття безпорадності, нездатність впоратися з життєвими невдачами, знижена самооцінка, уникання відповідальності і реальності в цілому, та як наслідок, знижена мотивація до навчання та пізнання. Тому перед сучасними педагогічними працівниками і батьками стоїть завдання профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. У цих умовах важливого значення набуває комплекс педагогічних засобів профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, який має стати компонентом освітнього процесу. Від наявності чи відсутності залежності від віртуального середовища залежить не тільки успішність обдарованого

підлітка, глибина й міцність знань, бажання і здатність навчатися протягом усього життя, але і психічне та фізичне здоров'я.

Отже, ефективна реалізація педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища є актуальною проблемою для педагогіки в цілому, психології обдарованої особистості, педагогічної психології, та інших галузей науки.

У сучасній науці активно вивчається вплив інформаційних технологій на особистість (В. М. Бондаровська, О. В. Дорохов, Т. Б. Волобуєва, О. П. Белінська та інші). Вивчаються нові форми спілкування – кіберкомунікації (А. А. Засєкін, К. Г. Батаєва); науковці зазначають, що інформатизація суспільства призводить до віртуалізації свідомості (Є. В. Магда, В. В. Брязкун та інші); підвищується прояв девіантної поведінки (С. О. Мащак, Л. І. Гаврищак); з'являються психічні та поведінкові розлади (Т. Ю. Больбот, К. В. Боярова); підвищується рівень тривожності (О. Л. Гірченко) та агресивності (О. С. Пюра).

Проблемою вивчення обдарованості займалися такі дослідники як М. С. Гальченко [178], В. В. Камишин [179], М. М. Рева [180], В. М. Мадзігон [181], І. С. Волощук [182], К. А. Андросович та Л. І. Ткаченко [138], В. В. Рибалка [183], А. В. Малиношевська [185], Ф. Монкс [129], Дж. Рензулі [184] та інші.

Зважаючи на важливість порушеної проблеми, науковці досліджували різні аспекти феномену залежності від віртуального середовища. Аналізувались психологічні аспекти комунікативних процесів у мережі «Інтернет» (О. Є. Войскунський, С. Д. Максименко); виявлені зміни мотиваційної сфери залежних осіб (О. М. Арестова); вплив віртуальної взаємодії на особистість (М. В. Воропаєв, М. Ю. Говорухіна, М. І. Томчук); вивчались засоби психотерапії станів залежності (Б. Д. Карвасарський та інші).

Багато праць присвячено аналізу специфіки прояву Інтернет-залежності у підлітковому віці (В. В. Білоущенко, О. С. Пюра, К. В. Аймедов,

Г. О. Хомич), для яких Інтернет виступає віртуальним середовищем, сприятливим для прояву кібербулінгу (Л. А. Найдьонова). Вивчався вплив адикції на соціалізацію (Л. Й. Гуменюк, О. В. Дорохов), вплив на фізичне і психічне здоров'я (О. Т. Марків) тощо. Наразі вирішення проблеми залежності від віртуального середовища повинно бути системним і включати в себе на початку – недопущення проблеми шляхом профілактики, а в ситуації вже наявної проблеми залежності, – корекції педагогічними засобами.

Отже, у процесі розвитку цифрової трансформації суспільства існують суперечності, які актуалізують вивчення проблеми дослідження: зокрема вплив надмірного використання інформаційних технологій підлітками; розлади поведінки; підвищений рівень тривожності та агресивності; віртуалізація свідомості; підвищення девіантних проявів поведінки; глобальний перехід підліткової комунікації у мережу Інтернет; прояви кібербулінгу; специфіка прояву Інтернет-залежності у підлітковому віці; негативний вплив на фізичне і психічне здоров'я тощо.

Вище зазначені аспекти зумовили вибір теми дослідження «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота пов'язана з темою науково-дослідної роботи відділу проектування розвитку обдарованості «Інформаційно-технологічне забезпечення розвитку академічної обдарованості старшокласників на засадах синергетики» (реєстраційний номер 0117U004062), а також з темою науково-дослідної роботи відділу діагностики обдарованості «Теоретико-методичні засади діагностики чинників розвитку обдарованої особистості» (номер державної реєстрації 0122U000229) Інституту обдарованої дитини НАПН України. Тема дисертаційної роботи затверджена вченою радою Інституту обдарованої дитини НАПН України від 2018 р. (протокол № 9 від 31 жовтня 2018 року).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Відповідно до мети та гіпотези визначено такі **завдання дослідження**:

1) здійснити теоретико-методологічний аналіз проблеми профілактики та корекції залежності підлітків від віртуального середовища;

2) емпірично дослідити особливості залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

3) виявити та схарактеризувати педагогічні засоби профілактики та корекції залежності від віртуального середовища (в практиці);

4) на основі виявлених педагогічних засобів розробити програму профілактики та корекції залежності від віртуального середовища;

5) перевірити ефективність розробленої програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Об'єкт дослідження – залежність обдарованих підлітків від віртуального середовища

Предмет дослідження – особливості педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Теоретико-методологічну базу дослідження складають наукові роботи з дослідження обдарованості (М. С. Гальченко, В. В. Камишин, А. В. Малиношевська, В. М. Мадзігон, І. С. Волощук та інші), з адиктології (В. Д. Менделевич), з особливостей психологічної залежності (Е. В. Мельник, М. Г. Рябова); комп'ютерної залежності (Т. Ю. Больбот, К. В. Аймедов, К. Керделлан, В. М. Бондаровська та інші); небезпеку зловживання мережею «Інтернет» (О. В. Камінська, О. Є. Войскунський, С. К. Акімов); формування та прояву Інтернет-залежності (Л. О. Пережогин, К. В. Боярова); наслідків Інтернет-залежності для особистості (Г. І. Іванюк, Л. Й. Гуменюк, О. Л. Гірченко, Д. Г. Рибалтович, та інші); побудови та організації психолого-

педагогічних корекційних програм (Т. С. Яценко, І. В. Вачков, С. І. Макшанов).

Для досягнення мети та реалізації завдань використано такі **методи дослідження**: *теоретичні* – аналіз філософської, педагогічної та психологічної літератури для уточнення сутності ключових понять дослідження; порівняння, класифікація й узагальнення теоретичних та емпіричних даних для виокремлення критеріїв, та знаходження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; *емпіричні* – діагностичні (анкетування, експертна оцінка, бесіди, тестування) для формування експериментальної вибірки обдарованих підлітків та виявлення їх рівня залежності від віртуального середовища; експериментальні (констатувальний, формувальний і підсумковий етапи експерименту) для перевірки ефективності обґрунтованих педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; статистичні – методи математичної статистики для кількісного та якісного аналізу експериментальних даних, визначення достовірності отриманих результатів.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота здійснювалася на базі освітнього закладу – загальноосвітньої середньої спеціалізованої освіти №193 Подільського району міста Києва та на базі спеціалізованої школи I-III ступенів №307 з поглибленим вивченням природничих наук Деснянського району м. Києва, а також на базі Малої академії наук України. Загалом експериментом було охоплено три навчальних заклади різних рівнів, заповнено анкет та опитано 369 учнів.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження суттєво відрізняється від надбань, які відомі у науковому інформаційному просторі, та послідовно й системно простежується у дисертаційному дослідженні, зокрема:

розроблено нові положення: а) врахування фактору мотивації досягнення успіху є дієвим педагогічним засобом профілактики та корекції

залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;
б) використання елементів арт-терапії є ефективним педагогічним засобом профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

вперше:

– вирішено актуальне науково-прикладне завдання коригування стану залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища з використанням педагогічних засобів;

– системно та цілісно розкрито ідею про потужність фактору мотивації досягнення успіху як засобу корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

– знижено рівень залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

– розроблено типи залежності обдарованих підлітків та їх однолітків;

– встановлено і обґрунтовано концептуальні якості художньо-обдарованої особистості підлітка;

– розроблено типи художньої обдарованості особистості підлітків;

– виявлено специфічні особливості віртуально залежних підлітків у зв'язку з їх типом мотивації;

– отримано нові знання про особливості використання педагогічних засобів та елементів арт-терапії як превентивних інструментів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища;

– визначено та застосовано ефективні педагогічні засоби, що сприяють профілактиці та корекції залежності відносно різних типів особистості обдарованих підлітків;

удосконалено:

– методологічні підходи та ознаки Інтернет-залежної поведінки;

– знання про психологічні особливості обдарованих підлітків, їх характеристику, психологічний портрет і варіації залежностей;

– наукові уявлення про педагогічні засоби та елементи арт-терапії, як складові превентивних заходів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Поглиблено та уточнено зміст понять «педагогічні засоби», «профілактика», «корекція», «віртуальне середовище», «обдаровані підлітки», «залежність від віртуального середовища»;

подальшого розвитку набуло:

– дослідження психологічних особливостей залежної поведінки обдарованих підлітків;

– ідеї особистісно-орієнтованого підходу до кожного учня в процесі навчання в системі загальної середньої освіти;

– уявлення про критерії залежності від віртуального середовища;

– вплив та взаємозв'язок індивідуально-психологічних та мікросоціальних чинників на формування залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища в умовах сімейного і шкільного виховання. Розроблено та впроваджено програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, з урахуванням їх вікових особливостей та індивідуально-психологічних факторів.

З'ясовано, що автономність особистості підлітка та робота над недопущенням або усуненням стресорів перешкоджають виникненню залежності від віртуального середовища. Виявлено, що в основі будь-якої людської діяльності лежить мотивація. Використання педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища та елементів арт-терапії сприяло підвищенню мотивації досягнення успіху та уникнення невдач. Доведено, що мотивація досягнення успіху є потужним фактором корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Зазначимо, що наша програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища має свою специфіку, пов'язану з особливостями використання, та може стати допоміжним засобом

у роботі педагогічних працівників, і батьків, які стикаються з нагальною проблемою залежності від віртуального середовища у підлітків. Особливостями використання нашої програми є: вікова, статева, особливості, а також експресивна наповненість програми; можливість використання як у домашніх умовах, так і в умовах навчального процесу.

Практичне значення одержаних наукових результатів полягає у визначенні педагогічних засобів, психологічних особливостей, динаміки психічних процесів та потенційних можливостей обдарованих підлітків з різним рівнем залежності від віртуального середовища. Розроблено програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Ці наукові результати можуть застосовуватися в психолого-педагогічній практиці профілактичної та корекційно-виховної роботи не лише в закладах середньої освіти, але і в позашкільних закладах освіти.

Результати дослідження **впроваджено** в освітній процес: спеціалізованої школи №193 з поглибленим вивченням української мови та літератури Подільського району міста Києва (довідка N 408 від 11.03.2021 р.); Національного центру «Малої академії наук України» (довідка N 172/1.1/2-420 від 02.07.2021 р.).

Особистий внесок здобувача полягає в розробленні теоретичних основ профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, аналізі впливу надмірного та деструктивного використання віртуального середовища на особистість обдарованого підлітка та розробці дієвих превентивних засобів профілактики та корекції залежності.

Дисертація є самостійною науковою працею, в якій висвітлені власні ідеї і розробки, що дозволили вирішити поставлені завдання. Робота містить теоретичні та методичні положення, а також висновки, сформульовані особисто автором. Використані в дисертації ідеї, положення чи гіпотези інших авторів мають відповідні посилання і використані лише для підкріплення власних ідей.

Апробація результатів дисертації. Основні положення та результати дослідження було представлено у доповідях та повідомленнях на наукових та науково-практичних конференціях різного рівня: *міжнародних* – «Обдаровані діти – скарб нації» (м. Київ, 2020 р.); «Обдаровані діти – скарб нації» (м. Київ, 2021 р.); «Educational challenges and research – interdisciplinary context» (м. Київ, 2021 р.); *всеукраїнських* – «Підтримка та супровід обдарованих учнів в сучасному інформаційному просторі» (м. Київ, 2020 р.); «Підтримка та супровід професійного самовизначення обдарованих учнів у сучасному інформаційно-освітньому просторі», (м. Київ, 2021 р.); «Проектування розвитку та психолого-педагогічного супроводу обдарованої особистості» (м. Київ, 2021 р.); «Розвиток обдарованої особистості: світовий та вітчизняний контексти» (м. Київ, 2021 р.); «Обдарованість: методи діагностики та специфіка моніторингу» (м. Київ, 2022 р.).

Результати дослідження обговорювалися на засіданнях відділу інноваційних технологій в розвитку обдарованості, щорічних звітних наукових конференціях Інституту обдарованої дитини НАПН України (2018–2022 рр.).

Публікації. Основні результати дисертаційного дослідження викладено в 5 (одноосібних) публікаціях, з яких 1 відображає основні наукові результати, 2 – апробаційного характеру, 2 – додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів основної частини, поділених на підрозділи, висновків до розділів, висновків до роботи та списку використаних джерел (213 найменувань, з них 67 – іноземною мовою), додатків на 25 сторінках. Загальний обсяг дисертації становить 229 сторінок, основний зміст дисертації викладено на 183 сторінках.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

1.1. Розгляд феномену залежності від віртуального середовища у сучасній науці

Проблемі впливу віртуального середовища, інформаційних технологій на особистість присвячено багато праць (В. М. Бондаровська, О. В. Дорохов, Т. Б. Волобуєва, О. П. Белінська та інші). Вивчався вплив Інтернет-залежності на соціалізацію (Л. Й. Гуменюк, О. В. Дорохов), вплив на фізичне і психічне здоров'я (О. Т. Марків) тощо. Для визначення місця Інтернет-залежності в системі інших залежностей, а також для розкриття суті понять віртуального середовища, проаналізуємо ці поняття.

Визначимо поняття *віртуальності*. С. І. Ожегов трактує поняття *віртуальний* як неіснуючий, але можливий. Віртуальні світи. Віртуальна реальність (неіснуюча, уявна). Віртуальний образ (в комп'ютерних іграх) [1].

Зрозуміло, що *віртуальне середовище* – це певне уявне середовище, в яке відходять від реальності люди. Інтернет-середовище в якому дії користувача відзначаються патологічною віртуальною активністю може призвести його до сплутаної ідентичності. Крім того, гіпертрофоване збільшення кількості віртуальних контактів може призвести користувача до кризи інтимності. Користувач підліткового віку, як правило, не може якісно оцінити кількість часу, проведеного у віртуальному середовищі.

Відбувається так звана дифузія часової перспективи. Тобто підліток може тривалий час займатися безцільною навігацією в мережі «Інтернет». В результаті у користувача підвищується ризик вибору негативної ідентичності, що може проявлятися в анти-нормативній поведінці у віртуальному середовищі [2].

Отже, під *віртуальним середовищем* ми розуміємо в нашій роботі не тільки інтернет-середовище, а й так звану віртуальну реальність, комп'ютерні ігри, віртуальні пристрої, ігрові гаджети. Під залежністю від віртуального середовища в цілому, ми розуміємо поведінкову залежність підлітків від різних цифрових пристроїв, в тому числі й Інтернет-залежність.

Віртуальне середовище – це світ інформаційних технологій, який характеризується безмежністю, у ньому встановлення власних меж особистості відбувається через перенесення у віртуальне середовище тих параметрів, які об'єктивно існують у реальному житті, або через віртуальну конструкцію власного образу [3].

Крім того, ми спостерігаємо втрату інтересу залежних від віртуального середовища підлітків до реального світу, у них наявна певна відчуженість. Таку тенденцію помітили також інші дослідники, зокрема наша колега, українська дослідниця О. В. Федик [108, с. 540]. Вона зазначає, чому віртуальна реальність так легко заповонила світ. Бо ця реальність є легко доступною, та поширеною по всьому світу, вона дає анонімність та повну свободу дій, а також певну безкарність. Це новий світопростір – віртуальне середовище. Як і всяка нова реальність – віртуальне середовище, крім позитивних моментів, має свої загрози і небезпеки.

За даними італійських дослідників [93], у 2019 році 90% населення Землі користувалося Інтернетом саме через свої мобільні телефони. Дослідження, проведені в різних європейських країнах (Бельгії, Данії, Ірландії, Італії, Португалії, Румунії та Великобританії) показали, що майже половина молодих людей – були підлітки у віці від 9 до 16 років, які щодня користувались власним смартфоном для доступу до Інтернету [94]. Порівняно з 2013 роком, у 2017 році відбулося значне збільшення використання смартфонів для доступу до Інтернету серед дітей (тобто з 42% у 2013 році до 84% у 2017 році) [95]. Ці дані відповідають тим, які спостерігаються в інших країнах та суспільствах. Те ж саме ми можемо сказати і про Україну.

Отже, помітна світова тенденція – домінування смартфонів у якості платформи для виходу в Інтернет порівняно з минулим десятиліттям, коли більшість населення використовувала персональний комп'ютер (ПК) для виходу в Інтернет.

При характеристиці поняття «залежності», науковці використовують різні поняття, наприклад, адикція, адиктивна поведінка, синдром залежності, психологічна залежність тощо.

Загалом поняття *залежності* трактується різними джерелами по-різному, наприклад, у психолого-педагогічному словнику, як – неадекватно висока сприйнятливність до того чи іншого зовнішнього впливу, як правило, у зв'язку з особистісною нездатністю відмовитися від впливу [4]. У тому ж словнику Інтернет-залежність трактується, як хвороблива пристрасть до Інтернету, викликана невротичною потребою уникати негативні почуття по відношенню до психотравмуючих соціальних ситуацій. Багатогодинні занурення в «світову павутину» супроводжуються відчуженістю від дійсності, яка обезсмилюється і, здається, вже не має значення, порушенням сприйняття реального часу і віртуалізацією свідомості, розладами сну, апетиту, вегетативної регуляції, тривогою, обмеженням сфери контактів переважно електронними листуванням, значним ослабленням просоціальної активності і прогресуючим накопиченням насущних життєвих проблем, що, в свою чергу, ще більше посилює Інтернет-залежність [4].

Поняття *залежності* у тлумачному словнику В. Даля трактується наступним чином: залежати від чого або кого, бути під владою, під повним впливом, бути у чийсь волі. Залежність є станом залежного [5].

У тлумачному словнику С. І. Ожегова поняття *залежності* трактується як 1. зв'язаність явищ, що обумовлює їх існування або співіснування; обумовленість людей від навколишнього середовища. 2. Підпорядкованість іншим (іншому) при відсутності самостійності, свободи [1].

Інші автори визначають *залежність* як стан особистості або її поведінку, коли вона підпорядковується іншій людині або ситуації [6].

Синдром психічної залежності трактується як частина синдрому залежності, що включає нав'язливе прагнення до вживання психоактивної речовини та здатність досягнення стану психічного комфорту при взаємодії з відповідним агентом [7].

Б. Д. Карвасарський [8] щодо нашої проблеми дослідження пише, що у здорової людини баланс потреб в незалежності – залежності в процесі соціалізації зазнає змін: залежність зменшується, а незалежність збільшується. При деяких обставинах у будь якої людини залежність може періодично підвищуватись, наприклад під час хвороби, незалежність так само може збільшуватись, наприклад у разі успіху або в повністю контрольованих небезпечних ситуаціях.

Одним з перших Інтернет-залежність почав вивчати А. Голдберг [9]. Він розумів під Інтернет-залежністю нав'язливий і непереборний потяг до використання Інтернету, що призводить до значного погіршення психічного стану людини.

Проаналізувавши різні трактування поняття «залежності», ми побачили спільні ознаки з іншими видами залежностей, такі як: нав'язливе прагнення до взаємодії з об'єктом залежності; надання йому переваги, при усвідомленні того, що це завдає шкоду і негативно впливає на саму особистість та на стосунки з оточуючими; а також витрачання значної кількості часу та фінансів на об'єкт залежності.

Зазначимо, що у психологічних словниках поняття «залежність» і «адикція» характеризуються як синонімічні [10].

Визначимо етимологічний контекст поняття «адикція». Воно походить від латинського *addictio*, що означає вирок та *addictus* – тобто приречений [11]. В цьому понятті бачимо дещо деструктивний контекст. Розглядаючи поняття «залежність», керуючись позицією В. Д. Менделевича, ми погоджуємось з ним у тому, що синонімами до поняття залежності є прив'язаність та звичка [12].

У психологічному тлумачному словнику Інтернет-залежність трактується як сучасний вид залежності, при якому виникає бажання постійного перебування у всесвітній мережі [13].

Л. О. Перегожин [92] в якості основної характеристики синдрому залежності від віртуального середовища зазначає, що це потяг до взаємодії з мережею або пристроями – персональним комп'ютером (ПК), планшетним комп'ютером, мобільним телефоном. Дослідник виявив наступні закономірності залежності від Інтернету і засобів доступу до нього: потяг до пристроїв, які забезпечують доступ в мережу, може носити періодичний або постійний характер (у залежних підлітків молодше 16 років – постійний); потяг часто носить непереборний характер; молоді люди описують сильне бажання грати в комп'ютерні ігри або «бродити по Інтернету» без певної мети і внутрішньої логіки, залишати повідомлення в соціальних мережах; якщо потяг з якихось причин не реалізується негайно, думки про це стають невідступними; багато неповнолітніх описують передчуття мережевої активності, що наростає напередодні сеансу Інтернету. Процес мережевої активності супроводжується ейфорією на ранній стадії залежності, надалі – появою моторних автоматизмів, елементів дереалізації і деперсоналізації, зміною почуття плину часу. Через кілька годин мережевої активності виникає загальмованість, що змінюється сном [92].

Залежна поведінка найбільш часто є девіантною за своєю структурою. Внаслідок цього логічним представляється аналіз сучасного стану проблеми девіантної поведінки [14]

В деяких роботах дослідників Інтернет-залежності [15; 16], проводилась паралель між Інтернет-залежністю і наркоманією, та алкоголізмом.

З позиції української дослідниці О. В. Камінської [17, с. 25] Інтернет-залежність повинна аналізуватись як процес порушення соціальних зв'язків.

Інший дослідник В. А. Ємелін стверджує, що особливості сучасних технологій певною мірою зумовлюють виникнення залежності, відкриваючи можливості для задоволення людських потреб [18].

Серед науковців існує думка [19], що Інтернет-залежність можна віднести до кібернетичних розладів, що проявляється у втраті відчуття часу і реальності в ситуації захоплення комп'ютером. В такому випадку використовується поняття «кіберадикція», яка так само розглядається нами як залежність від віртуального середовища.

Отже, під залежністю від віртуального середовища ми розуміємо таке порушення поведінки, що полягає в прагненні до *відходу* від реальної дійсності за допомогою зміни психічного стану, що здійснюється за допомогою створюваної комп'ютером (або іншими гаджетами) реальності.

Як зазначають ряд українських дослідників [137, с. 195], спосіб взаємодії з дійсністю у вигляді *відходу* від реальності усвідомлено або неусвідомлено вибирають люди, що розцінюють реальність негативно й опозиційно, вважаючи себе нездатними адаптуватися до неї. Гармонійна людина вибирає пристосування до реальності [137].

Л. О. Перегожин наводить характерні *ознаки залежної від віртуального середовища поведінки*, цитуємо: «у дітей і підлітків у міру формування залежності неухильно збільшується час, проведений в мережі; щодня, до формування залежності, він становить не більше 2 год; протягом декількох місяців з моменту формування залежності (в разі відсутності контролю з боку батьків) він може досягати 6-8 годин на добу; перерви мають вимушений характер (примус з боку батьків, необхідність йти в школу або лягати спати); і при найменшій можливості мережева активність відновлюється» [92].

Наступним критерієм є «поглинання споживанням Інтернету». Відбувається різке звуження кола інтересів, фіксація на грі або на мережевій активності, що супроводжуються емоційною залученістю, поглиненістю своїми ігровими успіхами або накопиченням віртуальних друзів на своїй

сторінці в соціальній мережі, які значно перевершують реакції на успіх або неуспіх у навчанні; в якості референтної групи виступає мережеве оточення (неоднорідне за віком та статтю); відзначається перенесення в поле мережевої активності більшості соціальних контактів; в результаті багатогодинної щоденної мережевої активності, відзначається виражена перевтома, формування астено-невротичних реакцій [92].

Останнім із загальних критеріїв залежності, як зазначає Л. О. Перегожин, є «триваюче використання всупереч явним ознакам шкідливих наслідків». Незважаючи на очевидні негативні наслідки ігрової чи іншої діяльності, пов'язаною з мережевою активністю, критичне ставлення у залежних осіб до свого стану відсутнє [92].

Професор Оксфордського університету С. Грінфілд стурбована тим, що сучасні технології перестали бути *засобом* і починають перетворюватися на *ціль*. Вона каже, що Інтернет стає ціллю в собі і для себе. Тобто ми спостерігаємо *явище того, як засіб перетворюється на ціль*. Тим самим відбувається процес *віртуалізації* [20, с. 29].

Дослідники зазначають, що інтернет-залежною є особа, що проводить в мережі «Інтернет» не менше *шести* годин та має один із симптомів залежності протягом останніх трьох місяців [77]. Ми згодні з авторами турецького дослідження [78], які вважають, що хоча прийнятне використання Інтернету є корисним, надмірне використання Інтернету, є клінічним станом, що має різні негативні наслідки, особливо для підлітків.

На сьогодні існують різні форми залежності від віртуального середовища. Однією з них є *ігри* (комп'ютерні та ігри на мобільних телефонах). Причому мережеві ігри мають найпотужніший вплив на формування Інтернет-залежної поведінки підлітків. Головне те, що захоплений віртуальною грою підліток не може провести і дня, щоб не пограти в свій улюблений ігровий додаток.

Найважчою формою web-адикції прийнято вважати безцільне блукання по мережі «Інтернет» або так званий «серфінг». Людина переходить з сайту

на сайт не тому, що шукає важливу для неї інформацію, а тому, що побачила забавну картинку, гороскоп, відео-ролик тощо. Додамо, за нашими спостереженнями впродовж останніх років, ми дійшли висновку, що найважчою формою залежності від віртуального середовища є мережеві ігри та постійне переглядання відео на YouTube.

Звичайна мережева поведінка, але гіпертрофована і зведена в ранг основного заняття в житті, – теж одна з *форм* Інтернет-залежності. Людина може цілодобово спілкуватися в соціальних мережах або брати участь у форумах. Але не тому, що їй важливо прочитати про знайомих, а тому, що їй необхідно постійно бути онлайн. Це активність заради активності. Тобто виходить замкнуте коло бездумної онлайн-активності. Іншими словами – це *безвідповідальна або інфантильна поведінка*, яка є *формою* Інтернет-залежності.

Геймерство – найпоширеніша серед підлітків форма Інтернет-залежності, обумовлена захопливістю багатьох ігор і наданої ними можливістю аутоідентифікації з різними героями [21].

К. Янг [22] – дослідниця Інтернет-залежності, аналізуючи велику кількість проблем у поведінці та контролі над потягами, виділила п'ять основних *типів* інтернет-залежних. Їх характеристики викликають зацікавлення (зазначимо, що йдеться про підлітків та студентську молодь, оскільки окремих їх характеристик в інших “вікових” групах може просто не існувати). Проаналізуємо їх характеристики нижче. 1. *Кіберсексуальна залежність* – нездоланний потяг до відвідування порносайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах чи спеціальних телеконференціях «для дорослих» і заняття кіберсексом (першість у цій групі з великою перевагою утримують чоловіки). 2. *Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств* – надмірна кількість знайомих і друзів у мережі, великі об'єми листування, участь у інтернет-форумах, чатах тощо (першість у жінок). 3. *Нав'язлива «фінансова» потреба у мережі* – участь в онлайн-іграх (як азартних так і рольових), постійні покупки (відвідування інтернет-

магазинів) чи участь в інтернет-аукціонах. 4. *Інформаційне перевантаження* (нав'язливий web-серфінг) – нескінченні подорожі у мережі, пошук інформації за базами даних і пошукових сайтах. 5. *Комп'ютерна залежність* – нав'язлива гра в комп'ютерні ігри (стрілялки – Doom, Quake, Unreal та інші, стратегії типу Star Craft, чи квестові), або програмування та інші види комп'ютерної діяльності у мережі [22].

Згідно Е. Берна, у людини існує шість видів «голоду»: 1) голод по сенсорній стимуляції; 2) голод визнання; 3) голод по контакту і фізичному поглажуванню; 4) сексуальний голод; 5) структурний голод, чи голод щодо структурування часу; 6) голод інцидентів [23]. Додамо, що саме залежність від віртуального середовища включає в себе задоволення майже всіх видів «голоду» за Е. Берном, тільки у площині віртуальної реальності.

В. Д. Менделевич [14 с. 35] зазначає, що у рамках адиктивного типу поведінки кожен з перелічених видів голоду загострюється. Людина не знаходить задоволення почуття «голоду» в реальному житті і прагне зняти дискомфорт і незадоволення реальністю стимуляцією тих чи інших видів діяльності. Вона намагається досягти підвищеного рівня сенсорної стимуляції (віддає пріоритет інтенсивним впливам, голосному звуку, різким запахам, яскравим зображенням), визнання неординарними її вчинків (в тому числі сексуальних), заповнювання часу подіями. Водночас адикти страждають від того, що відрізняються від інших, від того, що не здатні «жити як люди».

Адиктивна людина сприймає себе, як «справжню, вільну від зобов'язань життя». Небезпечність поширення Інтернет-залежності зумовлено тим, що вона має спільні риси з хімічною залежністю та призводить до розладів особистості. Наслідком впливу будь-якої залежності є особистісні зміни, зрушення в характері, порушення емоційного фону людини та її психологічної рівноваги [24]. Ми погоджуємося з даними характеристиками оскільки мали нагоду спостерігати всі прояви залежної від віртуального середовища поведінки серед обдарованих підлітків та їх

однолітків протягом певного часу і можемо сказати, що проблема профілактики та корекції залежності підлітків стає все більш актуальною з кожним днем.

За словами дослідниці О. С. Клеткіної, залежність слід розглядати як форму прояву девіантності, що направлена на уникнення реальності через зміну свого психофізичного стану [25].

Визначимо нижче *діагностичні ознаки Інтернет-залежності*: поява зверхньої ідеї [26; 27]; збільшення толерантності до об'єкта залежності [28; 9], симптоми відміни [29; 9]; компульсивність [30]; з'являються змінені стани свідомості [26]; виникає складність у контролі часу, який людина проводить в мережі «Інтернет» [31; 32]; з'являються коливання настрою [28]; дезадаптованість [30], депресивні стани [9], вороже ставлення до оточуючих [30]; виникає відчуття роздратування поза комп'ютером (чи смартфоном) [9]; зневажання будь-якою діяльністю поза мережею «Інтернет» [31; 9], нав'язливе бажання перевірити свою електронну скриньку [33]; постійне очікування наступного інтернет-сеансу, витрачання значної кількості грошей на Інтернет [33]; нездатність відмовитися від свого об'єкта залежності, незважаючи на усвідомлення проблем, що з цим пов'язані [9], занедбання родинних обов'язків та відносин з друзями [34]; проблеми з роботою або навчанням [34], сухість в очах, головні болі, болі в спині, нерегулярне харчування, занедбання гігієною, розлади сну та зміна його режиму [28].

Деякі автори зазначають [35], що віртуальна взаємодія призводить до депривації особистості, а процес віртуалізації призводить до виникнення кіберпростору, що викликає певне роздвоєння реальності на дві частини: об'єктивну, обмежену багатьма факторами і віртуальну – необмежену [36]. Крім того система соціальної діяльності поділяється на актуальну та віртуальну [37]; також відбувається зменшення безпосередньої комунікації з оточуючими, зменшення довіри до світу в цілому, комп'ютер (чи смартфон) починає сприйматися як жива істота, тобто відбувається перенесення на

нього почуттів, які особистість зазвичай відчуває до рідної людини. На певному рівні відбувається втрата соціальної чутливості [38; 39; 40]. Як бачимо, віртуальне середовище підпорядковує своїм вимогам особистість підлітка, яке викликає зміну його спрямованості [24].

За даними різних дослідників Інтернет-залежність корелює з факторами способу життя. Наприклад, деструктивне використання Інтернету корелює з такою поведінкою, як банальний пропуск сніданку, ортостатична дисрегуляція, ранкова сонливість, зменшення часу, що витрачається на навчання (як підсумок низька успішність) [64; 69], а також азартні ігри, малорухливий спосіб життя [65], швидке харчування [66], недостатній відпочинок, зловживання іншими психоактивними речовинами, куріння і низька фізична активність [67].

Японські дослідники дисфункційного використання Інтернету Р. Коджима, М. Сато та інші [69] акцентують увагу на збільшенні його впливу на спосіб життя, і появу деструктивних симптомів, пов'язаних зі здоров'ям внаслідок швидкого поширення смартфонів. Це дослідження було спрямоване на з'ясування поширеності деструктивного використання Інтернету протягом трьох років. Паралельно вивчалися фактори способу життя і стану здоров'я, пов'язані з деструктивним використанням Інтернету серед учнів середньої школи в Японії.

Дослідники з'ясували, що деструктивне використання Інтернету було значимо пов'язано з пропуском сніданку, пізнім відходом до сну (після опівночі) і наявністю симптомів ортостатичної дисрегуляції в учнів всіх класів. Сонливість після пробудження вранці, зменшення часу на навчання (академічна неуспішність) і депресивні симптоми мали значимі позитивні кореляції з деструктивним використанням Інтернету [69; 132].

За результатами останнього західного дослідження [143] низька самооцінка і кібервіктимізація позитивно пов'язані з редагуванням селфі. Дослідники виявили, що редагування селфі-фото позитивно пов'язано із залежністю від соціальних мереж і негативно із задоволенням життям.

Окремі дослідники [118] наголошують на тому, що всі ми використовуємо всесвітню мережу «Інтернет» з професійних, освітніх та різних інших причин. Однак надмірне використання мережі «Інтернет» – більше 40 годин на тиждень може мати негативний вплив на психічний стан людини. Інтернет-залежність – це поведінкова залежність, яка включає чотири компоненти: 1. надмірне використання; 2. відчуття гніву, напруги і / або депресії, коли комп'ютер (чи гаджет) перебуває поза межами покриття інтернет-мережі; 3. необхідність більш просунутого комп'ютерного обладнання (або потужнішого гаджету) та програмного забезпечення, і / або більше годин на використання; 4. негативні соціальні наслідки.

Дослідниці [163] наводять основні причини деструктивної поведінки в Інтернеті: відсутність самореалізації, почуття самотності, замкнутості, незахищеності, невпевненості в собі та своїх здібностях, відчуття депресії, нудьги. Відзначимо дослідження наших колег з проблемного використання підлітками мережі «Інтернет». Результати дослідження показали, що Інтернет речей підлітки використовують у першу чергу для отримання інформації, відпочинку, покупок, спостереження за своїм здоров'ям, розвагами та набагато рідше – для управління побутовою технікою. У процесі взаємодії зі смарт-пристроями у підлітків змінюються психологічні межі, які виявляються у неможливості відмовитись від своїх електронних пристроїв. Виявлена залежність порушення психологічних кордонів та проблемного використання Інтернету в залежності від кількості використовуваних пристроїв. Підлітки, що використовують 1-2 пристрої, схильні порушувати психологічні межі. Це може призвести до втрати конфіденційності та зниження контролю над поведінкою користувачів в Інтернеті. Підлітки, що мають від 3 до 6 пристроїв, мають підвищений ризик виникнення Інтернет-залежності, пов'язаний з появою особистих та комунікативних проблем, порушень здоров'я через постійне перебування в мережі [199].

Аналізуючи *вікову картину залежності*, згадаємо, що вікові особливості підлітків характеризуються негативізмом як крайнім проявом реакції емансипації [87].

Як відзначають дослідники Ф. Райс, К. Долгін [79, с. 35] підлітковий вік розтягнувся і став набагато довшим. На Заході стало звичайним ділом спочатку ставати хоча б частково фінансово незалежним від батьків, а вже потім створювати власну сім'ю.

За Д. Б. Ельконіним [148], підлітковий вік охоплює період 11-17 років, ґрунтуючись на критерії змін провідних форм діяльності. Дослідник поділяє підлітковий вік на два етапи: середній шкільний вік (11-15 років), коли провідною діяльністю є спілкування, і старший шкільний вік (15-17 років), коли провідною стає навчально-професійна діяльність.

Дослідники М. В. Вострокнутов та Л. О. Пережогин [90] вважають, що підлітковий та юнацький вік представляють собою один з найбільш істотних факторів ризику розвитку розладів поведінки, пов'язаних з формуванням залежності від психоактивних речовин. Дослідники наголошують, що у психологічному плані залежність (адикція) починається там, де виникає заміщення задоволення реальних потреб новою, зверхцінною потребою в адиктивному агенті. В разі комп'ютерної залежності – це система специфічних, стереотипно повторюваних дій у комп'ютерній грі на ПК, що дозволяють в ілюзорно-віртуальному ключі вирішувати конфлікти та уникати проблем. Залежність від віртуального середовища в цілому стає для залученого в неї підлітка домінантною діяльністю, а особистість в аспекті адиктивного потенціалу представлена через характеристики особистісного інфантилізму в рамках затриманого психічного (особистісного) розвитку [90].

Дослідники зазначають, що онлайн-комунікація володіє деперсоніфікуючим потенціалом, дає можливість користувачу бути присутнім при діалозі інших, не втручаючись в нього, залишаючись непоміченим. В результаті підліток із залежністю від ПК-ігор і патологічною

захопленістю «спілкуванням» онлайн з друзями по мережі стає проблемною дитиною для сім'ї, перш за все для стурбованих батьків і рідних. Сам підліток переконаний, що проблеми залежності для нього не існує, натомість існують реально значущі для нього особистісні смисли і засоби для досягнення значних ігрових і життєвих цілей [90; 154].

За Л. О. Пережогиним [91] створення віртуальних образів, часто дуже далеких від реального образу, є компенсаторним механізмом, що обумовлює виражену Інтернет-залежність. Мережеве спілкування дозволяє підлітку жити в образах своєї мрії і здійснювати в рамках цих образів бажану комунікативну активність, яка не можлива в реальних умовах. Дослідник наводить такі форми Інтернет-залежності: хакерство, створення шкідливих програм (вірусів), геймерство, інтернет-злочинність (шахрайство, обман споживача).

Українські дослідниці К. А. Андросович, Л. І. Ткаченко [138] наголошують на профілактиці деструктивної соціалізації обдарованих старшокласників в Інтернет-середовищі. З приводу цього дослідниці наводять позитивні та негативні чинники впливу Інтернету на соціалізацію обдарованих учнів. Згідно їх бачення, процес формування у підлітків безпечної поведінки в Інтернет-мережі відбувається під впливом різноманітних факторів на індивідуальному, сімейному, суспільному рівнях, рівні найближчого оточення (рівень однолітків, рівень освітньої установи) [138].

Так як залежність від віртуального середовища є психологічним явищем, наведемо *ознаки* надцінних психологічних захоплень, які наводять ряд українських авторів [137, с. 207-208]: глибока і тривала зосередженість на об'єкті захоплення, упереджене, емоційно насичене відношення до об'єкта захоплення, втрата почуття контролю за часом, який витрачається на захоплення, ігнорування будь-якої іншої діяльності або інтересів.

В 2010 році фонд Кайзера [20] провів дослідження, яке показало, що в середньому молодші школярі та школярі у віці від 8 до 18 років присвячують

своїм електронним пристроям 7 годин 37 хвилин в день. Як бачимо, час, який витрачають підлітки в середньому на свої електронні гаджети говорить нам про вже наявну залежність від віртуального середовища. Інфантильні підлітки, що не мають почуття відповідальності та не залучені до конструктивної діяльності, втрачають інтерес до реального життя, повністю поринаючи у віртуальне середовище. Звідси виходить, що одним з профілактичних педагогічних засобів є заповнення вільного часу підлітка якоюсь розвиваючою діяльністю в реальному житті, а саме задіяність обдарованого підлітка в конструктивну діяльність. Тобто продумана та направлена батьками та педагогами задіяність підлітка в реальне життя. Звичайно, у нього повинний бути вільний час, але головне – це сформоване почуття відповідальності, сімейні обов'язки, хобі та різносторонні інтереси в реальному світі.

Дослідження японських колег показало [96], що серед вибірки японських підлітків 91% хлопчиків та 96% дівчат мали свої власні смартфони та витрачали значну кількість щоденного часу на них. За результатами дослідження 65–70% підлітків витрачали від 1 до 4 годин на день, використовуючи свої смартфони, майже 30% проводили 4 і більше годин на день у смартфонах [96]. Підлітки в основному відвідували сайти соціальних мереж та онлайн-чати, переглядали відео, грали в ігри.

Ще німецький філософ Мартін Хайдеггер помітив, що наростаюча «хвиля технологічної революції» може виявитися для людини «настільки захоплюючою, чаруючою, осліплюючою і оманною, що в один прекрасний день людина прийме розважливість мислення як єдиний спосіб мислення». Бурхливий розвиток технологій здатний заглушити вишуканість сприйняття, думки і емоції, які виникають тільки при аналізі і спогляданні «божевілля технологій», – писав з побоюванням Хайдеггер, здатне «закріпитися і окопатися всюди» [42].

Ми погоджуємося з думкою іспанського дослідника М. Чоліз [97] в тому, що хоча мобільні телефони є надзвичайним інструментом, що

полегшує спілкування, безліч соціальних контактів та особиста надмірна, неконтрольована онлайн-діяльність може породжувати проблеми у взаємодії з батьками та у інших сферах повсякденного життя.

У нашому дослідженні ми розглядаємо залежність від віртуального середовища. Під цим поняттям ми розуміємо залежність від різноманітних «гаджетів», тобто пристроїв, що дозволяють користуватися Інтернетом: смартфонів, планшетів, комп'ютерів, а також пристроїв віртуальної реальності.

Родоначальниками психологічного вивчення феноменів залежності від мережі «Інтернет» вважаються американці К. Янг та психіатр І. Голдберг [14, с. 509]. У 1996 році І. Голдберг [85; 14] ввів термін «інтернет-адикція» та запропонував набір діагностичних критеріїв для виявлення залежності від Інтернету, побудований на основі ознак патологічної пристрасті до гемблінга (азартних ігор).

Науковці [43], говорячи про віртуальну реальність, зазначають, що феномен віртуальної реальності виник не зараз і раптово, а має глибоке історичне і онтологічне коріння.

Безсумнівно, віртуальна реальність має рефлексивну основу, а рефлексія з однієї сторони є іманентною властивістю суб'єкта, його ментальністю. Однак віртуальну реальність не можна зводити лиш до психологічного явища, її треба розглядати у зв'язці: суб'єкт → рефлексія → віртуальна реальність [43; 44].

Однією з перших робіт у вивченні віртуальної реальності є робота Я. Е. Голосовкера [43; 45] у якій препарована природа і виявлені корені віртуального в формі імагінації, тобто уяви, імагінативної реальності. За думкою Я. Е. Голосовкера імагінативний (віртуальний) світ являє собою не стільки відображення образів речей або людей, скільки образів ідей та смислів.

Грунтовний аналіз і типологія віртуальних психічних станів представлені в роботах Н. А. Носова, Ю. Т. Яценко [46; 47].

Як зазначають автори [43], віртуальна реальність являючи собою внутрішній стан суб'єкта, може бути викликана зовнішніми причинами і зовнішніми обставинами (природними явищами, комп'ютерними технологіями тощо), або внутрішніми причинами (наприклад, внутрішніми відчуттями, соматичним станом). Разом з тим віртуальні стани можуть бути викликані як незалежними джерелами, так і власними рефлексивними джерелами за допомогою «самозбудження».

Ми погоджуємося з думкою, що віртуальна реальність може бути викликана зовнішніми причинами, як то комп'ютерні технології – у нашому дослідженні ми розглядаємо саме цей аспект. Щодо інших зовнішніх обставин виникнення віртуальної реальності – ця думка потребує додаткової теоретичної і емпіричної перевірки.

Важливою особливістю поточного етапу інформаційного розвитку є широке використання комп'ютерних програм, так як саме ці програми революціонізують буття людини, роблячи його все більш віртуальним [43, с. 50].

Дослідник В. М. Розін [43, с. 56; 48] дає таке визначення віртуальної реальності – це один з видів реальностей (їх можна віднести до класу «символічних»), але це такий специфічний вид символічних реальностей, який утворюється на основі комп'ютерної і некомп'ютерної техніки, а також реалізує принципи зворотного зв'язку, які дозволяють людині достатньо ефективно діяти в світі віртуальної реальності.

Інший дослідник В. П. Гримак [43, с. 100-101; 48; 49] під терміном віртуальної реальності розуміє наявність певного штучного світу, у який занурюється і з яким взаємодіє людина, причому створюється цей світ технічною системою, яка здатна не тільки подавати комплексну стимуляцію органів почуттів людини, а й адекватно реагувати на зворотні речові і рухові реакції суб'єкта. Особливість віртуальної реальності в тому, що у ній реально працюють зворотні зв'язки від нереальних, існуючих лише в математичному просторі комп'ютера уявних об'єктів. В результаті здорова свідомість,

занурюючись в ситуацію, яку породжує віртуальна реальність, змушена виходити в стан тотального галюцинаторного процесу.

Як бачимо, такі впливи на психіку людини апріорі не можуть бути нешкідливими. За нашими спостереженнями найбільш швидко та потужно діє на звикання та формування залежності від віртуального середовища – пристрої віртуальної реальності, де підліток миттєво занурюється у яскравий та насичений світ віртуальної реальності, після виходу з якого наш буденний світ здається сірим та не цікавим.

Визначимо властивості віртуальної реальності: анонімність, доступність, необмеженість, безпечність, відкритість. Ці властивості можуть перейти у адиктивний агент за наявності стійкого прагнення «втечі» від реальності, компенсаторним перенесенням життєвих цінностей у віртуальне середовище та непереборним бажанням перебувати в ньому майже постійно [17].

Дослідниця М. Орзак [14; 86] виділила *психологічні та фізичні симптоми Інтернет-залежності*. *Психологічні симптоми*: хороше самопочуття або ейфорія за комп'ютером; неможливість зупинитися; збільшення кількості часу, проведеного за комп'ютером; нехтування сім'єю і друзями; відчуття порожнечі, депресії, роздратування не за комп'ютером; брехня роботодавцям або членам родини про свою діяльність; проблеми з роботою чи навчанням. *Фізичні симптоми*: синдром карпального каналу (тунельні ураження нервових стовбурів руки, пов'язані з тривалим перенапруженням м'язів); сухість в очах; головні болі по типу мігрені; болі у спині; нерегулярне харчування, пропуск прийомів їжі; нехтування особистою гігієною; розлади сну, зміна режиму сну.

К. Янг [22] вважає, що провісниками Інтернет-залежності є: нав'язливе прагнення постійно перевіряти електронну пошту; передчуття наступного сеансу он-лайн; збільшення часу, проведеного он-лайн; збільшення кількості грошей, які витрачаються на Інтернет.

Ознаки Інтернет-залежності за К. Янг [22; 14]: патологічне захоплення Інтернетом; потреба проводити в мережі все більше часу; повторні спроби зменшення використання Інтернету; при припиненні користування Інтернетом виникають симптоми відміни, які викликають занепокоєння; проблеми контролю часу; проблеми з оточенням (сім'я, школа, робота, друзі); брехня з приводу часу, проведеного в мережі; зміна настрою за допомогою використання Інтернету.

Спираючись на дослідження вчених [17, с. 29], проаналізуємо як відбувається віртуалізація свідомості. По-перше відбувається присутність віртуальної реальності у свідомості індивіда через споглядання. По-друге індивід отримує певну стимуляцію через органи чуття, – етап відчуття. По-третє через сприймання індивід починає сприймати віртуальну реальність як фактичну. Відбувається переживання віртуальних подій і на кінець в індивіда починає домінувати віртуальна свідомість, в якій домінуючими є віртуальні події [50]. Дійсно, якщо ці події є захоплюючими та захоплюють суб'єкта через емоційні переживання, а крім того, якщо індивід проводить багато часу у віртуальному середовищі, то відбувається заміна реальності на віртуальну у свідомості індивіда.

На думку А. В. Мінакова [51], основною властивістю віртуального інтернет-середовища є міфологічність, яка дозволяє людині, перебуваючи в ньому, відчувати себе значущою та сильною, з надприродними можливостями, які не доступні поза мережею. Все це призводить до регресії і впливає на поведінку людини в Інтернеті, а також поступово змінює її індивідуальні особливості. Більшість дослідників, зокрема дослідники з Індії та Польщі [52; 62] підкреслюють, що залежність від використання Інтернету проявляється у формі багатогодинної онлайн-активності (більше 6 годин на день), особливо в розважальних цілях, переважно через соціальні мережі та чати.

Група українських дослідників [144, с. 17] звертає увагу на дедалі більш зростаючу залежність людини від інформаційно-комп'ютерних

технологій, які створюють можливість маніпуляції з її свідомістю. Один із найбільш популярних моментів полягає в оцінюванні впливу різних комп'ютерних ігор на психіку користувачів. Широкомасштабні дослідження зазначеної проблеми активно проводяться в США, Японії, країнах Європи. Вчені дійшли таких висновків: з одного боку, користувачі ігрових комп'ютерних систем стають більш залежними від зовнішніх подразників, з іншого – у них «притуплюється» реакція на реальну дійсність. Автори підкреслюють, що особливо зростає рівень залежності молодих людей від соціальних мереж, різних пропозицій електронних платформ, Інтернету. Кожний вхід в Інтернет залишає за собою «слід» користувача, зокрема стаючи об'єктом купівлі-продажу. Сфери використання цих методів розширюються, торкаючись соціальних, політичних аспектів. Отже, вплив інформаційно-комп'ютерних технологій на світогляд і вибір людини постійно збільшується [144, с. 18].

Розуміючи всі плюси та можливості, які дає нам використання всесвітньої мережі зазначимо, що одним з недоліків Інтернету є те, що він робить доступним для підлітків величезну масу небажаних матеріалів сексуального характеру, які можуть травмувати ще дуже нестійку психіку підлітка. Можна сказати, що в цьому плані Інтернет не контрольований, тому матеріали в мережі більш легко доступні підліткам ніж будь які інші джерела інформації. Крім того часто буває, що підліток, шукаючи якусь інформацію, наприклад, по навчанню, попадає на сторінки, що містять матеріали відвертого характеру.

Як зазначає В. Д. Менделевич [14, с. 492], у зв'язку з загальною інтернетизацією в останні роки все більшою популярністю у гравців користується онлайнний або інтернет-гемблінг. За даними С. Ворі [82] понад 4,5 мільярда доларів зароблялося в цій сфері щорічно ще на початок тисячоліття.

Згідно іспанського дослідження відмінностей патологічного гемблінга, залучення до нього відбулося у респондентів ще в підлітковому віці і хоча

жінки починають грати пізніше, становлення залежності у них виникає скоріше [83; 14, с. 493]. Це дослідження підтверджує нашу думку щодо важливості проведення превентивних заходів профілактики та корекції залежності від віртуального середовища саме у підлітковому віці, коли особистість ще не сформована, і відбувається значне зловживання Інтернетом, особливо в ситуаціях незалученості підлітка до якоїсь конструктивної діяльності у реальному світі.

1.2. Особливості виникнення та розвитку залежності від віртуального середовища у підлітковому віці

Підлітки нині живуть в динамічному суспільстві, ми спостерігаємо як стрімко відбуваються технологічні зміни. З усіх технологічних досягнень найбільший вплив на людство мала поява комп'ютера. Однією з найбільш частих причин використання комп'ютера чи іншого електронного гаджета (планшета чи смартфона) є вихід в Інтернет.

На сьогодні не тільки в Україні, а й по всьому світі все більше підлітків приєднуються до мережі «Інтернет», де вони потрапляють у великий потік нової інформації, у світ використання комп'ютерних технологій, у світ комп'ютерних ігор – все це має великий вплив на виховання і розвиток сучасних підлітків. Сьогодні інформаційні технології мають величезний вплив, як на суспільну свідомість, так і на формування індивідуальності кожної особистості.

Говорячи про підлітків, зазначимо, що в традиційній класифікації підлітковий вік починається в 11-12 років і закінчується в 14-15. Також вікові рамки підліткового віку можна розглядати більш широко, тоді підлітковий вік – це період від 11 до 17 років. В середині він розділяється на власне підлітковий (11-15 років) і ранню юність (15-17 років) [145; 146]. В нашому

дослідженні ми будемо розглядати підлітковий вік в більш широких рамках, вік наших респондентів становить від 11 до 17 років.

Саме в цей віковий період, як підкреслює М. В. Фоменко [145], підліток проходить великий шлях у своєму розвитку. Через внутрішні конфлікти з самим собою і з іншими, через зовнішні злети і падіння він стає особистістю.

В період зростання і становлення, підліток відчуває бурхливий розвиток і перебудову всього організму, можлива часта зміна інтересів. Підлітковий вік – це роки критики і самокритики, коли підлітки особливо вимогливі до себе, до навчання та до оточуючих. Як бачимо, підлітки в силу свого віку мають основне протиріччя – бажання бути дорослими, щоб навколишні сприймали їх такими і ставилися, як до дорослих. Однак у них ще відсутня справжня дорослість. Звідси в поведінці підлітків ми можемо побачити дві протилежні тенденції: до незалежності і до залежності від дорослих (тобто всю відповідальність за власну поведінку підліток перекладає на батьків) [145].

У підлітковому віці, в період статевого дозрівання, поведінка значною мірою визначається характерною реакцією емансипації, підлітки групуються з однолітками, у них з'являються певні захоплення, а також формується сексуальний потяг [14; 87].

За К. А. Андросович та Л. І. Ткаченко [138, с. 4], підлітки є однією з мало захищених цільових груп користувачів Інтернет-мережі, оскільки в них ще не повною мірою сформоване вміння добирати, всебічно аналізувати та порівнювати інформацію.

Як зазначає А. А. Реан [81, с. 21] в підлітковому віці особливо важлива психологічна підтримка сім'ї. Необхідно враховувати, що зміни в поведінці підлітка – це тимчасове явище і треба терпляче ставитись до раптових проявів емоційної нестійкості, роздратованості і агресивності у дитини. Немає сенсу лаяти підлітка за непосидючість, втомлюваність та неухважність – у зв'язку з тимчасовим регресом мозкової організації дитина не здатна до

довільної саморегуляції. Можливо, режим занять, який вимагає частого перемикання уваги, буде найоптимальнішим в період раннього підліткового віку [81, с. 21].

На сьогодні постійно збільшується кількість підлітків, які вміють працювати з комп'ютером. Негативним наслідком цього процесу виступає віртуальна залежність (комп'ютерна залежність, інтернет-адикція, нетаголізм, кіберадикції).

З цілої низки причин (мода, доступність, зацікавленість тощо) в Україні та по всьому світу залежність від віртуального середовища поширюється серед старших школярів. Доступ до ряду штучних реальностей не вимагає особливих зусиль. Сучасне суспільство дає підлітку широкий вибір віртуальних світів, а батьки і найближче оточення часто не можуть допомогти дитині орієнтуватися навіть в навколишньому. Замість цього вони нерідко підштовхують підлітка до входження у віртуальну реальність.

У підлітків є свої особливості гемблінг-залежності. За даними А. Чамберг і М. Потенза [84], гемблінг серед підлітків та молоді зустрічається у 2-4 рази частіше, ніж у дорослих. Говорячи про особливості проблемних гемблерів, більшість дослідників вказує на втрату ними контролю над власною поведінкою, причому це стосується усіх варіантів гемблінга. Серед патологічних гравців В. Д. Менделевич [14, с. 496] приводить *три підгрупи проблемних гемблерів*: з порушенням поведінки; емоційно нестійких; антисоціальних гемблерів, які схильні до імпульсивних вчинків. Крім того дослідник встановив, що патологічні азартні гравці мають більш низьку здатність до прогнозування життєвих подій, а також знижену вольову діяльність, що проявляється розладом подолання перешкод [14]. Отже, однією з характерних *ознак* залежної особистості ми можемо виділити знижену вольову регуляцію.

Помітна тенденція до широкого поширення залежності від віртуального середовища серед підлітків, що доводить необхідність пошуку шляхів профілактики цієї залежності в умовах різних установ системи освіти.

В даний час у педагогічній профілактиці віртуальної залежності існує таке протиріччя: на теоретичному рівні фахівцями усвідомлюється необхідність наукової обґрунтованості та системності профілактичного впливу, а в практичній діяльності найчастіше профілактичні заходи здійснюються роз'єднано, безсистемно, не мають реальної наукової основи.

Дослідник залежної поведінки В. Д. Менделевич [14] відзначає, що залежна особистість – девіант характеризується надмірно допитливістю, крайньою нестабільністю і найвищою мірою схильністю до ризику та існуванню в невизначеності. Не виключено, що пристрасть до наркотику або алкоголю, участь в ігровій діяльності або захопленість Інтернетом може здійснюватися саме за даним механізмом. Дослідник підкреслює, що активні гравці (гемблери) мають більш високий рівень інтелектуального розвитку в порівнянні зі звичайними людьми-не гравцями [14, с. 14-15].

Ряд досліджень залежності від віртуального середовища [98; 99; 100] вказують на повсякденні ризики для психічного здоров'я молоді, пов'язані з кіберризиками, включаючи депресію, тривогу, недосипання і низьку успішність.

Українські дослідниці Л. І. Березовська та А. І. Фегер [177] вказують на те, що соціальні мережі, віртуальне спілкування мають як позитивний, так негативний вплив на психологічне благополуччя.

Розглядаючи позитивні аспекти використання інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ), західний дослідник С. Лівінгстон [101] також підкреслює можливості, які підлітки використовують в мережі, включаючи освітні ресурси, політичну участь та соціальну активність, доступ до ресурсів, пов'язаних зі здоров'ям, сексуальністю, зайнятістю, розвагами та дозвіллям. Інші дослідники підкреслюють здатність молодих людей, занурених в ІКТ, використовувати насиченість інформацією продуктивними способами, які ведуть до ефективної координації політичних і соціальних рухів, а також до певних досягнень в освіті [102].

В. Д. Менделевич [14] наводить наступні *критерії* діагностики адиктивного типу девіантної поведінки особистості: неконформність, неадаптивність поведінки і суджень внаслідок прихованого комплексу неповноцінності; жага гострих відчуттів, незвичайних переживань, схильність до ризику, епатажність; жага до нових позамежних переживань, нових, незвичайних і нетривіальних способів досягнення задоволення. Також у залежної особистості спостерігається: хороша переносимість кризових ситуацій в поєднанні з поганою адаптацією до звичайних ситуацій; високий рівень пошукової активності в сфері девіантних інтересів; незалежність в недевіантних сферах діяльності, що поєднується з прагненням звинувачувати навколишнє оточення; зовнішня соціабельність, що поєднується зі страхом перед стійкими контактами; прагнення уникати відповідальності; прагнення говорити неправду; тривожність [14, с. 15-16]. Додамо, що прагнення уникати відповідальності йде від несформованого почуття відповідальності підлітка. На нашу думку, це є стратегічним упущенням батьків, адже виховання відповідального ставлення до життя і навколишніх є одним з перших кроків профілактики та корекції залежності від віртуального середовища.

Великий внесок у розвиток вивчення проблеми безпеки дитини в Інтернеті склали роботи Г. І. Іванюк [106] та її методики виховання [190], що заслуговують уваги фахівців зі всього світу.

У недавньому дослідженні М. Андерсон та Дж. Джианг [103] виявили, що переважна більшість підлітків у США, а саме 95 % мають доступ до смартфона або володіють ним, при цьому 45% підлітків використовують Інтернет майже постійно. Зазначимо, що з точки зору профілактики залежності від віртуального середовища, було би раціональніше проводити дні без гаджетів, або встановити чіткі межі їх використання.

В іншому дослідженні, проведеному за участю шотландських підлітків, було виявлено, – ті, хто часто користується соціальними мережами і є більш

емоційно залученими до мережі, відчувають низьку самооцінку, погіршення якості сну і високий рівень тривожності, та депресії [104].

Малайзійські дослідники [105], провівши дослідження, виявили, що залежність від мобільних телефонів стала стримуючим фактором в навчанні підлітків, оскільки вони настільки зосереджуються на своїх мобільних телефонах, що стають залежними від них. У свою чергу, залежність від мобільних телефонів в повсякденному житті впливає на успішність підлітків. У цьому дослідженні малайзійськими вченими вивчалось використання мобільних телефонів підлітками і те, як це впливає на їх концентрацію на навчанні.

Д. Б. Богоявленська дає таке визначення обдарованості [198, с. 136]: «Обдарованість є результатом інтеграції здібностей, мотиваційного, емоційного та вольового розвитку, що виявляється у здатності до розвитку діяльності за своєю ініціативою».

За В. Д. Менделевичем [14], реакція емансипації проявляється прагненням підлітка звільнитися з-під опіки, контролю батьків, вчителів, взагалі всіх старших за них, від встановлених порядків та правил. Підлітки протистоять всьому, що цінується і поважається дорослими. Реакція емансипації спрямовується на певних осіб – батьки, вчителі, а також на всіх дорослих в цілому. Коли ж реакція емансипації підлітків поєднується з реакцією групування з однолітками, поведінка може ставати антисоціальною, досягаючи рівня бунту.

Як зазначає А. Є. Личко, В. С. Битенський [88], однією з проявів реакції емансипації є особлива форма поведінки, так зване «отруєння свободою». Така поведінка розвивається, коли регламентоване життя підлітка змінюється повною свободою та самостійністю. При цьому поведінка підлітка стає діаметрально протилежною тому, яка була раніше. Підлітка привертає саме те, що було заборонено. Тому така форма поведінки, як «отруєння свободою» сприятиме залежній поведінці з пошуковою активністю, бо підліток прагне у такому стані спробувати все.

Реакція задіяності у хобі, на відміну від реакції емансипації, зазвичай перешкоджає адиктивній поведінці. Більш того, поява стійких інтересів, мотивації і захоплення улюбленою справою сприяє зменшенню залежності в старшому підлітковому і юнацькому віці [14; 89].

Особливо сильно протидіє адиктивній поведінці інтелектуально-естетичні хобі (захоплення літературою, музикою, живописом, історією, філософією тощо). Тілесно-мануальні хобі (прагнення розвивати силу, спритність, досягати високих спортивних результатів тощо) також перешкоджає адитивній поведінці. Однак ці захоплення можуть підштовхнути підлітка до зловживання допінгом у вигляді анаболічних стероїдів і / або стимуляторів, щоб домогтися максимальних досягнень [14].

Так як підлітковий вік є оптимальним для оволодіння складними руховими навиками, зазначимо, що задіяність підлітка у активну спортивну діяльність – тобто відвідування спортивних гуртків, секцій буде здоровою профілактикою залежності від віртуального середовища.

На сьогодні в Україні більшість підлітків проводять більшу частину вільного часу в Інтернет-мережі за так званим інформаційно-комунікативним спілкуванням. Такі підлітки весь час віддають бездумному спілкуванню з однолітками, поглинанню непотрібних відомостей і обміну малозначимою і не потребуючою ніякої інтелектуальної переробки інформацією. Звідси – тяжіння до асоціальних компаній однолітків. Така поведінка легко поєднується з іншими формами хімічних залежностей.

Важливо зрозуміти, що Інтернет-залежність не виникає на ґрунті абсолютного психічного благополуччя. Більшість залежних від віртуального середовища підлітків обтяжує величезний розрив між реальним і уявним бажаним станом особистості. Тому важливим у корекції цієї залежності підходити до проблеми з двох сторін: разом з нівелюванням ролі віртуального світу треба намагатись з'ясувати, що підлітка не задовольняє в реальному світі, в чому саме його проблеми. Виявити це опосередковано, не нав'язливо дозволяють елементи арт-терапії, що в поєднанні з педагогічними

засобами профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища дають непоганий результат.

У більшості випадків в залежність від віртуального світу потрапляють саме підлітки. Як пояснюють фахівці, залежності піддаються якнайбільше несформовані в психологічному плані особистості. Саме у підлітковому віці переважає інфантилізм, а іншими словами безвідповідальність.

В. Д. Менделевич [14] зазначає, що залежні від віртуального середовища підлітки низько адаптивні та сором'язливі, що заважає їм шукати близьких собі людей і налагоджувати тісні довірливі стосунки з однолітками та дорослими. У цілому залежні підлітки мають фрустровану потребу у спілкуванні, яку їм замінює Інтернет [14, с. 512]. Дослідник виділяє важливий аспект, пов'язаний з Інтернет-залежністю, який впливає на становлення інших форм девіантної поведінки. Це серйозні небезпеки, з якими діти і підлітки можуть зустрітися, безпосередньо перебуваючи в режимі он-лайн. Перерахуємо ці небезпеки: експлуатація довіри дітей, тобто їх можуть спокусити на вчинення непристойних дій; доступ до порнографії – діти можуть наштовхнутися на порнографію. Невідповідні контент-сайти з деструктивним змістом, наприклад з інструкціями по виготовленню бомби або наркотичних речовин. Далі захоплення агресивними іграми, мережевими іграми з насильством – все це підвищує агресивність дітей. Батькам треба бути обізнаними щодо захоплень їх дітей, бути готовими запропонувати конструктивну альтернативу [14, с. 514].

Дослідниця Нора Янг [20] у своїй книзі «The Virtual Self» пише, що нестримне прагнення до документального самозображення простягається далеко за межі марнославства проблемних дівчаток-підлітків. Деякі з них носять на собі пристрої, які реєструють всі рухи і фази сну, а потім викладають результати у мережу, на сайти, присвячені порівнянню констант. Інші викладають у мережу звіти про свою сексуальну і фізичну активність. Приділяючи масу уваги технологіям, ми навмисно і цілеспрямовано викладаємо в Інтернет інформацію – безкоштовно і цілодобово [20, с. 81].

Підлітки, які публікують свої переживання в Інтернеті – одразу отримують систему зворотного зв'язку у вигляді «лайків», коментарів тощо. Публікуючи власні фото та інші матеріали в мережі «Інтернет» та отримуючи систему винагород у вигляді лайків та вподобань, підлітки починають відчувати почуття власної значущості, яке є основним мотивом людської діяльності. Сучасні підлітки засвоїли так звану культуру публічних фотозвітів – кожної миті життя, а це є девальвацією нашої унікальної здатності до усамітнених роздумів, що вже майже втрачено у поколінні нинішніх підлітків.

Створюючи далекі від реальності віртуальні образи, підлітки таким чином компенсують свої недоліки та внутрішні проблеми. Такі властивості мережі «Інтернет» як повна анонімність та неможливість перевірки наданої про себе інформації, можливість створення власних ідеальних віртуальних образів та інших особливостей, стимулюють розвиток залежності від віртуального середовища в підлітковій віковій групі.

Значний внесок у вивчення проблеми безпечного користування мережею Інтернет зробили українські дослідниці Г. І. Іванюк та Д. В. Бовсунівська [106], вони зазначають, що особливу небезпеку для дітей таїть в собі безконтрольний інформаційний простір, оскільки вони є повноцінними учасниками глобального процесу. Соціалізація, навчання і дорослішання сучасних дітей проходить в умовах суспільства. Діти є досить допитливими і кмітливими, тому нерідко випереджають батьків, оволодіваючи цифровими технологіями. Дослідниці відзначають, що віртуальне середовище мережі «Інтернет» переобтяжене безліччю інформації – хорошої і поганої, яка може містити в собі агресивний чи соціально небезпечний зміст. Діти, надаючи перевагу віртуальному світу перед реальним, дестабілізують своє психічне, фізичне і психологічне благополуччя. Адже чим більше часу дитина проводить за комп'ютером, тим швидше в неї виникає комп'ютерна залежність [106].

Говорячи про підлітків, дослідниці вказують на небезпеку небажаного контенту в мережі «Інтернет». Серед підлітків Г. І. Іванюк та Д. В. Бовсунівська виокремили групи ризику: бунтарі; самотні, такі, що відчувають труднощі у реальному спілкуванні; допитливі, ті, що прагнуть поспробувати все нове, пов'язане з гострими відчуттями; довірливі, ті, які активно шукають уваги і прихильності; новачки в Інтернеті, незнайомі з мережевим етикетом; схильні до залежності; ті, які мають проблеми з сексуальною орієнтацією [106]. Дослідниці приводять такі дані щодо цифрових «слідів», які залишають підлітки, користуючись мережею «Інтернет»: 39 % підлітків викладають у мережу своє прізвище, 38 % – точний вік. Дослідниці роблять висновок, який ми підтримуємо: сучасне суспільство має велику кількість загроз для дітей в інформаційному середовищі. Ці загрози можуть негативно відобразитись на розвитку особистості, її соціалізації [106].

Інші вітчизняні дослідниці О. Б. Сидоренко та А. Ф. Федоренко [110, с. 576] відзначають тенденцію інтенсивного зростання кількості осіб з залежністю від віртуального середовища. Тобто підлітки, настільки сильно захоплені комп'ютерними та азартними іграми, а також проводять багато часу у соціальних мережах, що в подальшому їх захопленість віртуальним середовищем переростає в Інтернет-залежність, адже їм треба постійно підтримувати інтенсивність своїх емоцій. З часом адиктивна особистість починає існувати у своєму «віртуальному світі», що призводить через певний час до деградації особистості [110-114]. З огляду на це, підкреслимо необхідність проведення завчасної профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Натомість, у випадках, коли вже наявна певна залежність від віртуального середовища, необхідна також і корекція такої поведінки.

Дослідниці Г. І. Іванюк та Д. В. Бовсунівська [106] наголошують, що в умовах нової цифрової цивілізації невпинно зростає чисельність користувачів засобів масових комунікацій (смартфонів, планшетних

комп'ютерів). Ці пристрої комунікації – так звані «гаджети» забезпечують швидкий вільний доступ до актуальної та необхідної інформації мережі «Інтернет». Відтак готовність використовувати їх задля підвищення власної ерудиції та формування сучасних навичок спілкування знаходиться у вимірі інтересів кожної людини та суспільства загалом [106]. Дослідниці наголошують, що особливу небезпеку для дітей таїть в собі безконтрольний інформаційний простір, адже, діти є повноцінними учасниками глобального процесу. Дорослішання, навчання і соціалізація сучасних дітей проходить в умовах нового технологічного суспільства. Активні і допитливі діти як правило першими оволодівають цифровими технологіями, випереджуючи батьків. Водночас, віртуальне онлайн-середовище переобтяжене всім хорошим і поганим, що накопичило людство за час існування [106]. Крім того, на нестійку ще психіку дитини та підлітка може мати негативний вплив інформаційна перенасиченість та матеріали агресивного та соціально небезпечного змісту.

Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища повинні в першу чергу бути направлені на мотивацію підлітків до пізнання реального оточуючого світу, на діяльність у цьому світі, на творення свого власного Я через призму конструктивної діяльності в реальному житті.

Доктор педагогічних наук, професор Г. І. Іванюк та Д. В. Бовсунівська [106, с.192] виокремлюють три ознаки, на які вказують науковці при вивченні комп'ютерної залежності у дітей: *синдром «позбавлення»* (немає доступу до Інтернету) – викликає негативні емоції та фізичні симптоми (головний біль, безсоння); *втрата контролю за часом і поведінкою* (тобто чим більше дитина занурена у віртуальну діяльність, тим менш точно вона здатна оцінити часові інтервали); *відбувається заміна реальності* (надмірна захопленість та важливість мережі «Інтернет» у порівнянні з іншими видами діяльності).

Крім того, перегляд дітьми різного роду небажаного соціально небезпечного змісту (контенту) перешкоджає їх позитивній соціалізації та індивідуалізації, особистісному пізнавальному, та фізичному розвитку. Діти і підлітки в силу своїх вікових особливостей стають першими жертвами небажаного контенту мережі «Інтернет» [109, с.192].

О. А. Гузман [107] підкреслює, що підлітки – це специфічна соціально-демографічна група. Адже активне, психічне та соціальне, фізичне, статеве формування супроводжується більшим прагненням до самоствердження, самопізнання. Ці потреби підлітки задовольняють через певні комунікативні практики, а саме через інтернет-комунікацію. Дорослі часто пізно дізнаються про небезпечні форми прояву захоплень своїх дітей, зокрема про комп'ютерну залежність.

Зі стрімким розвитком технологій і соціальних мереж в останні десятиріччя збільшується кількість осіб саме з залежністю від смартфонів – однією з різновидів залежності від віртуального середовища. На сьогодні смартфони є одним з прогресивних показників сучасного технологічного суспільства. Особливо це стосується осіб підліткового віку, які не уявляють себе без сучасних гаджетів. Через занадто активне і надмірне використання власних смартфонів підлітками, що призводить до розвитку залежної від віртуального середовища поведінки, питання профілактики і корекції залежності від віртуального середовища стає все більш актуальним. У зв'язку з цим у науковій літературі з'явився новий термін «*номофобія*» [117] – від англійських слів «No-Mobile-Phone Phobia» – тобто фобія (страх) відсутності мобільного телефону.

Іспанські дослідники [117] наголошують на тому, що технологічний прогрес не тільки приносить з собою ресурси, які покращують і полегшують повсякденне життя людей у суспільстві, а також тягне за собою ризики для здоров'я з появою номофобії, яка вважається тривожним розладом, що викликає страх відсутності мобільного телефону. Результати дослідження показали, що учні старше 12 років демонструють середній рівень номофобії,

що включає в себе нездатність спілкуватися з сім'єю. Дослідники прийшли висновку, що учні старше 12 років і будь-якого ступеня освіти мають середній рівень номофобії, причому не можна визначити, що рівень освіти або вік є визначальними факторами цієї проблеми. Тобто до номофобії схильні не тільки підлітки, а й зрілі особистості у будь-якому віці і на будь-якому рівні освіти [117]. Ми солідарні з висновками дослідників щодо важливості проведення навчально-профілактичних заходів, особливо серед підлітків, стосовно відповідального використання мобільних пристроїв.

Наведемо дослідження, проведене у 2020 році науковцями близького зарубіжжя. Вони виявили [115] сильний кореляційний зв'язок між залежністю від смартфонів і залежною поведінкою, а також зв'язок між залежністю від смартфонів та рівнем комунікабельності, крім того був встановлений статистично значущий зв'язок між комунікабельністю і залежною поведінкою. Іншими словами було встановлено – чим вище рівень залежності від смартфонів у респондентів, тим вищий рівень комунікабельності. Тобто одне явище переходить в інше, комунікабельна особистість намагається комунікувати з більшою кількістю осіб саме віртуально, тим самим, проводячи більше часу у своєму мобільному телефоні (смартфоні) або комп'ютері. А чим вище рівень комунікабельності, тим сильнішою стає залежне поведінка.

За даними турецьких дослідників [116], що вивчали проблему номофобії, було виявлено зв'язок між рівнем номофобії та невротизмом. Поширеність номофобії збільшується через використання смартфонів. Дослідники підкреслюють, що особливо піддається ризику номофобії молоде покоління.

Українська дослідниця М. В. Шепелева [136, с. 244] доводить, що за результатами її дослідження залученість особистості в інтернет-середовище, а саме підвищення схвильованості думкою про себе та емоційне реагування на записи і коментарі інших користувачів можуть сприяти виведенню особистості з рівноваги, та спричинити виникнення стану, не сприятливого

для особистісного зростання та продуктивної мисленнєвої діяльності. Ми погоджуємося з думкою дослідниці щодо деструктивної залученості особистості в інтернет-середовище. На нашу думку, кращим буде цільове конструктивне використання інтернет-ресурсів.

Дослідники ближнього зарубіжжя О. Ю. Єгоров, Д. І. Чарна та інші [53; 132], вивчаючи проблему Інтернет-залежної поведінки підлітків, встановили, що виходячи з гендерних особливостей дівчата користувалися соцмережами частіше юнаків. У користувачів ігрових спільнот ризик Інтернет-залежності виявився вищим. Інтернет-залежність частіше відзначалася у пацієнтів з психічними порушеннями. Тенденція до Інтернет-залежної поведінки виявилася більш частою у пацієнтів з поведінковими розладами та шизофренією.

Насторожують дані тайванського дослідження, проведеного Ч. Х. Ко, Дж. Ю. Єн та іншими [54; 132], які свідчать про те, що Інтернет-залежність у формі онлайн-геймінгу має найгірший прогноз, порівняно з іншими видами залежної від віртуального середовища поведінки.

У недавньому дослідженні китайських колег Л. Лін, Дж. Ліу та інших [55; 132] вивчалася, чи опосередковує Інтернет-залежність зв'язок між віктимізацією однолітків (наприклад, кіберзалякуванням) і психологічними, та фізичними симптомами. Крім того, було оцінено, чи пом'якшують фізичні вправи гіпотетичне посередництво. Результати дослідження показали, що фізичні вправи пом'якшують взаємозв'язок між Інтернет-залежністю та психологічними, і фізичними симптомами ($p = 0,047$). Зроблено висновки, що Інтернет-залежність грає посередницьку роль між кібервіктимізацією і психологічними, та фізичними симптомами. Таким чином, вирішення проблеми Інтернет-залежності серед жертв кіберзалякування має сенс. Крім того, фізичні вправи зменшують негативний вплив на здоров'я, і тому буде доречним застосовувати їх на практиці [132].

За даними А. Себоллеро-Салінас та інших [156; 202] зловживання Інтернетом стало соціальною проблемою в підлітковому віці. Бразильський

дослідник Д. Сантос вивчав вплив Інтернету та соціальних мереж на психічне здоров'я підлітків, особливо під час пандемії Covid-19. Він назвав основні наслідки, пов'язані зі збільшенням використання Інтернету, включаючи стрес, вразливість до насильства, порушення сну та Інтернет-залежність [200]. Поширеність Інтернет-залежної поведінки серед підлітків по всьому світу стає все більш актуальною. Згідно останніх досліджень [201], у Тунісі виявлено багато негативних наслідків зловживання мережею «Інтернет» серед підлітків. Встановлено, надмірне використання цифрових пристроїв вже було проблемою до того, як більшість світу перейшла до дистанційного навчання молоді за допомогою цифрових засобів. У середньому американці у віці 8–12 років проводять в Інтернеті майже 6 годин, а 13–18-річні – до 9 годин на день [204].

Узагальнюючи вищесказане, наведемо причини виникнення залежності у підлітків: відсутність обов'язків, відповідальності, самореалізації, хобі, незаповненість часу корисною діяльністю в реальному світі, вікова потреба в комунікації, потреба самовираження та самопрезентації у соціальних мережах, незалученість у позашкільні гуртки, спортивні секції; незадоволені фрустровані потреби, відчуття незахищеності, невпевненості в собі та своїх здібностях; відчуття депресії, нудьги; нездатність адаптуватися до реальності.

Підсумовуючи, зазначимо причини розвитку такої залежності: відсутність контролю дорослих, невміння розподіляти час, вільний 24/7 доступ до мережі «Інтернет», номофобія; бажання реалізувати свої нереалізовані потреби у віртуальному середовищі; дезадаптуючі особисті фактори у реальному житті (травмуюча ситуація, стресори); соціальна ізоляція.

Нижче визначимо особливості обдарованих підлітків, їх характеристику, психологічний портрет і варіації залежностей.

За В. Штерном поняття *обдарованість* визначається як загальна здібність індивіда свідомо спрямовувати своє мислення на нові вимоги,

здібність психічного пристосування до нових завдань і умов життя» [164, с. 21].

В. О. Моляко вважає, що «обдарованість – це свого роду міра генетично і дослідно передбачених можливостей людини адаптуватися до життя». Як основні функції обдарованості В. О. Моляко називає максимальне пристосування до світу, оточення, вирішення проблем у всіх випадках, коли створюються нові, непередбачені, які вимагають саме творчого підходу [165, с. 213; 166].

Дещо інакше виглядає картина залежності від віртуального середовища серед *обдарованих* підлітків. Проаналізуємо характеристику обдарованих підлітків. По-перше, дамо визначення поняття «обдарованості». У науковому світі існують різні визначення обдарованості. У роботах таких дослідників, як Дж. Берлайн, М. Лейтес, В. Моляко [133; 131], Я. Пономарьов та інші, обдарованість розглядається, як творча передумова розвитку, системна особистісна якість, яка може змінюватися протягом усього життя. Наприклад, така якість, як пошукова активність, проявляється у обдарованої дитини в ролі масштабної допитливості, а реалізація пошукової активності дозволяє їй пізнавати світ, перетворювати на свій лад, проявляючи себе творчо. Саме дослідницька активність допомагає дитині нарощувати особисте суб'єктивне розуміння устрою світу, законів, Всесвіту. У обдарованої дитини пізнавальна мотивація є домінуючою [131].

На сьогодні концепцій обдарованості у науковому світі дуже багато, наведемо деякі з них. Американський дослідник обдарованості Дж. Рензулі запропонував модель обдарованості, в якій є три елементи: 1) креативне мислення, 2) інтелект вище середнього, 3) мотивація для досягнення високих цілей [130; 131].

Згідно «мультифакторної моделі обдарованості» Ф. Монкса [129; 147] виділяється: мотивація, креативність та виключні здібності. Така модель є універсальною, так як дозволяє пояснити часткові прояви обдарованості у різних сферах (спеціальна обдарованість).

Ми солідарні з Ф. Монксом та І. Іпенбург в тому, що освітній процес повинен враховувати різний рівень здібностей дітей, для чого необхідно вводити диференційоване навчання на кожному його етапі [129]. Іншими словами, не варто «стригти всіх дітей всіх під один гребінець», усереднювати їх, тому що особливо можуть постраждати від цього обдаровані діти.

Український психолог, засновник наукової школи психології творчості В. Моляко у своїй концепції психології творчості і обдарованості [133], акцентує на тому, що творча людина – це людина, здатна діяти більш конструктивно і раціонально в різних важких життєвих ситуаціях. В. Моляко довгий час вивчає поведінку і тактику творчої діяльності, творчої обдарованості і творчої активності. Нам близька його думка про те, що саме вивчення таланту як найвищого рівня творчої діяльності найцікавіше для дослідника, оскільки саме на цьому рівні ми бачимо найбільший прояв обдарованості високого рівня [133; 131].

Доктор педагогічних наук, професор О. Антонова [134; 131] провела контент-аналіз базових категоріальних ознак і виділила основні атрибути визначення обдарованої особистості. Наведемо деякі з них: наявність видатних здібностей; можливість досягнення значних успіхів в тому чи іншому виді діяльності; спрямованість на певний вид діяльності; наявність творчих здібностей (креативності); наполегливість, висока працездатність, захопленість проблемою (мотивація, спрямована на завдання); наявність здібностей до виконання певного виду діяльності (спеціальні здібності); позитивне емоційне ставлення певного виду діяльності; сприятливе навколишнє середовище; рівень самоповаги, «Я»-концепція.

Ми погоджуємося з концепцією гуманної педагогіки і гуманного, чуйного ставлення до дитини, особливо до обдарованої особистості підлітка. Ми підтримуємо точку зору відомого педагога Ш. Амонашвілі, який робить акцент на такий важливий фактор при взаємодії вчителя і обдарованої дитини, як олюднення середовища навколо дитини, а також на створенні гармонії особистісно-гуманного спілкування вчителя з дітьми [131; 135].

Дослідниця О. І. Кульчицька [167] наводить такі характеристики обдарованих дітей: вони відчують потребу в розумовому навантаженні; легко мобілізуються для пізнавальної мети, відрізняються здібностями до зосередження уваги, класифікації, систематизації, до енциклопедичних знань; мають високий темп розумового розвитку; відрізняються оригінальністю та творчими способами обробки інформації.

Методологія досліджень, проведених М. С. Гальченком [178; 188; 189] стосовно різних аспектів обдарованості, пізнання, творчого мислення, конструктивної діяльності та інших філософських проблем; а також методологія досліджень В. В. Камишина [179; 196; 197] дозволила нам у подальшому здійснити власне емпіричне дослідження на вибірці українських підлітків.

Реалії сьогодення такі, що Інтернет займає значне місце у соціалізації обдарованих підлітків та їх однолітків, адже вони щонайменше половину свого часу проводять у мережі «Інтернет», спілкуючись, знайомлячись тощо.

Як зазначають українські дослідниці К. А. Андросович та Л. І. Ткаченко [138], сьогодні Інтернет-мережа стає для обдарованих учнів тим соціалізаційним простором, де вони задовольняють потреби самостійності, самоствердження, розширення соціальних контактів. Разом із багатьма перевагами, Інтернет містить значну кількість ризиків, з якими стикаються учні під час діяльності у віртуальному просторі [138].

Український вчений М. С. Гальченко [193] наводить таку характеристику обдарованих, як здатність використовувати існуючу інформацію для генерування нової, що на декілька років випереджає їх однолітків та згадує Р. Шнайдера, за яким виняткова успішність обдарованих базується на багатій платформі знань, засвоєних через довготривалий процес вмотивованого навчання. Ця думка ще раз підкреслює важливість мотивації у процесі навчання та виховання обдарованих підлітків.

Ф. М. Подшивайлов [151] виділяє дев'ять системоутворювальних параметрів академічної обдарованості: інтелектуальна сфера людини,

інтелектуальна сфера особистості, інтелектуальна сфера індивідуальності, експертна сфера особистості, експертна сфера людини (мотивація досягнень), експертна сфера індивідуальності, мислительна сфера індивідуальності, мотиваційна сфера особистості, мотиваційна сфера людини. Інтегральним системоутворювальним параметром академічної обдарованості є експертна сфера людини (мотивація досягнень). Мотивація досягнень може виступати індивідуальним маркером обдарованої людини [151].

Методологічна основа досліджень, розроблена М. С. Гальченком [178] дозволила нам в подальшому провести емпіричне дослідження нашої роботи. Ми підтримуємо думку М. С. Гальченка, що ті цінності, які закладаються саме в дитинстві (а підлітковий вік є перехідним віком між порою дитинства і юності та охоплює частково кожен з них) служать надалі орієнтирами і головними принципами життя або діяльності людини. Завдання педагога – створити умови для цілісного розвитку розуму та почуттів, адже гуманістичний характер освіти сьогодні є одним з провідних принципів державної політики в галузі освіти [178].

За Н. А. Бельською [76, с. 85-86] головними ознаками обдарованості підлітка є *енергозбереження*, тобто обдарований підліток швидко та легко («граючись», без зусиль, з мінімальними витратами енергії і часу) опановує значні обсяги готових знань (нового матеріалу), що дає йому змогу вчитися з випередженням, певною мірою обганяти однолітків у розвитку та наявному рівні загальноосвітньої підготовки. Іншою головною ознакою обдарованих є *допитливість* – такий підліток любить вчитися, виявляє інтерес на уроках до певного навчального матеріалу (теми, проблеми), ставить запитання (активний на уроках якщо не постійно, то періодично. Серед інших особистісно-поведінкових особливостей дослідниця виділяє такі ознаки обдарованих підлітків, як: не стимульована ззовні (наднормативна) активність, сумлінність, честолюбство, цілеспрямованість, рівність інтересів, самоорганізованість, стійкість до рутини, адаптивність) [76, с. 86].

Як ми вже зазначали в нашій попередній роботі [132], проаналізувавши наведені вище дослідження, підкреслимо, що одними з основних ознак залежної від віртуального середовища поведінки обдарованого підлітка є нездатність управляти своїм часом, наявність внутрішньоособистісних проблем та патологічна захопленість Інтернетом, комп'ютерними іграми тощо.

У західному дослідженні, проведеному С. Гарсія, Л. Пенадез та іншими [56; 132] вивчалася Інтернет-залежність і кібербулінг у обдарованих підлітків та їх однолітків. Автори проаналізували, чи існують відмінності між обдарованими підлітками та їх однолітками щодо кібербулінгу (як агресора чи жертви) та Інтернет-залежністю (як у внутрішньо-особистісному, так і в міжособистісному вимірах). Крім того, на вибірці обдарованих підлітків та їх однокласників були вивчені існуючі зв'язки між кіберзалякуванням та Інтернет-залежністю. Учасниками дослідження були 122 підлітка у віці від 13 до 17 років, які отримали обов'язкову середню освіту, половина з яких вважалися обдарованими підлітками. Дані, отримані за допомогою дослідження, не виявили суттєвих відмінностей між обдарованими підлітками та їх однолітками з точки зору частоти кібербулінгу та Інтернет-залежності. Проте, результати узагальнених лінійних моделей дослідження показали важливу роль, яку міжособистісні конфлікти, що витікають з Інтернет-залежності, грають в поясненні ситуацій кіберзалякування [132].

Дослідники підкреслюють, використовуючи мобільні телефони та Інтернет, підлітки можуть створювати новий спосіб залякування – так зване кіберзалякування, шляхом забезпечення анонімності агресорів, тим самим кібер-атаки стають широко поширеними. Це також відноситься до надмірного використання мережі «Інтернет», що може призвести, особливо серед підлітків, до скорочення соціальної взаємодії з друзями і сім'єю. Зловживання Інтернетом може викликати почуття ізоляції і відторгнення серед однолітків, а також їх агресивну поведінку. Крім того підвищується ймовірність психічних захворювань [56; 132]. Автори використовували

вибірку учнів підліткового віку, щоб зробити висновок про те, що обдарованість може означати схильність до залякування з боку інших однолітків. Такі фактори, як негативні стереотипи, задрість до обдарованих підлітків або ненависть до їх здібностей та обдарованості також можуть сприяти негативному відношенню до них. Автори підкреслюють той факт, що індивіди, ідентифіковані як обдаровані, як правило, мають більш високий рівень соціального функціонування, просоціальну поведінку і виняткове співчуття, а також мають велику здатність до опору і емоційну силу. Ці характеристики відносяться до адекватної соціальної самооцінки і до ефективних стратегій виживання, які сприяють більшому успіху при зіткненні зі стресовими соціальними проблемами. Дослідники припускають, що обдаровані підлітки можуть перебувати як в ролі жертви, так і в ролі агресора [132].

Автори також згадують кореляцію між симптомами Інтернет-залежності і антисуспільною поведінкою. Нав'язливе, патологічне використання Інтернету було пов'язано з більшою ймовірністю участі в кібер-залякуванні. Деструктивне або дисфункційне використання Інтернету впливає на психологічне благополуччя і психічне здоров'я підлітків в короткостроковій і довгостроковій перспективі. Зауважимо, що Інтернет-залежний підліток є залежним від того, щоб відповідати правилам «гри» в мережі «Інтернет». Тобто, потрапивши в середовище кібер-агресорів, залежний від віртуального середовища підліток, з більшою ймовірністю примкне до агресорів для участі в кібер-залякуванні [132].

Інші західні дослідники, такі як Р. Франсіс, Д. Дж. Хейвс і М. Ебот [57] прийшли до висновку, що обдаровані підлітки можуть краще соціально і емоційно адаптуватися, та мати менше проблем з поведінкою всередині класу. В цілому обдарованість може бути фактором захисту від прояву Інтернет-залежної поведінки, хоча може існувати підгрупа обдарованих підлітків, у яких є внутрішньоособистісні та міжособистісні конфлікти, в результаті чого у них може сформуватися Інтернет-залежність [132].

Закордонні дослідники [157] наголошують, що смартфони стали невід'ємною частиною сучасного життя і призвели до зміни поведінки в повсякденних звичках і діях людей. Розвиток мобільних технологій, враховуючи їх повсякденний характер, означає, що смартфон став незамінним ресурсом в житті людей. Однак в останні роки кількість проблем, пов'язаних з використанням смартфонів, значно зросла. В результаті збільшилася кількість досліджень стану проблеми номофобії, що характеризують це явище як викликаюче звикання, антигромадське і небезпечне. Залежність від смартфонів дуже поширена – це проблема суспільної охорони здоров'я, тому що через надмірне використання смартфонів виникає залежність, яку ці пристрої породжують, виникає нова патологія, відома як номофобія і вона внесена в каталог як клінічне захворювання [158]. За нашими спостереженнями до номофобії однаково можуть бути схильні як обдаровані підлітки так і їх однолітки.

Останні дослідження показують [157], що номофобія негативно впливає на особистість, самооцінку, занепокоєння, стрес, успішність та інші проблеми фізичного і психічного здоров'я. Кожен день ми стикаємося з номофобією, яка негативно впливає на людину, викликаючи психологічні проблеми, фізичні і поведінкові зміни.

Узагальнюючи проаналізований матеріал, виокремимо причини виникнення у обдарованих підлітків віртуальної залежності: інтерес до знань, захоплення певною проблемою; необхідність в безперервному спілкуванні; допитливість, а звідси можливе надмірне використання інтернет-мережі; соціальна невлаштованість тощо.

Також виокремимо причини розвитку залежності від віртуального середовища: невміння дозувати час; відсутність режиму роботи з гаджетами; неконтрольованість / відсутність обмежень зі сторони дорослих; номофобія тощо. Для наочності представимо цю інформацію на рисунку 1.1.



Рис. 1.1. Залежність обдарованого підлітка від віртуального середовища

Отже, надмірна захопленість пошуком різного роду інформації може призвести до формування Інтернет-залежної поведінки обдарованих підлітків та їх однолітків. Крім того, надмірне онлайн-спілкування з друзями у соціальних мережах може в результаті негативно відобразитись на відносинах у сім'ї, психічному та фізичному здоров'ї підлітків. Комп'ютерна ігроманія також є значною проблемою серед підростаючого покоління. Причому наразі є більш актуальним її підтип – онлайн-ігроманія зі смартфона. Так як смартфон на сьогодні є міні-комп'ютером, який дозволяє підлітку грати будь-де, смартфон завжди при дитині, причому за нашим спостереженням половина старшокласників грає у школі, прямо на уроках в мережеві ігри саме зі своїх смартфонів.

1.3. Розвивальний потенціал педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища

В педагогіці навчання і виховання однією з ключових та найбільш важливих проблем є стимулювання позитивної мотивації до навчання, позитивного впливу на підлітка, щоб домогтися від нього бажаної поведінки, зацікавити і залучити його в процес навчання, пізнання, залучити до діяльності у реальному світі. Адже від ефективності правильної мотивації дуже часто залежить весь успіх педагогічного процесу.

За Ю. А. Кисельовою [141] мотиваційні стимули в педагогічному процесі визначаються як специфічні *педагогічні засоби*, здатні виконувати спонукальні функції по відношенню до внутрішніх сил розвитку особистості.

Засоби виховання в сучасній педагогіці трактуються по-різному, відтіняючи різні аспекти їх розуміння. Педагогічний словник [58] дає нам визначення *педагогічних засобів* – як матеріальних об'єктів і предметів духовної культури, що призначаються для організації і здійснення педагогічного процесу і виконують функції розвитку учнів; предметна підтримка педагогічного процесу, а також різноманітна діяльність, в яку включаються вихованці: праця, гра, вчення, спілкування, пізнання.

Отже ми, в своєму дослідженні будемо спиратись на п'ять категорій педагогічних засобів: *праця, гра, навчання, спілкування, пізнання*.

Праця як педагогічний засіб – це діяльність, спрямована на перетворення навколишньої дійсності для задоволення різноманітних потреб людини. Праця найтіснішим чином пов'язана з навчанням, грою і спілкуванням. Праця як найважливіший засіб виховання: озброює учнів практичними знаннями, вміннями, навичками, допомагає усвідомити практичну значимість наук, що викладаються; психологічно і практично готує до майбутньої професійної діяльності; розвиває сенсорно-рухову сферу дітей. Особливу роль у вихованні відіграє фізична, інтелектуальна, духовна праця. Праця завжди є певною конструктивною діяльністю.

Продуктом конструктивної діяльності, як стверджує М. С. Гальченко [178], є і сама людина. Тобто ми бачимо тут гармонійне поєднання: праця – конструктивна діяльність – людина. Завдяки залученості у діяльність, у працю – людина зростає на собою, домагається певних висот, стає професіоналом своєї справи.

За В. М. Мадзігоном [195], праця є елементом продуктивної педагогіки. Вчений зазначає, що логіка розвитку суспільного виробництва стала теорією пізнання та методологією технології політехнічних основ з'єднання навчання з продуктивною працею – продуктивною педагогікою. Це дозволяє нам зрозуміти етапи та розвиток процесу продуктивного навчання та інших форм пізнавальної практичної діяльності людини, визначити місце трудового виховання, навчання та професійної орієнтації в системі пізнання людини навколишнього світу та самої себе [195, с. 5]. Про велику виховну роль праці наголошували видатні педагоги В. О. Сухомлинський, А. С. Макаренко та інші.

А. С. Макаренко глибоко розкрив моральний аспект виховання у праці. Він відзначав, що в трудовому зусиллі здійснюється не тільки трудова підготовка людини, але і правильне відношення до інших людей. Таке відношення виховується тільки в спільному трудовому зусиллі, взаємодопомозі та взаємозалежності у праці [195, с. 19].

Гра як педагогічний засіб. Ігрова діяльність у вихованні спрямована перш за все на розвиток позитивних якостей особистості. При цьому гра тільки зовні, за формою є колективною діяльністю, тоді як насправді в ній реалізуються особистісні смисли учнів в ході виконання конкретних рольових завдань. Результатом спільної ігрової діяльності при розподілі ролі і місця в грі окремої особистості є поступове якісне «наращування» освітнього продукту. Тобто кількість спільних зусиль групи (колективу) породжує якісний результат окремого учасника.

Наведемо приклад дидактичних ігор за доктором педагогічних наук, професором Г. І. Іванюк [191, с. 78], які педагог може використовувати у

своїй діяльності. Деякі з них можна використовувати у розвитку особистості молодших підлітків, наприклад, дидактична гра «Читання з портрета», яка розвиває уяву, пам'ять, мислення і грамотне викладення своїх думок. Зміст цієї гри складається з того, що дитина має обрати будь-який портрет дорослого чи свого однолітка та розказати про цю людину: придумати як її звати, скільки їй років, які в неї вдача, звички, що вона любить робити, а що не любить; ким працює; де живе; з ким дружить; яка у неї сім'я тощо.

Іншим прикладом використання елементів психологічних ігор є використання так званих ігрових оболонок у роботі з дітьми та підлітками за Т. В. Азаровою та іншими [109]. Автори зазначають, що наповненням гри служать різноманітні соціально-психологічні та педагогічні завдання пізнавального, соціально-психологічного, творчого характеру. Сюжет цих ігор є доповненням навчального, розвивального процесу. Як приклад, можемо навести гру «Репортер» – в ній підлітки стають журналістами, учасниками серйозного міжнародного форуму. Вони демонструють і відпрацьовують якості справжніх журналістів. Ця гра цілком про іншу людину. За нею треба спостерігати, про неї треба думати та писати нарис. При цьому не забувати, що ти і сам є предметом чиеїсь пильної уваги. Крім того, в грі відкриваються можливості для згуртування колективу, розвитку співробітництва. Гра має конкретний підсумок – газета та прекрасний непсихологічний ефект: діти починають проявляти інтерес до роботи журналіста, до процесу інтерв'ю та запису відеосюжетів, створенню газет тощо [109]. Дуже позитивним моментом використання цієї гри, як засобу профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища є згуртування колективу, розвиток співробітництва, взаємодопомоги, певної взаємодії між учасниками розвивального процесу.

Спілкуванню як засобу виховання велику увагу приділяли С. Т. Шацький, А. С. Макаренко, В. О. Сухомлинський. У їх досвіді розв'язанню педагогічних завдань сприяло педагогічне спілкування. К. Роджерс стверджує, що в результаті оціночного спілкування дитини з

іншими людьми виникає уявлення про себе та уявлення про інших, самооцінка. Педагогічне спілкування як засіб виховання має два плани: особистісний та функціонально-рольовий, які забезпечують трансляцію не тільки загальносоціального, а й особистісного, індивідуального досвіду педагога (Н. М. Боритко).

Під *навчанням* як засобом виховання розуміється діяльність учня, в результаті якої здійснюється засвоєння знань, умінь і навичок. Навчання забезпечує формування певного ставлення учня до предметів і явищ навколишнього світу. Навчальна діяльність є найважливішим засобом виховання волеволі якостей особистості (наполегливість, цілеспрямованість, послідовність), сприяє формуванню пізнавальних, естетичних, емоційних, моральних потреб, націлює на саморозвиток здібностей і можливостей особистості в колективі. Серед чинників, що підсилюють активізацію навчання як засобу виховання Г. І. Щукіна [173] виділяє сприятливі відносини, що складаються між учителем і учнями, які сприятимуть розвитку активності, самостійності школяра, становленню його суб'єктної позиції.

За словами великого педагога сучасності Ш. Амонашвілі [174], навчання і розвиток не співпадають безпосередньо, а представляють собою два процеси, що знаходяться в дуже складних взаємовідносинах. Навчання тільки тоді хороше, коли воно йде попереду розвитку. Тоді воно здатно викликати до життя цілий ряд функцій, які знаходяться у стадії дозрівання, що лежать у зоні найближчого розвитку. В цьому і полягає головна роль навчання в розвитку. Цим і відрізняється навчання дитини від дресури тварин [174, с. 134]. Тобто навчання як педагогічний засіб ми повинні використовувати, пам'ятаючи про те, що вчитель повинен завжди бути на півкроку попереду учня.

Зазначимо, що будь-яка педагогічна взаємодія з підлітком стає ефективною тільки з урахуванням особливостей його мотивації. За К. Левіним [160], метод, часто використовуваний в якості мотивації при навчанні, – нагорода чи покарання. Теорія асоціації, чи закон слідства, по

суті розглядає нагороду та покарання як зв'язуючу ланку між певною діяльністю та приємним чи неприємним емоційним відтінком. Щоб передбачити дійсну поведінку, треба розуміти, що нагорода та покарання – щось більш специфічне з психологічної точки зору.

За Р. Френкіним [172, с. 532], до 1950-х років дослідники вважали, що частина вивченого нами – це результат впливу на нас когось. Научіння мотивується ззовні. В 1950-ті роки цю ідею піддала сумніву група вчених, які провівши серію досліджень, переконливо продемонстрували: значна доля засвоєного нами надбано за допомогою внутрішньої мотивації і засновано на цікавості, та дослідницькій поведінці.

Як зазначає О. В. Гнатюк [186], мотивація до навчання у багатьох зарубіжних дослідників розглядається як складова обдарованості, а також як один із провідних чинників, що зумовлюють її розвиток на рівні зі здібностями, креативністю, відданістю професійній діяльності, запалом, інтересом та можливостями [187].

М. С. Гальченко [192] підкреслює, що сьогодні не можна серйозно говорити про особистісно-орієнтоване навчання, якщо зміст і продукти «несвідомого» (ірраціонального), а також творчість та інтуїція вилучені з процесу навчання. Ця думка підкреслює важливість задіяності елементів творчості та інтуїції у процес навчання, які роблять його глибшим, цікавішим та більше наповненим змістом.

Визначимо *пізнання* як педагогічний засіб. За В. Сухомлинським [59, с. 352] саме зі сприйняття і *пізнання* краси починається виховання естетичної культури, виховання почуттів. Згідно з Л. В. Шелестовою, навчальне пізнання, як і процес пізнання світу загалом здійснюється за певними етапами: сприймання (результат – образ); осмислення та розуміння (результат – значення і смисли); узагальнення та систематизація (результат – значення і смисли); запам'ятовування (результат – закріплення); перетворення та застосування (результат – творчий продукт та ціннісне ставлення) [60; 61]. Л. В. Шелестова, виходячи із вікових

особливостей підлітків, виділяє послідовні етапи навчального пізнання та методи розвитку творчих здібностей, що доцільно використовувати на цих етапах: 1. Сприймання та мотивація учнів до пізнання. 2. Осмислення нової інформації, розвиток і корекція набутого раніше досвіду. 3. Узагальнення та систематизація інформації про об'єкти пізнання. 4. Запам'ятовування та закріплення отриманої інформації про певні об'єкти пізнання. 5. Перетворення та застосування набутих знань про об'єкти пізнання [60].

Як зазначає К. Левін [160, с. 101], саме в галузі пізнання порівняно недиференційований психологічний світ дитини розширюється і структурується в процесі, який можна схарактеризувати як диференціацію. Зміни у знанні включають безліч когнітивних змін, які являються реструктуризацією, а не збільшенням видів областей. Однак одна з домінуючих характеристик зміни знання з віком у відношенні як наuczіння так і інсайту – це його збільшена диференціація, його більше багатство. Дослідник підкреслює, що вчителі та вихователі усвідомлювали важливість часової перспективи як одного з фундаментальних аспектів розвитку. «Розширення поля зору учня» завжди вважалося однією з основних цілей освіти [160, с. 79].

Як підкреслює Г. Бандура [168], збагачення обдарованої дитини досвідом самостійної пізнавальної діяльності та системою знань, чуттєвим досвідом та вірою в продуктивну діяльність – це передумови творчості.

Український дослідник, М. С. Гальченко [192], наводить концепцію «автопоезису» чилійських учених У. Матурани та Ф. Варели, у якій ототожнюється процес пізнання з процесом життя. Як бачимо, саме життя всебічно пов'язане та тісно переплітається з процесами пізнання, спілкування, праці, вчення, які ми у своїй роботі розглядаємо у якості педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Згідно поглядів Л. В. Шавініної та М. Ф. Сейлер [169, с. 215], батьки та інші люди, які спілкуються з обдарованою дитиною, можуть спостерігати

ознаки обдарованості, такі як високий інтелектуальний рівень, розвинена словесна діяльність, підвищений інтерес і незвичайна креативність в ранньому віці. Як бачимо, часто обдаровані підлітки дуже творчі особистості. Тому вважаємо за доцільне займатися профілактикою та корекцією залежності від віртуального середовища, задіюючи підлітків у творчу діяльність, яку ми розкриємо нижче.

Як одну з характеристик обдарованих Л. В. Шавініна [170] наводить сильну чутливість, причому вона може бути когнітивна, емоційна чи соціальна. Дослідниця пише, що можливо емоційна чутливість більше, ніж будь-який інший вид чутливості, зберігається в обдарованій людині протягом її життя, тоді як когнітивна чутливість періодично змінюється. Такі характеристики обдарованих, як чутливість до нового досвіду і відкритість розуму (пізнавальні прояви) можна розглядати як доказ тенденції когнітивної чутливості. Можливо, наявність когнітивної чутливості протягом усього життя визначає виняткові розумові здібності обдарованої особистості.

Зазначимо, що пізнання невід'ємне від процесу мислення. Щодо обдарованої особистості – тут домінує творче мислення [188], яке за М. С. Гальченком є головною характеристикою творчої особистості.

Крім вищезначених педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища ми також застосовували у своїй роботі *елементи арт-терапії*. Використовуючи елементи арт-терапії у роботі з обдарованими підлітками, ми задіяли деякі педагогічні засоби (навчання творчості, пізнання краси навколо, спілкування, творча праця, також був присутній певний елемент гри). Зазначимо, що ми застосовували елементи арт-терапії у вузькому сенсі, тобто проводили лише заняття з образотворчого мистецтва. Можливості використання елементів арт-терапії у роботі педагога надзвичайно широкі.

Як зазначають О. І. Копитін та О. Є. Свистовська [126, с. 7], арт-терапія – це засіб, використання якого має міждисциплінарний характер, та з'єднує в собі різні області знання – психологію, медицину, педагогіку, культурологію

та інші. Її основою виступає художня практика, оскільки в ході арт-терапевтичних занять клієнти залучаються до образотворчої діяльності. Слово «арт-терапія» (art therapy) стало вперше використовуватися в 1940 рр. в англomовних країнах такими авторами, як Наумбург (1947, 1966) та Хілл (1945), для позначення тих форм клінічної практики, в рамках яких психологічний «супровід» клієнтів з емоційними, психічними і фізичними порушеннями здійснювався в ході їх занять образотворчою творчістю з метою їх лікування та реабілітації.

Арт-терапія – це одна з форм психотерапевтичної практики, що заснована на використанні пацієнтами візуальних, пластичних засобів самовираження в контексті психотерапевтичних відносин, а створення і сприйняття візуальних образів є важливим аспектом пізнавальної діяльності людини [126]. А *пізнання*, пізнавальна діяльність є одним з педагогічних засобів, які ми розглядали вище. Все це дає нам право використовувати елементи арт-терапії для профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Ще додамо, що основою арт-терапевтичної взаємодії є вираження і конденсація неусвідомлюваного психічного матеріалу за допомогою образотворчої діяльності [126].

Використання методу арт-терапії пов'язане з такими інструментами: ізотерапія, фототерапія, колажування, музикотерапія, мандалотерапія, пісочна терапія, бібліотерапія, тестопластика, казкотерапія та інші [171].

Як правило, арт-терапія є одним з допоміжних методів психокорекції та психотерапії осіб з певною залежністю. Ми спробували проводити заняття, використовуючи елементи арт-терапії і побачили, що це дає певний результат. Адже арт-терапія не є мистецтвом, вона є доступною для будь-якої людини. Не потрібні ніякі художні навички чи здібності до художньої творчості. Цей напрям був створений для вільного самовираження особистості. Її мета - допомогти людині висловити свої емоції, почуття, свій внутрішній стан через творчість у тих ситуаціях, коли це досить складно вербалізувати. Тому арт-терапія – це експресивний творчий процес. Її суть

полягає в творчому потенціалі самої особистості. В процесі творчої діяльності він розкривається, та вивільняється на несвідомому рівні через колір, рух, пластичні форми, образи і символи.

Таким чином, використовуючи елементи арт-терапії у своїй роботі, педагог не тільки проводить профілактичну та корекційну роботу зі зниження залежності від віртуального середовища, а й розвиває особистість обдарованого підлітка, розкриває його потенціал, проводячи з ним таку оздоровлюючу творчу діяльність, направлену на реальний світ, творчість та пізнання. По-перше, обдарований підліток, займаючись малюванням *пізнає* щось нове у собі, розкриває невідомі раніше сторони своєї особистості.

Більшості підлітків подобається цікаві можливості для самовираження, які дає їм образотворче мистецтво. Наприклад, безліч цікавих технік і матеріалів для тих, хто займається художньою творчістю не залишає байдужим нікого. Крім того, заняття з елементами арт-терапії дозволяють підлітку поглянути на себе і свій внутрішній світ зі сторони. При цьому від підлітків не вимагається ніяких навичок і талантів у творчій сфері. У кожній особистості закладений певний потенціал, який за певних умов може почати проявлятися. Щодо обдарованих підлітків, зазначимо, що їм просто необхідні цікаві, доступні, розвиваючі та ефективні творчі заняття.

Тобто перед нами відкривається досить дієвий засіб профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. По-друге обдаровані підлітки, займаючись творенням прекрасного, – задіяні у творчість, у взаємодію з іншими учасниками творчого процесу, що конструктивно впливає в цілому на їх особистість. По-третє, малюючи, обдаровані підлітки та їх однолітки вивільняють накопичені почуття і переживання.

Тобто, такі заняття з елементами арт-терапії допомагають позбутися стресу, який є одним з факторів, що провокує підлітків безцільно проводити час у смартфоні чи комп'ютері, змінюючи таким чином свій психологічний стан. Ми пропонуємо альтернативний спосіб зняття стресу і напруги,

вивільнення переживань через задіяність у творчу діяльність. На нашу думку, цей метод є більш конструктивним для особистості підлітка, тим паче для обдарованих підлітків, ніж безцільне блукання просторами Інтернету.

Займаючись творчою діяльністю у реальному світі – підліток виростає над собою, розкриває свої таланти, привносить у світ продукти власної творчості, змінюючи світ в собі і навколо себе. Таким чином відбувається профілактика і корекція залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Елементи арт-терапії можуть використовувати педагоги з образотворчого мистецтва, а також інші спеціалісти після ознайомлення з програмою, яку ми детально розкриємо в третьому розділі нашої роботи.

Зазначимо, що на Заході нашими колегами успішно використовується терапія мистецтвом у якості корекції залежностей [119, с. 187]. Вони екстерналізують проблеми залежних осіб, використовуючи мистецтво.

Інші дослідниці [120] наголошують на тому, що у сучасному суспільстві продовжує поширюватися саморуйнівна поведінка серед підлітків. Це проявляється у різного роду залежностях, віктимізації та екстремальній поведінці. Дослідниці підкреслюють, для ефективної профілактики і корекції залежної самодеструктивної поведінки підлітків, може застосовуватися арт-терапія.

Ізраїльські дослідниці [121] наводять факти того, що арт-терапія може допомогти дітям, підліткам та дорослим з різними життєвими проблемами.

Наведемо деякі дослідження, які підтверджують користь арт-терапії. Американські дослідники [122] приводять дані того, що арт-терапія демонструє значний терапевтичний потенціал, інтенсивно покращується здоров'я, благополуччя і адаптивні реакції на стрес, знижується тривога [123] тощо.

Тематичні дослідження показують [124], що арт-терапія привертає увагу науковців, доставляє задоволення і покращує психоневрологічні симптоми, соціальну поведінку і самооцінку. Західні дослідники також

притримуються думки, що арт-терапія – це чудова самовідновлююча діяльність, яка може приносити користь людям протягом всього життя [125].

Е. Крамер [126; 127] підкреслює, у багатьох випадках образотворча діяльність виступає найважливішими інструментом комунікації дитини, дозволяючи їй заповнити дефіцит спілкування і побудувати більш гармонійні відносини з зовнішнім світом.

Як зазначає українська дослідниця І. М. Заїка [149], сучасними методами профілактики залежності від комп'ютерних ігор є арт-терапія, трудова терапія, музикотерапія тощо. При цьому завданнями творчої терапії є розвиток особистості, формування нових інтересів і лікування адиктивної поведінки.

Вчені, педагоги і психологи відзначають, що творча діяльність сприяє впорядкуванню думок, допомагає учням підліткового віку висловити свої емоції, переживання, проявити себе і відкрити таланти, тим самим виступаючи заміною грі. Трудова терапія має аналогічне завдання, так само вона вчить дітей і підлітків справлятися з іншого виду труднощами [149].

Ми згодні з дослідницею в тому, що трудова терапія, а саме задіяність підлітків у працю дозволить ефективно проводити профілактику та корекцію залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Незважаючи на тісний зв'язок з лікувальною практикою, арт-терапія в багатьох випадках має переважно психопрофілактичну, соціалізуючу і розвиваючу спрямованість, завдяки чому вона може стати цінним інструментом в діяльності освітніх установ, реабілітаційних проектах і в соціальній роботі. Разом з тим, впровадження методів арт-терапії в ці області має здійснюватися на основі чіткого розуміння того, що становить основний зміст арт-терапевтичної практики, її мету та завдання, і не повинно призводити до їх спотворення, і підміни іншими, не властивими їй формами навколопрофесійної діяльності.

Ми згодні з О. І. Копитіним та О. Є. Свистовською [126] в їх думці, що різні види творчої активності можуть надавати важливі психопрофілактичні і

розвиваючі ефекти. Інноваційні підходи до освіти, наприклад, можуть і повинні спиратися на прояви творчого потенціалу дітей та підлітків.

Відомо, що педагогіка і психологія пересікаються, та тісно пов'язані одна з одною. Крім того, на нашу думку, обов'язковим у навчанні, вихованні, профілактиці та корекції залежності обдарованих підлітків є використання елементів психологічного знання. Під цим ми маємо на увазі *мотивацію досягнення*, яка нами розглядається як фактор корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Отже, розглядаючи педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, ми знайшли досить потужний засіб з використанням елементів арт-терапії – заняття художньою творчістю.

Встановлено, що психологічний та профілактичний вплив на підлітка повинен бути спрямований на його особистісне зростання і розвиток, та нівелювати процеси Інтернет-залежності.

На нашу думку, розвивальний потенціал педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків буде доречним через впровадження превентивних заходів профілактики та корекції Інтернет-залежної поведінки підлітків. Визначимо теоретичні основи профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Основою недопущення залежності обдарованого підлітка від віртуального середовища є сталий стан нервової системи. Оскільки підліток, який безперервно перебуває в стресі є залежним. Тобто, щоб «відключитися» від стресора, залежний підліток повинен викурити цигарку, випити або «прийняти дозу». У нашому випадку – вийти у віртуальне середовище, наприклад в Інтернет. Як ми визначили раніше в наших роботах [132] автономність особистості є інтегральною основою профілактики залежності від віртуального середовища. Автономність людина досягає, працюючи над недопущенням стресу, над усуненням стресорів, тобто факторів, які вганяють в стрес.

Вчені наголошують, – чим більше дій у реальному світі замінюється «життям» у віртуальному світі, тим важливіше перевіряти використання учнями цифрових пристроїв та попереджувати симптоми цифрової залежності, а також навчати дітей практиці здорового використання гаджетів таким чином, щоб завчасно попередити можливу шкоду їхньому психічному та фізичному здоров'ю [207].

Отже, згідно останнім опублікованим дослідженням, закордонні дослідники залежної від віртуального середовища поведінки серед підлітків б'ють на сполох, адже тенденція до зловживання Інтернетом у підлітків стає все більш актуальною по всьому світу.

Автори [157] наводять результати дослідження, спрямованого на вивчення пропозицій, які будуть прийняті членами освітнього співтовариства для проведення профілактичних заходів проти залежності і зловживання соціальними мережами в Інтернеті. Автори підтверджують користь профілактичних заходів запобігання залежності від віртуального середовища, і наголошують, що пристрасть до соціальних мереж сприймається як прямий наслідок зловживання мобільними телефонами та Інтернетом.

Все це краще завчасно попереджувати, використовуючи розглянуті нами вище педагогічні засоби профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, особливо серед обдарованих підлітків та їх однолітків. Ми підтримуємо думку дослідника [118], працю якого нами розглянуто вище, що виховна задача полягає в розробці певної програми профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, щоб зміцнити і модернізувати здатність підлітків розуміти свою поведінку та стати активними протагоністами у своєму власному реальному житті, а не тільки у віртуальному.

Вище нами було проаналізовані розвивальний та профілактично-корекційний потенціал педагогічних засобів та останні світові дослідження з вищезначеної теми. Підкреслимо, що методологія досліджень українських науковців М. С. Гальченка [178], В. В. Камишина [179], М. М. Реви [180],

В. М. Мадзігона [181], І. С. Волощука[182] та інших дали нам можливість провести власне емпіричне дослідження, яке ми розкриємо у другому розділі нашої роботи.

Отже, тільки цілісне, послідовне і грамотне використання всіх педагогічних засобів розвитку позитивної мотивації навчання обдарованих підлітків дозволять ефективно проводити профілактику та корекцію залежності від віртуального середовища, а також допоможуть досягти відмінних результатів і поставлених викладачем цілей, та завдань навчання й виховання.

Таким чином, вдалося з'ясувати, що творча праця, розвиток особистості обдарованого підлітка в процесі навчання та виховання з використанням елементів арт-терапії дає відмінний результат у профілактиці, та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Висновки до першого розділу

На основі аналізу наукових джерел з'ясовано, – сучасний світ має тенденцію до перетворення в інформаційно-мережеве суспільство, що не може не впливати на особистість обдарованих підлітків. При цьому віртуалізацію треба розглядати як певний рівень розвитку технологій, яке дозволяє створювати нові виміри суспільства, а це водночас породжує такі проблеми, як залежність обдарованої молоді від віртуального середовища.

Окреслено, що віртуальне середовище – це не тільки інтернет-середовище, а й так звана віртуальна реальність, комп'ютерні ігри, віртуальні пристрої, ігрові гаджети. Під залежністю від віртуального середовища в цілому, ми розуміємо поведінкову залежність підлітків від різних цифрових пристроїв, в тому числі й Інтернет-залежність.

Обґрунтовано педагогічні засоби, які розглянуто з точки зору нематеріальних об'єктів, як різноманітну діяльність, в яку включаються підлітки: праця, гра, учіння, спілкування, пізнання.

Детально схарактеризовано п'ять педагогічних засобів (праця, гра, учіння, спілкування, пізнання) з посиланням на їхню характеристику відомими дослідниками-педагогами. Також виокремлено використання елементів арт-терапії як важливого педагогічного засобу профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

З'ясовано, що проблема залежності від віртуального середовища багатогранна. Перш за все це стосується фізичного і психологічного здоров'я нації (ослаблення імунної системи, проблеми з хребтом, вагою, різні захворювання очей, депресія, тривога і загальне психічне виснаження). Водночас зачіпаються і соціальні відносини: багаточасове перебування у віртуальному середовищі відриває підлітка від безпосередніх контактів в суспільстві, виникають проблеми в сімейному, освітньому середовищі.

Встановлено основні ознаки залежності підлітків від віртуального середовища: надмірне використання віртуального середовища (понад 6 годин на день), втрата контролю за часом та поведінкою; заміна реальності на віртуальну тощо.

Виявлено основні причини залежної від віртуального середовища поведінки: відсутність відповідальності, самореалізації, хобі; незадіяність у позашкільні гуртки, спортивні секції; незадоволені фрустровані потреби, відчуття невпевненості в собі та своїх здібностях, відчуття депресії, нудьги; нездатність адаптуватися до реальності.

Визначено наслідки залежної поведінки: зниження вольової саморегуляції, зростання агресії, різке звуження кола інтересів, зниження успішності, погіршення відносин у сім'ї; труднощі первинної соціалізації, перенесення власного віртуального образу залежним підлітком на себе реального, що призводить до низького адаптаційного потенціалу особистості.

Виявлено спільні та відмінні причини виникнення та розвитку залежності обдарованих підлітків та їхніх однолітків від віртуального середовища, такі як: невміння дозувати час; відсутність режиму роботи з гаджетами; неконтрольованість та відсутність обмежень зі сторони дорослих; номофобія тощо. Встановлено, що обдаровані підлітки та їх однолітки можуть бути однаково схильні до ризику формування Інтернет-залежності.

Виявлено, що феномен Інтернет-залежності у обдарованих підлітків та їх однолітків призводить до серйозних особистісних, психологічних та навіть фізичних проблем (неспроможність зав'язувати і підтримувати контакти у реальному житті, складності у комунікації, втрата особистої ідентичності внаслідок постійного і безперервного перебування у віртуальному середовищі). Таким чином, залежність від віртуального середовища з часом може стати серйозною перешкодою для розвитку молоді, адже відбувається знеособлення користувача Інтернет серед мільйонів інших користувачів.

Встановлено, що ні наука, ні практика не мають поки надійних засобів протистояння загрозі подальшого поширення залежності від віртуального середовища. Проблема залежної поведінки носить міждисциплінарний характер, внаслідок цього при розробці технології педагогічної профілактики віртуальних адикцій, необхідно враховувати досягнення інших наук в цій галузі. Стрімке зростання кількості школярів з віртуально залежною поведінкою і висока соціальна значущість проблеми залежності від віртуального середовища характеризує вивчення даного питання, як одного з центральних в сучасній педагогічній літературі.

Отже, пристрасть до дозвільного проведення часу в мережі «Інтернет» є своєрідною даниною часу технологічного суспільства, де найбільш вразливими виявляються підлітки.

Розділ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

2.1. Методологічне обґрунтування дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності, і організація експериментальної роботи

Проведений у першому розділі дисертаційної роботи теоретичний аналіз проблеми педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища потребував емпіричного підтвердження. Тому в другому розділі дисертації буде розкрито особливості проведення констатувального, формувального та контрольного етапів експерименту, перевірку ефективності розроблених педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища та узагальнено результати емпіричного виявлення рівнів залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Для досягнення зазначеної вище мети було розроблено типологію обдарованих підлітків та залежних від віртуального середовища обдарованих підлітків, визначено критерії залежності, показники обдарованості підлітків, підібрано методи діагностики їх рівня, узагальнено отримані експериментальні результати.

Розв'язання нашої задачі полягає у дослідженні педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Як ми встановили вище, в нашому дослідженні ми керувалися більш широким визначенням педагогічних засобів, акцентуючи увагу на нематеріальних, тобто педагогічними засобами у нас є праця, гра, навчання, спілкування, пізнання. Виділені на етапі теоретичного аналізу, ці п'ять категорій педагогічних засобів забезпечили педагогічну основу для взаємодії між педагогом і обдарованим підлітком. Спираючись на означені педагогічні

засоби впливу на особистість учня, ми проводили профілактику та корекцію залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Праця, як один з педагогічних засобів виховання особистості підлітка, являє собою потужний засіб профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Включення підлітка у працю (творчу, розумову, фізичну) в реальному світі, а також виховання відповідальності, та правильно сплановане дозвілля підлітка дозволили нам проводити профілактику та корекцію залежності від віртуального середовища.

В. М. Мадзігон [195] наголошує, що праця є основою людського існування, єдиним джерелом багатства, фактором формування та розвитку особистості. Взаємодія між людиною з середовищем здійснюється головним чином в процесі трудової діяльності. Праця – перша і основна умова всього людського життя, і повинна здійснюватись на такому рівні та в такій формі, без яких неможливий розвиток природних сил та здібностей людини. Рациональна організація продуктивної праці, яка з'єднана з навчанням, є важливим засобом не тільки розумового, фізичного та морального, але і соціального становлення особистості [195, с. 17-18].

За В. Сухомлинським, праця лише тоді стає виховною силою, коли вона збагачує інтелектуальне життя, наповнює багатограним змістом розумові, творчі інтереси, одухотворяє моральну цілісність і підносить естетичну красу особистості та колективу [59, с. 292]. В. Сухомлинський вбачав свій ідеал виховання у тому, щоб кожна людина вже в підлітковому віці знайшла ту працю, в якій би найбільш повно та яскраво розкривалися її природні задатки, що дало б їй щастя духовної творчості. Саме через працю підліток переживає, відчуває свою честь, достоїнство, пишається своїми успіхами.

Встановлено, що конструктивна діяльність, праця в реальному світі, будь то на відкритому повітрі, далеко від дому або навіть вдома може знизити ризик Інтернет-залежної поведінки підлітків. Як говорив

В. О. Сухомлинський: «Праця – найбільша краса, але праця разом з тим – це і пекельно важка справа. Пізнати цю істину – ось у чому один із секретів виховання... Без подолання труднощів, без перевантажень немає і не буде справжньої людини. Молодості неодмінно має бути важко на шляху до досягнення мети» [63].

У нашому випадку – метою є відхід від залежної від віртуального середовища поведінки через конструктивну діяльність, працю в реальному житті. Саме праця є змістовною основою профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Тобто *долучення підлітка до праці* (творчої, розумової, фізичної) в реальному світі, сімейні обов'язки, правильно сплановане дозвілля підлітка є, тим самим, профілактикою залежності від віртуального середовища [132].

Гра, як один з педагогічних засобів використовувалася нами безпосередньо на заняттях з підлітками. Зазначимо, що використання гри, як одного з педагогічних засобів профілактики та корекції залежності є доцільним елементом навчання осіб раннього підліткового віку, а також є цікавою формою спілкування у старшому підлітковому віці. Зазначимо, що у старшому підлітковому віці нами використовувалися саме психологічні ігри, так як підлітки проявляють значний інтерес до пізнання себе.

Навчання є одним з педагогічних засобів та являє собою таку діяльність учня, в результаті якої здійснюється засвоєння знань, умінь і навичок. В результаті навчання формується певне ставлення учня до предметів і явищ навколишнього світу. Навчальна діяльність виховує волюві якості особистості, сприяє формуванню пізнавальних, естетичних, емоційних, моральних потреб.

Ми погоджуємося з думкою відомого педагога Ш. Амонашвілі [174, с. 134] в тому, що педагогіка повинна орієнтуватися не на вчорашній, а на завтрашній день дитячого розвитку. Тільки тоді вона зможе викликати в процесі навчання до життя ті процеси розвитку, які зараз лежать в зоні найближчого розвитку. Інакше кажучи, навчальна діяльність

підлітка у школі змушує підніматися його вище самого себе. Це завжди відноситься до здорового шкільного навчання. Отже, тільки те навчання в дитячому віці добре, яке забігає вперед розвитку і веде розвиток за собою.

За М. С. Гальченком [192], систематичне вчення про мислення виступає інструментом пізнання. Отже, ми бачимо, що ці два поняття – вчення та пізнання дуже тісно взаємодіють одне з одним. Так само як інші педагогічні засоби, такі як спілкування, гра та праця.

Обґрунтовуючи використання *навчання* у якості педагогічного засобу, зазначимо, що воно повинно бути в результаті навчально-виховної діяльності продуктивним. Термін «продуктивне навчання» був введений німецькими вченими і педагогами І. Бемом, та Й. Шнайдером, який трактується ними як процес освіти [194]. Додамо, що поняття освіти являє собою триєдиний процес виховання, навчання та розвитку. Саме ці процеси ми розглядаємо у нашій роботі через призму педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Спілкування – педагогічний засіб виховання розвиненої особистості підлітка. Саме в результаті оціночного спілкування підлітка з іншими людьми виникає уявлення про себе та про інших, формується самооцінка. Педагогічна енциклопедія трактує поняття «спілкування» як взаємодію двох або більше людей з метою встановлення і підтримки міжособистісних стосунків, досягнення загального результату спільної діяльності [70; 71].

За О. Леонт'євим особливості педагогічного спілкування визначаються як професійне спілкування науково-педагогічних працівників з тими, хто навчається у процесі навчання і виховання, та спрямоване на створення сприятливого психологічного клімату, а також на іншу психологічну оптимізацію навчальної діяльності й відносин між педагогом та учнями [72].

Згідно З. Я. Ковальчук [71], сучасна психологічна наука визначає спілкування як обмін інформацією (комунікація, від лат. *communiko* – «спілкуючись із кимось»), як взаємодію (інтерація, від латинського *intraction*

– «взаємодія»), як сприймання, пізнання та розуміння людини людиною (перцепція, від лат. *perceptio* – «сприймання, пізнавання»).

Пізнання – педагогічний засіб виховання всебічно розвиненої особистості підлітка. Саме націленість на пізнання оточуючого світу, допитливість є однією з ознак обдарованості. За А. Баумейстером [73, с. 279], людина знає про різноманітні речі лише потенційно, вона спроможна їх пізнати та спрямована на пізнання. Тобто людина мусить здобувати знання.

Елементи арт-терапії, як ми зазначали вище, також можуть бути використані педагогами у профілактиці та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Емпіричне дослідження здійснювалось упродовж 2019-2021 років на базі загальноосвітнього навчального закладу I-III ступенів "Спеціалізована школа № 193» з поглибленим вивченням української мови та літератури Подільського району міста Києва, на базі Спеціалізованої школи I-III ступенів №307 з поглибленим вивченням природничих наук Деснянського району міста Києва, а також на базі Національного центру «Мала академія наук України» з залученням респондентів з усіх регіонів України. На етапі підготовки емпіричного дослідження підібрано пакет психодіагностичного інструментарію, розроблено авторські анкети та підготовлено бланки інструкцій та бланки відповідей для досліджуваних, необхідні інструменти для первинної обробки результатів. На етапі обробки та інтерпретації проведено кількісний та якісний аналіз отриманих даних з подальшою графічною репрезентацією та застосовані статистичні методи.

У дослідженні було використано методи експериментальної роботи (опитування у формі бесіди та аналіз нормативної документації ЗЗСО (робочі навчальні плани, навчальні програми, журнали тощо), спостереження, експертна оцінка) та діагностичні методики (анкети, опитувальники, картки оцінювання (для експертів) та ін.). Проводячи дослідження, ми використали дві психодіагностичні методики для комплексного психолого-педагогічного

дослідження особливостей залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

В емпіричному дослідженні взяли участь 369 підлітків з означених вище навчальних закладів. Вік досліджуваних становив від 11 до 17 років. Основна вибірка складалася з 249 осіб. Було сформовано дві групи: експериментальна (ЕГ) 129 осіб та контрольна (КГ) – 120 осіб.

Відбір досліджуваних, формування вибірки відбувалося з дотриманням умов репрезентативності, тобто вона відповідає характеристикам популяції, яка вивчалася. Іншими словами вибірка була еквівалентна та гомогенна за своїми характеристиками (вік, стать, освіта). Еквівалентність груп досягалася зрівнянням досліджуваних за віком та статтю. Середній вік досліджуваних обдарованих підлітків був 15 р., а їх однолітків – 14 років. Добір досліджуваних підлітків здійснювався за допомогою стратегії рандомізації. Висновки, які ми отримали в експерименті, можуть бути поширені на всіх представників популяції, а не тільки на представників даної вибірки.

Зокрема, під час формування експериментальної вибірки, ми керувалися наступними критеріями: репрезентативності, еквівалентності досліджуваних, змістовним критерієм (відповідність експериментального методу гіпотезі, яка перевіряється). Підбір експериментальної групи визначався предметом та гіпотезою дослідження. В нашому випадку ми користувалися найпоширенішим способом, проводили власне дослідження з двома різними групами: експериментальною (ЕГ) і контрольною (КГ), які ставилися в різні умови. Досліджувані з КГ не піддавалися впливу, не брали участь у програмі профілактики та корекції залежності. КГ слугувала своєрідною базою при порівнянні результатів використання педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Для порівняння окремих характеристик обдарованих підлітків з їх однолітками ми створили окрему групу апріорі обдарованих підлітків, учасників останнього етапу Всеукраїнського конкурсу Малої Академії Наук

України у кількості 120 осіб. Зазначимо, що цю групу становили обдаровані учасники МАН з різних областей та регіонів України.

В нашому дослідженні ми додатково розглядали саме обдарованих підлітків, членів МАН України, бо сам факт участі, їх наукові досягнення, що дозволили їм вийти на останній етап Всеукраїнського конкурсу засвідчує неабиякі неординарні здібності й успіх в обраному напрямку їх наукових інтересів. Обґрунтовуючи доцільність розглядання вибірки обдарованих підлітків з МАН, зазначимо, що у різних дослідженнях наших колег [208] було експериментально підтверджено високу креативність членів МАН України [80]. Було також емпірично встановлено специфіку когнітивних, особистісних та поведінкових особливостей учнів-членів МАНУ, що вирізняє їх від учнівського загалу [153]. Крім того, група українських дослідниць експериментально підтвердили достовірно більш високу креативність дітей-членів МАН України: кожен четвертий респондент у випадковому порядку учасників конкурсу (призери і не відмічені увагою журі діти) має саме високу креативність, яка спостерігається на невербальному стимульному матеріалі, а також за результатами опитувальника креативності (щодо вибірки стандартизації) [208].

Обґрунтовуючи вибірку обдарованих підлітків, а також при ідентифікації обдарованих учнів серед експериментальної та контрольної груп досліджуваних, додамо, що ми використовували не тільки діагностичну методику Н. А. Бельської, а й спирались на проведений нами аналіз світових досліджень з діагностики обдарованих підлітків у першому розділі дисертаційного дослідження та у наших попередніх роботах [128; 131], що дало нам можливість надійно ідентифікувати обдарованих у наших вибірках. Ознаками обдарованості нам слугували проявлені досліджуваними показники з достатньо високим рівнем розвитку, що в свою чергу дозволило нам діагностувати обдарованість респондентів. Успішна соціальна активність, така як: досягнення у навчанні, перемоги в олімпіадах, різного роду змаганнях, конкурсах, академічні досягнення являють собою офіційно

визнані докази певних досягнень особистості та є свідченням наявної обдарованості. Крім того, ми враховували експертну думку класних керівників, а також інших педагогів.

Згідно проаналізованих праць, на які ми посилалися вище, можемо визначити такі характерні ознаки обдарованих підлітків, як високі досягнення у навчанні (академічна обдарованість), допитливість, наполегливість у досягненні поставленої мети, легкість в опануванні нових знань, високий пізнавальний інтерес, працелюбність, достатня глибина розуміння матеріалу, а також високий рівень відтворення знань, прагнення до самоствердження, перемоги у різного роду змаганнях, конкурсах, відчуття задоволення від своєї діяльності.

Розглянуті вище характерні ознаки обдарованих підлітків також використовувались нами при ідентифікації обдарованих підлітків серед учнівського загалу.

Мета експерименту: перевірити ефективність педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Завданнями експериментального дослідження визначено: емпірично дослідити особливості залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища; виявити та схарактеризувати педагогічні засоби профілактики та корекції залежності від віртуального середовища; на основі виявлених педагогічних засобів розробити програму профілактики та корекції залежності від віртуального середовища; перевірити ефективність педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, та ефективність розробленої програми профілактики, та корекції залежності.

Методика проведеного нами експерименту передбачала комплексне використання методів, прийомів та засобів психолого-педагогічного дослідження, здійснення відповідних опитувань, вимірювань, аналізу і математично-статистичної обробки отриманих результатів, перевірку та

підтвердження статистичної значущості. Так, сутність педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища була розкрита нами під час здійснення аналізу наукових напрацювань з цього питання, бази літератури та використання системного підходу.

Дослідження нашої основної вибірки відбувалось з 2019 по 2021 роки включно за допомогою методики вивчення мотивації, картки експертного оцінювання ефективності програми, авторської анкети-опитувальника «Діагностики залежності від віртуального середовища» та анкети на виявлення творчої та інтелектуально-академічної обдарованості, спостереження, опитування, експертної оцінки педагогів. У цю вибірку ввійшли учні з шостого по одинадцятий клас включно, підлітки, віком від 11 до 17 років. Вибірка складалась з 249 осіб, з них 134 юнаки та 115 дівчат. У складі цієї вибірки сформовано дві групи: ЕГ (129 осіб) та КГ (120 осіб). З них виокремлено 13,8% підлітків в ЕГ та 11,2% з КГ, які проявили себе як творчо або академічно-інтелектуально обдаровані. Також паралельно нами проводилося дослідження вибірки апріорі обдарованих підлітків, учасників МАН з різних регіонів України у кількості 120 осіб.

У психодіагностичному дослідженні було використано дві психодіагностичні методики:

1. Методика вивчення мотивації досягнення цілі та успіху (за Т. Елерсом) [74, с. 89–91; 75, с. 513–515].
2. Методика вивчення мотивації уникнення невдач (за Т. Елерсом) [74, с. 91–92; 75, с. 515–517].

Додамо, що Т. Елерс [74], у своїй концепії діагностики мотивації досягнення та мотивації уникнення невдач, виходив того з положення, що особистість у якої домінуючою є мотивація до успіху, тяжіє до середнього чи низького рівня ризику. Така особистість характерна тим, що зазвичай уникає високого ризику. При сильній мотивації досягнення цілі та успіху, надії на успіх зазвичай менші, ніж при слабкій мотивації досягнення цілі та успіху,

однак такі особистості зазвичай багато працюють над тим, щоб досягнути успіху, тобто вони прагнуть до успіху.

Зазначимо, що результат методики вивчення мотивації досягнення цілі та успіху слід аналізувати разом з методикою вивчення мотивації уникнення невдач.

Уточнимо, що мотивація досягнення розглядалася у нашій роботі як фактор корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Адже радість, яку відчуває учень в своїй навчальній діяльності, очікування цієї радості, спонукає його до руху вперед, тобто являє собою досить потужний стимул у розвитку особистості підлітка.

Для поглибленого дослідження особистості підлітка, нами було розроблено анкету-опитувальник щодо діагностики залежності від віртуального середовища. Для діагностики творчої та інтелектуально-академічної обдарованості підлітків ми використовували анкету, розроблену Н. А. Бельською [76, с.81].

Авторська анкета-опитувальник для діагностики залежності від віртуального середовища містить 46 запитань. Анкетні питання включають в себе критерії, симптоми та прояви Інтернет-залежної поведінки. Зазначимо, що основних питань, які діагностують залежність від віртуального середовища в анкеті 26, інші питання носять відволікаючий або уточнюючий характер.

Стимульний матеріал методик та анкети містяться в Додатку А («Методика №1» с. 205-206, «Методика №2» с. 207). «Анкета-опитувальник для діагностики залежності від віртуального середовища» (с. 208-215), «Орієнтовна анкета учня» (с. 216-222), зразок бланку для відповідей на «Методику №1» та «Методику №2» у Додатку Б (с.223), рекомендації батькам у Додатку В (с. 224-225).

Додамо, що дослідження з виявлення обдарованих підлітків, учнів закладів загальної середньої освіти, передбачало не тільки використання анкети, спрямованої на визначення творчої та інтелектуально-академічної

обдарованості, а й використання інших методів, таких як: спостереження, вивчення актуальних досягнень підлітків, результатів їх навчальної й позанавчальної діяльності, творчих чи спортивних захоплень у різних сферах життя, експертна оцінка педагогів тощо.

Ми виокремили *критерії*, за якими ми вимірювали залежність підлітків від віртуального середовища:

1. мотиваційна спрямованість особистості підлітка (пізнавати нове, цікаво проводити час в реальному житті, заповнення вільного часу конструктивною діяльністю) – психодіагностична методика вивчення мотивації досягнення цілі та успіху Т. Елерса та методика вивчення мотивації уникнення невдач Т. Елерса;
2. пізнавальна спрямованість інтернет-активності підлітка (контент, який переглядається ними, зміст та характер роботи в мережі «Інтернет» тощо) – окремі питання (№2, 4, 7, 26, 28, 32, 46), розробленої нами анкети-опитувальника;
3. раціональне використання інтернет-ресурсів підлітками (тривалість часу, проведеного в мережі «Інтернет», частота використання мережі, спроби відмовитись тощо) – окремі питання (№4, 33, 38, 42, 46), розробленої нами анкети-опитувальника;
4. включення підлітків у діяльність за інтересами (відвідування гуртків, наявність захоплення / хобі, способи використання позаурочного часу тощо) – окремі питання (№13, 15, 32), розробленої нами анкети-опитувальника;;
5. сформоване відповідальне ставлення до себе і світу навколо (наявність обов'язків, суб'єктивне бачення себе відповідальною людиною) – окремі питання (№6, 7, 9 14, 24, 29, 33, 36, 37, 42, 45), розробленої нами анкети-опитувальника;
6. ступінь поінформованості підлітків про залежність від віртуального середовища (що таке залежність від віртуального середовища, її негативний вплив на особистість, спроби відмовитися від надмірного

використання Інтернету тощо) – усне опитування підлітків та окремі питання (№1, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 24, 25, 27, 29, 31, 33, 38, 40), розробленої нами анкети-опитувальника.

За допомогою комплексу психодіагностичних методик, авторських анкет, які було використано у дослідженні, ми змогли виявити й дослідити типи мотивації, визначили наявність чи відсутність залежності, рівні віртуальної залежності обдарованих підлітків та їх однолітків, на основі чого ми змогли провести подальшу профілактичну, розвивальну та корекційну роботу з підлітками.

2.2. Психолого-педагогічні особливості підлітків, залежних від віртуального середовища

Констатувальний етап дослідження проходив в два підходи. На першому етапі експериментального дослідження, нами було здійснено обґрунтування вибірки досліджуваних підлітків та їх обдарованих однолітків, яке ми розглянули в п.2.1.

Мета констатувального експерименту полягала у виявленні підлітків залежних від віртуального середовища та встановленні типу мотиваційної спрямованості особистості.

У нашому дослідженні взяло участь 249 підлітків (129 осіб – ЕГ та 120 – КГ), віком від 11 до 17 років, які становили загальну вибірку, серед них 115 юнаків та 134 дівчини. Середній вік у групі досліджуваних – 14 років. Вікові та статеві характеристики досліджуваних підлітків з обох груп (ЕГ та КГ) представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Вікові та статеві характеристики досліджуваних підлітків

Дівчата (N=134)	Хлопці (N=115)
11-17 (M=14)	11-17 (M=14)

Окремою групою для порівняння ми досліджували апріорі обдарованих підлітків, учасників конкурсів Малої академії наук України у складі 120 осіб, віком від 13 до 17 років, серед них 73 дівчини та 47 юнаків. Середній вік у вибірці обдарованих підлітків – 15 років. Вікові та статеві характеристики обдарованих підлітків представлено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Вікові та статеві характеристики обдарованих підлітків

Дівчата (N=73)	Хлопці (N=47)
13-17 (M=15)	13-17 (M=15)

Зазначимо, на констатувальному етапі нашого дослідження ми провели опитування на вибірках українських підлітків (ЕГ n=129 та КГ n=120). За даними опитування, ми побачили картину, схожу на результати світових дослідників проблеми віртуальної залежності серед підлітків. Біля 95% опитаних українських підлітків мають постійний доступ до wi-fi мережі, причому їх батьки не вимикають Інтернет вночі. Підлітки зізнавалися, що часто ховаючись від батьків після опівночі, грають у мережеві ігри допізна. Крім того, майже всі опитані підлітки мали постійний доступ до Інтернету і в години навчання у школі, що є потужною спокусою не вчитися, а грати під партою з друзями онлайн.

Оскільки будь-яка педагогічна взаємодія з підлітком стає ефективною тільки з урахуванням особливостей його мотивації, а також так як мотивація досягнень може виступати індивідуальним маркером обдарованої людини [144; 151], то нами було використано методику вивчення мотивації досягнення цілі та успіху (за Т. Елерсом) [74; 75], та методику вивчення мотивації уникнення невдач (за Т. Елерсом) [74; 75].

За Ф. М. Подшивайловим [140], у квадріполярній моделі М. Ковінгтона [139] виділяють чотири типи мотиваційної спрямованості особистості: 1) «оптимісти» – висока орієнтація на успіх, низький страх невдач; 2) «сумлінні» – висока орієнтація на успіх, високий страх невдач; 3) «самозахисники» – низька орієнтація на успіх, високий страх невдач; 4) «ті, що змирилися» – низька орієнтація на успіх, низький страх невдач [139; 140]. Для наочності наводимо рис.2.1.

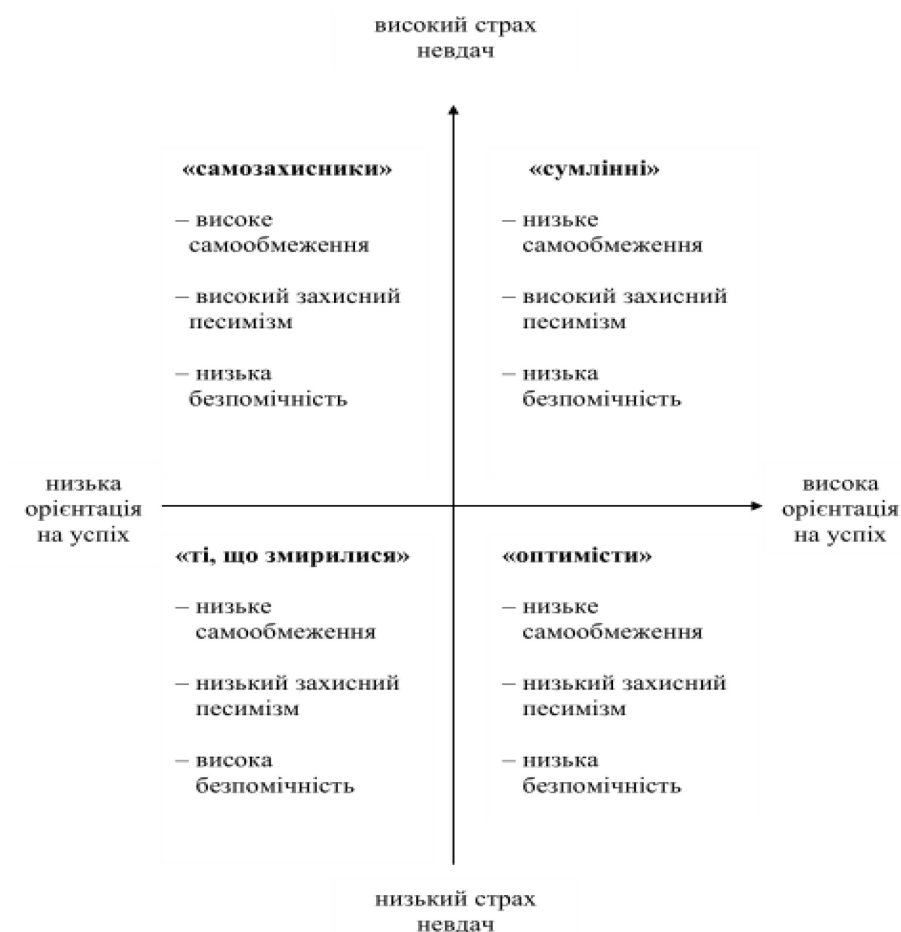


Рис. 2.1. Квадріполярна модель мотивації досягнення (за М. Ковінгтоном).

Наведемо нижче психолого-педагогічні особливості чотирьох типів мотиваційної спрямованості особистості.

Як зазначає Ф. М. Подшивайлов [140] та М. Ковінгтон [139], «оптимісти» – впевнені в собі, гнучкі, займають активну позицію в діяльності, поведінка орієнтована на досягнення. «Сумлінні» – здібні, старанні, скрупульозні, але невпевнені в своїх здібностях, часто схильні до високої тривожності та мають нестабільну самооцінку. «Самозахисники» – невпевнені в собі, при цьому мають стабільно низьку самооцінку; вони направляють свої зусилля на зменшення негативних наслідків невдачі, що робить їх схильними до захисної стратегії самообмеження. «Ті, що змирилися» – мають низьку самооцінку і виділяються на тлі решти типів індиферентністю до завдань, відсутністю якої-небудь орієнтації на досягнення. Тривожність, яка зустрічається у «тих, що змирилися», не пов'язана з орієнтацією на досягнення, а швидше відображає їх відчай і втрату надії, тобто, зрештою, навчену безпорадність [139; 140].

Щодо переглянутої теорії «навченої безпорадності», як зазначає Р. Френкін [172, с.479], схильність людини до депресії пов'язана з її особистим пояснювальним стилем (поведінки). Іншими словами, чи увійде особистість у депресію, зустрівшись з труднощами, залежить від того, як вона пояснює приємні і неприємні події. Автор наводить результати дослідження підлітків, які вдавалися до стратегії ігнорування проблем, очікування гіршого, відсторонювання від проблеми, сподіваючись, що вона вирішиться сама собою. В результаті у таких підлітків була наявна схильність до депресії. Щоб вберегтися від депресії, треба поділитися своєю проблемою з іншими, так як ми соціальні істоти, життя яких тісно пов'язане з навколишніми людьми, особливо з членами нашої родини. В результаті цього дослідження, щоб запобігти депресії, підлітки ділилися своїми проблемами з батьками. Адже, щоб жити щасливо і результативно, необхідно зміцнювати і конструктивно використовувати зв'язки з членами наших родин [172, с. 479].

В цьому ми вбачаємо дуже важливий профілактичний момент зниження залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Так як спілкуючись з батьками, що є одним з педагогічних засобів профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, підлітки не тільки зміцнюють родинні зв'язки, а й підпадають під профілактичний, корекційний та виховний вплив щодо недопущення залежної від віртуального середовища поведінки.

Отже, як вказує Ф. М. Подшивайлов [150], мотивацію досягнення (серед залежних від віртуального середовища підлітків) доцільно розглядати у контексті рівня домагань особистості, що залежить від співвідношення двох протилежних тенденцій – прагнення до успіху та уникнення невдачі.

В наших попередніх роботах [131; 132], ми розглядали типологію художньо обдарованих та залежних від віртуального середовища підлітків. В процесі аналізу концепцій обдарованості нами були виявлені професійно важливі якості художньо обдарованої особистості підлітка. Це – естетичне чуття і художнє сприйняття, які взаємодіючи, утворюють концептуальну професійно важливу якість художньо обдарованої особистості підлітка – сприйняття художнього образу. Описані нами підходи виявляють типи художньо обдарованої особистості підлітків через опис типологічних особливостей сприйняття художнього образу, а також типи залежних від віртуального середовища підлітків. Через опис типів сприйняття художнього образу характеризується художня обдарованість особистості підлітка по мобілізуючому, модернізуючому, споживчому і надихаючому типу сприйняття художнього образу. А через опис типів залежності підлітків від віртуального середовища характеризується рівень залежності підлітків.

Як бачимо, сучасне суспільство та світ стрімко змінюється, особливо швидко змінюється світ технологічно, що несе за собою глобальні зміни у суспільстві, а також певні психологічні зміни в особистості підлітків.

На констатувальному етапі педагогічного експерименту за результатами першого зрізу, за психодіагностичними методиками вивчення

мотивації досягнення цілі та успіху Т. Елерса, та методикою вивчення мотивації уникнення невдач Т. Елерса, ми побачили, які типи мотивації мають обдаровані підлітки та їх однолітки. Результати першого зрізу експериментальної групи представлені нижче у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Типи мотивації підлітків ЕГ (перший зріз) у %, n=129

Оптимісти	Сумлінні	Самозахисники	Ті, що змирилися
32 % (41 особа)	23 % (30 осіб)	12 % (15 осіб)	33 % (43 особи)

Для наочності наводимо графічне відображення результатів у вигляді діаграми (рис. 2.2).

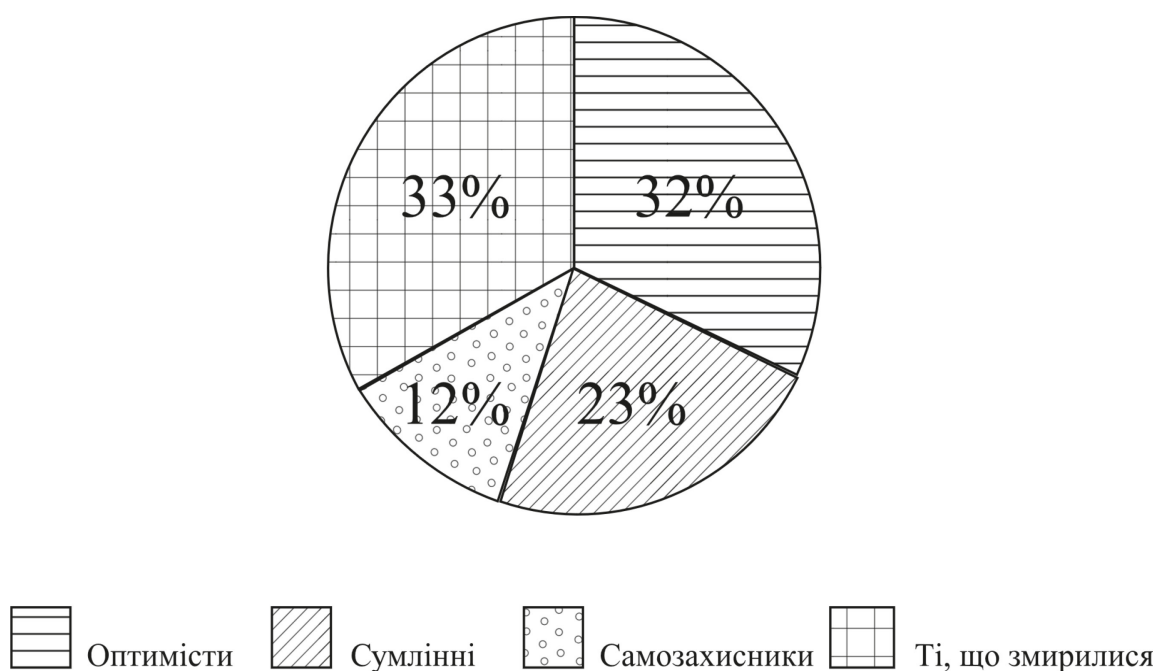


Рис. 2.2. Типи мотивації підлітків (перший зріз), n=129

Як видно з таблиці 2.3 та рисунка 2.2, найбільша кількість підлітків ЕГ складала тип «Тих, що змирилися» (33%) та «Оптимісти» (32%). «Сумлінних» 23 % та «Самозахисників» 12%.

За результатами першого зрізу можна зробити висновок, що 33% підлітків «Тих, що змирилися» не хочуть навчатися, пізнавати нове та розвиватися, вони індиферентні до завдань. Мотивація досягнення у них відсутня. Доречі, саме цей тип мотиваційної спрямованості підлітка «Тих, що змирилися», як ми встановили, частіше за все виявляється залежними від віртуального середовища. У 98% серед «Тих, що змирилися» наявна залежність від віртуального середовища. Отже, саме цей тип мотиваційної спрямованості найбільш сильно піддається залежності від віртуального середовища. Ці підлітки, зазвичай не задіяні у позашкільну діяльність (спортивні секції, різні гуртки). У них спостерігається феномен навченої беспорядності. Такі підлітки не роблять спроб поліпшити своє становище, хоча у них є така можливість. Тривожність «Тих, що змирилися», не пов'язана з мотивацією досягнення, вона відображає їх відчай та втрату надії. Така велика кількість підлітків серед «Тих, що змирилися» говорить про те, що соціум перестав бути для них мотиватором, вони бояться його.

«Оптимісти» з нашої вибірки складають 32%, мають позитивну мотивацію до навчання, вони сміливі, в них відсутній страх невдачі і наявна висока мотивація досягнення успіху. Висока стабільна самооцінка їм притаманна.

«Сумлінні» становлять 23% – ці підлітки намагаються завжди старанно і скурпульозно виконувати домашні завдання, їм важлива похвала вчителя. Зазвичай серед цього типу мотиваційної спрямованості багато відмінників. У них присутня мотивація досягнення, але вони невпевнені в своїх здібностях. Часто у них спостерігається висока тривожність та нестабільна самооцінка. Їм властива стратегія захисного песимізму.

За результатами першого зрізу ЕГ ми виявили, що «Самозахисники» складають найменшу кількість, лише 12%. Саме ці підлітки найбільш інтелектуально обдаровані серед чотирьох типів мотиваційної спрямованості. «Самозахисники» схильні до захисної стратегії самообмеження та до стратегії захисного песимізму, тобто у них спостерігається невпевненість в

собі, стабільно низька самооцінка. Свої зусилля вони направляють на зменшення негативних наслідків потенційної невдачі. Однак, ця стратегія не є поганою, адже таким чином «Самозахисники» зберігають свою самооцінку. Ці підлітки зазвичай беруться за легкі завдання, щоб бути впевненими, що вони зможуть з ними впоратися, або ж за дуже складні завдання. У випадку невдачі в них є незалежна від них причина (тобто не травмуюча їх причина) – висока складність завдання.

Як зазначає Ф. М. Подшивайлов [140; 142], самообмеження як захисна когнітивна стратегія виявляється в тому, що людина уникає зусиль в надії захистити самооцінку від потенційної невдачі.

В той же час ми виявили типи мотиваційної спрямованості підлітків з контрольної групи. Результати першого зрізу КГ групи представлені нижче у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Типи мотивації підлітків КГ (перший зріз) у %, n=120

Оптимісти	Сумлінні	Самозахисники	Ті, що змирилися
24 % (29 осіб)	23 % (28 осіб)	18 % (21 особа)	35 % (42 особи)

Як видно з таблиці 2.4, найбільша кількість підлітків КГ складала тип «Тих, що змирилися» 35% та «Оптимісти» 29%. «Сумлінних» 23% та «Самозахисників» 18%. Серед підлітків КГ виявлено 11,2% обдарованих.

Представимо результати діагностування інтелектуально-академічної та творчої обдарованості (ЕГ та КГ разом): ми виявили 6% обдарованих підлітків серед типу «Оптиміст». У «Сумлінних» ми виявили 12% академічно обдарованих підлітків. Серед типу «Самозахисників» ми виявили 7% обдарованих.

За результатами анкетного опитування серед представників експериментальної та контрольної груп – 34% підлітків не відвідують ніяких додаткових занять. Улюблену справу мають 79% опитаних. Постійно

чекають наступного виходу в Інтернет 42%, нав'язливе бажання вийти в Інтернет часто відчують 88%, причому домінуючим мотивом більшості є соціальні мережі, на другому місці – перегляд відео на YouTube, на третьому – мережеві ігри, останні місця посідають – віртуальне спілкування, інші онлайн активності та перевірка електронної пошти. 35% відповіли, що вчителя або батьки скаржаться на те, що вони (підлітки) проводять занадто багато часу в Інтернеті. 16% останнім часом витрачали більше грошей на Інтернет. 42% зазначили, що кількість часу, яку потрібно провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення помітно зростає. Погодилися з твердженням: «Якщо Ви не збільшуєте кількість часу, яку проводите в Інтернеті, то ефект задоволення помітно знижується» – 20% опитаних. Спроби відмовитися від Інтернету чи проводити в ньому менше часу були у 68% осіб. Припинення чи скорочення часу, проведеного в Інтернеті приводить до поганого самопочуття у 19%. Розлад сну або зміна режиму сну буває у 85%, причому скорочення тривалості сну, саме внаслідок перебування в Інтернеті в нічний час буває у 38%. 34% опитаних лягає спати після опівночі у робочий день, що завдає значного збитку здоров'ю, оскільки зменшується норма сну для цієї вікової категорії. Стан тривоги, нав'язливі думки про те, що зараз відбувається в Інтернеті відчують 26%. Відчуття сухості або різи в очах відзначили 27%, головні болі у 60%, болі у спині у 61%, болі у ногах у 37%. Забувають про особисту гігієну 24%. Зовсім не бажають відволіктися навіть на короткий час від перебування в мережі «Інтернет» 23%, роздратовуються при вимушеному відволіканню від Інтернету 36%. Завжди засиджуються у мережі «Інтернет» 91%. Про готовність брехати, говорячи про тривалість і частоту роботи в Інтернеті зазначили 20%. Про бажання відвідувати більше позашкільних гуртків або спортивних секцій заявило 55%. 37% відзначили, що перебуваючи в Інтернеті, забували про домашні справи, навчання чи зустрічі. Постійний доступ до Інтернету мали 90% опитаних. Зарядку зранку роблять 58%.

Від 1 до 4 годин на день 57 % підлітків проводять у смартфонах (планшетах чи ПК). Більше 5 годин на день витрачають на користування смартфоном, планшетом або комп'ютером 39% опитаних. Більше 6 годин в день витрачають на користування телефоном, планшетом або комп'ютером 23%. Пропускають сніданок 40% опитаних. Свій вільний час часто проводять в Інтернеті, у смартфоні або за комп'ютером 67%. Зазвичай уникають фізичної активності тільки 13%. Безвідповідальними себе вважають 18% опитаних.

Так як однією з ознак залежності від віртуального середовища є занурення у свій гаджет (смартфон, планшет чи ПК) більше 6 годин на добу, то за результатами анкети, ми можемо впевнено сказати, що у 23% опитаних наявна сформована залежність від віртуального середовища. Інші 67% знаходяться у зоні ризику формування залежної від віртуального середовища поведінки. Решта 10%, які не мають постійного доступу до Інтернету та мають улюблену справу, а також задіяні у позакласну діяльність (гуртки, секції тощо) відносно незалежні від віртуального середовища.

З 90% опитаних, які мають постійний доступ до Інтернету, 30% не відвідують ніяких позакласних занять, 26% не мають улюбленої справи або вони зазначили, що проведення часу у смартфоні є їх улюбленою справою.

Результати опитування серед обох груп досліджуваних (ЕГ та КГ) показало, що серед нашої вибірки підлітків 98% дітей мали власні смартфони з постійним доступом в мережу Інтернет, а також витрачали значну кількість вільного часу на користування ними. 30% опитаних хлопців зазначали, що в основному відвідують сайти онлайн ігор, а улюбленим хобі зазначили кіберспорт. Серед дівчат домінувало використання різних соціальних мереж та онлайн-спілкування, переглядання відео, та гра в ігри на смартфонах.

На констатувальному етапі експериментального дослідження ми отримали результати вивчення рівня залежності підлітків від віртуального середовища за чітко означеними у п.2.1 критеріями. Результати по ЕГ та КГ наводимо нижче у таблиці 2.5.

Результати вивчення рівня залежності підлітків від віртуального середовища обох груп досліджуваних у % (перший зріз)

Критерій	ЕГ (n=129)	КГ (n=120)
Мотиваційна спрямованість	55%	47
Пізнавальна спрямованість інтернет-активності підлітка	44%	42%
Раціональне використання інтернет-ресурсів підлітками	34%	32%
Включення підлітків у діяльність за інтересами	59%	58%
Сформоване відповідальне ставлення до себе і світу	83%	80%
Ступінь поінформованості підлітків про залежність від віртуального середовища	46%	40%

За результатами таблиці 2.5 ми можемо сказати, що мотиваційна спрямованість наявна у 55% ЕГ та у 47% КГ. Пізнавальна спрямованість інтернет-активності підлітків простежується у 44% ЕГ та у 42% КГ. Раціонально використовують інтернет-ресурси 34% ЕГ та 32% КГ. У діяльність за інтересами включені 59% ЕГ та 58% КГ. Сформоване відповідальне ставлення до себе і світу навколо продемонстрували 83% ЕГ та 80% КГ. Ступінь поінформованості підлітків про залежність від віртуального середовища становила 46% ЕГ та 40% КГ. Зазначимо, що ця поінформованість носила дуже поверхневий характер.

Отже, враховуючи ці результати, можна зробити висновок, що 59% ЕГ та 68% КГ нераціонально використовують доступ до мережі «Інтернет» та частина з них (41%) мають ознаки залежності від віртуального середовища.

Спостерігаючи впродовж тривалого часу за нашою вибіркою, ми встановили, що сучасні підлітки не переносять нудьги, вони одразу ж звертаються до своїх вірних гаджетів. В ситуації вимушеної нудьги, наприклад очікування чогось або когось, підлітки не хочуть просто помріяти, подумати про щось, почитати книгу або помалювати, вони часто бездумно блукають по мережі «Інтернет», спілкуються віртуально або грають у мережеві ігри, що доречі є найпотужнішим деструктивним елементом у формуванні залежності від віртуального середовища. Як бачимо, спілкування здебільшого через мобільні телефони стало фактом життя для молоді.

Якщо провести порівняльну характеристику відповідей підлітків з їх апріорі *обдарованими* однолітками, учасниками конкурсу-захисту науково-дослідних і творчих робіт Малої академії наук України, побачимо дещо іншу картину. Результати представлено нижче у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Порівняльна характеристика обдарованих підлітків n=120 та їх однолітків (ЕГ) n=129 у %

Твердження	Обдаровані підлітки	Їх однолітки
Беруть на себе відповідальність за щось	96%	83%
Роздратовуються при вимушеному відволіканні від Інтернету	21%	36%
Свій вільний час часто проводять в Інтернеті, у смартфоні або за комп'ютером	52%	66%
Відвідують додаткові заняття, секції чи гуртки	74%	66%
Постійно чекають наступного виходу в Інтернет	28%	42%
Мають улюблену справу	97%	79%
Мають домашні обов'язки	99%	95%
Батьки або вчителі скаржаться на те, що підлітки проводять забагато часу в телефонах (комп'ютерах)	19%	35%

Як видно з таблиці 2.6, обдаровані підлітки більш відповідальні, беруть на себе відповідальність 96% з них, а їх однолітки 83%. Роздратовуються при вимушеному відволіканню від Інтернету 21% обдарованих підлітків і 36% їх однолітків. Свій вільний час часто проводять в Інтернеті, у смартфоні або за комп'ютером 52% обдарованих та 66% їх однолітків. Серед обдарованих підлітків, які залучені до науково-дослідних і творчих робіт МАН України, крім цієї діяльності 74% з них відвідують додаткові заняття, секції чи гуртки. Порівняно з ними, тільки 66% їх однолітків відвідують додаткові заняття. Щодо ризику виникнення залежності від віртуального середовища, то обдаровані підлітки показують тут кращі результати: тільки 28% обдарованих відзначили, що постійно чекають наступного виходу в Інтернет, натомість їх однолітки склали 42%. Обдаровані підлітки більше читають, знаходячи нову інформацію переважно з книжок та Інтернету. Їх однолітки використовують Інтернет переважно для перегляду відео на YouTube та соціальних мереж. 97% обдарованих мають улюблену справу, натомість тільки 79% їх однолітків мають улюблену справу. 99% обдарованих мають домашні обов'язки, їх однолітки – тільки 95%. Тільки 19% обдарованих і 35% їх однолітків зазначили, що батьки або вчителі скаржаться на те, що вони проводять забагато часу в телефонах (чи комп'ютерах). Обдаровані показали себе як 100% відповідальні особистості. Їх відповідальні однолітки склали лише 93%. Тільки 16% обдарованих і 42% їх однолітків помітили, що кількість часу, яку потрібно провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення помітно зростає.

Цікавим на нашу думку є той факт, що 23% підлітків з наявною залежністю від віртуального середовища проводять у своїх гаджетах більше 6 годин на день тоді як їх обдаровані однолітки, які також проводять у гаджетах більше 6 годин складають 23%. Звідси ми можемо зробити висновок про те, що обдаровані так само піддаються залежності від віртуального середовища як їх однолітки. Проте такі речі як наявність

відповідальності, залученість у додаткові заняття, творчу працю є дієвими засобами, що попереджають виникнення залежності від віртуального середовища.

Скорочення тривалості сну, внаслідок перебування в Інтернеті в нічний час наявне у 34% обдарованих та у 38% їх однолітків.

Як бачимо, задіяність в творчу, науково-дослідну працю позитивно відзначається не тільки на всій особистості підлітка, а й є педагогічним засобом профілактики та корекції залежності від віртуального середовища.

Цікавим є той факт, що обдаровані підлітки люблять дізнаватися нову інформацію з Інтернету (на першому місці), а потім на другому місці з книжок. Наводимо рис.2.3, діаграму з відповідями обдарованих підлітків.

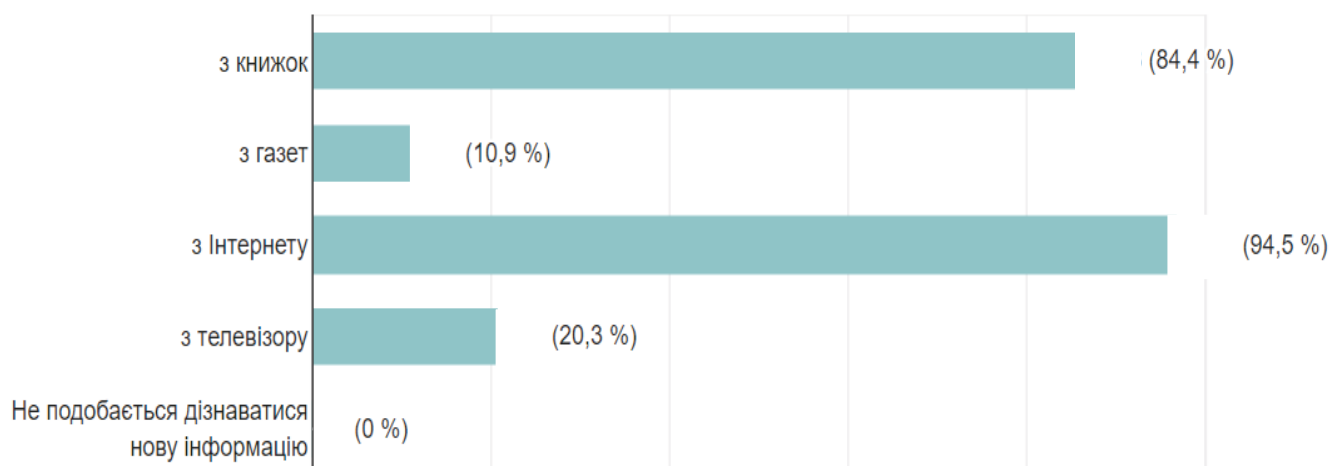


Рис.2.3. Отримання нової інформації обдарованими підлітками, n=120.

Далі ми порівняли окремо дівчат та хлопців та провели кореляційний аналіз за Пірсоном. Коефіцієнт кореляції r-Пірсона характеризує існування лінійного зв'язку між двома величинами. Результати на вибірці хлопців (n = 115) та дівчат (n = 134) показали, що є значимий кореляційний зв'язок на рівні $p = 0,62$ між залежністю від віртуального середовища і нехтуванням особистою гігієною. Отже, відповідно до таблиці значень величин

коефіцієнта кореляції ми можемо зробити висновок про те, що $p = 0,62$ – це середня за силою кореляція [41].

На наступному кроці ми порівняли залежних підлітків та їх відношення до відповідальності. В результаті отримали значиму кореляцію на рівні $p = 0,04$. Звідси можемо зробити висновок про те, що залежні підлітки – безвідповідальні. Тобто, чим більший рівень залежності у підлітка, тим менше він є відповідальним.

Для наочності наведемо таблицю 2.7 з традиційною інтерпретацією рівнів значущості [209].

Таблиця 2.7

Традиційна інтерпретація рівнів значущості

Рівень значущості	Можливий статистичний висновок
$p > 0,1$	«Статистично значущих відмінностей не виявлено»
$p < 0,1$	«Відмінності знайдені на рівні статистичної тенденції»
$p < 0,05$	«Знайдено статистично достовірні (значущі) відмінності»
$p < 0,01$	«Відмінності знайдено на високому рівні статистичної значущості»
$p < 0,001$	«Відмінності знайдено майже на абсолютному рівні статистичної значущості»

Провівши констатувальний етап педагогічного експерименту нашого дослідження, ми виявили наступні психологічні особливості віртуально залежних підлітків, коротко охарактеризуємо їх:

– несформоване почуття відповідальності (інфантилізм у поведінці), тобто нездатність нести відповідальність за власні вчинки;

- внаслідок надмірного перебування героєм жорстоких онлайн-ігор, виникнення агресії;
- віртуальне середовище стає домінуючим у житті залежних підлітків, звідси значне звуження кругозору особистості підлітка;
- зниження фізичної та пізнавальної активності в реальному житті;
- при зменшенні часу перебування в мережі «Інтернет» або при вимушеному відволіканні виникає погіршення настрою і самопочуття;
- в реальному житті спостерігається психологічна замкненість;
- відбувається поступова втрата соціальних зв'язків та друзів;
- з'являється конфлікти та роздратування під час живого спілкування в першу чергу з найближчим оточенням;
- відбувається нехтування власними обов'язками;
- простежується певна втрата навичок вербального й невербального спілкування.

Досліджуючи обдарованих підлітків, нами було розроблено *типологію обдарованих підлітків* (за показниками естетичного чуття та художнього сприйняття) та залежних від віртуального середовища обдарованих підлітків, визначено критерії залежності.

Ми концептуально виявили професійно важливі якості та показники художньої обдарованості підлітків. Розглянули основні складові творчого потенціалу обдарованої особистості підлітка. На основі концептуально виявлених професійно важливих якостей художньо обдарованої особистості дитини (підлітка) описали типологічну модель рівнів сприйняття художнього образу.

У нашій роботі [131] ми проаналізували праці дослідників і зробили висновок про наявність концептуальної, центральної професійно важливої якості художньо обдарованої особистості підлітка, як *сприйняття художнього образу*. Для виявлення художньо обдарованої особистості підлітка досить виміряти цей показник. Далі ми виділимо головні професійно важливі якості художньо обдарованого підлітка, які виходять з центрального

концепту сприйняття художнього образу – це естетичне чуття і художнє сприйняття. Саме ці дві професійно важливі якості характеризують художню обдарованість особистості підлітка. Іншими словами, якщо у дитини є естетичне чуття і художнє сприйняття навколишнього середовища, то вимірявши їх, ми в результаті можемо оцінити, який рівень сприйняття художнього образу має обдарований підліток. Визначивши сприйняття художнього образу, ми зможемо побачити, чи наявна художня обдарованість у підлітка. Для наочності наводимо рисунок 2.4.

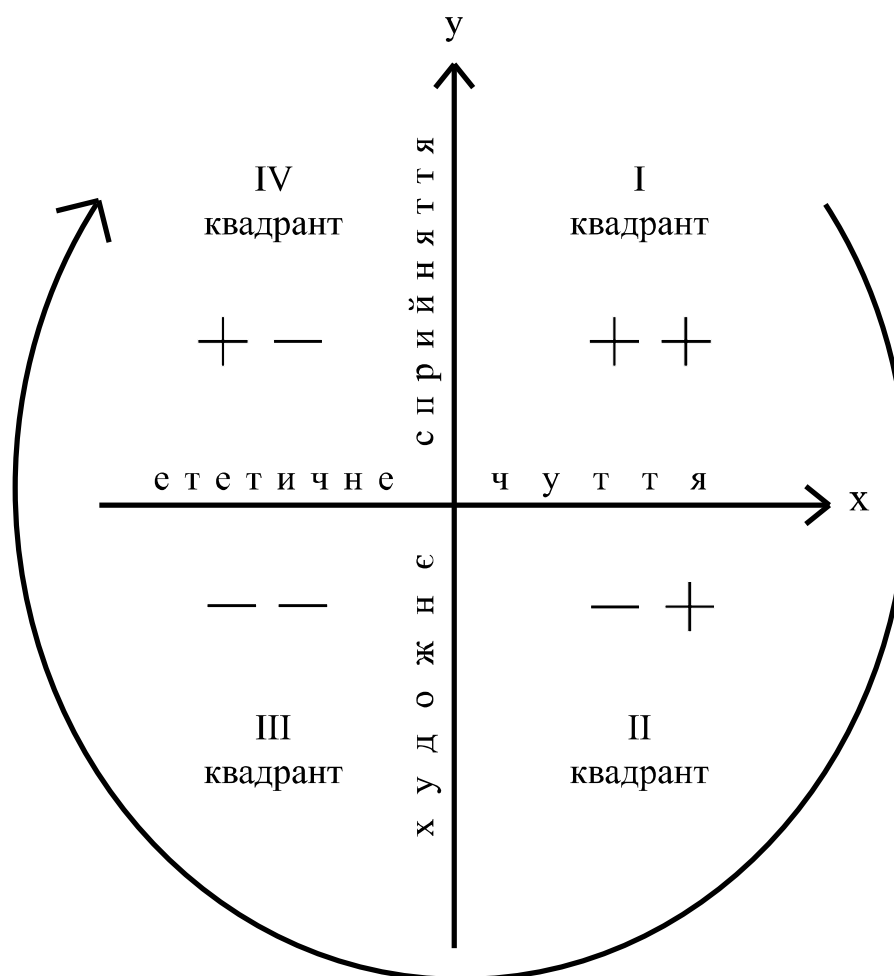


Рис. 2.4. Типологія сприйняття художнього образу

Типи сприйняття художнього образу відповідають квадрантам, показаним на рис. 2.4: I квадрант відповідає першому типу сприйняття художнього образу, II квадрант – другому типу і т.д. На осі «Х» відкладається рівень естетичного чуття, а на осі «У» – рівень художнього

сприйняття обдарованого підлітка [131]. Коротко наведемо опис кожного типу.

Згідно типології сприйняття художнього образу ми виявили *чотири типи* художньо обдарованої особистості підлітка: I тип «+ +» має *мобілізуюче* сприйняття художнього образу, яке вказує на творчий характер художньо обдарованої особистості підлітка. Якщо така дитина ліпить, малює, вирізає або фарбує, то підсумок її праці завжди буде мобілізувати сприйняття людини, яка спостерігає за дитячою творчістю.

II тип «- +» має *модернізуюче* сприйняття художнього образу, яке вказує на перетворюючий характер художньо обдарованої особистості підлітка. Модернізуюче сприйняття художнього образу вказує на перетворюючий характер художньо обдарованої особистості дитини. Носії модернізуючого сприйняття художнього образу реалізують перетворювальний характер художньої обдарованості. У всіх, хто дивиться на їх творіння, з'являється бажання перетворення чого-небудь, наприклад, інтер'єру, середовища тощо [131].

III тип «- -» має *споживче* сприйняття художнього образу, яке вказує на технологічний характер художньої обдарованості. Споживче сприйняття художнього образу вказує на технологічний характер художньої обдарованості. Дані особи можуть добре технологічно намалювати картину, вони прекрасні художники-копіїсти [131].

IV тип «+ -» має *надихаюче* сприйняття художнього образу, яке вказує на актуалізуючий характер художньої обдарованості підлітка. Надихаюче сприйняття художнього образу вказує на актуалізуючий характер художньої обдарованості. Натхнення відчуваємо, як виникле всередині відчуття окриленості. Актуалізуючий характер художньої обдарованості реалізується, коли людина внутрішнє спонукання переводить у зовнішнє [131].

Представлені чотири типи дозволяють якісно ранжувати рівні сприйняття художнього образу обдарованих дітей, підлітків та дорослих. Цей

підхід дозволяє науково обґрунтувати спосіб концептуального виявлення професійно важливих якостей художньо обдарованої особистості.

Аналогічним чином до побудови типології сприйняття художнього образу ми побудували типологію залежних від віртуального середовища підлітків. Для наочності наводимо рисунок 2.5.

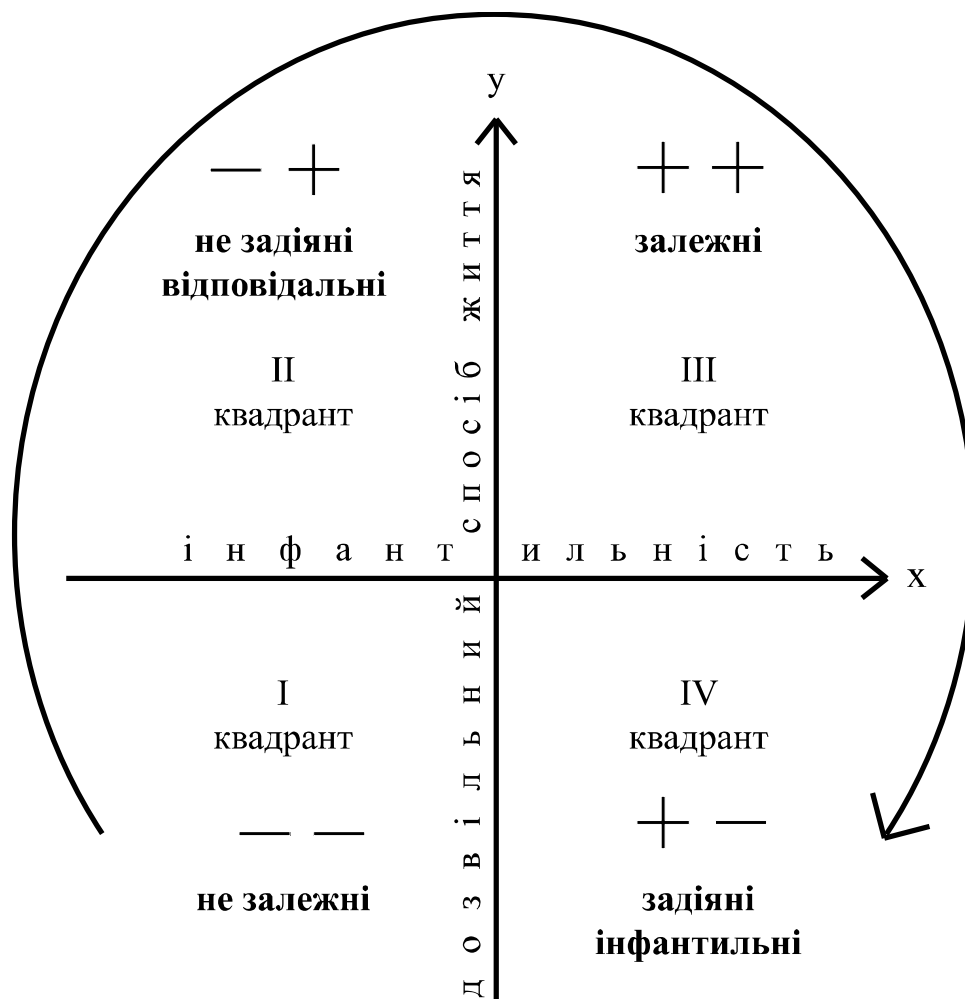


Рис. 2.5. Типологія залежних від віртуального середовища підлітків

Тут також типи залежних підлітків відповідають квадрантам, показаним на малюнку 2.5. На осі «Х» відкладається рівень інфантильності (безвідповідальності), а на осі «У» – рівень дозвільного способу життя. Згідно типології залежних від віртуального середовища підлітків ми виявили чотири типи: I тип «— —» – це не залежні від віртуального середовища підлітки. Вони характеризуються високим рівнем відповідальності та

задіяністю у різного роду діяльність в реальному світі (гуртки, спортивні секції, участь у різних творчих конкурсах, у МАН тощо). Це конструктивні особистості, що прагнуть розвиватися, вчитися та пізнавати нове.

II тип «- +», який ми умовно назвали «не задіяні відповідальні». Такі підлітки характеризуються значним рівнем відповідальності, але вони не задіяні ні в яку позашкільну діяльність, а отже знаходяться у групі ризику щодо можливості формування залежності від віртуального середовища. Однак в них присутнє почуття відповідальності, а отже є певні домашні обов'язки, що робить їх більш менш стійкими до появи залежності від віртуального середовища.

III тип «+ +» – це власне *залежні* підлітки. Вони характеризуються високим рівнем інфантильності та ведуть дозвільний спосіб життя, не відвідують ніяких позашкільних закладів, не задіяні у якусь спортивну, творчу чи іншу діяльність у реальному житті. Ці підлітки весь свій вільний час проводять, дивлячись в екран свого електронного гаджета. За нашими спостереженнями, такий тип залежних від віртуального середовища підлітків ігнорує шкільні заняття та вчителів, граючи у мобільні ігри прямо під час уроків.

IV тип «+ -», який ми умовно назвали «*задіяні інфантильні*». Такі підлітки становлять не значну групу ризику щодо формування залежності від віртуального середовища. «Задіяні інфантильні» підлітки характеризуються високим рівнем безвідповідальності, та низьким рівнем дозвільного способу життя, тобто вони задіяні у позашкільну діяльність, що є гарним засобом профілактики та корекції залежності від віртуального середовища. Однак, таким підліткам варто звернути увагу на власну відповідальність. Батькам та педагогам слід навчати таких дітей відповідальності. Наприклад, догляд за власним домашнім улюбленцем може стати чудовим кроком до становлення та розвитку відповідальності підлітка.

Отже, за даними кореляційного аналізу за Пірсоном, цієї кількості досліджуваних (n=115 хлопців) та (n=134 дівчат) достатньо, щоб зробити наші типології статистично значущими.

Наші результати засвідчили, що основним у поведінці залежних від віртуального середовища підлітків є прагнення переходу від реального світу у світ віртуальний, страх перед реальним життям, наповненим обов'язками, певним регламентом, нездатність до вирішення проблем, які виникають у житті, схильність до пошуку різного роду емоційних переживань у віртуальному світі, інфантильні прояви у поведінці, тобто наявна безвідповідальність.

Таким чином, ми можемо виокремити таку основну якість залежної особистості підлітка як *безвідповідальність* або *інфантильність*. Безвідповідальність є формою залежності. Дозвільний, безцільний та пустий спосіб життя є змістом залежності, що веде до інфантильності (безвідповідальності). Ці прояви залежної від віртуального середовища поведінки можна коригувати за допомогою елементів арт-терапії, а також описаними нами вище педагогічними засобами.

2.3. Аналіз взаємозв'язку різних педагогічних засобів та залежності від віртуального середовища

Експериментальне дослідження в нашій роботі передбачало перевірку ефективності розроблених педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, та складалося з констатувального, формувального та контрольного етапів.

На формувальному етапі нашого дослідження ми проводили корекційні та розвиваючі заняття з експериментальною групою, направлені на підвищення мотивації досягнення, на актуалізацію виникнення інтересу до пізнання у обдарованих підлітків та їх однолітків, на всебічний розвиток

особистості. Для цього ми використовували педагогічні засоби, такі як спілкування, пізнання нового, творчу працю, елементи гри та власне навчання.

Метою формувального етапу педагогічного експерименту було проведення програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, а також акцент робився на корекційному впливі мотивації досягнення цілі та успіху обдарованих підлітків та їх однолітків. Для досягнення цієї мети в програмі профілактики та корекції залежності крім завдань, направлених на зниження рівня віртуальної залежності є й завдання, направлені на збільшення мотивації досягнення успіху. Наприклад, розвинути в собі стійкі бажання досягнення певних цілей, та вміння самостійного ставлення цілей творчої діяльності (цілепокладання), розвинути в собі прагнення до досягнення власноруч поставленої мети. Методи, які ми використовували для досягнення мети: коротка мотивуюча лекція безпосередньо перед початком виконання завдань програми профілактики та корекції залежності з використанням елементів арт-терапії, які детально описані в розділі 3.

Так як спілкування переважно через смартфони стало домінуючим фактом життя для підлітків, то наші заняття були направлені на живе спілкування у групі. Цей педагогічний засіб здавна використовується педагогами. Однак, за нашими спостереженнями протягом останніх років, частина педагогів переходить на формат віртуальної роботи з учнями під час уроків. Тобто діти замість живого спілкування на уроках історії, шукають в телефонах відповіді на питання віртуальних тестів з предмета. За словами самих дітей, така система викладання предмета відбиває у них бажання вчитися, пізнавати нове та обговорювати цікаві історичні факти. Таке проведення занять є не допустимим, бо ще більше віртуалізує свідомість учнів та значно знижує мотивацію досягнення.

Зазначимо, що на початку проведення нашого емпіричного дослідження деякі підлітки проводили досить багато екранного часу у своїх гаджетах. Для наочності наведемо рисунок 2.6 та 2.7.

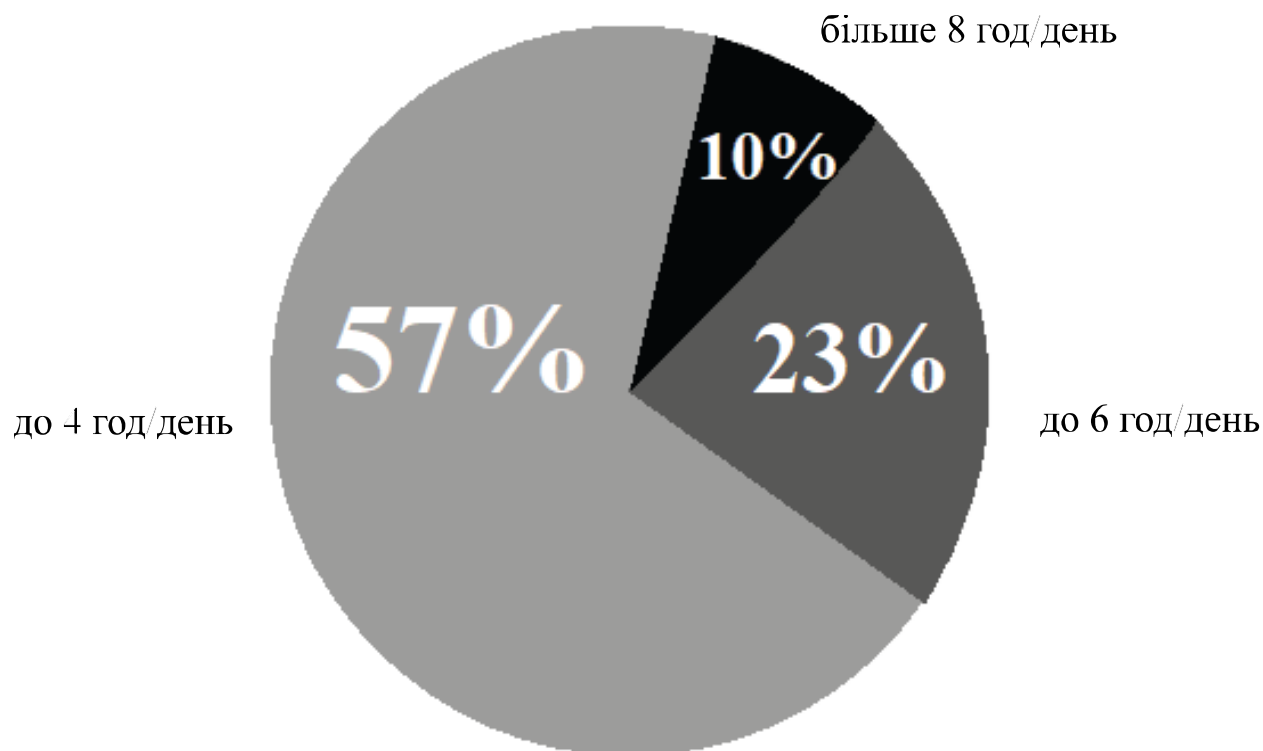


Рисунок 2.6. Дозвілля підлітків ЕГ (екранний час, проведений у гаджетах), n=129

З рис.2.6 видно, що більше половини (57%) підлітків проводять у своїх гаджетах до 4 годин на день. 23% опитуваних займаються своїми справами в гаджетах до 6 годин на день. Решта 10% проводять більше 8 годин на день, дивлячись в екрани своїх електронних гаджетів, ігноруючи навколишню дійсність та заняття у школі.

Для порівняння наводимо рис. 2.7, який демонструє дозвілля підлітків контрольної групи.

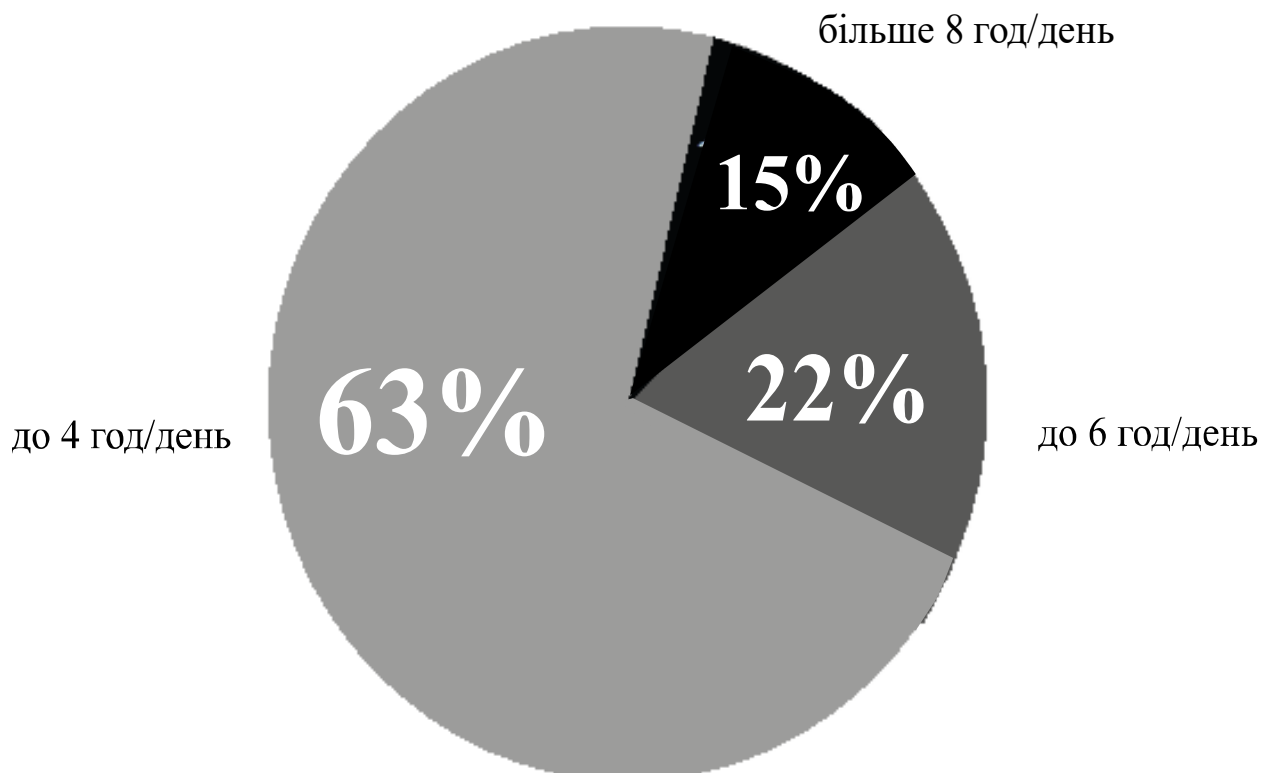


Рисунок 2.7. Дозвілля підлітків КГ (екранний час, проведений у гаджетах), n=120

З рис.2.7 бачимо схожу картину з підлітками ЕГ. Підлітки КГ – 63% з них проводять дозвілля у гаджетах до 4 годин на день. 22% респондентів КГ витрачають на гаджети до 6 годин на день. Решта 15% проводять в мережі більше 8 годин на день, дивлячись в екран своїх електронних гаджетів.

Для порівняння дозвільного часу експериментальної та контрольної груп з групою апріорі обдарованих підлітків з Малої академії наук України, доцільним вважаємо продемонструвати їх відповіді з наведенням діаграми по проведенню дозвільного часу обдарованими. Нижче наводимо рис. 2.8.

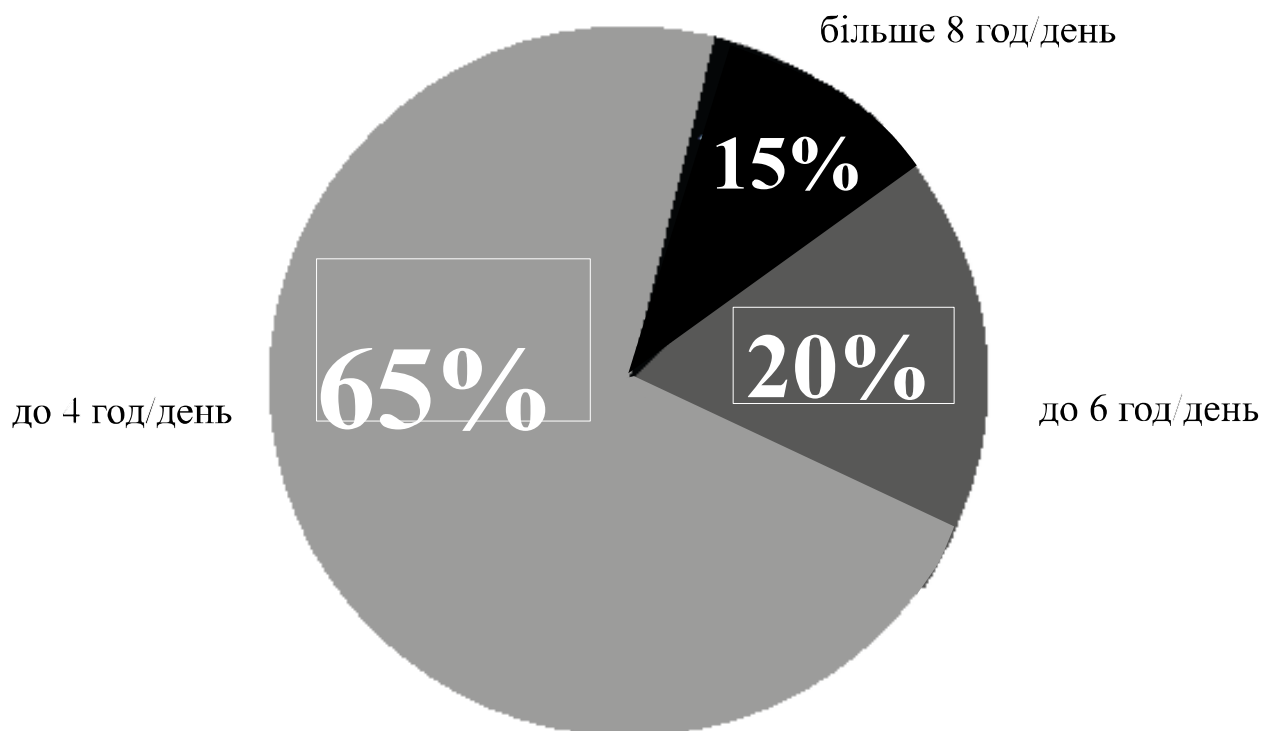


Рисунок 2.8. Дозвілля обдарованих підлітків (екранний час, проведений у гаджетах), n=120

З рис.2.8 бачимо, що обдаровані підлітки в кількості 65% проводять дозвілля у гаджетах до 4 годин на день. 20% обдарованих витрачають на гаджети до 6 годин на день. Решта 15% проводять в гаджетах більше 8 годин на день. Зазначимо, що дозвілля обдарованих дуже відрізняється від дозвілля їх однолітків. Обдаровані конструктивно використовують свої гаджети та мережу Інтернет для роботи над науковими проектами, для пошуку інформації для власних досліджень, на відміну від їх однолітків, які часто безцільно переглядають відео у мережі чи грають в онлайн ігри.

Однак, за результатами відповідей обдарованих підлітків та їх однолітків, ми можемо зробити висновок про однаково захоплюючу властивість мережі «Інтернет», яка може використовуватися як для розвитку особистості так і навпаки. Стримуючим фактором у виникненні та розвитку

залежності від віртуального середовища серед обдарованих підлітків є сформоване почуття відповідальності за свої вчинки, та наслідки своїх дій.

Підкреслимо, що частина підлітків були амотивовані, зі сформованою залежністю від віртуального середовища. В той час, як ми виводимо таких підлітків з амотивації – вони повинні бути задіяні у конструктивну (трудова) діяльність в реальному світі, наприклад, творчо працювати, так як людина реалізує себе тільки в трудовій діяльності. За нашими спостереженнями, сучасні діти і підлітки не трудяться у школі, вони ходять туди побалакати і порозважатись. Тобто навчання у школі ніким з них не сприймається як трудова діяльність.

На нашу думку, педагог завжди повинен бути на стороні дитини, всіма можливими способами та засобами підтримуючи, і розвиваючи її. Крім того, треба дуже обережно ставитись до внутрішнього світу обдарованих підлітків, оскільки він дуже чуттєвий і вразливий саме у обдарованих осіб. Відповідно до своєї природи – всі обдаровані підлітки надзвичайно чутливі до всіх проявів життя, тому ми, як педагоги можемо, враховуючи цей факт, бути більш лояльними до таких дітей та не застосовувати методи «нагайки» та виставлення поганих оцінок. Оскільки обдаровані підлітки у навчальному колективі бувають інколи не простими у спілкуванні з однолітками та вчителями.

Найголовнішим у педагогічній взаємодії з обдарованими підлітками є створення гармонії особистісно-гуманного спілкування вчителя з дітьми за Ш. Амонашвілі [135].

Щодо аналізу взаємозв'язку такого педагогічного засобу як праця та залежності від віртуального середовища, зазначимо, що сучасні підлітки не привчені до праці з дитинства, вони прихильні більше уникати праці, лінуватися. Тому ми робили акцент більше на творчій та інтелектуальній праці. Підлітки самостійно відшуковували цікаві факти, робили висновки, працювати інтелектуально в групах та поодиноці над заданими темами. Творча праця полягала у створенні художніх об'єктів, роботою з

матеріалами, технікою малювання. Потім творчі малюнки відцифрувалися та використовувалися у подальших учнівських проєктах на уроках інформатики.

Елементи гри, як педагогічного засобу використовувались нами з молодшими підлітками, що допомагало зробити заняття легкими та цікавими для них. Елементи психологічної гри (кокологію) ми використовували на заняттях зі старшими підлітками для перемикання уваги та невеликого релаксу між складними для сприйняття темами. За нашими спостереженнями такі елементи психологічної гри дуже подобаються старшим підліткам, адже вони дізнаються нові та цікаві для них факти про самих себе, про свій внутрішній світ. Вони з задоволенням відповідають на питання та починають цікавитись предметом значно більше ніж їх однолітки з контрольної групи.

Навчання, як педагогічний засіб, передбачає контрольне оцінювання знань учнів. Так як обдаровані підлітки дуже чуттєві і вразливі, та беручи до уваги те, що деякі учні складають групу тих, які психологічно бояться різного роду контрольних робіт, що викликає у них потужні стресові стани, ми уникаємо цих стресорів, проводячи профілактику та корекцію залежності від віртуального середовища. Звідси, нами було прийнято рішення психолого-педагогічного втручання, щоб зменшити їх почуття страху перед самотійними та контрольними роботами та зробити їх більш працездатними.

Як пише Х. Хекхаузен [155, с. 256], І. Г. Сарасон в серії експериментів використовував задачу наuczіння по зразкам як забезпечуючу кращу концентрацію уваги на вимогах завдання та зменшуючу мисленнєву активність самооцінюючого характеру. В одній із серій експериментатор показував, як виконати завдання тесту (важка анаграма), причому в одному випадку мовчки, в іншому – промовляючи в слух спосіб дій, в третьому – додатково коментуючи загальні принципи рішення. В останньому випадку у випробовуваних, які бояться іспитів, досягнення виявилися найкращими, і вони навіть перевершили тих, які не боялися іспитів. Підказка, як використовувати релевантну інформацію, що міститься в зразках, дозволила

завдяки збудженій почуттям страху увазі швидше помітити ці стимули тим, які боялися іспитів, а не тим, у яких тривожність була нижче [155, с. 256]. В нашому дослідженні ми також використали цю схему, значно знизивши страх перед контрольним оцінюванням та попередивши виникнення стресу у підлітків. В результаті учні з експериментальної групи почували себе більш комфортно та показали кращі результати у підсумковому річному оцінюванні в порівнянні з контрольною групою.

За результатами опитування, використання нами педагогічних засобів у формі гри, творчої праці, живого спілкування, пізнання нових цікавих тем, навчання без примусу, а з мотивацією досягнення, збільшило прихильність до наших занять у школі на 35%.

На підсумковому етапі педагогічного експерименту, після проведеної роботи з використанням педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, ми провели другий зріз в ЕГ та КГ, результати якого представлено нижче у таблиці 2.8, та таблиці 2.9.

Таблиця 2.8

Типи мотивації підлітків ЕГ (другий зріз) у %, n=129

Оптимісти	Сумлінні	Самозахисники	Ті, що змирилися
37 % (48 осіб)	22 % (29 осіб)	13 % (17 осіб)	28 % (35 осіб)

Як видно, з результатів другого зрізу учасників ЕГ, «Оптимістів» дещо побільшало – з 32% на початку експерименту до 37% в кінці. «Самозахисників» теж стало трохи більше – з 12% до 13%. «Тих, що змирилися» стало менше – з 33% їх кількість знизилася до 28%. Як ми говорили вище, саме цей тип «Тих, що змирилися» становить основну масу залежних від віртуального середовища підлітків. Як бачимо, наявна позитивна динаміка у рамках 11% порівняно з початком експериментальної

роботи. Цей кількісний зсув, зменшення відсоткового відношення віртуально залежних підлітків, які у більшості склали тип «Тих, що змирилися», та збільшення кількості осіб типу «Оптимісти» та «Самозахисники» говорить про те, що наша корекційна робота зі зменшення рівня залежності успішно проведена. Це означає, що відбулась певна трансформація, а також відбувся позитивний корекційний вплив за допомогою педагогічних засобів профілактики та корекції залежності, та звичайно, мав значення вплив особистості вчителя на підлітків.

Для кращого візуального сприйняття результатів наводимо рис. 2.9.

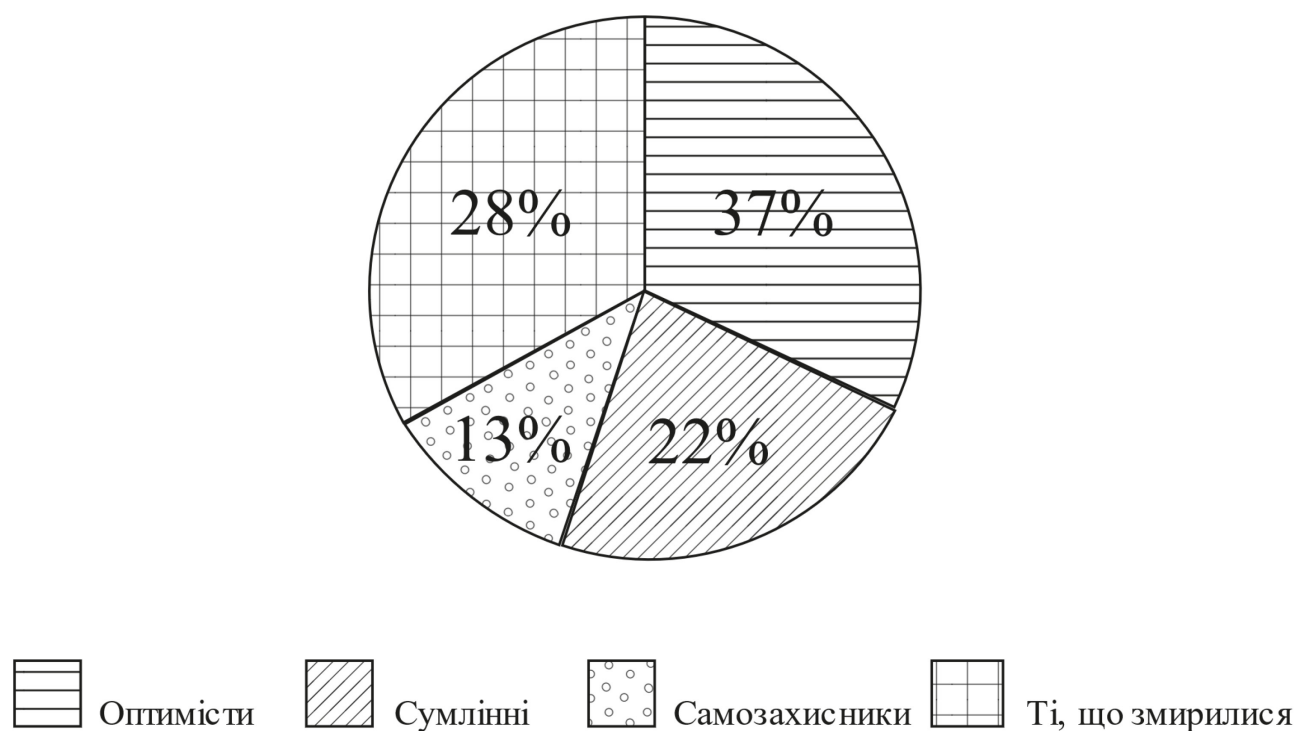


Рисунок 2.9. Типи мотивації підлітків ЕГ (другий зріз) у %, n=129

Натомість результати другого зрізу КГ демонструють, що в цій групі нічого не змінилося. Результати другого зрізу КГ представлено у таблиці 2.9.

Типи мотивації підлітків КГ (другий зріз) у %, n=120

Оптимісти	Сумлінні	Самозахисники	Ті, що змирилися
24 % (29 осіб)	23 % (28 осіб)	18 % (21 особа)	35 % (42 особи)

Підкреслимо, що перебування особистості в мотивації досягнення успіху дозволяє їй здійснювати проривну діяльність, а перебування в мотивації уникнення невдач дозволяє слухати, вникати, не конфліктувати з оточуючими.

Отже, мотивація досягнення успіху і мотивація уникнення невдач – це і є підтримка в тому, щоб обдарований підліток прагнув успіху та не боявся відійти в сторону за потреби. Це і є робота вчителя, – таким чином підтримувати обдарованих підлітків, мотивувати їх на досягнення, зацікавлювати їх, не примушуючи, а надихаючи та розвиваючи обдаровану особистість.

За результатами емпіричного дослідження ми можемо зробити висновок, що використовувані нами педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища дієві.

Висновки до другого розділу

Отже, віртуальне середовище в цілому є певним продуктом трансформації сучасного інформаційного суспільства. На сьогодні практично все населення користується інформаційними технологіями. У нашій роботі ми розглянули, що поряд зі всіма можливостями, які нам дає віртуальне середовище, затребуваною буде профілактика та корекція залежності обдарованих підлітків. Так як віртуальне середовище настільки насичене

цікавим, яскравим та іншим контентом, що підліткам, які ще не в повному обсязі здатні контролювати свій час та свої уподобання, часом важко вчасно зупинитись і перенаправити свою увагу та діяльність у реальний світ.

Крім того, ми спостерігаємо втрату інтересу залежних від віртуального середовища підлітків до реального світу, у них наявна певна відчуженість. Таку тенденцію помітили також інші дослідники, яких ми розглянули вище. Отже, віртуальна реальність так легко заповнила світ завдяки легкодоступності та поширеності по всьому світу (через всесвітню мережу Інтернет), яка дає анонімність та повну свободу дій. Цей світопростір – віртуальне середовище, як ми побачили, крім позитивних моментів має свої загрози і небезпеки.

В своїй роботі ми використовували педагогічні засоби для підвищення мотивації обдарованих підлітків та їх однолітків до пізнання, саморозвитку, навчання, до конструктивної праці в реальному оточуючому світі. Зазначимо, що саме мотивація лежить в основі будь-якої людської діяльності і саме через використання різних педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища ми змогли підвищити мотивацію досягнення успіху та уникнення невдач.

Ми виявили, що обдаровані підлітки відрізняються за типами мотивації особистості (за Т. Елерсом), а отже, потрібно враховувати тип мотиваційної спрямованості особистості обдарованих підлітків при навчанні, вихованні, профілактиці та корекції залежності від віртуального середовища. Не можна нехтувати індивідуальністю обдарованих і підганяти весь клас під середнє значення. Повинно бути диференційоване навчання, особливо це стосується обдарованих підлітків.

Отже, в нашій роботі ми працювали з процентилями, статистичної обробки даних було мінімум. Наша вибірка охоплювала підлітків у віці від 11-17 років. У цій вибірці обраховувались тільки відсоткові співвідношення.

Провівши дослідження, ми зробили висновок, що при використанні педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих

підлітків, педагогам ні в якому разі не можна «підганяти всіх учнів під один гребінець», інакше ми усереднимо всіх, при цьому обдаровані особи нівелюються. З обдарованими підлітками потрібен індивідуальний підхід до навчання, виховання, величезне терпіння, майстерність та підготовка педагога до роботи з обдарованими підлітками.

Отже, мотивація досягнення є потужним фактором корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Розділ 3 ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ВІД ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

3.1. Опис та особливості використання програми профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища у педагогічній та психологічній практиці

Робоча гіпотеза експериментальної перевірки нашого дослідження полягала в тому, що профілактика та корекція залежності обдарованих підлітків безпосередньо залежить від дієвих педагогічних засобів, які використовуються педагогом у процесі навчання і виховання, а стан залученості підлітків у творчу, конструктивну діяльність в реальному світі є дієвою профілактикою залежності. Іншими словами, правильно спроектоване розвиваюче середовище має найпотужніший профілактичний та корекційний вплив стосовно залежності підлітків від віртуального середовища. За допомогою врахування типу мотиваційної спрямованості особистості підлітка і створення розвиваючого середовища, можна знизити рівень залежності від віртуального середовища у обдарованих підлітків, і направити їх діяльність та поведінку у конструктивне русло реального світу, спрямувати на його пізнання. Крім того, зменшити випадки залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища можна завдяки систематичному впровадженню в освітній процес запропонованих нами педагогічних засобів профілактики та корекції залежності. Це вдалося зробити за допомогою створеної нами програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

В основу нашої програми був покладений принцип поступовості, який визначив порядок використання програми та її етапи. Застосовуючи програму ми домагалися плавного переходу від одного етапу програми до іншого, щоб між учасниками встановилися комфортні довірливі та дружні стосунки, які включають в себе взаємодію, взаємодопомогу, безоціночне

ставлення до кожного та взаємопідтримка на психологічному рівні. Таким чином, ми намагались створити певне розвиваюче середовище людей, захоплених спільною справою, в нашому випадку ми приділяли більше уваги використанню елементів арт-терапії. Таке середовище однодумців, зайнятих творчою діяльністю в реальному житті, було дієвою профілактикою та корекцією залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Розробляючи нашу програму, ми спиралися на досить потужний і вагомий фактор мотивації у житті, і діяльності особистості. Тому створювали певне розвиваюче середовище навколо підлітків, ситуацію успіху, як оптимальне поєднання умов, завдяки чому нам вдалось отримати результат, тобто відбулось досягнення, до якого підлітки докладали свої зусилля. В результаті досліджувані відчували переживання успіху та радості від власних досягнень; переживали почуття самозростання та самоствердження; відчували особистісно значуще досягнення; а також соціальне визнання своїх досягнень.

Завдяки нашій програмі підлітки найбільш повно розширили свій соціальний досвід взаємодії у групі і реалізували себе як особистості не тільки під час занять у школі, а й в таких позашкільних закладах, як художні та спортивні гуртки. Від того в яких умовах будуть розвиватися підлітки поза школою, який спосіб життя вони будуть вести, – залежить результативність профілактики та корекції залежності від віртуального середовища. Саме від всіх цих факторів залежить майбутнє демографічне життя країни, його чисельність і здоров'я нових поколінь.

Так, одним з засобів змістовного заповнення вільного часу підлітків в сучасних умовах є творча конструктивна діяльність в реальному світі, яка виражається у створенні власних художніх образів, творів художнього та декоративно-ужиткового мистецтва тощо.

Дослідники відзначають [159], що сучасний стан здоров'я підлітків – це не тільки результат довгострокового неблагополучного впливу соціально-економічних та екологічних факторів, але і ряду педагогічних факторів,

таких як стресова тактика авторитарної педагогіки, інтенсифікація учбового процесу, тобто постійне збільшення темпу і об'єму навчального навантаження, недостатня кваліфікація педагогів у питаннях розвитку та охорони здоров'я дітей, масова безграмотність батьків у питаннях збереження здоров'я дітей, а саме профілактичних заходів попередження залежності від віртуального середовища та безпечного користування Інтернетом.

Складовою частиною нашої програми є розвиток особистості підлітка та формування здорового способу життя серед обдарованих підлітків, а саме збільшення фізичної та пізнавальної активності, рекреативно-оздоровче проведення часу підлітків у їх вільний від навчання час.

Як відомо, до соціальних факторів мотиваційного механізму обдарованих підлітків, які характеризують їх індивідуальність у виборі тої чи іншої діяльності у вільний від навчання час відносяться сім'я, вулиця, СМІ, школа, гуртки, позашкільні заклади, термінальні та інструментальні цінності.

Середовище, в якому перебуває обдарований підліток дуже сильно впливає на нього. Згідно теорії поля К. Левіна [160], правильно організоване розвиваюче середовище має потужний вплив на розвиток особистості. Щодо організації занять за нашою програмою для обдарованих підлітків, зазначимо, що важливою є організація психологічного середовища.

Як зазначає К. Левін [160], життєвий простір, що містить в собі психологічну особистість та її середовище, має тенденцію ставати все більш організованою одиницею. Такій організації нерідко сприяють певні ідеології та раціоналізації, які призводять до певних фактів, що перетворюють протиріччя та потреби в психологічну гармонію одне з одним. «Життєвий простір», тобто особистість та психологічне середовище, яке існує для нього – ми зазвичай маємо на увазі це поле, якщо говоримо про потреби, мотивації, настрої, цілі, тривоги, ідеали [160, с. 64].

Рівень розвитку особистості обдарованого підлітка залежить від багатьох факторів, умов і засобів навчання в освітньому закладі,

усвідомлення певного сенсу навчання, особистісного ставлення до навчання, суб'єктивної активності.

За Ф. М. Подшивайловим [140], мотиваційна сфера особистості визначається діяльністю. Для того, щоб діяльність стала компонентом розвитку і саморозвитку, важливо не тільки глибоко розуміти характер її змісту, але і постійно удосконалювати мотиваційну сферу особистості. Глибоке пізнання і розуміння мотиваційної сфери може забезпечити успіх, направити активність особистості в потрібне русло її розвитку [161, с. 79].

Програма профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища включає в себе використання вище описаних педагогічних засобів та елементів арт-терапії, та складається з декількох етапів. Основним у програмі є залученість обдарованих підлітків у конструктивну працю в реальному світі та орієнтація їх на мотивацію досягнення.

У нашій програмі ми використовували елементи арт-терапії, які побудовані на зразок занять, що можна застосовувати як в школі на уроках малювання, так і в позашкільних закладах освіти.

Зазначимо, що в процесі використання програми профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища з обдарованими підлітками та їх однолітками ми враховували типології особистості за показниками мотиваційної сфери та типологію залежності, яку ми розробили і описали вище. Знання типологічних особливостей обдарованих підлітків дозволяє легше проводити профілактику та корекцію залежності від віртуального середовища та мотивувати їх особистість на досягнення, на подальший розвиток і пізнання.

Розроблена програма профілактики та корекції зниження залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища органічно вписується в освітній процес школи та позашкільних закладів освіти, і не потребує організації спеціальних додаткових занять у вигляді класичного формувального експерименту.

З урахуванням принципу поступовості, програма профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища обдарованих підлітків складається з трьох частин: інформаційної, діагностичної та корекційно-розвивальної. Крім того, в програму включені *рекомендації батькам*, які представлені в додатку В щодо первинної профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища для використання вдома.

В інформаційній частині ми надаємо цікаву інформацію підліткам про самих себе, мотивуємо на пізнання та самопізнання. Перші заняття присвячені знайомству, отриманням нових цікавих знань. Проводиться профілактична робота щодо залежної від віртуального середовища поведінки, яка частково представлена у мотиваційних промовах про безпечне використання мережі «Інтернет», цікавих прикладах з життя тощо. Наводяться приклади самозростання підлітків, набуття майстерності у певних галузях, відбувається заохочення до спільної праці.

В діагностичній частині ми проводили констатувальний етап нашого дослідження проблеми мотивації досягнення цілі та успіху, а також виявляли рівні віртуальної залежності підлітків та обдарованих осіб. Для вивчення означених проблем були використані психодіагностичні методики: методика діагностики особистості на мотивацію досягнення цілі та успіху за Т. Елерсом; методика діагностики особистості на мотивацію уникнення невдач за Т. Елерсом; для виявлення рівнів віртуальної залежності ми застосували розроблену нами діагностичну анкету-опитувальник; для виявлення інтелектуально-академічної та творчої обдарованості ми використали анкету, розроблену Н. А. Бельською. Крім того, ми пропонуємо за потреби проводити додаткові заняття з елементами арт-терапії, що дозволять глибше виявити та розкрити внутрішньо-особистісні проблеми особистості обдарованого підлітка. Підсумком діагностичного блоку програми може стати створення індивідуального психологічного профілю

обдарованого підлітка та типології мотиваційної сфери особистості, а також типології залежності від віртуального середовища кожного учасника.

В розвивальній частині ми намагаємося якомога повніше розкрити особистість обдарованого підлітка, вивільнити його потенціал, розвинути свої здібності, націлити його на досягнення успіху. Розвивальний блок містить завдання на розвиток розуміння власної особистості, суті мотивації досягнення, усвідомлення особистісних типологічних особливостей та уміння конструювати власну стратегію поведінки, та конструктивну діяльність, направлену на реальний світ, враховуючи сильні сторони своєї особистості.

В рекомендаціях батькам (додаток В) щодо первинної профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища для використання вдома ми наводимо список рекомендацій, які допоможуть дорослим у спілкуванні з обдарованим підлітком вдома. В рекомендаціях приділяється увага розвитку та формуванню такої якості підлітка як відповідальне ставлення до життя. Адже відповідальність є попереджуючим фактором будь-якої залежності. Також ми розкриваємо, яке значення має залученість підлітка у позашкільну діяльність, що грамотно сплановане розвиваюче середовище має найбільший профілактичний і корекційний вплив на особистість підлітка.

Терміни проведення і тривалість програми – загальний час для реалізації програми 4-5 тижнів, при частоті 1-2 заняття на тиждень, всього 9 занять, при цьому тривалість заняття 45 хвилин. Зазначимо, що ми пропонуємо оптимальний варіант використання програми, але за потреби часові рамки нашої програми можуть бути розширені, а також додатково можна застосовувати не тільки запропонований нами процес малювання – ізотерапію, а й інші види арт-терапії. Програма розрахована на дітей, віком від 11 до 17 років. Форма роботи педагога з учасниками програми – групова.

Матеріали, які використовуються на всіх заняттях: папір, фарби, кольорові олівці чи фломастери, ручки, пензлики, бажано музичний програвач, музичні записи.

Очікувані результати використання програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища: гармонізація внутрішнього стану, розвиток творчого потенціалу, вирішення внутрішньоособистісних конфліктів, визначення особистісних кордонів, зняття стресу.

Тематичний план занять.

Заняття №1

Тема: «Знайомство».

Мета: знайомство з учасниками програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, розкриття свого потенціалу, самопізнання.

Завдання: створити малюнок на тему «Я всередині, Я зовні».

1. Вступ – вітання, знайомство (10 хвилин). В процесі заняття педагог демонструє приклади власних творчих робіт, мотивуючи підлітків на вивільнення їх творчого потенціалу і породжуючи у них інтерес на подальшу співпрацю.

2. Основна частина – малюнок на тему «Я всередині, Я зовні» (25 хвилин). В цей час педагог уважно спостерігає за творчим процесом, допомагаючи, пояснюючи та мотивуючи на вільну творчу діяльність.

3. Заключна частина – рефлексія, мотиваційна бесіда, прощання (10 хвилин). В заключній частині підлітки повинні усвідомити розбіжності між своїм зовнішнім Я-образом та внутрішнім. Можливий прояв певних психологічних проблем у малюнку, потрібне усвідомлення і роздум над подоланням їх. Проводиться мотиваційна бесіда, направлена на учасників процесу, за бажанням дається домашнє завдання у вигляді малюнка «Моя проблема» або роздуми на тему «Що я можу зробити». Всього відводиться на заняття: 45 хвилин.

Заняття № 2

Тема: "Мої почуття".

Мета: самовираження, осмислення своїх проблем. Робота з різними почуттями і станами. Розвиток творчих навичок, активного слухання, емпатії, вміння без оцінювання ставитися один до одного. Заняття направлене на розвиток та корекцію пізнавальної та емоційно-особистісної сфер психіки обдарованих підлітків.

Завдання: виконання вправи «Колір мого настрою», вправи «Квітка».

1. Вступна частина – вітання, мотиваційна міні-лекція. Далі дається вправа «Колір мого настрою» (10 хвилин). Зазначимо, що учасникам можна запропонувати вільну тематику зображуваного, однією з умов є використання кольору свого власного настрою. Тобто, якого кольору підлітки відчують цей момент, сьогодні – і зараз. Можна просто замалювати кольором весь аркуш, а можна зробити щось абстрактне, а потім спробувати пояснити, що бачить в цьому творець.

2. Основні частина – вправа «Квітка» (25 хвилин). Учасникам пропонується намалювати квітку з природи або будь-яку зі своєї уяви.

3. Заключна частина – рефлексія, мотиваційна бесіда, прощання (10 хвилин). Всі творчі роботи завершені, кожен може висловитися, розповісти, що він бачить у своїй роботі, що відчував в процесі створення і зараз. Підлітки навчаються безоціночно ставитися до інших. Всього відводиться на заняття: 45 хвилин.

Заняття № 3

Тема: "Всі люди різні".

Мета: діагностика та розвиток себе та своїх творчих можливостей.

Завдання: діагностика мотиваційної спрямованості особистості, виконання вправи «Інтуїтивний живопис».

1. Вступна частина – привітання, мотиваційна промова перед заняттям. Заповнення діагностичних методик (20 хвилин).

2. Основні частина – вправа «Інтуїтивний живопис» (20 хвилин). Учасникам пропонується вільно намалювати будь-що, причому навички живопису абсолютно не важливі. Педагог може показувати приклади, коли вільно абстрактно замальовуючи аркуш, без певної ідеї в процесі, людина бачить щось цікаве, і, домальовуючи певні деталі – виходить не очікуваний художній твір.

3. Заключна частина – рефлексія, прощання (5 хвилин). Коротке обговорення результатів. За бажанням, підлітки можуть повторити вправу вдома. Всього відводиться на заняття: 45 хвилин.

Заняття № 4

Тема: «Пізнаючи себе».

Мета: діагностика та розвиток уяви, пізнання своїх внутрішніх куточків душі, розвиток пізнавальної та внутрішньо-особистісної сфери психіки.

Завдання: діагностика рівня залежності від віртуального середовища; виконання вправи «Прогулянка по лісу».

1. Вступна частина – вітання, заповнення анкет на визначення типу залежності від віртуального середовища (10 хвилин).

2. Основна частина – вправа «Прогулянка по лісу» (25 хвилин). Педагог пропонує уявити, що ви знаходитесь у лісі. Короткою розповіддю можна оживити уяву учасників: «Жив-був зелений ліс. Це був не просто зелений ліс, а, наприклад, фантастичний ліс. Які там були берези? Які дуби? Які птахи живуть у такому лісі? Як прекрасно йти тоненькою стежинкою і, забуваючи про все, розчинятися у красі фантастичного лісу! Він нібито розкриває для вас свої обійми, і ви завмираєте у німому подиві. Тиша охоплює вас. Ви стоїте нерухомо, про що ви думаєте? Раптом налітає вітер і все відразу оживає. Прокидаються дерева, скидають з себе сонячне листя, – наступила осінь. Ви збираєте листя і, перебираючи кожен листок, в кінці кінців знаходите листочок, кожен свій власний. Про що думає ліс? Про що мріє? Вдивляючись в яскраві прожилки кленового листа, можна про все дізнатися: ліс пише вам сповідь про сонячні дні і солов'їні трелі, про весну,

про квітучі дерева, про зиму, яка незабаром прийде. Поки ж ліс живе в осінній порі і радіє кожній миті. А як чудово сидіти в лісі під ялинкою і спостерігати за сріблястими краплями дощу! Дощ наповнює ліс неповторною свіжістю. Вам зовсім не сумно, навпаки – ви радієте, коли раптом бачите різні маленькі і великі гриби, які непомітно з'явилися під деревом. Далі учасникам пропонується намалювати, яким їм запам'ятався цей фантастичний ліс.

3. Заклучна частина – рефлексія, мотиваційна бесіда, прощання (10 хвилин). Коротке обговорення результатів. Всього відводиться на заняття: 45 хвилин.

Завдання № 5

Тема: «Намалюй свою мандалу».

Мета: розвиток спонтанності, рефлексії; прояснення особистісних кордонів, цінностей, домагань, характер проблем кожного учасника, його роль в групі; виявлення міжособистісних і групових взаємин, їх динаміку, формування групової згуртованості.

Про гармонізуючий вплив на психіку людини через малювання мандали говорив ще К. Г. Юнг [175, с. 468], адже коло є міфологічним символом гармонії. Цю техніку К. Г. Юнг називав технікою самопізнання. Коло символізує собою зображення доцентрового процесу, відтворення нового центру особистості, а також м'якість, дружнє ставлення, чуттєвість, співчуття. Творча діяльність з малювання кола активізує емоційне, інтуїтивне мислення, крім того об'єднує групу учасників творчого процесу, сприяє формуванню гармонійних міжособистісних стосунків. Підкреслимо, що крім всіх позитивних психологічних моментів, малювати мандалу доволі приємно, тут не тільки процес, а й сам результат приносить задоволення.

Завдання: виконання вправи «Мандала».

1. Вступна частина – привітання, мотиваційна бесіда на досягнення творчого розкриття (10 хвилин). Педагог демонструє учасникам приклади

виконання даного завдання, виконані в різних техніках і матеріалах, мотивуючи їх на досягнення поставленої мети.

2. Основна частина – вправа «Мандала» (25 хвилин). Педагог демонструє учасникам як можна почати малювати мандалу, користуючись циркулем, розмічає кола, а далі зворотним кінцем пензлика, змоченим в акриловій фарбі починає малювати точки, рухаючись від центра до периферії. Крім того існує також вільний варіант малювання мандали без розмітки, який є більш діагностичним для спеціалістів, оскільки в такому варіанті по формі мандали, використаним кольорам будуть видні певні зрушення у структурі психіки особистості. Працюючи над малюванням мандали, особистість занурюється в глибини несвідомого, це так звана подорож в своє внутрішнє Я. Тут сам процес малювання є не тільки діагностичним, а й конструктивно впливає на особистість – дозволяє себе зрозуміти і побачити зі сторони цілісну картину своїх проблем.

3. Заключна частина – рефлексія, коротке обговорення результатів, мотиваційна бесіда, спрямована на зацікавлення підлітків повторити свій досвід з малювання мандали вдома, адже в процесі щоденного малювання мандали значно зменшується стан пригніченості; прощання (10 хвилин).

Всього: 45 хвилин.

Заняття №6

Тема: «Моє дерево».

Мета: творчий саморозвиток, розвиток доброзичливих взаємин, співчуття, співпереживання. Спонування до саморозкриття, дослідження емоційного стану, переживань, особистих проблем. Корекція та розвиток емоційно-особистісної сфери психіки підлітків.

Завдання: виконання вправи «Малюємо дерева».

1. Вступна частина – вітання, мотиваційна промова (10 хвилин).

2. Основна частина – вправа «Малюємо дерево [176]» (25 хвилин).

Інструкція від педагога: Вам пропонується намалювати своє власне дерево на

аркуші паперу. Ви можете намалювати будь-яке дерево, як ви його уявляєте. Малюнок можна виконати ручкою, олівцем або фломастерами.

3. Заключна частина – рефлексія, коротке обговорення результатів. Заохочувальна бесіда щодо подальшої спільної роботи, прощання (10 хвилин). Всього: 45 хвилин.

Як зазначає О. Л. Туриніна [176] щодо інтерпретації малюнків, вона наводить кілька стійких типів малювання дерева, а також ряд конкретних деталей, використання яких у зображенні дерева свідчить про певні індивідуальні відмінності людей. Детальніше інтерпретувати малюнки фахівцю допоможе спеціальна психологічна література з малюнкових тестів.

Заняття № 7

Тема: «Робота зі стресом».

Мета: зняття стресу, втоми, напруги або внутрішнього конфлікту.

Завдання: виконання вправи «Намалюй свою проблему, а потім позбався її, знищивши свій малюнок».

1. Вступна частина – привітання, мотиваційна промова (10 хвилин).

2. Основна частина – вправа «Намалюй свою проблему, а потім позбався її, знищивши свій малюнок» (25 хвилин).

3. Заключна частина – рефлексія, мотиваційна бесіда, прощання (10 хвилин). Всього: 45 хвилин.

Заняття №8

Тема: «Образ «Я».

Мета: гармонізація власного «Я», підвищення самооцінки, розвиток позитивного самоствавлення.

Завдання: виконання вправи «Образний автопортрет».

1. Вступна частина – привітання, мотиваційна промова (10 хвилин).

2. Основна частина – вправа «Образний автопортрет» (25 хвилин).

3. Заключна частина – рефлексія, мотиваційна бесіда, прощання (10 хвилин). Всього: 45 хвилин.

Заняття №9

Тема: «Підведення підсумків».

Мета: підведення підсумків програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, рефлексія.

Завдання: виконання малюнка на тему «Я всередині, Я зовні».

1. Вступна частина – вітання, мотиваційна міні-лекція (10 хвилин).

2. Основна частина – малюнок на тему «Я всередині, Я зовні» (25 хвилин).

3. Заключна частина – рефлексія, підведення підсумків, прощання (10 хвилин). Всього: 45 хвилин.

Разом: 9 академічних годин.

Так як ми використовуємо елементи арт-терапії у нашій програмі, вважаємо за доцільне навести думку відомої родоначальниці арт-терапії Е. Крамер [126]. Вона розглядає сам процес образотворчої творчості як визначальний фактор, що має розвиваючий та гармонізуючий вплив на психіку підлітка. Супровід дитини фахівцем в процесі занять образотворчою діяльністю Е. Крамер вважає найважливішою умовою арт-терапевтичного процесу. Вона підкреслює, що образотворчу діяльність дитини неможливо розглядати у відриві від її потреб в спілкуванні та зміцненні значущих для неї зовнішніх зв'язків. У багатьох випадках образотворча діяльність виступає найважливішим інструментом комунікації дитини, дозволяючи їй заповнити дефіцит спілкування і побудувати більш гармонійні відносини з зовнішнім світом. Присутність поруч фахівця в ході занять образотворчою діяльністю, дозволяє розкрити її комунікативний потенціал і служить задоволенню її потреб в спілкуванні та корекції порушених відносин [126].

Після перших проведених занять, спрямованих на зняття психологічної напруги, на розкріпачення особистості, підлітки демонстрували значне покращення емоційного стану, зменшилось негативне ставлення до певних учасників групи, сформувалась групова згуртованість, підвищилась мотивація досягнення та почав проявлятися прихований раніше творчий

потенціал кожного підлітка. Наступні заняття були спрямовані на розвиток та формування внутрішньої мотивації до навчання, досягнення високих цілей у творчому зростанні власної особистості. Ця залученість у творчу діяльність з використанням педагогічних засобів, які ми описували вище і була процесом профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Отже, ми відволікали обдарованих підлітків від їх онлайн активності і спрямовували їх активність у русло реального світу, в реальну творчу діяльність, яка приносила задоволення і гармонізувала їх внутрішній світ.

В процесі кожного заняття підлітки усвідомлювали певні проблеми, за допомогою фахівця розуміли їх психологічний зміст, відчуття та емоції, що виникали, обговорювали думки та власні почуття, і в підсумку знаходили можливі шляхи вирішення. Ми допомагали учасникам зрозуміти деструктивний вплив залежної від віртуального середовища поведінки і направляли наші спільні зусилля на подолання цієї проблеми.

Також програма профілактики та корекції залежності від віртуального середовища включала в себе використання гри, як педагогічного засобу. Наведемо приклад, – гра «Репортер» за Т. В. Азаровою та іншими [109]. Час гри – 2 години 10 хвилин. В залежності від необхідності, цілей гри та рівня розвитку класу, гра може проводитися з підлітками 11-14 років. Для педагога (та для психолога) ця гра надає діагностичний матеріал про ті взаємовідносини, які склалися у групі. Також гра надає підліткам такі можливості: продемонструвати вміння подавати себе; розвивати навички активного слухання; випробувати свої творчі можливості; випробувати в групі відчуття атмосфери довіри та підтримки. Педагогам гра демонструє: взаємовідносини всередині колективу; наявність у підлітків лідерського потенціалу; можливість виводу класу на новий рівень в школі завдяки демонстрації результатів діяльності класу всій школі [109].

Зміст гри та ігрова ціль. В черговий раз Київ приймає у себе гостей. Сьогодні – це Перша міжнародна конференція журналістів «Я – репортер».

Тут журналісти знайомляться один з одним, представляють себе, а потім беруть участь у майстер-класах. Адже конференція – це не тільки знайомства, обмін досвідом, але й можливість підвищити свій професійний рівень. Після участі в майстер-класах колеги роблять спільний випуск газети – разове видання один про одного, щоб Перша міжнародна конференція залишилась у їх пам'яті назавжди [109].

Матеріали та вимоги до організації гри.

Необідні матеріали: парти та стільці за кількістю учасників; візитівки для кожного або бейджик; два аркуша ватману для газети; фломастери; мікрофон; пазли для розминки; письмове приладдя; 2-3 фізкультурних мата; покривало; мотузка; «Пам'ятка учасника конференції» за кількістю учасників; бланк «Розповідь про героя» за кількістю учасників; листочки для нотаток.

Учасники. Для проведення гри необхідна обов'язкова участь двох дорослих. Один веде всю змістовну частину гри. Інший утворює пару з підлітком, у якого не виявилося пари (ідеально, якщо це класний керівник) [109].

Сценарій гри. На початку гри проводиться розминка. В неї повинні бути включені прості рухові вправи (наприклад, «Передай предмет» тощо). Закінчується розминка вправою з розділенням та роботою в парах. Наприклад, кожному учаснику видається шматочок пазла. По ньому він повинен відшукати того, у кого є підходящий до нього пазл. В даній грі – пазлами виступають розрізані навпіл листівки різних не повторюваних кольорів. Цих розрізаних листівок повинно бути стільки ж скільки учасників гри. Якщо комусь не вистачає пари – підключається класний керівник. Після того як всі віднайшли свої «половинки», дається завдання трохи поспілкуватися один з одним і знайти три ознаки, які об'єднують партнерів один з одним, причому тільки один з трьох може мати відношення до зовнішності. Далі учасники висловлюються, доповнюючи, але, не перебиваючи іншого. Після цього їм пропонується сісти парами з тим самим

партнером за парти. Далі ведучий вимовляє вітальну промову для учасників конференції, нагадує, що всі тут – відомі репортери, що представляють газети та журнали різних країн світу та оголошує тему сьогodнішньої зустрічі: «Професійно важливі якості особистості журналіста». Ведучий закликає учасників конференції познайомитись один з одним та роздає візитівки учасникам, де вони повинні великими літерами написати своє ім'я, видання, яке представляють, країну, з якої приїхали. Зазначимо, що учасники можуть написати своє справжнє ім'я або псевдонім, уявне видання та країну. Далі ведучий пропонує вигадати жанр, в якому пише кожний з учасників, основну тему, яку вони освітлюють. Це може бути спорт або політика, економіка чи мистецтво, природа, екологія тощо. Тобто кожен з учасників повинен створити свій власний образ, на це дається 5 хвилин. Також ведучий відповідає на питання дітей, допомагає, якщо виникають труднощі. Далі ведучий пропонує всім продемонструвати свою журналістську майстерність – взяти інтерв'ю у свого партнера, а потім представити його і навпаки. Всім видають пам'ятки про те, як правильно брати інтерв'ю. Учасники беруть інтерв'ю один у одного, далі розповідають один про одного. Підліткам дається мікрофон (справжній або іграшковий) [109].

На завершення міжнародної конференції підлітки випускають газету, присвячену їм самим. У стінгазеті кожен учасник може написати короткий нарис про свого колегу, у якого брали інтерв'ю. В результаті підлітки створюють спецвипуск під назвою «Я – репортер».

Обдарованим підліткам, з наявною залежністю від віртуального середовища, які не уявляли свого життя без гаджетів, ми пропонували направити свою онлайн активність в конструктивне русло, наприклад, запропоновані нами заняття з цікавого програмування з елементами гри дуже зацікавили таких дітей.

Проводячи наше дослідження, ми організовували заняття з інформатики, яке намагались проводити, використовуючи всі вищезначені педагогічні засоби. Підлітки на наших заняттях були мотивовані на

досягнення, брали участь в олімпіадах з інформатики, проявляли інтерес до цікавих тем занять, навчались презентувати свої проєкти, доносили до групи цікаву інформацію зі світу інформаційних технологій, обмінювались досвідом у створенні власних ігрових проєктів, вирішували завдання, направлені на розвиток і розкриття власного творчого потенціалу. Вивчаючи комп'ютерну графіку, ми використовували елементи арт-терапії, застосовували такий педагогічний засіб як творчу працю через призму художньої творчості підлітків. За даними проведених занять у закладах загальної середньої освіти м. Києва та додаткових позаурочних занять, виявилось, що частина підлітків має нахил до малювання (55%), а займаються додатковими заняттями з малювання 20% опитаних.

Таким чином, поступово, використовуючи такі педагогічні засоби, як навчання, спілкування, пізнання, гра та праця, ми через навчання програмуванню простих ігор, спочатку виводили підлітка з дозвільного проведення часу в мережевих іграх в Інтернеті і, перемикаючи його онлайн активність та увагу на процес створення таких ігор, надалі замотивували його на конструктивну творчу діяльність у реальному житті. Таким чином ми проводили корекційну роботу зі зменшення рівня залежності від віртуального середовища.

Зазначимо, що нами надавалися рекомендації батькам для первинної профілактики та корекції обдарованих підлітків від віртуального середовища та було розроблено пам'ятку (додаток В, с. 224-225).

Нижче розглянемо *особливості використання* програми профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища у педагогічній та психологічній практиці.

Оскільки залежність від віртуального середовища часто виникає внаслідок дії постійних стресорів на організм підлітка, то ми пропонуємо педагогам частково знизити стрес підлітків тим, що не оцінювати їх навчальну діяльність у балах «1» та «2». Іншими словами не ставити підліткам одиниці та двійки. Це суттєво знизить стрес і буде мати

профілактичний вплив на недопущення залежності від віртуального середовища. Адже підліток, який отримав, наприклад, двійку, відчуває певний стрес і, щоб знизити рівень психологічного дискомфорту, одразу пірнає в інтернет-ігри, щоб змінити свій психічний стан.

Отже, бачимо важливість розвитку такого явища, як стресостійкість підлітків у профілактиці та корекції залежності від віртуального середовища.

Як зазначає українська дослідниця І. Я. Мельничук [152, с. 27], серед провідних внутрішніх чинників становлення стресостійкості підлітка, які сприяють особистісному зростанню, є інтернальний локус контролю, низький рівень особистісної тривожності, витримка, самоконтроль, упевненість у собі, готовність діяти.

Ми можемо проводити профілактику та корекцію залежності від віртуального середовища, завчасно звільнюючи від стресів та попереджуючи виникнення їх, що пов'язані у підлітків з зовнішнім оцінюванням з боку вчителя. Таким чином, сприйняття дійсності під час навчання буде легшим. Підліток зможе себе комфортніше почувати і не перейматися поганими оцінками. Це дасть нам, як педагогам можливість підкреслити свою прихильність і неупередженість до всіх учнів, навіть до тих, які погано вчаться. Тобто виявити, таким чином, своє безоціночне ставлення у сенсі того, що двієчників у нас немає. Так педагог допоможе чутливому і ще емоційно нестабільному підлітку позбутися зайвого фактору, що вганяє в стрес протягом навчання.

Дослідниця І. Я. Мельничук [152, с.28] наголошує, що під час стресових розладів можна проінформувати особистість про ефективні способи спілкування, розвинути вміння справлятися з психологічними труднощами, навчити технікам подолання тривожних станів та техніці релаксації.

В нашому випадку ми пропонуємо використовувати елементи арт-терапії для відновлення свого психічного стану. У процесі надання профілактичної та корекційної допомоги важливо навчити підлітка розуміти

свій стан, бачити свій творчий або інтелектуальний, чи будь-який інший потенціал і перспективу свого подальшого розвитку, як зростаючої особистості.

Особливістю реалізації нашої програми профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища у педагогічній та психологічній практиці є обов'язкове використання прийомів вербального і невербального зворотного зв'язку, яке може включати в себе активне спостереження, переформулювання висловлювань підлітка, селективні питання, констатацію відображених в малюнку, вчинках та в міміці почуттів, повідомлення дорослим про свої почуття, та асоціації з малюнком. В ході обговорення з підлітком його малюнків, ви можете використовувати різні прийоми, стимулюючи його до вираження своїх почуттів і знаходженню психологічного значення малюнків. Дотримуючись принципів феноменологічного підходу до занять, ви, наприклад, може поставити дитині питання: «Що ти бачиш на малюнку?» [126].

Програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища розвиває особистість підлітка, розкриває його потенціал та підвищує стресостійкість. Це все передбачає надання цікавої інформації про розвиток підлітків та їх емоційну сферу; розкриття потенціалу особистості, своїх кращих якостей, що можна закріпити позитивним досвідом. На уроках підлітки вчать розпізнавати свої сильні сторони; виявляти окремі випадки, коли можна кращим чином проявляти і використовувати свої особистісні якості; брати участь в груповому обговоренні ситуацій, які могли б посприяти їх зростанню.

Особливостями використання програми профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища є:

- 1) вікова особливість використання програми. Наприклад, для 10-11-річних підлітків – це використання таких педагогічних засобів, що якнайкраще підходять для дітей цієї вікової категорії з урахуванням елементів психічного розвитку особистості дитини. Таким педагогічним

засобом може бути як гра, так і пізнання оточуючого світу. Для старших дітей, 14-річних підлітків такий педагогічний засіб як гра вже може виступати в дещо модифікованому варіанті. Підліткам цієї вікової категорії подобається дізнаватися про себе нове, пізнавати себе. Тут доцільним буде використання таких педагогічних засобів, як психологічна гра, наприклад, кокологія, пізнання себе через легку та ненав'язливу форму спілкування – психологічну гру;

2) статева (гендерна) особливість використання програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Знаючи відмінності дозрівання дівчат та хлопців, а також той факт, що дівчата стають дорослішими трохи раніше хлопців у психо-фізіологічному стані, треба враховувати це. Наприклад, у групі підлітків, яку складають переважно дівчата, ми разом із використанням вищезначених педагогічних засобів, пропонували їм попрацювати, малюючи мандалу. Тобто наш превентивний профілактичний захід був з використанням елементів арт-терапії, а тема заняття була направлена більше на дівчат. З групою хлопців можна використовувати елементи арт-терапії, наприклад, з використанням створення сюжетно-ролевої гри, тобто малювання героїв, розробка сценарію тощо. Інтереси підлітків в цей період доволі суперечливі. Їм хочеться почуватися дорослими, виникає внутрішній конфлікт між хочу і можу. Адже підлітки ще не в змозі зрозуміти багато нюансів дорослого життя. Їх може захопити, наприклад, якась дитяча історія, але цей інтерес до дитячих тем як правило глибоко захований всередині та може заперечуватися на публіці. Наведемо деякі гендерні особливості підліткового віку.

У хлопчиків в період статевого дозрівання розвивається дух суперництва, підвищується рівень агресії, самовпевненості, самоствердження та бажання проводити більше часу за самостійними заняттями, а також за комп'ютером чи смартфоном. У дівчат більш значущим стає емоційне життя, прокидається потреба в експериментах із зовнішнім світом, спілкуванні та уподобаннях, обмінах секретами. Близькі соціальні зв'язки позитивно впливають на

сприйняття ними навколишнього світу, а будь-яка втрата таких взаємин загострює почуття самотності чи втрати. Так, за допомогою встановлення нових контактів або як засіб зняття стресу може з'явитися тривале спілкування по телефону [210].

Наведемо ще такий цікавий факт, дослідники встановили, що дівчата частіше надмірно використовують смартфони. Ймовірно, дівчата мають більш вузький діапазон використання смартфона, наприклад задля спілкування в чатах, ведення блогів, оновлення особистих домашніх сторінок та пошуку інформації, але вони більшою мірою залежать від свого смартфона ніж хлопці [211].

3) Наступна особливість використання програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища – це експресивна наповненість програми, її тривалість, яка може бути проведена як в скороченому варіанті, так і в більш розгорнутому, а також може бути продовжена у часі. Крім того ця особливість програми полягає у тому, що вона може бути проведеною в реальних або лабораторних умовах і бути направленою на саморозвиток особистості підлітка, коли він по алгоритму починає діяти, розвиватися, пізнавати. Експресивна наповненість програми забезпечується живим спілкуванням у реальному світі, через взаємодію дорослого-дитини. Використання елементів арт-терапії, малювання яскравих експресивних образів може стати в нагоді батькам та педагогам, як дуже сильний мотивуючий елемент програми. Загалом, приклад значимого дорослого, педагога, який може захопити, замотивувати своїм прикладом, своєю харизмою, своїми знаннями є дуже важливим елементом програми профілактики та корекції залежності.

Під час розробки профілактичної програми враховувалися такі принципи формування позитивних емоцій у дітей: організація заняття та поведінка педагога істотно впливають на емоційну насиченість. Заняття приносить задоволення та радість, якщо діти наочно досягають результатів своєї діяльності. Важливо, щоб точність і чіткість дій педагога

підтримувалася його харизмою, перемирювалася словами заохочення до успіху, а також підбадьорюванням за тимчасових невдач.

4) Четверта особливість використання нашої програми полягає у тому, що вона може бути використана як батьками у домашніх умовах так і вчителями, педагогами, та психологами під час навчання. Батьки можуть планувати заняття зі своїми обдарованими підлітками, більше часу приділяючи своїм дітям, спілкуючись, пізнаючи щось нове разом зі своїми дітьми та показуючи власний приклад проведення дозвільного часу з користю. Не слід забувати про те, що в цей непростий період дозрівання всіх систем молодого організму, підлітки дуже вразливі до всього. Саме в цей період підлітки потребують підтримки зі сторони батьків, хорошого прикладу, а найголовніше – в прийнятті дорослими та в розумінні.

Найголовніше завдання батьків – виховати відповідальність у своєї підростаючої дитини. Варто також навчити підлітка розставляти пріоритети між важливими та неважливими задачами. Розставляючи пріоритети, підліток опосередковано буде потрохи навчатися відповідальному відношенню до дійсності, адже коло пріоритетних завдань значно зменшиться. Також важливим питанням є довіра батьків до своїх дітей. Підліток повинен знати, що батьки йому довіряють і вірять в його можливості. Проявлене терпіння і мудрість у діях батьків обов'язково принесе свої плоди в майбутньому. У будь-якій ситуації батькам слід залишатися терплячими, дружелюбними та підтримуючими для своїх дітей. Для педагогів та психологів у програмі чітко сформульовані основні принципи, та плани проведення занять. За бажанням можна доповнювати програму та розширяти її часові межі.

Ми згодні з думкою інших дослідників [126], що з підлітками можна працювати досить успішно, використовуючи можливості студії для художніх занять та ігор. Діти швидко ідентифікують себе з групою, приходячи сюди в певний день і годину, проте невдовзі кожен занурюється в індивідуальну роботу над своєю темою, що віддзеркалює його проблеми. Педагог

переміщається від однієї дитини до іншої, зупиняючись і розмовляючи з дітьми. За потреби, підлітки самі можуть звернутися до педагога. Вони можуть утворювати пари і дрібні групки, створюючи гарну робочу атмосферу високої терпимості один до одного, що дозволяє більшості з них успішно завершувати свою роботу без будь-яких перешкод. Така група може бути дуже цінною для розвитку соціальних навичок, оскільки підлітки чуйно сприймають ту модель відносин і терпимості до відмінностей, яку демонструє значимий дорослий. Та висока довіра, яка при цьому формується, дозволяє підліткам спокійно сприймати індивідуальні відмінності інших, приходити до взаєморозуміння і допомагати один одному [126].

Зважаючи на зростаючу кількість користувачів Інтернету, особливо під час пандемії Covid-19, що призвела до вимушеного дистанціонування людей, тривожним наслідком значного переплетіння онлайн і офлайн-активності у свідомості та житті підлітків стає ускладнення для них нормальної соціалізації. Насьогодні онлайн-спілкування є невід'ємною частиною життя сучасного підлітка. Батькам та педагогам треба звертати увагу дітей на безпечне користування Інтернетом, на безпечну поведінку при онлайн-спілкуванні.

Профілактика та корекція залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища повинна здійснюватися за допомогою наступних заходів:

- освітня робота про сутність та поняття залежної від віртуального середовища поведінки;
- створення розвиваючого середовища у реальному світі (групи за інтересами);
- організація роботи психолога та батьків із віртуально-залежними учнями;
- створення сприятливого психологічного клімату у школі та вдома;
- проведення групових занять, з використанням педагогічних засобів та елементів арт-терапії;

- за можливістю організація активного відпочинку із класом;
- наявність хобі (спорт, творчість тощо).

Також відсоток залежних від віртуального середовища підлітків може бути знижений за допомогою створення умов, що забезпечують можливості творчого зростання особистості, сприятливого клімату у класному колективі за рахунок підвищення особистої та групової мотивації. Педагоги також мають використовувати принцип індивідуального підходу до обдарованих підлітків та їх однолітків, не використовувати стресогенні фактори при оцінюванні знань – це вже один крок до успіху у боротьбі з залежністю обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Одним з ключових завдань профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища також повинна бути зацікавленість батьків у збереженні мотивації до навчання, до пізнання нового у реальному світі. Таким чином, наше дослідження може послужити початком для створення комплексу заходів щодо профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Тут може проводитися як індивідуальна робота, так і групова, з використанням педагогічних засобів, які ми розглядали вище, та елементів арт-терапії. Велике значення у цій роботі має сприятливий клімат у класному (чи позашкільному) колективі, професійна та дружня підтримка педагогів та батьків.

У нашій програмі профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища основний акцент був направлений на активну діяльність дітей у реальному світі, кожне завдання було направлене на самопізнання, на зростання творчого потенціалу особистості, на активне включення до реальної дійсності всіх учасників, особливо пасивних. На заняттях підтримувалася емоційно позитивна та доброзичлива атмосфера, не допускалися негативні емоції з боку інших дітей. Заняття будувалися на основі мотивації до навчання та пізнання, на основі балансу спільної діяльності педагога з дітьми, а також самостійної діяльності дітей у реальному світі.

Використання програми профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища у педагогічній практиці проходить декілька етапів розвитку обдарованої особистості підлітка. Для наочності наведемо послідовність етапів розвитку (рис. 3.1).

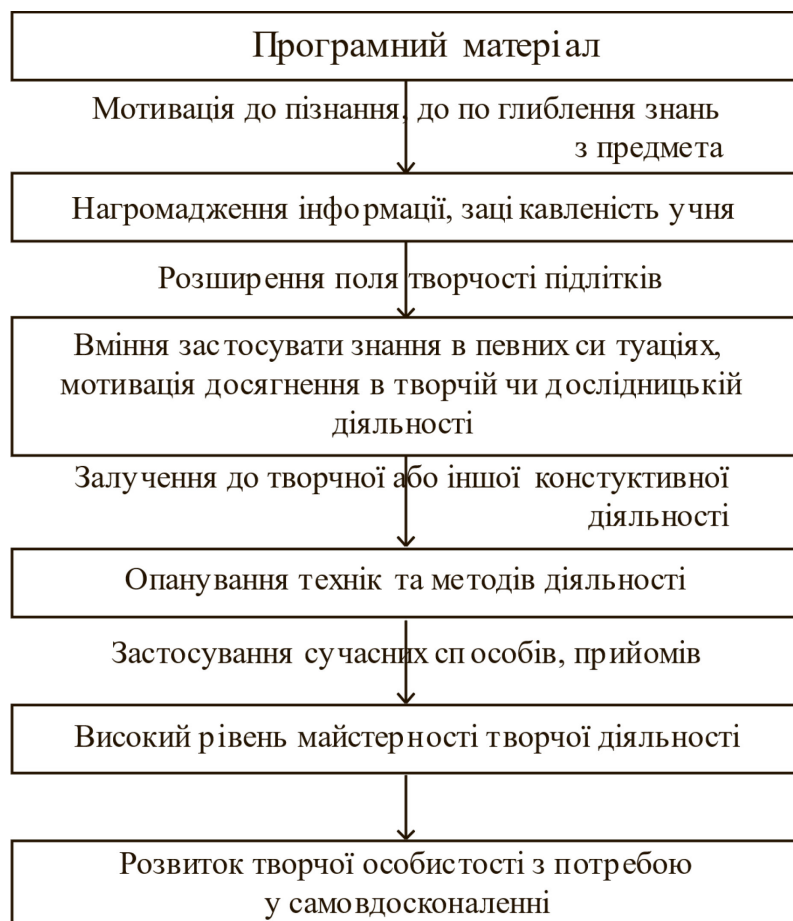


Рис. 3.1. Послідовність етапів розвитку особистості підлітка під час використання програми профілактики та корекції залежності

Отже, програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища має бути комплексною та системною, вона може включати групові та індивідуальні форми роботи з обдарованими підлітками, та направлена на отримання раніше не відомої нової, та цікавої інформації про себе; розкриття особистісного потенціалу, закріплення позитивного досвіду певних життєвих ситуацій; побудову нових поведінкових, та емоційних реакцій. У програмі профілактики та корекції

залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища ми використовуємо елементи арт-терапії, які включають в себе деякі вправи для розвитку уваги, творчих здібностей, самоконтролю, уважності, мислення, домашні завдання. Також ми пропонуємо мотивувати на досягнення у саморозвитку обдарованих підлітків, використовувати вправи для виявлення своїх внутрішніх проблем; техніки інтуїтивного живопису, що є універсальним для будь-якого віку і рівня обдарованості, позитивної інтерпретації одержаних результатів, а також вправи для розвитку навичок саморегуляції психічного та емоційного стану, конструктивної взаємодії в реальному світі та здатності до самопомоги, самовідновлення, та взаємопідтримки одне з одним.

Підводячи підсумок, вдалося з'ясувати, що проблема залежної від віртуального середовища поведінки не рідке явище сьогодення, вона стає все актуальнішою з кожним днем. Це питання цілком можна вирішити, якщо вчасно проводити профілактику, діагностику та не пускати все на самоплив.

3.2. Аналіз результатів реалізації програми профілактики та корекції зниження залежності від віртуального середовища

На сьогодні гаджети стали даниною сучасного світу – це смартфони, планшети та ноутбуки, кишенькові ПК та інші. Ці технологічні пристрої, що дозволяють мати миттєвий доступ в мережу Інтернет будь-де, стали невід'ємною частиною суспільного життя. Легкий і швидкий доступ до мережевих інформаційних ресурсів, таких як відео, музика, фото та різного роду інформація став доступний кожному користувачу мережі «Інтернет».

Враховуючи надмірне використання підлітками ресурсів всесвітньої мережі, встановлена важливість попередження та корекції залежності обдарованих підлітків та їх однолітків від віртуального середовища. Нагадаємо, що надмірне та тривале перебування у віртуальному середовищі

(більше 6 годин на добу) може призвести до погіршення фізичного та психічного здоров'я та небажаних наслідків, таких як стрес, зниження самооцінки, тривожності, депресії та самотності, що позначається на способі життя обдарованого підлітка.

Як зазначають східні дослідники [212], залежність від використання смартфонів є поширеною у всьому світі проблемою не тільки серед підлітків, а й серед дорослого населення, що може негативно позначитися на їхньому самопочутті. За результатами цього дослідження, науковці виявили – чим більший рівень залежності від віртуального середовища, тим більший рівень депресії. Позитивна кореляція між залежністю від смартфона та депресією викликає тривогу. Дослідники рекомендують розумне використання смартфонів, особливо серед молодих людей і менш освічених користувачів, які можуть наражатися на більш високий ризик депресії.

На жаль, багато людей ще не усвідомили, що залежність від надмірного використання смартфонів та інших гаджетів, які створюють віртуальне середовище стає серйозною проблемою, яка може негативно вплинути на поведінку, думки, почуття і самопочуття людини.

Східні дослідники вважають, що не тільки залежність від використання смартфона може вплинути на психічний та поведінковий стан людини, а також те, що люди з розладами настрою частіше стають залежними від використання своїх смартфонів [213].

У процесі розробки програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, ми враховували ті факти, які нам вдалося встановити, провівши наше дослідження. Нагадаємо, що ми встановили, що брак уваги з боку батьків, представлення дитини самій собі, невключеність дитини в різні позашкільні заняття та секції, тобто не сплановане дозвілля дитини значно посилює ризики виникнення залежної від віртуального середовища поведінки. Правильно сплановане дозвілля підлітків дозволяє їм зростати у розвиваючому середовищі та виховує

здорову особистість, тим самим зменшуючи ризики виникнення, та формування залежної від віртуального середовища поведінки.

Зазначимо, що використання такого простого педагогічного засобу, як спілкування з підлітком, збільшення батьківської уваги до дитини, до її активності в Інтернеті, ненав'язливе спілкування, включаючи спільний перегляд та обговорення пропонованого в Інтернеті контенту та обмежувальні (за потреби) методи можуть бути ефективними у зниженні ризику виникнення залежності підлітків від віртуального середовища. Для молодших підлітків повинні бути обов'язкові обмежувальні методи перебування у мережі «Інтернет».

Аналізуючи результати реалізації програми профілактики і корекції зниження залежності від віртуального середовища, нагадаємо, що під час розробки програми, ми намагалися зробити акцент не тільки на профілактично-корекційному аспекті, а й на розвитку особистості підлітка, спрямовуючи його на пізнання через навчання, яке розглядається нами як частина процесу пізнання, яким учні мають оволодіти в процесі своєї діяльності. Навчання в свою чергу являє собою одну з основних учбових дій, яка є елементом освітньої діяльності, в якій відбувається розвиток особистості обдарованого підлітка.

Підкреслимо, що за результатами нашого дослідження найбільш сильно виражена залежність від віртуального середовища була виявлена у 33% респондентів, причому 30% з них відзначили, що батьки не обмежують їх у використанні мережі «Інтернет». Учасники зазначили, що мали цілодобовий доступ до мережі, внаслідок чого часто грали у мережеві ігри вночі замість сну.

Розробивши програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища на основі мотивації досягнення і залученості підлітків у працю в реальному світі, ми провели експертне оцінювання задля отримання інформації відносно розробленої нами програми профілактики та корекції залежності. Зазначимо, ця програма

може використовуватися як в освітньому процесі закладів загальної середньої освіти, так і у позашкільних закладах (різних гуртках).

Критерії відбору експертів, яких було залучено до оцінювання розробленої нами програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища:

- науковий ступінь;
- досвід роботи з обдарованими;
- стаж роботи
- креативність;
- евристичність.

Всього для оцінювання було залучено 5 експертів. Серед них спеціалісти-практики, які мають значний досвід роботи, вчителі-предметники та практичні психологи. Експертна оцінка проводилася за наступними показниками: доступність, ефективність, практичність, науковість, умови занять, кількість годин на занятті, конкретність поставлених задач.

Як зазначає В. Горбатенко та І. Петренко [162] сутність методу експертних оцінок полягає в проведенні фахівцями інтуїтивно-логічного аналізу проблеми з кількісною та якісною оцінкою суджень і формальним опрацюванням результатів. Методологічні основи експертних методів полягають в отриманні від експертів інформації, якої не вистачає, опрацюванні й використанні зібраної інформації для підготовки і прийняття рішення. Практика свідчить, що навіть прості статистичні методи в поєднанні з експертною інформацією під час вибору перспективних рішень часто дають кращі результати, ніж точні розрахунки з орієнтацією на середні показники.

Експертам був запропонований ряд критеріїв, що визначають розроблену нами програму профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, яку необхідно було оцінити за п'ятибальною шкалою (табл. 3.1).

Критерії оцінки та якості програми

Критерії	Характеристика
Доступність	Можливість максимальної реалізації програми
Ефективність	Дієвість, раціональність
Практичність	Якість, необхідність запропонованих видів конструктивної діяльності в реальному світі
Науковість	Оформлення програми відповідно до стандартів розвиваючих програм
Умови занять	Відповідність матеріально-технічного забезпечення видам діяльності
Кількість годин на занятті	Раціональний розподіл навчально-освітнього часу
Конкретність поставлених задач	Доступне раціональне викладення поставлених завдань

Як видно з таблиці 3.1, такий критерій як доступність розробленої нами програми характеризувався як можливість максимальної реалізації програми

профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

- Наступний критерій – ефективність програми говорить про дієвість та раціональність використання профілактично-корекційної програми.
- Такий критерій як практичність вказує на якісні характеристики розробленої нами програми, на необхідність запропонованих видів конструктивної діяльності в житті обдарованих підлітків та їх однолітків для використання в реальному світі.
- Критерій науковості передбачав розробку та оформлення нашої програми відповідно до стандартів розвиваючих програм.
- Критерій умов занять характеризувався відповідністю матеріально-технічного забезпечення видам діяльності, які входять в програму.
- Кількість годин на занятті передбачала раціональний розподіл навчально-освітнього часу, який знадобиться для впровадження програми.
- Критерій, що стосувався конкретності поставлених програмою задач, як то розвиток обдарованої особистості підлітка, спрямованість на пізнання, на розкриття свого потенціалу, а також на підвищення мотивації досягнення успіху, характеризувався такою якістю, як доступне раціональне викладення поставлених завдань.

Результати експертної оцінки характеризувалися наступними якостями, які ми наводимо у таблиці 3.2.

Результати експертної оцінки

Критерії Експерти	Доступність	Ефективність	Практичність	Науковість	Умови занять	Кількість годин на занятті	Конкретність поставлених задач
1	5	5	4	5	5	4	5
2	5	5	5	5	5	4	5
3	4	5	5	4	5	5	5
4	4	4	4	5	5	4	5
5	5	5	5	5	5	5	5
Σбалів	23	24	23	24	25	22	25
X	4,6	4,8	4,6	4,8	5	4,4	5

Σбалів – сума балів експертів;

X – середнє арифметичне значення.

Як бачимо, ми можемо наочно оцінити рівень розробленої нами програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, а також виявити критерії, які потребують

вдосконалення. Найвищу оцінку (в 5 балів) отримали такі критерії програми як: умови занять та конкретність поставлених задач. На другому місці по значимості стоять такі критерії як ефективність та науковість (4,8). Така ситуація визначається тим, що підліткам пропонувався максимальний арсенал видів творчої діяльності для реалізації поставлених завдань, а також для їх систематичного зацікавлення та залучення до занять.

Такий критерій як кількість годин на занятті (4,4) викликав неоднозначні думки експертів. З однієї сторони експерти вважають, що підліток постійно повинен бути залучений до якоїсь діяльності, відповідно кількість годин занять повинна бути збільшена, з іншої сторони, запропонована нами кількість занять є оптимальною, оскільки підліткам ще потрібно займатися шкільними та домашніми справами.

Додамо, що експерти відзначили потужний конструктивний вплив розвивального блоку програми профілактики та корекції залежності, який містить вправи і завдання, які спрямовані на саморозвиток, на вивільнення потенціалу особистості, на розуміння мотиваційного компоненту в складі будь-якої діяльності, а також на усвідомлення своїх сильних і слабких сторін.

Крім того, розвиваючий потенціал розробленої нами програми, направлений на уміння особистості ставити цілі, досягати успіху, на власну стратегію конструктивної діяльності в реальному світі, спираючись на сильні сторони своєї особистості.

Підсумовуючи підкреслимо, на нашу думку, при надмірному використанні мережі «Інтернет» у особистості значно підвищується ризик виникнення і формування залежності від віртуального середовища, тобто особистість може стати залежною від технологій. Купа безцільно проведеного часу, яку підлітки присвячують своїм гаджетам, вони відривають від інших важливих аспектів власного життя, де б вони могли розвивати себе, розкривати свій потенціал та направити свою діяльність, і активність у русло реального світу. Натомість, деяка частина підлітків по всьому світу купу часу витрачають на так звані «поглиначі часу», тобто на

різноманітні соціальні мережі (Facebook, Twitter), онлайн-месенджери (Viber, Telegram, WhatsApp), відео-ресурси (You Tube) тощо.

Разом з усіма можливостями і позитивними моментами, які дає нам використання мережі «Інтернет», слід пам'ятати, що безцільне та надмірне використання Інтернету може негативно позначитись на особистості підлітків.

3.3. Узагальнення результатів дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища

Провівши наше дослідження, ми побачили, що підлітки потребують додаткових шляхів взаємодії з навколишнім світом, вони прагнуть віднайти певну психологічну опору. Інтернет стає для них компенсацією та дає можливість комфортно почувати себе у віртуальному середовищі, блукаючи інтернет-сайтами, задовольняючи свої нереалізовані потреби. Найчастіше до віртуальної залежності підлітків підштовхують самі батьки. Бо не знаходять можливості проводити достатньо часу з дитиною, коли вважають, що заняття за комп'ютером для неї краще, ніж прогулянки з друзями.

Всі батьки знають, що комп'ютер – ідеальна іграшка для дитини. Ми навіть радіємо, що наша дитина освоїла комп'ютер і проводить за ним по кілька годин на день. Бити на сполох батьки починають лише тоді, коли розуміють, що дитина стала прогулювати уроки, перестала виходити у двір, вчасно не лягає спати, не сідає їсти, не звертає уваги на батьків, кругозір такої дитини швидко звужується і фокусується на віртуальній реальності. На жаль, дорослі бачать проблему тоді, коли вона досить далеко зайшла та часто не розуміють, що ситуацію спровокували вони самі.

Підкреслимо, що процес виникнення залежності тісно пов'язаний з наявністю у дитини постійних стресорів, які викликають тривогу,

занепокоєність та внутрішні переживання, що може в свою чергу призвести до депресії. Внутрішній дискомфорт, тривожність змушує дитину шукати якусь віддушину, порятунк від стресу і переживань, яку вона знаходить у віртуальному середовищі, відволікаючись на захопливі онлайн-ігри чи проводячи багато часу в Інтернеті, спілкуючись онлайн.

Узагальнюючи результати дослідження, нагадаємо, що для виявлення ефективності розробленої нами програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, ми провели порівняльний аналіз результатів залежності від віртуального середовища обдарованих підлітків до початку та після експерименту.

З урахуванням вищезазначеного, аналіз ефективності програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, яка була організована з врахуванням мотивації досягнення та залученості підлітків до конструктивної творчої діяльності проводився за критеріями оцінки якості програми профілактики та корекції залежності від віртуального середовища, за якими експерти оцінювали змістову частину програми.

Аналізуючи результати реалізації програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, відзначимо, що після використання програми профілактики і корекції залежності, ми виявили зсув у поведінці підлітків.

Для наочності наведемо результати відповідей підлітків на питання: «Скільки часу в день Ви витрачаєте на користування телефоном, планшетом або комп'ютером?» на рисунку 3.2.

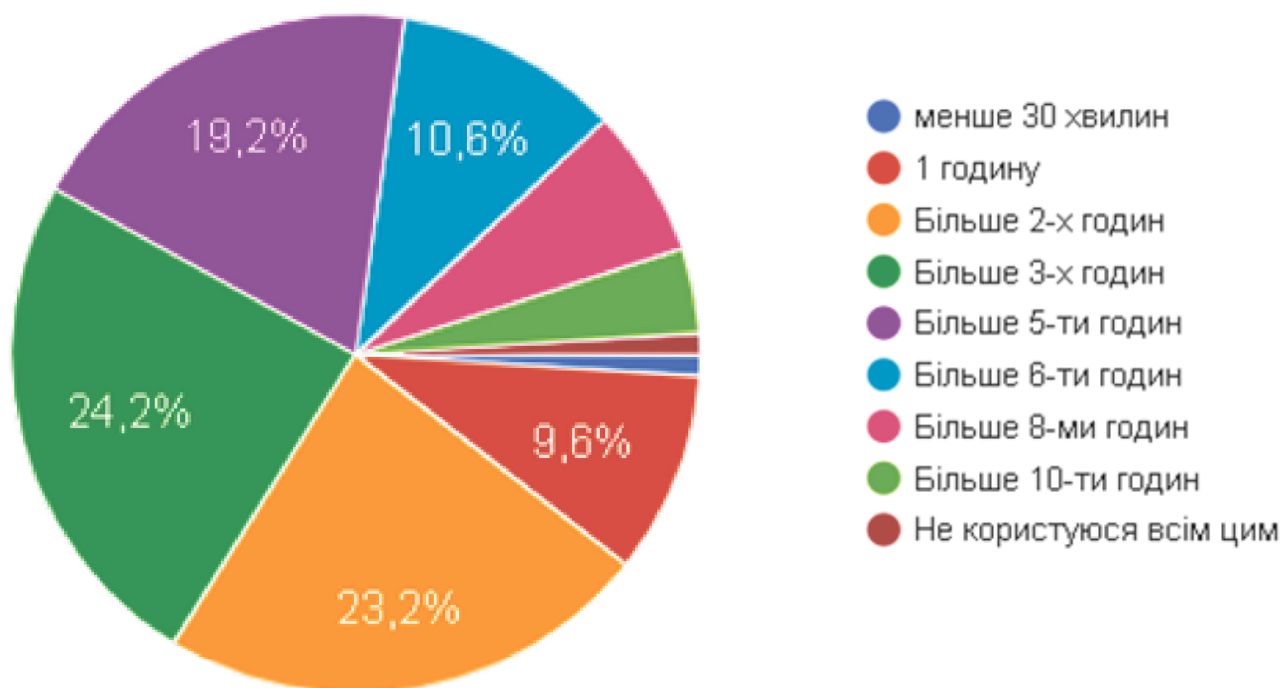


Рис. 3.2. Час користування «гаджетами» в день у %, n=129

З рис.3.2 бачимо, що 10% респондентів проводять у телефонах, планшетах або комп'ютерах більше 8-10 годин, що є прямою ознакою вже сформованої залежної поведінки. Ці підлітки, як правило, свій вільний час проводять в Інтернеті, засиджуючись там і в нічний час. Скорочення тривалості сну, внаслідок перебування в Інтернеті в нічний час відзначили 37,1% опитаних. Такі підлітки переглядають відео з YouTube; більшість з них (66,7%) зазвичай користуються чатами; 46% з опитаних зазвичай сидять у онлайн іграх на ігрових сайтах.

91,5 % опитаних підлітків сказали, що засиджуються в мережі «Інтернет». Більше половини з них (53,6%) зазначили, що хотіли би відвідувати більше різних позашкільних закладів (секцій, гуртків).

Щодо проведення вільного часу підлітками, ми побачили цікаві результати. Для наочності наводимо рисунок 3.3.

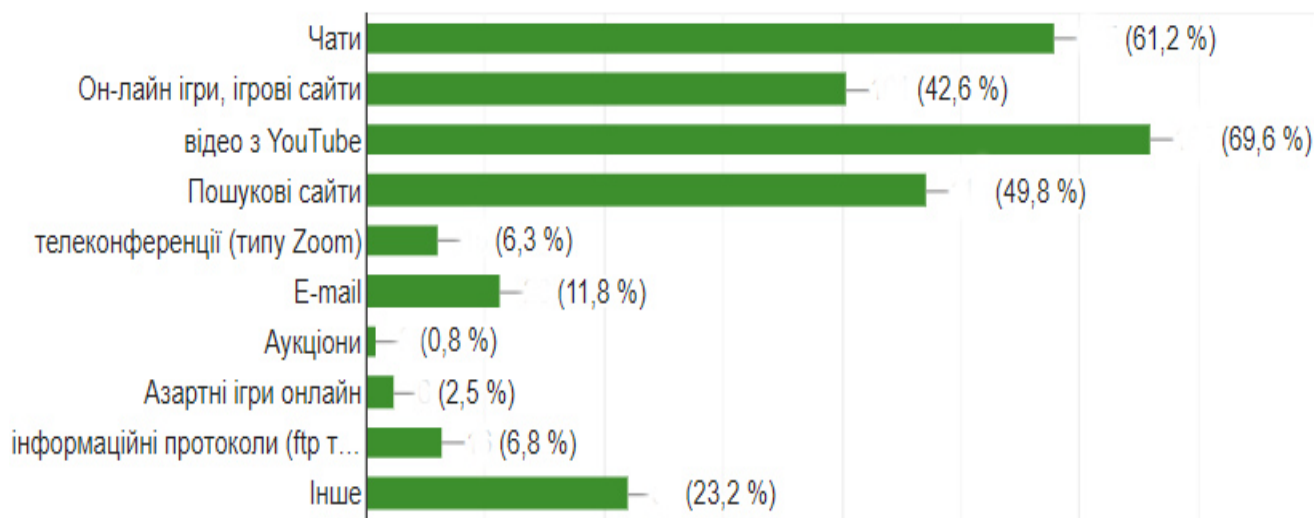


Рис 3.3. Використання інтернет-ресурсів серед підлітків ЕГ, n=129

Виходячи з відповідей респондентів, ми умовно розподілили їх на відео-любителів, онлайн-комунікаторів, інтернет-серферів та онлайн-гравців. За нашими спостереженнями ця тенденція до перегляду відео, мережових ігор та онлайн-спілкування як засобу проведення дозвілля серед підлітків зростає з кожним роком.

Цікавим вважаємо порівняти використання інтернет-ресурсів серед обдарованих підлітків (МАН), n=120. Нижче наводимо рис. 3.4.

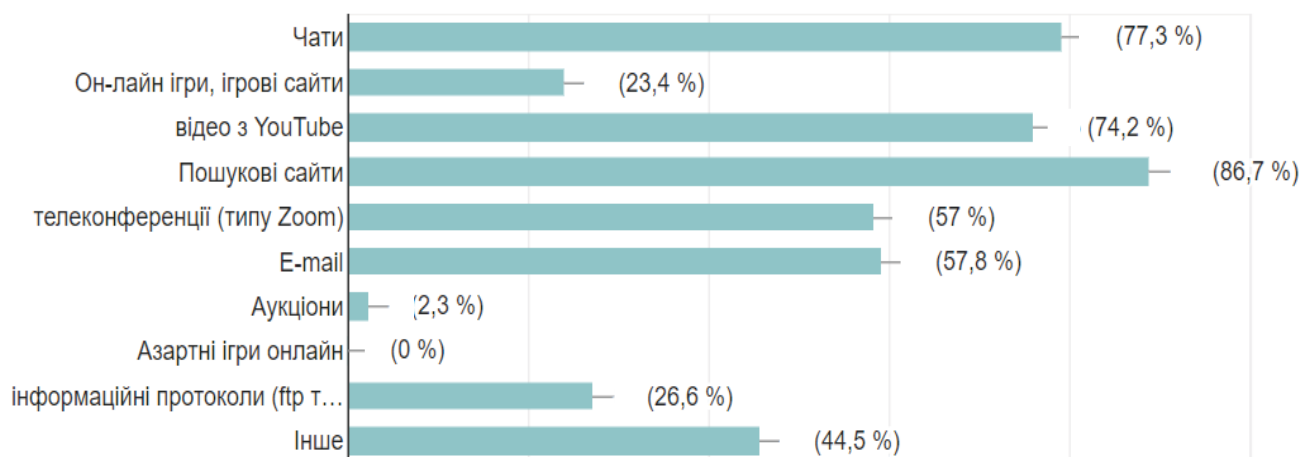


Рис 3.4. Використання інтернет-ресурсів серед обдарованих підлітків (МАН), n=120

Для кращого сприйняття інформації, ми провели порівняльний аналіз використання інтернет-ресурсів серед обдарованих підлітків та їх однолітків, результати якого представлені у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Порівняльний аналіз використання інтернет-ресурсів серед обдарованих підлітків (n=120) та їх однолітків (n=129) у %

Інтернет-ресурси	Обдаровані підлітки	Їх однолітки
Чати	77,3	61,2
Онлайн ігри, ігрові сайти	23,4	42,6
Відео з YouTube	74,2	69,6
Пошукові сайти	86,7	49,8
Телеконференції (Zoom)	57	6,3
E-mail	57,8	11,8
Аукціони	2,3	0,8
Азартні ігри онлайн	0	2,5
Інформаційні протоколи (ftp)	26,6	6,8
Інше	44,5	23,2

За результатами порівняльного аналізу ми побачили, що спілкуванню у чатах віддають перевагу як обдаровані (77,3%) так і їх однолітки (61,2%), тобто у більшості досліджуваних респондентів обох груп простежується тенденція домінування віртуального спілкування над реальним. Значимі відмінності у використанні інтернет-ресурсів в таблиці 3.5 ми виділили жирним шрифтом. Он-лайн ігри використовують тільки 23,4% обдарованих і майже вдвічі більше 42,6% їх однолітків. Звідси можемо зробити висновок про незалученість підлітків у поза навчальну діяльність (на відміну від обдарованих) та безвідповідальне ставлення до власного життя. Відео з ресурсу You Tube переглядають як обдаровані так і їх однолітки, різниця тільки в тому, якому контенту відео віддають перевагу обдаровані (дивляться навчальні відео, наприклад, з вивчення мов чи наукові добірки) та їх однолітки (дивляться все підряд).

Пошукові сайти використовують 86,7% обдарованих проти 49,8% однолітків. Значні кількісні результати використання пошукових сайтів пояснюються високою пізнавальною активністю обдарованих.

Телеконференціями типу Zoom користуються 57% обдарованих проти 6,3% однолітків. Це в десятки разів більше і говорить нам про участь в конференціях, онлайн-конкурсах в різних наукових заходах.

Електронну пошту (e-mail) використовують 57,8% обдарованих та 11,8% їх однолітків, що теж може казати про конструктивне спілкування у мережі, робочу переписку з кураторами наукових проєктів тощо. Аукціони відвідують 2,3% обдарованих проти 0,8% однолітків. В азартні ігри онлайн грають тільки 2,5% підлітків. Інформаційні протоколи (ftp) використовують в рази більше обдарованих 26,6% від їх однолітків – 6,8%. Бажаючи залишитись анонімними у використанні мережевих ресурсів категорію «інше» обрали 44,5% обдарованих та 23,2% їх однолітків.

Беззаперечно, технічний прогрес, який бурхливо та стрімко увірвався в суспільне життя, приніс нам безліч новітніх технологічних гаджетів, які значно спростили наше життя. З'явилася «розумна» техніка, «розумний» дім, яким людина може управляти дистанційно, за допомогою команд.

Різноманітні гаджети, такі як смартфони, принесли людству багато зручних додатків та стали незамінними у нашому повсякденному житті. Враховуючи безліч цікавого контенту, який є доступним 24/7, іноді буває важко відкласти смартфон та зайнятися нагальними справами. Особливо це стосується підлітків, які є завзятими прихильниками технологічних новинок.

Не слід забувати, що надмірне використання смартфона потенційно впливає на наше фізичне та психологічне здоров'я і може призвести до соціальних проблем. Тому підкреслимо необхідність обов'язкового проведення превентивних заходів з попередження виникнення залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

На підсумковому (контрольному) етапі нашого експериментального дослідження ми ще раз отримали результати вивчення рівня залежності підлітків від віртуального середовища за чітко означеними у п.2.1 критеріями. Результати по ЕГ та КГ наводимо нижче у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Результати вивчення рівня залежності підлітків від віртуального середовища обох груп досліджуваних (другий зріз)

Критерій	ЕГ (n=129)	КГ (n=120)
Мотиваційна спрямованість	59%	47%
Пізнавальна спрямованість інтернет-активності підлітка	48%	42%
Раціональне використання інтернет-ресурсів підлітками	43%	32%
Включення підлітків у діяльність за інтересами	75%	58%
Сформоване відповідальне ставлення до себе і світу	88%	80%
Ступінь поінформованості підлітків про залежність від віртуального середовища	85%	40%

За результатами таблиці 3.4 ми можемо сказати, що використання нашої програми привело до якісного зсуву серед підлітків, адже збільшилися показники мотиваційної спрямованості в ЕГ – 59%, а у КГ 47% (на тому ж рівні). Пізнавальна спрямованість інтернет-активності підлітків стала конструктивнішою, підлітки стали більше звертати увагу на контент та зміст своєї роботи в мережі «Інтернет» – 48% у ЕГ та у 42% КГ. Рационально стали використовувати інтернет-ресурси 43% ЕГ та 32% КГ. Стало більше підлітків ЕГ, включених у діяльність за інтересами 75% та 58% КГ. Сформоване відповідальне ставлення до себе і світу навколо на другому зрізі продемонстрували вже 88% ЕГ та 80% КГ. Ступінь поінформованості підлітків про залежність від віртуального середовища збільшилася у учасників ЕГ 85% та 40% КГ.

Отже, враховуючи ці результати, можна зробити висновок, що кількість залежних підлітків від віртуального середовища знизилася, адже вже менше учасників ЕГ – 57% нераціонально використовують доступ до мережі «Інтернет». Додамо, що результати другого зрізу учасників КГ залишилися незмінними.

Отже, надмірне використання ресурсів Інтернету може мати деструктивний вплив на стан психічного та фізичного здоров'я підлітків через формування нездорових звичок, а також через можливі у майбутньому негативні наслідки нездорового способу життя у період дозрівання фізичних та психічних функцій організму. Підлітки є одними з найбільш активних користувачів всесвітньої мережі, на яких найсильніше впливає багатогодинне проблемне використання Інтернету.

Використовуючи нашу програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, ми побачили її результат на практиці. Нагадаємо, що за результатами першого зрізу нашого дослідження ми виявили, що з 33% (43 особи) підлітків (тип «Тих, що змирилися») залежними виявилися майже всі представники даного типу, а

саме 32,5% (42 особи), а також 8,5% (11 осіб з типів «Самозахисники» та «Сумлінні» разом), які не мали мотивації до навчання, пізнання та розвитку, проявляли індиферентну поведінку до уроків у школі. У цих підлітків, що склали у сумі 41% (53 особи з означених вище типів) була діагностована залежність від віртуального середовища.

За результатами підсумкового етапу експерименту, другого зрізу нашого дослідження виявлено, що кількість залежних від віртуального середовища підлітків з типом мотиваційної спрямованості «Тих, що змирилися» знизилася з 33% до 28% підлітків, а кількість осіб з типом мотиваційної спрямованості «Оптиміст» та «Самозахисник» збільшилась на 6% (разом).

За результатами проведеного дослідження встановлено, що залежні від віртуального середовища підлітки не задіяні у позашкільну діяльність. Вони мають низьку успішність, проявляють інтерес лише до віртуальних ігор та проводять надмірну кількість часу в мережі «Інтернет», ігноруючи шкільні предмети та педагогів. Такий значний відсоток «віртуалізованих» дітей говорить про те, що в реальному світі, в соціумі ними втрачені мотиваційні орієнтири, такі діти бояться реального життя, рятуючись від негараздів та проблем у світі віртуальному.

Одним із превентивних заходів попередження виникнення залежності підлітків від віртуального середовища, який є елементом програми профілактики та корекції залежності, може бути здійснення профілактичної діяльності через розвиток особистісних якостей, умінь соціальної взаємодії в реальному світі, підвищення рівня самооцінки, розвитку творчих здібностей підлітків. Для цього потрібно створити певне розвиваюче середовище та сприятливі умови, які б допомагали розкриттю духовно-морального, інтелектуально-творчого потенціалу особистості підлітка.

Також, доцільним буде проведення ознайомчих лекцій для підлітків про безпечне використання мережі «Інтернет», а також організація заходів, лекцій з метою інформування підлітків про небезпеку багатогодинного і

надмірного використання гаджетів, та ризику виникнення залежності від віртуального середовища.

Також у якості профілактичних заходів з попередження виникнення залежності обдарованих підлітків та їх однолітків дієвим є введення правила «вихідні без Інтернету» або ж «день без гаджетів». Ці дні можна присвятити спілкуванню з родиною або ж запланувати сімейний відпочинок, поїздки на природу чи відвідування парку, лісу, атракціонів, чи хоча б сімейний перегляд фільмів. Іншим профілактичним засобом є обмеження часу використання гаджетів. Встановлення часових лімітів через установки роутера або смартфона, чи встановивши потрібний додаток батьківського контролю. Паралельно з цим обов'язковим є залучення підлітка у цікаву діяльність або хобі. У якості профілактики залежності також можна збільшити фізичну активність підлітка за рахунок відвідування ним спортивних секцій чи різного роду гуртків.

Визначивши провідний тип мотивації дитини, слід робити акцент на сильних сторонах її особистості, мотивувати на спілкування та діяльність у реальному світі, а також мотивувати та виховувати почуття відповідального ставлення до життя, до сімейних справ.

Таким чином можна сформувати у підлітків адекватне ставлення до своїх гаджетів та розвинути комунікативні навички підлітків у межах реальної взаємодії.

Узагальнюючи результати проведеного емпіричного дослідження, проаналізуємо достовірність результатів. Достовірність розбіжностей результатів констатувального та підсумкового етапів експерименту, після упровадження відповідної програми роботи, підтверджено за допомогою статистичного критерія ϕ^* Фішера.

Сформулюємо гіпотези.

H_0 : Частка осіб, які виявилися без залежності від віртуального середовища, в другому зрізі дослідження не більше ніж у першому.

H_1 : Частка осіб, які виявилися без залежності від віртуального середовища, в другому зрізі дослідження більше ніж у першому.

Розрахунок наводимо нижче в таблицях 3.5, 3.6, 3.7, 3.8, 3.9.

Таблиця 3.5

**Контингент досліджуваних підлітків ЕГ до та після експерименту
(n=129)**

Вихідні дані:				
Контингент досліджуваних	До експерименту		Після експерименту	
	n	частка	n	частка
Залежні підлітки (ефекту немає)	53	0,41	35	0,27
Підлітки без залежності (ефект є)	76	0,59	94	0,73
Всього досліджуваних	129		129	

Таблиця 3.6

Порівняння контингенту досліджуваних підлітків обох груп на контрольному етапі експерименту

Вихідні дані:				
Контингент досліджуваних	Контрольна група		Експеримент. група	
	n	частка	n	частка
Залежні підлітки (ефекту немає)	42	0,35	35	0,27
Підлітки без залежності (ефект є)	78	0,65	94	0,73
Всього досліджуваних	120		129	

Розрахунок ϕ^* емпіричного (зв'язані вибірки)

Зв'язані вибірки				
	До експерименту		Після експерименту	
	n	частка	n	частка
Ефекта немає	53	0,41	35	0,27
Ефект є	76	0,59	94	0,73
Всього	129		129	
Значення ϕ_1	1,75	Значення ϕ_2	2,05	
ϕ^* емп.	2,38			

Таблиця 3.8

Розрахунок ϕ^* емпіричного (незалежні вибірки)

Незалежні вибірки				
	Контрольна група		Експериментальна група	
	n	частка	n	частка
Ефекта немає	42	0,35	35	0,27
Ефект є	78	0,65	94	0,73
Всього	120		129	
Значення ϕ_1	1,88	Значення ϕ_2	2,05	
ϕ^* емп.	1,34			

Таблиця 3.9

Рівні статистичної значимості різних значень критерія ϕ^* Фішера

p	ϕ^* крит.
0,001	2,91
0,01	2,31
0,05	1,64
0,09	1,34
0,1	1,29

Після підрахунку $\phi_{емп.}$ ми порівняли його з $\phi_{крит.}$ відповідно до заданого рівня значимості p. Якщо $\phi^*_{емп.} > \phi^*_{крит.}$, нульова гіпотеза

відкидається, відмінності статистично достовірні. У нашому контрольному розрахунку, задамо рівень значущості $p=0,09$ згідно таблиці 3.9. Йому відповідає значення $f_{крит.}$, яке дорівнює 1,34. Так як $f_{емп.}$ дорівнює 2,38 більше $f_{крит.}$, різниця між результатами до і після експерименту достовірно відрізняється. Тобто ми приймаємо H_1 : Частка осіб, які виявилися без залежності від віртуального середовища, в другому зрізі дослідження більше ніж у першому.

Отже, результати контрольної та експериментальної груп також достовірно відрізняються на рівні значущості $p=0,09$.

Слід зазначити, що одним із механізмів профілактики залежної від віртуального середовища поведінки є формування навичок міжособистісного спілкування у реальному світі, що загалом сприяє підвищенню рівня особистісної та професійної підготовки підлітків до дорослого життя. Робота в рамках програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища здійснюється шляхом організації розвиваючого середовища, а також проведення заходів, спрямованих на розвиток навичок соціальної взаємодії, створення умов для розкриття та вдосконалення внутрішніх ресурсів особистості підлітків, розвиток умінь та навичок самоконтролю, та вивільнення творчого потенціалу особистості.

Зміст програми може варіюватися, залежно від рівня виявленої залежності від віртуального середовища підлітків та індивідуально-типологічних чи психологічних особливостей кожного учасника.

Узагальнюючи вищесказане, підкреслимо, що ми використовували нашу програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища з 2019 по 2021 роки. Після завершення використання програми, на контрольному етапі нашого експериментального дослідження, проведено контрольний зріз у обох групах досліджуваних (ЕГ та КГ) і виявлено зменшення кількості залежних підлітків в ЕГ. Натомість в КГ показники залишилися на тому ж рівні. Достовірність результатів

контрольної та експериментальної груп також підтверджено методами математичної статистики на рівні значущості $p=0,09$.

Зменшення кількості залежних від віртуального середовища підлітків в ЕГ говорить про те, що наша програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища ефективна.

Отже, використання превентивних засобів, таких як педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища є необхідною частиною освітнього процесу в будь-якому закладі середньої освіти.

Програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища створена нами з використанням вищезначених педагогічних засобів, а також включає в себе елементи арт-терапії. Зниження кількості залежних від віртуального середовища підлітків свідчить про успішне, ефективне використання програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. За результатами проведеної нами роботи ми побачили, що наша корекційна робота щодо зниження рівня залежності обдарованих підлітків та їх однолітків ефективна, хоч і потребує часу та зусиль педагогів та батьків.

Отже, під час використання програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища необхідно враховувати тип мотиваційної спрямованості особистості підлітка. За результатами реалізації програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, встановлено, що вона є ефективною та практично значущою. Можна зробити висновок, що грамотно сплановане дозвілля та залучення обдарованого підлітка у творчу чи будь-яку іншу діяльність у реальному світі, а також наявність хобі перешкоджає виникненню залежності від віртуального середовища.

Отже, за результатами використання нашої програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища встановлено: зменшення кількості залежних від віртуального середовища

підлітків; розвиток їх творчого потенціалу; вирішення внутрішньо особистісних конфліктів; зняття стресу; підвищення мотивації до навчання та пізнання.

Висновки до третього розділу

Отже, ефективна реалізація програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища є актуальною проблемою для педагогіки в цілому, педагогіки та психології обдарованої особистості, педагогічної психології, та інших галузей науки.

Використовувані нами педагогічні засоби профілактики і корекції залежності від віртуального середовища допомагають педагогу, навчаючи дітей та підлітків, проводити ефективну профілактику та корекцію залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Аналізуючи проведену нами роботу з профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, враховуючи експертну оцінку колег, ми можемо зробити висновок про те, що використання нашої програми дозволяє зменшити рівень залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Програма профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища включає в себе первинну профілактику, яка спрямована на попередження виникнення і формування у підлітків залежності від віртуального середовища ще на ранній стадії захоплення. Вторинна профілактика запобігає розвитку залежності від віртуального середовища у підлітків, які грають у мережеві ігри більше двох років. Третинна профілактика є корекційними діями, направленими на підлітків зі сформованою залежністю від віртуального середовища.

Означені напрямки реалізуються за рахунок змісту програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального

середовища, який включає в себе розкриття потенціалу особистості підлітка, навчання навичкам ефективного спілкування, вироблення адекватної самооцінки, наявність критичного мислення. Крім того, важливим є розвиток навичок стійкості до негативного впливу соціуму та попередження виникнення проблеми при взаємодії з оточуючими людьми.

Встановлено, що в підлітковому віці спостерігається підвищена збудливість, проявляється нездатність чинити опір спокусі знаходження у віртуальному середовищі, емоційна нестійкість, спостерігається надмірне захоплення гаджетами, Інтернетом та контентом, що пропонується.

Підлітковий вік характеризується перебудовою та становленням всіх систем організму дитини. В цей період нестійкий стан нервової системи підлітка пригнічується щоденними стресорами, які поступово накопичуються та в результаті призводять до стресу. Всі ці фактори вкупі можуть спровокувати появу залежної від віртуального середовища поведінки у обдарованих підлітків та їх однолітків, тому перспективою подальших досліджень є розширення програми корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища за рахунок використання окремих елементів та видів арт-терапії: музикотерапії, бібліотерапії, казкотерапії тощо.

Ми сподіваємося, що в даній роботі ми заклали основу для подальшого вивчення інших педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, і змогли викликати подальший інтерес до дослідження взаємодії образотворчого мистецтва (елементів арт-терапії) в якості психолого-педагогічного засобу профілактики та корекції залежності від віртуального середовища.

ВИСНОВКИ

Отже, провівши дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, нами було здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми згідно першого завдання нашої роботи.

Згідно другого завдання дослідження, емпірично досліджено особливості залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. З'ясовано особливості виникнення та розвитку залежності обдарованих підлітків, та їх однолітків від віртуального середовища. Проведена порівняльна характеристика онлайн-активності обдарованих, використання ними онлайн-ресурсів; виявлено рівні залежності досліджуваних, а також типи їх мотиваційної спрямованості. Порівняння отриманих даних до і після експерименту свідчить про правомірність та ефективність запропонованої корекційної роботи зі зменшення рівня залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Відповідно до третього завдання дослідження, виявлено та схарактеризовано педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища (в практиці).

Згідно четвертого завдання дослідження, на основі виявлених педагогічних засобів – розроблено програму профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Відповідно до п'ятого завдання дослідження – перевірена ефективність програми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Доведено, що ефективність реалізації програми профілактики і корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища є актуальною проблемою для педагогіки в цілому, педагогіки та психології обдарованої особистості, педагогічної психології, та інших галузей науки.

З'ясовано, що первинна профілактика попереджає виникнення і формування залежності підлітків від віртуального середовища ще на ранній стадії. Вторинна запобігає розвитку залежності від віртуального середовища у підлітків з початковою стадією залежної поведінки. Третинна представляє собою корекційний вплив, направлений на підлітків зі сформованою залежністю.

Визначено, що при надмірній захопленості власним гаджетом, підліток вже не мислить своє життя без нього. Ми спостерігаємо, як сучасні підлітки та й деякі дорослі не розлучаються зі своїми смартфонами весь день.

Встановлена тенденція інтенсивного зростання кількості осіб підліткового віку з залежністю від віртуального середовища.

Розроблено основу для подальшого вивчення педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, а також доведена важливість мотиваційного фактору в освітньому процесі та профілактично-корекційній роботі зі зниження рівня залежності підлітків від віртуального середовища.

З'ясовано, що протидією залежній поведінці може виступати інтелектуально-естетичні хобі такі як: захоплення літературою, музикою, живописом тощо. Враховуючи це, ми застосовували елементи арт-терапії у якості профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. Тілесно-мануальні захоплення підлітків – прагнення розвивати своє тіло, спритність, досягнення високих спортивних результатів також є протидією залежної від віртуального середовища поведінки.

Виявлено, що залежність від віртуального середовища – це патологічна пристрасть людини до проведення часу за улюбленими гаджетами, смартфонами, комп'ютерами, яка може проявлятися у декількох видах.

Встановлено основні причини виникнення залежності від віртуального середовища серед підлітків: наявність постійних стресорів, самотність, соціальна дезадаптація, депресія, пошук гострих відчуттів, що є

недоступними для особистості в реальному світі, а також відсутність відповідальності та незалученість у конструктивну діяльність в позашкільний час. Доведена необхідність попередження виникнення залежності підлітків від віртуального середовища.

Виявлено, що залежність від гаджетів є стримуючим фактором у навчанні, а також впливає на успішність підлітків. Встановлено, що відсутність регламентованого життя підлітка, а саме повна свобода та ілюзорна самостійність сприяють залежній від віртуального середовища поведінці, бо підліток у такому стані прагне спробувати всі спокуси віртуального світу, бо не має стримуючих часових кордонів, та відповідальності, й конструктивної діяльності у реальному житті.

В дослідженні розглянуто педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, а так як центральним системоутворювальним параметром академічної обдарованості є саме мотивація досягнень, то на ній побудовано нашу роботу.

Визначено, що залежність від віртуального середовища – це патологічна пристрасть людини до проведення часу за улюбленими гаджетами, смартфонами, комп'ютерами, що може проявлятися у кількох видах (залежність від мережі «Інтернет», хакерство, азартні ігри тощо).

Виявлено, що сутність побудови програми профілактики зводиться до реалізації системного підходу та впливу, який спрямований на зміцнення психічного здоров'я та благополуччя підлітків, розвиток та стабілізацію факторів особистісної стійкості та особистісного розвитку. Ефективність профілактичної роботи забезпечується дотриманням ряду основних умов, таких як: відповідальне ставлення батьків та педагогів, які проводять профілактику; систематичності роботи; дотримання принципів універсальності, конструктивності та випереджаючого характеру використання програми профілактики та корекції залежності від віртуального середовища.

Доведено, що основними причинами, що спонукають підлітків віддавати перевагу віртуальному середовищу замість реального світу є прагнення до самоідентифікації, порятунк від фрустрації, інтимність, сепарація від батьків та сім'ї, наявність не вирішених проблем у реальному світі.

Отже, віртуальне середовище у якому мережа «Інтернет» займає значне місце є привабливим для підлітків як засіб уникнення реальності за рахунок можливості анонімної соціальної активності; Інтернет дає почуття безпеки та свободи дій, причому користувач відчуває повну безкарність; відбувається усвідомлення своєї анонімності в мережі; створюється можливість для реалізації якихось фантазій із зворотним зв'язком; наявний необмежений та цілодобовий доступ до інформації.

Таким чином, особливості сучасних технологічних зрушень у суспільстві зумовлюють поступове виникнення та формування залежності, що ще раз підтверджує необхідність у профілактично-корекційних діях з боку педагогів, психологів та інших фахівців.

Визначено, що у якості превентивних заходів з попередження виникнення залежності від віртуального середовища, треба організовувати для підлітків можливість оволодіння певними поведінковими навичками здорового способу життя, до яких належать: фізична активність та здорові звички, емоційна грамотність, навички самостійності та впевненості у своїх силах, самоорганізація, соціальні навички, наявність цілей у житті. Важливим превентивним фактором є також формування усвідомленої життєвої позиції підлітків, що спрямована на самостійний пошук свого місця у соціумі, здатність правильно оцінювати свої вчинки, дії та їх наслідки.

Доведено, що надійною профілактикою залежної від віртуального середовища поведінки у підлітків є допомога батьків та педагогів у розвитку відповідального ставлення до життя, уміння висловлювати свої почуття, будувати гармонійні, довірливі стосунки із близькими людьми.

Таким чином, батькам треба бути готовими запропонувати конструктивну альтернативу залежним від віртуального середовища підліткам, захопити їх цікавою діяльністю в реальному світі.

Отже, провівши наше дослідження, ми успішно вирішили всі завдання дослідження. Розглянуті нами педагогічні засоби, програма профілактики і корекції залежності від віртуального середовища, а також рекомендації батькам допоможуть фахівцям здійснювати превентивні заходи з попередження залежності серед підлітків, оскільки дозволяють проводити ефективну профілактику та корекцію залежності підлітків від віртуального середовища. Враховуючи експертну оцінку колег щодо проведеної нами роботи з профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, зроблено висновок про те, що використання нашої програми дійсно дозволяє зменшити рівень залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Отже, в нашій роботі ми розкрили основу для подальшого вивчення педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища, а також показали важливість мотиваційного фактору в освітньому процесі та профілактично-корекційній роботі зі зниження рівня залежності підлітків від віртуального середовища.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ожегов С. И. Словарь русского языка. Москва, 2011. 736 с.
2. Исакова Т. О. Интернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ: НІСД, 2011. 47 с.
3. Белинская Е. Интернет-зависимость: аддитивные формы поведения. *Народное образование*. 2009. № 7. С. 268–271.
4. Вербицкий А. А. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013. URL: www.psychology_pedagogy.academic.ru/ (дата обращения: 01.06.2022).
5. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка. Москва: Русс. язык, 1998. Т. 1. 912 с.
6. Стоименов Й. А. и др. Психиатрический энциклопедический словарь. Київ: МАУП, 2003. 572 с.
7. Агибалова Т. В. и др. Психотерапевтические подходы к больным опиоидной зависимостью с низкой мотивацией на лечение: метод. рек. Москва: ФГУ ННЦ Наркологии МЗСР, 2013. 25 с.
8. Ананьев В. А., Карвасарский Б. Д., Кулаков С. А. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб. 2000. 1019 с.
9. Goldberg I. Internet Addictive Disorder. URL: <http://www.psychom.net/iadcriteria.html> (date of access: 01.06.2022).
10. SLOVARonline. Оксфордский толковый словарь общей медицины онлайн. URL: <https://rus-oxford-med-dict.slovaronline.com/> (date of access: 07.07.2022).
11. Свенцицкий А. Л. Краткий психологический словарь. Москва: Проспект, 2011. 512 с.
12. Менделевич В., Садыкова Р. Зависимость как психологический и психопатологический феномен (проблемы диагностики и дифференциации). *Вестник клинической психологии*. 2003. № 2. С. 153–158.

13. Шапар Б. В. Психологічний тлумачний словник. Харків: Прапор, 2004. 640 с.
14. Руководство по аддиктологии / под ред. В. Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. 768 с.
15. Бенедиктова А. В. Исследование интернет-аддикции и ее социально-психологической значимости в студенческих группах. *Психологическая наука и образование*. 2007. № 5. С. 228–236.
16. Малыгин В. Л., Довбыш О. В. Особенности характерологических свойств лиц, зависимых от азартных игр в покер он-лайн. *Мир аддикций: химические и нехимические зависимости, ассоциированные психические расстройства*: сб. материалов науч.-практ. конф. с междунар. участием. СПб., 2012. С. 79–80.
17. Камінська О. В. Психологічні основи Інтернет-залежності молоді: дис. ... д-ра псих. наук: № 19.00.07. Одеса. 2016, 822 с.
18. Емелин В. А. Психологические факторы развития и хронификации технологических зависимостей. *Психологическая наука и образование: Электронный журнал*. 2013. № 1. URL: http://psyedu.ru/files/articles/psyedu_ru_2013_1_3262.pdf (дата обращения: 01.06.2022)
19. Сулер Дж. Компьютерная и интернет-зависимость. URL: <http://banderus2.narod.ru/77314.html> (дата обращения: 25.04.2019).
20. Харрис М. Со всеми и ни с кем: книга о нас – последнем поколении, которое помнит жизнь до интернета. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2015. 224 с.
21. Павловський В. В. Комп'ютерна гра як чинник, що впливає на рівень ситуативної (реактивної) агресії. *Вісник гуманітарного ін-ту Дальневост. держ. мор. академії*. 2000. Вип. 1. С. 84–85.
22. Янг К. С. Діагноз – Інтернет-залежність. *Мир Інтернета*. 2000. № 2. С. 36–43.

23. Берн Э. Секс в человеческой любви. Москва: АСТ ЛТД: Институт общегуманитарных исследований, 1997. 352 с.
24. Агулова О. О. Психологічні особливості адиктивної особистості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. 2013. Вип. 46 (2). С. 14–21. Серія «Психологія».
25. Клеткина О. С. Управление профилактикой аддиктивного поведения молодежи: автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.08. Чита, 2012. 24 с.
26. Егоров А. Ю., Кузнецова Н. А., Петрова Е. А. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью. *Вопросы психологического здоровья детей и подростков*. 2005. № 2. С. 20–27.
27. Малыгин В. Л. Методологические подходы к раннему выявлению Интернет-зависимого поведения. *Медицинская психология в России*. 2011. № 6. URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 26.04.2019).
28. Moos R. H. Understanding Environments: The Key to Improving Social Processes and Program Outcomes. *Community Psychology*. 1996. Vol. 24 (1). P. 193–201.
29. Толченев О. А. Монологи о молодежном досуге. Монолог второй. *Студенчество*. 2003. № 5. С. 14–16.
30. Малыгин В. Л. К проблеме диагностических критериев интернет-зависимого поведения. *Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий: материалы межвед. науч.-практ. конф. (Москва, 24–25 февраля 2011 г.)*. Москва: МГППУ, 2011. Т. 24. С. 171.
31. Дрепа М. И. Психологическая профилактика Интернет-зависимости у студентов: дис ... канд. психол. наук: 19.00.07. Ставрополь, 2010. 254 с.
32. Урсу А. В. Некоторые феноменологические особенности компьютерной игровой аддикции. *Мир аддикций: химические и нехимические зависимости, ассоциированные психические расстройства: материалы науч.-практ. конф. с междунар. участием*. СПб., 2012. С. 136.

33. Young K. S. The Relationship Between Depression and Internet Addiction. URL: <http://www.netaddiction.com/articles/cyberpsychology.htm> (date of access: 01.06.2022).
34. Murrey H. A. *Exploration in Personality*. New York, 1938. 211 p.
35. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Социодинамическая психиатрия. Москва: Академический проект, 2000. 460 с.
36. Говорухина М. Ю. Виртуализация современного мира: раздвоение реальности. Екатеринбург, 2004. 15 с.
37. Игнатъев В. И., Степанова А. Н. Виртуальное социальное действие и трансформация повседневных практик. *Вестник Московского университета. Социология и политология*. 2010. № 3. С. 91–104.
38. Войскунский А. Е. Групповая игровая деятельность в Интернете. *Психологический журнал*. 1999. Т. 20, № 1. С. 126–132.
39. Гурьева Л. П. Психологические последствия компьютеризации: функциональный, онтогенетический и исторический аспекты. *Вопросы психологии*. 1993. № 3. С. 5–16.
40. Войскунский А. Е. Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития. Москва: Акрополь, 2009. 378 с.
41. Значення коефіцієнту кореляції за Пірсоном <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/posibniku/210/32.pdf> (дата звернення: 31.05.2022).
42. Карр Н. Пустышка. Что Интернет делает с нашими мозгами. Москва: Best Business Books. 2012. 253 с.
43. Виртуальная реальность: философские и психологические проблемы / под ред. Н. А. Носова. Москва: Центр виртуалистики ИЧ РАН, 1997. 187 с.
44. Розин В. М. Области употребления и природа виртуальных реальностей. *Технологии виртуальных реальностей: состояние и тенденции развития*. Москва, 1996. С. 57–68.
45. Голосовкер Я. Э. Избранное. Логика мифа. Москва; СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2010. 499 с.

46. Носов Н. А. Введение: перспективы виртуальной цивилизации. *Технологии виртуальной реальности, состояние и тенденции развития*. Москва. 1996. С. 7–14.
47. Носов Н. А., Яценко Ю. Т. Параллельные миры. Виртуальная психология алкоголизма. *Труды лаборатории виртуалистики*. 1996. Вып. 2. 128 с.
48. Розин В. М. Виртуальные реальности: природа и область применения. *Социально-гуманитарные знания*. 1997. № 6. С. 183–200.
49. Дельгадо Х. Мозг и сознание. Москва, 1971. С. 156.
50. Брязкун В. В. Етапи віртуалізації свідомості: філософський аспект. *Гілея*. 2012. Вип. 58. № 3. С. 260–266.
51. Минаков С. А. Особенности аддиктивного поведения у студентов с ограниченными физическими возможностями: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10. Москва, 2011. 157 с.
52. Yadav P., Banwari G., Parmar C., Maniar R. Internet addiction and its correlates among high school students: A preliminary study from Ahmedabad, India. *Asian Journal of Psychiatry*. 2013. Issue 6. No. 6. P. 500–505.
53. Егоров А. Ю., Чарная Д. И., Хуторянская Ю. В., Павлов А. В., Гречаный С. В. Интернет-зависимое поведение у подростков с психическими расстройствами. *Обзорение психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева*. 2018. № 4. С. 35–45.
54. Ko C. H., Yen J. Y., Yen C. F., Lin H. C., Yang M. J. Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study. *Cyber Psychol and Behavior*. 2007. Issue 10. P. 545–551.
55. Lin L., Liu J., Cao X., et al. Internet addiction mediates the association between cyber victimization and psychological and physical symptoms: moderation by physical exercise. *BMC Psychiatry*. 2020. Vol. 20, 144 p. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02548-6>.

56. Sureda Garcia I., López Penádes R., Rodríguez Rodríguez R., Sureda Negre J. Cyberbullying and Internet Addiction in Gifted and Nongifted Teenagers. *Gifted Child Quarterly*. 2020. Issue 64. No. 3. P. 192–203.
57. Francis R., Hawes D. J., Abbott M. Intellectual giftedness and psychopathology in children and adolescents: systematic literature review. *Exceptional Children*. 2016. Vol. 82. No. 3. P. 279–302.
58. Коджаспирова Г. М., Коджаспиров А. Ю. Педагогический словарь: для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. Москва: Академия, 2000. 176 с.
59. Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения: в 3-х т. / сост. О. С. Богданова, В. З. Смаль. Москва: Педагогика, 1980. Т 2. 384 с.
60. Шелестова Л. В. Розвиток творчих здібностей старшокласників на різних етапах навчального пізнання. *Actual problems of science and practice: the 14 th International scientific and practical conference (27–28 April, 2020)*. Stockholm, Sweden 2020. 673 p., P. 641–642.
61. Мойсеюк Н. Є. Педагогіка: навч. посіб. Київ: КДНК, 2001. 608 с.
62. Kozybska M., Szpak O., Kurpisz J., Lebiecka Z., Flaga-Gieruszyńska K., Samochowicz J., Karakiewicz B. Problematic Internet Use and health behaviors in adolescent residents of urban and rural areas in Poland – a cross-sectional study. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*. 2019. No. 4. P. 82–91.
63. Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения: в 3-х т. / сост. О. С. Богданова, В. З. Смаль. Москва: Педагогика, 1981. Т 3. 640 с.
64. Chou, Wei-Po, Kun-Hua Lee, Chih-Hung Ko, Tai-Ling Liu, Ray C. Hsiao, Hsiu-Fen Lin, and Cheng-Fang Yen. Relationship between Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance and Internet Addiction: Mediating Effects of Mental Health Problems. *Psychiatry Research*. 2017. Vol. 257. P. 40-44.
65. Peltzer K., Pengpid S., Apidechkul T. Heavy Internet use and its associations with health risk and health-promoting behaviours among Thai university students. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 2014. Issue 26. No. 2. P. 187–194.

66. Bener A., Bhugra D. Lifestyle and depressive risk factors associated with problematic internet use in adolescents in an Arabian Gulf culture. *Journal of Addiction Medicine*. Issue 7. No. 4. P. 236–242.
67. Durkee T., Carli V., Floderus B., Wasserman C., Sarchiapone M., Apter A., et al. Pathological Internet Use and Risk-Behaviors among European Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2016. March 8. Vol. 13. No. 3. 294 p.
68. Poprawa R. Problematyczne używanie internetu – symptom i metoda diagnozy. Badania wśród dorastającej młodzieży. *Psychol Jakości Życia*. 2012. Issue 11. No. 1. P. 57–82.
69. Kojima R., Sato M., Akiyama Y., et al. Problematic Internet use and its associations with health-related symptoms and lifestyle habits among rural Japanese adolescents. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2019. Issue 73. No. 1. P. 20–26.
70. Российская педагогическая энциклопедия: в 2-х т. *Большая педагогическая энциклопедия*. Москва. 1993. Т. 1. 980 с.
71. Ковальчук З. Я. Педагогічне спілкування як категорія психологічної науки. *Психологічні перспективи*. 2011. Вип. 18. С. 121–131.
72. Леонтьев А. Н. Педагогическое общение. Москва: Знание, 1979. 48 с.
73. Баумейстер А. Тома Аквінський: вступ до мислення. Бог, буття і пізнання. Київ: Дух і літера, 2012. 408 с.
74. Подоляк Л. Г., Юрченко В. І. Психологія вищої школи: практикум. Київ: Каравела, 2008. 336 с.
75. Основы психологии: практикум / ред.-сост. Л. Д. Столяренко. Ростов н/Д.: Феникс, 2003. 704 с.
76. Бельська Н. А. Типологія та методи виявлення інтелектуально обдарованих старшокласників, схильних до дослідницької діяльності: метод. посіб. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2018. 128 с.
77. Мартынова О. С. Критерии оценки Интернет-зависимости. *Психотерапия и консультирование. Генезис*. 2002. № 3. С. 27–30.

78. Ercan S., Acar H. T., Arslan E., et al. Effect of Internet Addiction on Sleep Quality, Physical Activity and Cognitive Status Among University Students *Journal of turkish sleep medicine-turk uyku tibbi dergisi*. 2021. March. Vol. 8. Issue. 1. P. 49–56.
79. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Питер, 2010. 816 с.
80. Бельська Н. А., Мельник М. Ю., Новгородська М. М. Діагностика креативності у профорієнтаційній роботі: метод. рек. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. 72 с.
81. Психология подростка. Полное руководство / под ред. А. А. Реана. СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 432 с.
82. Wharry S. You bet your life: e-gambling threat worries addiction experts. *Canadian Medical Association Journal*. Vol. 165. 2001. 325 p.
83. Ibanez A. I, Blanco C., Moreryra P., Saiz-Ruiz J. Gender differences in pathological gambling. *Journal of Clinical Psychiatry*, 2003. March. Vol. 64. No. 3.
84. Chambers A., Potenza M. Neurodevelopment. Impulsivity, and Adolescent Gambling. *Journal of Gambling Studies*. 2003. Vol. 19. No. 1.
85. Goldberg I. Internet addiction disorder. URL: <http://www.iucf.indiana.edu/brown/hyplan/addict.html> (date of access: 01.06.2022).
86. Orzack M. H. Computer addiction: What is it? *Psychiatric Times (journal on-line)*. 1998. August. Vol. 15. No. 8. URL: <http://www.psychiatrictimes.com/p980852.html> (date of access: 01.06.2022).
87. Личко А. Е. Подростковая психиатрия (руководство для врачей). Ленинград: Медицина, 1985. 416 с.
88. Личко А. Е., Битенский В. С. Подростковая наркология. Ленинград: Медицина, 1991. 304 с.

89. Попов Ю. В. Профилактика алкоголизма у подростков с девиантным поведением. Ремиссии при алкоголизме. Ленинград. 1987. С. 155–188.
90. Вострокнутов Н. В., Пережогин Л. О. Зависимость от персонального компьютера, компьютерных игр и Интернета в детской психиатрической практике. *Практическая медицина*. 2009. № 38. С. 31–35.
91. Пережогин Л. О. Интернет-аддикция в подростковой среде. *Подростки и молодежь в меняющемся обществе – проблемы девиантного поведения*: сб. тезисов междунар. конф. Москва: Новый отсчет, 2001. С. 56–68.
92. Пережогин Л. О., Шалимов В. Ф., Казаковцев Б. А. Зависимость от персонального компьютера, интернета и мобильных устройств, обеспечивающих удаленный сетевой доступ (клиника, диагностика, лечение). *Российский психиатрический журнал*. 2018. № 2. С. 19–30.
93. Cerutti R., Presaghi F., Spensieri V., Fontana A., Amendola S. Adaptation and Psychometric Analysis of the Test of Mobile Phone Addiction-Brief Version in Italian Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. March 5. Issue 18. No. 5. 2612. P. 1–15.
94. Mascheroni G., Ólafsson K. The mobile Internet: Access, use, opportunities and divides among European children. *New Media & Society*. 2015. No. 18. P. 1657–1679.
95. Mascheroni G., Ólafsson K. Accesso, usi, rischi e opportunità di internet per i ragazzi italiani. In *I Risultati di EU Kids Online*. 2018. URL: <https://www.miur.gov.it/documents/20182/0/EU+Kids+Online+Italy+report+Gennaio+2018.pdf> (date of access: 19.04.2021).
96. Nishida T., Tamura H., Sakakibara H. The association of smartphone use and depression in Japanese adolescents. *Psychiatry Research*. 2019. No. 273. P. 523–527.
97. Cholz M. Mobile-phone addiction in adolescence. The Test of Mobile Phone Addiction (TMD). *Progress in Health Sciences*. 2012. No. 2. P. 33–44.

98. Adorjan M., Ricciardelli R. Smartphone and social media addiction: Exploring the perceptions and experiences of Canadian teenagers. *Can Rev Sociol.* 2021. Feb. Issue 58. No. 1. P. 45–64.
99. Chang F. C., Lee, C. M., Chiu C. H., Hsi W. Y., Huang T. F., Pan Y. C. Relationships among cyberbullying, school bullying, and mental health in Taiwanese adolescents. *Journal of School Health.* 2013. Issue 83. No. 6. P. 454–462.
100. Lewis S. P., Heath N. L., Michal N. J., Duggan J. M. Non-suicidal self-injury, youth, and the Internet: What mental health professionals need to know. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health.* 2012. Issue 6. No. 1. Article 13.
101. Livingstone S. Children and the internet: Great expectations, challenging realities. Malden, MA: Polity Press. 2009.
102. Palfrey J. G., Gasser U. Born digital: Understanding the first generation of digital natives. Philadelphia: BasicBooks. 2011. 400 p.
103. Anderson M., Jiang J. Teens, social media and technology 2018. 2018. Pew Research Center. 31 p.
104. Woods H. C., Scott H. Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence.* 2016. Issue 51. P. 41–49.
105. Rashid J., Aziz A., Rahman A. Saaid S., Ahmad Z. The Influence of Mobile Phone Addiction on Academic Performance Among Teenagers. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication.* 2020. Issue 36. P. 408–424.
106. Іванюк Г. І., Бовсунівська Д. В. Безпека дитини в інформаційному просторі: проблеми та шляхи вирішення. *Actual Problems Of Science And Practice.* 2020. P. 186–191.
107. Гузьман О. А., Ляшенко Н. О. Комп'ютерна залежність підлітків: соціологічні аспекти дослідження. *Вісник Харківського національного університету внутрішніх справ.* 2011. № 1. С. 369–380.

108. Федик О. В. До проблеми кіберсексуальної залежності. *Implementation of modern science and practice: the XXV International Science Conference (Bulgaria)*. Varna. 2021. С. 540–542.
109. Азарова Т. В., Барчук О. И., Беглова Т. В., Битянова М. Р., Королева Е. Г., Пяткова О. М. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под общей ред. Битяновой М. Р. СПб.: Питер, 2005. 304 с.
110. Сидоренко О. Б., Федоренко А. Ф. Особливості психопрофілактики адиктивної поведінки в освітньому процесі. *Prospects and achievements in applied and basic sciences: the IV International Science Conference (February 9–12, 2021, Budapest, Hungary)*. Budapest. P. 576–581.
111. Бугайова Н. М. Психологічні закономірності розвитку адикцій в онтогенезі. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2010. т. XII, ч. 4. С. 48–57.
112. Greenfield D. Treatment Considerations in Internet and Video Game Addiction: A Qualitative Discussion. *Child Adolesc Psychiatric Clinics of North America*. 2018 Apr. Issue 27. No. 2. P. 327–344.
113. Mihajlov M., Vejmelka L. Internet Addiction: A Review of the First Twenty Years. *Psychiatr Danub*. 2017 Sep. Issue 29. No. 3. P. 260–272.
114. Sussman C., Harper J., Stahl J., Weigle P. Internet and Video Game Addictions: Diagnosis, Epidemiology, and Neurobiology. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*. 2018. April. Issue 27. No. 2. P. 307–326.
115. Куливар Е. А., Каткова А. Д., Чепелев С. Н. Взаимосвязь мобильной зависимости с аддиктивным поведением и уровнем коммуникабельности среди студентов-медиков. *Від експериментальної та клінічної патофізіології до досягнень сучасної медицини і фармації: тези доповідей II Науково-практичної конференції студентів та молодих вчених з міжнародною участю (15 травня 2020 р.)*. Харків, 2020. С. 120–121.
116. Uguz G., Bacaksiz F. E. Relationships between personality traits and nomophobia: Research on nurses working in public hospitals. *Perspectives in psychiatric care*. 2021. May.

URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ppc.12834> (date of access: 02.12.2021).

117. Rodríguez-García A.-M., Marín-Marín J.-A., López-Núñez J.-A., Moreno-Guerrero A.-J. Do Age and Educational Stage Influence No-Mobile-Phone Phobia? *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021. Issue 18, No. 9. P. 1–11.
118. Andrei O. Psycho-pedagogical aspects of the internet addiction. *European Journal of Science and Theology*. 2013. Issue 9. P. 111–120.
119. Conner S. Externalizing Problems Using Art in a Group Setting for Substance Use Treatment. *Journal of Family Psychotherapy*. 2017. Issue 28. No. 2. P. 187–192.
120. Lukyanenko M., Isahakyan O., Abakumova I. V., Vorobyova E. V. Correction of self-destructive behavior of adolescents by means of art therapy. *SHS Web of Conferences*. 2019. Vol. 70. No. 01010. P. 1–6.
121. Cohen-Yatziv L., Regev D. The effectiveness and contribution of art therapy work with children in 2018 – what progress has been made so far? A systematic review. *International Journal of Art Therapy*. 2019. No. 24. P. 1–13.
122. Beerse M. E, Van Lith T., Pickett S. M., Stanwood G. D. Biobehavioral utility of mindfulness-based art therapy: Neurobiological underpinnings and mental health impacts. *Exp Biol Med (Maywood)*. 2020. January. Issue 245. No. 2. P. 122–130.
123. Abbing A., de Sonnevile L., Baars E., Bourne D., Swaab H. Anxiety reduction through art therapy in women. Exploring stress regulation and executive functioning as underlying neurocognitive mechanisms. *PLoS One*. 2019. December 3. Issue 14. No. 12. e0225200.
124. Chancellor B., Duncan A., Chatterjee A. Art therapy for Alzheimer's disease and other dementias. *Journal of Alzheimer's Disease*. 2014. Issue 39. No. 1. P. 1–11.
125. Braus M., Morton B. Art therapy in the time of COVID-19. *Psychol Trauma*. 2020. August. Issue 12. No. 1. P. 267–268.

126. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков. Москва: Когито-Центр. 2014, 208 с.
127. Крамер Э. Арт-терапия с детьми. Москва: Генезис. 2013. 320 с.
128. Бельська Н. А., Мельник М. Ю., Новгородська М. М. Діагностика самовизначення щодо майбутньої професії обдарованих учнів ліцею: метод. рек. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України. 2020. 36 с.
129. Монкс Ф., Ипенбург И. М. Одаренные дети. Москва: Когито-Центр, 2014. 132 с.
130. Психология одаренности детей и подростков / под ред. Н. С. Лейтеса. Москва: Академия, 1996. 416 с.
131. Новгородская (Нагнибеда) М. М. Концептуальное выявление профессионально важных качеств художественно одаренной личности ребенка. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2019. № 4 (75). С. 91–100.
132. Новгородська М. М. Теоретичні основи профілактики залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2021. № 2 (81). С. 98–103.
133. Моляко В. О. Психологія творчості – нова парадигма дослідження конструктивної діяльності людини. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 8. С. 1–4.
134. Антонова О. Є. Теоретичні та методичні засади навчання педагогічно обдарованих студентів: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2007. 472 с.
135. Амонашвили Ш. А. Размышления о гуманной педагогике. Москва: Изд. Дом Шалвы Амонашвили, 2001. 461 с.
136. Шепельова М. В. Аналіз залученості студентів у інтернет-середовище. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості: зб. наук. матеріалів II Міжнар. наук.-практ. конф. (3–4 червня 2021 р., Полтава)*. Полтава: Нац. ун-т «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». 2021. 268 с.

137. Ждан В. М., Скрипніков А. М., Животовська Л. В. та ін. Основи медичної психології: навч.-метод. посіб. для студ. Полтава: АСМІ. 2014. 255 с.
138. Андросович К. А., Ткаченко Л. І. Профілактика деструктивної соціалізації обдарованих старшокласників в Інтернет-середовищі: метод. рек. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України. 2018. 40 с.
139. Covington M. V., Omelich C. L. Need achievement revisited: verification of Atkinson's original 2x2 model. *Stress and emotion*. New York: Hemisphere. 1991. Vol. 14. P. 85–105.
140. Подшивайлов Ф. М. Психологічні чинники розвитку мотиваційної сфери особистості майбутнього психолога: автореф. дис. ... канд.. психол. наук. Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка. 2015. 22 с.
141. Киселева Ю. А. Педагогические формы, методы и средства развития положительной мотивации учащихся к учебной деятельности с целью повышения эффективности учебного процесса в ДШИ. URL: https://5.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217311142/Pedagogicheskie_formy_metody_i_sredstva_nosti_uchebnogo_processa_v_DSHI.pdf (Дата обращения 31.05.2022).
142. Kolditz T. A., Arkin R. M. An impression management interpretation of the self-handicapping strategy. *Journal of personality and social psychology*. 1982. Vol. 43. P. 492–502.
143. Fastoso F., González-Jiménez H., Cometto T. Mirror, mirror on my phone: Drivers and consequences of selfie editing. *Journal of Business Research*. 2021. Vol. 133(C). P. 365–375.
144. Стратегії формування творчої особистості: методи, прийоми, форми: колективна монографія / авт. кол.: В. Г. Кремень, В. В. Ільїн, Є. Р. Борінштейн, М. С. Гальченко, М. В. Ліпін, Д. В. Погрібна, Н. В. Савчук, О. А. Федорчук. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2020. 320 с.

145. Фоменко Н. В. Подростковый возраст как наиболее сложный этап развития ребенка. *Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова*. 2014. № 2. С. 201–205.
146. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов: учеб. пособие. Москва: Изд. центр. 2000. 184 с.
147. Антонова О. Є. Теоретичні підходи до створення моделі педагогічної обдарованості. Професійно-педагогічна освіта: сучасні концептуальні моделі та тенденції розвитку: монографія / авт. кол. О. А. Дубасенюк, О. Є. Антонова, С. С. Вітвицька, Н. Г. Сидорчук, О. М. Спірін, Н. В. Якса та ін.; за заг. ред. О. А. Дубасенюк. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2006. С. 175–215.
148. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. *Вопросы психологии*. 1971. № 4. С. 6–20.
149. Заїка І. М. Технологія соціальної профілактики ігрової залежності учнів підліткового віку: квал. робота на здоб. освітн. ступеня магістра. Суми. 2020. 75 с.
150. Подшивайлов Ф. М. Психологічна характеристика типів особистості за показником мотивації досягнення. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2018. Т. IX. Вип. 11. С. 142–162.
151. Подшивайлов Ф. М. Поиск синергетических эффектов взаимодействия системообразующих параметров академической одаренности. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2019. Т. XII. Вип. 26. С. 262–276.
152. Мельничук І. Я. Особистісне зростання у процесі формування стресостійкості підлітків. *Актуальні проблеми особистісного зростання: зб. наукових праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (Житомир, 13 травня 2021 р.)*. Житомир: Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2021. 210 с.

153. Бельська Н. А., Ковальчук Ю. М., Мельник М. Ю., Новгородська М. М., Садова М. А. Теоретико-методичні засади діагностики когнітивних та особистісних чинників самовизначення щодо майбутньої професії обдарованих учнів ліцею. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. 144 с.
154. Грабар Н. Г. Соціально-психологічні проблеми спілкування у віртуальній реальності. *Бібліотекознавство. Документознавство. Інформологія*. 2012. № 3–4. С. 82–85.
155. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Москва: Педагогика, 1986. Т. 1. 408 с.
156. Cebollero-Salinas A., Escoriaza J. C., Hernández S. O. Abuso de Internet y adolescentes: gratificaciones, supervisión familiar y uso responsable. Implicaciones educativas y familiares. *Digital Education Review*. 2021. No. 39. P. 42–59.
157. Rodríguez-García A. M., Moreno-Guerrero, A. J., López Belmonte J. Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone-A Systematic Literature Review. *International journal of environmental research and public health*. 2020. Vol. 17. No. 2. P. 1–19.
158. Lee S., Kim M. W., McDonough I. M., Mendoza J. S., Kim M. S. The Effects of Cell Phone Use and Emotion-regulation Style on College Students' Learning. *Applied Cognitive Psychology*. 2017. Vol. 31. P. 360–366.
159. Пысина Н. В. Педагогическая технология организации индивидуально-мотивированной оздоровительной деятельности трудных подростков: на основе занятий физической культурой в клубах по месту жительства: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01, 13.00.04. Ижевск, 2007. 210 с.
160. Левин К. Теория поля в социальных науках. Москва: Академ. проект, 2018. 313 с.
161. Цветкова Р. И. Мотивационная сфера личности студента: условия и средства ее формирования. *Психологическая наука и образование*. 2006. № 4. С. 76–80.

162. Горбатенко В., Петренко І. Метод «Делфі» та специфіка його застосування у прогностичних розробках. *Політичний менеджмент*. Київ: Інститут політичних і етно-національних досліджень імені І. Ф. Кураса НАН України. 2008. № 6. С. 174–182.
163. Лукьяненко, М., Исаакян. О. Коррекция саморазрушающего поведения подростков средствами арт-терапии. *EDP Sciences*. 2019. Vol. 70. P. 2–6.
164. Штерн В. Одаренность детей и подростков и методы ее исследования. Киев: Книгоспілка. 1926. 409 с.
165. Моляко В. А. Творческая конструкторология (пролегомены). Київ: Освіта України, 2007. 388 с.
166. Карпенко Н. А. Психологія обдарованості: підходи до розуміння. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2013. Вип. 1. С. 52–64. Серія «Психологічна».
167. Кульчицька О. І. Проблеми обдарованості в сучасній психології. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика: збірник наукових праць у 2-х ч.* Київ. 2001. Ч. 1. С. 263–268.
168. Бандура Г. Обдарованість як об'єкт психологічного аналізу. *Збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 1. С. 194–198.
169. Shavinina L. International Handbook on Giftedness. *Springer Science & Business Media*. 2009. Aug 12. Vol. 1. 1544 p.
170. Shavinina L. V. The Psychological Essence of the Child Prodigy Phenomenon: Sensitive Periods and Cognitive Experience. *Gifted Child Quarterly*. 1999. Vol. 43. No. 1. P. 25–38.
171. Тринадцять інструментів арт-терапії. URL: <https://www.psyh.ru/13-instrumentov-art-terapii> (дата звернення: 31.05.2022).
172. Френкин Р. Мотивация поведения: биологические, когнитивные и социальные аспекты: 5-е изд. СПб.: Питер. 2003. 651 с.
173. Щукина Г. И. Роль деятельности в учебном процессе: книга для учителя. Москва: Просвещение, 1986. 142 с.

174. Амонашвили Ш. А. Гуманная педагогика. Актуальные вопросы воспитания и развития личности. Книга I. Москва: Амрита, 2010. 288 с.
175. Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. Москва: АСТ-ЛТД, Львов: Инициатива, 1998. 480 с.
176. Туриніна О. Л. Практикум з психології: навч. посіб. Київ: МАУП, 2007. 328 с.
177. Березовська Л. І., Фегер А. І. Роль соціальних мереж у психологічному благополуччі особистості. *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти*: матеріали ІХ Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 18 грудня 2020 р.). Київ: ДЗВО «УМО», 2021. С. 13–16.
178. Гальченко М. С. Трансформація цінностей дитинства в сучасній культурі України: автореферат дис. ... канд. філософ. наук: 09.00.04. Київ, 2014. 19 с.
179. Камишин В. В., Рева О. М. Методи системного аналізу у кваліметрії навчально-виховного процесу: монографія. Київ: Інформ. сист., 2012. 270 с.
180. Рева О. М., Камишин В. В., Трушковський К. Ю., Ергономічна кваліметрія відповідності алгоритмів управління дидактичними процесами здібностям педагогічного працівника. *Навчання і виховання обдарованої дитини: теорія і практика*. 2016. Вип. 2. № 17. С. 27–39.
181. Мадзігон В., Федорова Н. Здібності – творчість – обдарованість особистості. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*. 2018. №. 2. С. 96–105.
182. Волощук І. С., Мадзігон В. М. Концепція середньої спеціалізованої освіти наукового спрямування. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*. 2019. № 1. С. 43–51.
183. Рибалка В. В. Психологія та педагогіка праці особистості: від обдарованості дитини до майстерності дорослого: посібник. Київ: Інститут обдарованої дитини, 2014. 220 с.

184. Renzulli J. S. Schools for talent development: A practical plan for total school improvement. Mansfield Center, CT: Creative Learning Pres. 1994. 402 p.
185. Малиношевська А. В. Виявлення естетичної обдарованості у підлітків: посібник. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2015. 70 с.
186. Гнатюк О. В. Проблема мотивації до навчання обдарованих учнів початкової школи. *Цінності освітнього простору і аксіогенез обдарованої особистості*: тези доп. XI наук.-практ. семінару (Київ, 29 жовтня 2020 р.). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 58 с.
187. Subotnik R. F. Rethinking giftedness and gifted education: a proposed direction forward based on psychological science. *Psychological science in the public interest*. 2011. Vol. 12. No. 1. P. 3–54.
188. Гальченко М. С. Творче мислення: діяльність, наука, людина: монографія. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2018. 366 с.
189. Гальченко М. С. Особливості мислення і пізнання в реальності інформаційного простору. *Філософські обрії. Науково-теоретичний журнал*. 2019. Вип. 42. С. 152–155.
190. Іванюк, Г. І., Дем'яненко В. І. Теорія і методика виховання: робоча програма навчальної дисципліни. Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка, 2016. 12 с.
191. Волинець Ю. О., Іванюк Г. І. Дидактичні ігри: Скарбничка ігор і віршованої мозаїки для дітей дошкільного віку. Київ: Сім кольорів, 2009. С. 77–81.
192. Гальченко М. С. Потенціал творчого мислення у викликах глобального світу (соціально-філософський аналіз): автореф. дис. ... д-ра філос. наук: 09.00.03. Одеса, 2020. 31 с.
193. Гальченко М. С. Підтримка та розвиток обдарованих дітей у США. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2017. № 6 (61). С. 57–62.
194. Башмаков М. И. Теория и практика продуктивного обучения. Москва: Народное образование, 2002. 248 с.

195. Мадзигон В. Н. Продуктивная педагогика. Политехнические основы соединения обучения с производительным трудом: монография. Киев: Педагогічна думка, 2007. 360 с.
196. Камишин В. В., Рева О. М., Радецька С. В., Шульга В. М., Слинькова Т. В. Синергетика в процессах розвитку академічної обдарованості: метод. посіб. Київ: ІОД НАПН України, 2018. (рукопис).
197. Камишин В. В. Проектування освітньо-інформаційного середовища ідентифікації і розвитку обдарованості. *Директор школи, ліцею, гімназії*. 2015. № 1–3. С. 68–75.
198. Богоявленская Д. Б., Богоявленская М. Е. Одаренность: природа и диагностика. Москва: АНО «ЦНПРО», 2013. 208 с.
199. Noskova T., Koroleva N., Bogdanovskaya I., Triapitsyn A. Problematic Internet of Things Usage as a Risk Factor for Information Security in Adolescents. *DIVAI 2020: 13th international scientific conference on distance learning in applied informatics*. SEP 21-23, 2020. Sturovo, Slovakia. P. 533–542.
200. Dos Santos C. Covid-19 e saude mental dos adolescentes: vulnerabilidades associadas ao uso de internet e midias sociais. *Holos*. 2021. No. 3. P. 1–14.
201. Daoud M., Omri S., Feki R., Smaoui N., Zouari L., Thabet J., Maalej M. Prevalence of internet addiction in tunisian adolescents. *European Psychiatry*. 2021. Issue 64. No. 1. P. 572–573.
202. Semenova N., Tereshchenko S., Kostyuchenko Y., Shubina, M. Leading patterns of internet-addicted behavior in adolescents in central siberia according to the results of the CIAS test. *European Psychiatry*. 2021. Issue 64. No. 1. P. 579–S579.
203. Seema R., Heidmets M., Konstabel K., Varik-Maasik E. Development and Validation of the Digital Addiction Scale for Teenagers (DAST). *Journal of Psychoeducational Assessment*. 2022. Vol. 40, Issue 2. P. 293–304.
204. Common Sense. The common Sense Census: Media Use by Teens and Tweens. URL: www.common sense media.org/sites/default/files/uploads/research/census_executivesummary.pdf (date of access: 31.05.2022).

205. Walsh J. J., Barnes J. D., Cameron J. D., Goldfield G. S., Chaput J.-P., Gunnell K. E., Ledoux A.-A., Zemek R. L., Tremblay M. S. Associations between 24 hour movement behaviours and global cognition in US children: A cross-sectional observational study. *The Lancet Child & Adolescent Health*. 2018. Issue 2. No. 11. P. 783–791.
206. Sukk M. Soo K. EU Kids Online'i Eesti 2018. aasta uuringu esialgsed tulemused. Taru Ülikool: Ühiskonnateaduste Instituut. 2018. 66 p.
207. Seema R. Vinter-Nemvalts K. Digisõltuvus ja digiärksus: koost. Tallinna Ülikooli Kirjastus. 2020. P. 392–416.
208. Бельська Н. А., Мельник М. Ю., Поліхун Н. І., Постова К. Г. Психологічна діагностика інтелектуально обдарованих старшокласників: метод. посіб. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2018. 142 с.
209. Галян І. М. Статистична значущість і статистичний критерій. Психодіагностика. Київ, 2009. 463 с.
210. Дмитриева Л. И. Гендерные особенности эмоциональных отклонений у старших подростков. *Таврический научный обозреватель*. 2016. № 12-2 (17). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gendernye-osobennosti-emotsionalnyh-otkloneniy-u-starshih-podrostkov> (дата обращения: 08.05.2022).
211. Chuong H. T., Yoke Y. C. Smartphone addiction, In Practical Resources for the Mental Health Professional. Adolescent Addiction (Second Edition). Academic Press, 2020. P. 215–240.
212. Alhassan A. A., Alqadhib E. M., Taha N. W., Alahmari R. A., Salam M., Almutairi A. F. The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: A cross sectional study. *BMC Psychiatry*. 2018. Issue 18. № 1. P. 1–8.
213. Zhang K. Z., Chen C., Lee M. K. Understanding the Role of Motives in smartphone Addiction. PACIS. 2014. 131 p.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Інструктивні матеріали для емпіричного дослідження педагогічних засобів профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища

Методика № 1

Інструкція

Вам пропонується 41 твердження, на кожне з яких потрібно відповісти «так» або «ні», поставивши у бланку відповідей М. № 1 відповідно «+» або «-».

1. Коли маєте вибір між двома варіантами, його краще зробити швидше, ніж відкласти на певний час.
2. Я легко роздратовуюсь, коли помічаю, що не можу на всі 100 % виконати завдання.
3. Коли я працюю, це виглядає так, ніби я все ставлю на карту.
4. Коли виникає проблемна ситуація, я найчастіше вирішую її одним з останніх.
5. Коли в мене два дні поспіль не має ніяких справ, я втрачаю спокій.
6. У деякі дні мої успіхи нижче середніх.
7. Стосовно себе я вимогливіший, ніж щодо інших.
8. Я доброзичливіший, ніж інші.
9. Коли я відмовляюсь від складного завдання, то потім суворо засуджую себе, бо знаю, що, вирішивши проблему, досягнув би успіху.
10. У процесі роботи мені потрібно робити невеликі паузи для відпочинку.
11. Наполегливість – це не головна моя риса.
12. Мої досягнення в праці не завжди однакові.
13. Мене більше цікавить інша робота, ніж та, якою я займаюсь.
14. Покарання стимулює мене сильніше, ніж заохочення.
15. Я знаю, що мої колеги вважають мене діловою людиною.
16. Перешкоди роблять мої рішення твердішими.
17. У мене легко пробудити честолюбство.

18. Коли я працюю без натхнення, це, зазвичай, помітно.
19. При виконанні роботи я не розраховую на допомогу інших.
20. Деколи я відкладаю те, що мав би зробити зараз.
21. Потрібно розраховувати тільки на самого себе.
22. У житті мало речей важливіших, ніж гроші.
23. Завжди, коли мені потрібно виконати важливе завдання, я ні про що інше не думаю.
24. Я менш честолюбний, ніж інші.
25. Наприкінці відпустки (канікул) я зазвичай радію, що скоро вийду на роботу (навчання).
26. Коли я хочу працювати, то я роблю це краще і більш кваліфіковано за інших.
27. Мені простіше і легше спілкуватись з людьми, які можуть старанно працювати.
28. Коли в мене немає справ, я починаю нудьгувати.
29. Мені доводиться виконувати відповідальну роботу частіше, ніж іншим.
30. Коли мені доводиться вирішувати проблему, я намагаюсь робити це якомога краще.
31. Мої друзі деколи вважають мене лінивим.
32. Мої успіхи в певній мірі залежать від моїх колег.
33. Немає сенсу протидіяти волі керівника.
34. Іноді не знаєш, яку роботу доведеться виконувати.
35. Коли щось не виходить, я нетерплячий.
36. Я завжди звертаю мало уваги на свої досягнення.
37. Коли я працюю спільно з іншими, моя робота дає кращі результати, ніж робота інших.
38. Більшість того, за що берусь, я не доводжу до кінця.
39. Я заздрю людям, які не перевантажені роботою.
40. Я не заздрю тим, хто прагне до влади і достатку.
41. Коли я певен, що стою на правильному шляху, для доказів своєї правоти я йду на крайні міри.

Методика № 2

Інструкція

Вам пропонується список слів із 30 рядків, по 3 слова в кожному. У кожному рядку виберіть тільки одне з 3-х слів, яке найточніше Вас характеризує, і позначте його у бланку відповідей (М. № 2) літерою відповідного стовпчика.

А	Б	В
1. сміливий	пильний	підприємливий
2. лагідний	боязкий	упертий
3. обережний	рішучий	песимістичний
4. непостійний	безцеремонний	уважний
5. нерозумний	боягузливий	не думаючий
6. спритний	жвавий	хвацький
7. холоднокровний	мінливий	хвацький
8. стрімкий	легковажний	боязкий
9. безпечний	манірний	непередбачливий
10. оптимістичний	сумлінний	чуйний
11. меланхолічний	схильний до сумнівів	нестійкий
12. боягузливий	недбалий	схвильований
13. необачний	тихий	боязкий
14. уважний	нерозважний	сміливий
15. розсудливий	швидкий	мужній
16. підприємливий	обережний	передбачливий
17. схвильований	неуважний	несміливий
18. малодушний	необережний	безцеремонний
19. лякливий	нерішучий	нервовий
20. виконавчий	відданий	роздратований
21. передбачливий	жвавий	відчайдушний
22. приборканий	байдужий	недбалий
23. обережний	безтурботний	терплячий
24. розумний	дбайливий	хоробрий
25. передбачуваний	відчайдушний	сумлінний
26. поспішливий	лякливий	безтурботний
27. розсіяний	необачний	песимістичний
28. обачний	розсудливий	заповзятливий
29. тихий	неорганізований	боязкий
30. оптимістичний	пильний	безтурботний

**Анкета-опитувальник для діагностики залежності від віртуального
середовища**

Дайте відповіді на питання

Прізвище, ім'я _____

Ваш клас? _____

Ваш вік? _____

Чи відвідуєте Ви якісь додаткові заняття, гуртки, спортивні секції? Які саме
впишіть _____

**1. Чи буває у Вас так, що Ви постійно чекаєте наступного виходу в
Інтернет?**

Так

Ні

2. Вам подобається дізнаватись нову інформацію:

- з книжок,
- з газет,
- з Інтернету,
- з телевізору,
- не подобається дізнаватися нову інформацію.

3. Чи є у Вас улюблена справа? Яка саме напишіть _____

4. Ви найчастіше виходите в Інтернет, щоб:

- перевірити e-mail,
- поспілкуватись віртуально,
- пограти в мережеві онлайн-ігри,
- зайти у соц-мережі,
- подивитись відео на You Tube,
- інше,
- не буває бажання вийти в Інтернет.

**5. Чи є у Вас домашні обов'язки? (Наприклад, вигулювання собаки,
прибирання, винесення сміття, допомога батькам у чомусь, похід за
продуктами у магазин)**

Так

Ні

6. Батьки або вчителі скаржаться на те, що Ви проводите занадто багато часу в Інтернеті (у телефоні /планшеті /комп'ютері)?

Так

Ні

7. Вам подобається дізнаватись щось нове зі світу інформаційних технологій на уроках інформатики?

Так

Не завжди

Ні

8. Останнім часом Ви витрачали більше грошей на Інтернет?

Наприклад, змінили тарифний план мобільного оператора заради більшої кількості Мегабайтів Інтернету?

Так

Ні

9. Чи берете Ви на себе відповідальність за щось?

Так

Ні

10. Чи помічали Ви, що кількість часу, яку потрібно провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення - помітно зростає?

Так

Ні

11. Вам подобається розбиратися у комп'ютерах, у техніці, у прошивках смартфона?

Так

Ні

12. Якщо Ви не збільшуєте кількість часу, який проводите в Інтернеті, то ефект задоволення помітно знижується?

Так

Ні

13. Ви любляете виготовляти щось руками (ручну працю, наприклад, різьба по дереву, вишивання, плетіння з лози, розмальовування і т.п.)?

Так

Ні

14. У Вас колись були спроби відмовитися від Інтернету чи проводити в ньому менше часу?

- Так, один раз намагався проводити в Інтернеті менше часу
- Так, намагався декілька разів проводити в Інтернеті менше часу
- Ні

15. Чи вели Ви колись свій особистий щоденник, куди записували свої особисті думки і почуття?

Так

Ні

16. Ви помічали, що припинення чи скорочення часу, проведеного в Інтернеті призводить Вас до поганого самопочуття?

Так

Ні

17. У Вас буває розлад сну або зміна режиму сну?

Так, часто

Іноді

Рідко

Не буває

18. Чи бувають у Вас нав'язливі міркування про те, що в цей час відбувається в Інтернеті?

Так

Ні

19. У Вас бувають головні болі?

Так

Ні

20. У Вас буває відчуття сухості або болю в очах?

Так

Ні

21. У робочі дні Ви зазвичай лягаєте спати:

о 21.00

о 22.00

о 23.00

у 00.00

після 01.00

22. У Вас бувають болі у спині?

Так

Рідко

Ні

23. У вихідні дні Ви зазвичай лягаєте спати:

о 21.00

о 22.00

о 23.00

у 00.00

після 01.00

24. Буває, що Ви забуваєте про особисту гігієну (наприклад, вчасно прийняти душ)?

Так, часто

Іноді буває

Ні

25. Ви зовсім не бажаєте відволіктися навіть на короткий час від перебування в мережі «Інтернет»?

Так

Ні

26. Чи хотіли би Ви дізнаватися на уроках інформатики більше про технічні новинки, що з'являються у мережі «Інтернет»?

Так

Ні

27. Буває, що Ви роздратовуєтесь при вимушених відволіканнях від Інтернету?

Так

Ні

28. Чи цікаво Вам буде дізнатися на уроках інформатики, як можна створити власний сайт? Якщо так, то який саме?

- Ігровий сайт
- Сайт з вашими фотографіями
- Науковий сайт
- Інше
- Ні

29. Ви завжди засиджуєтесь у мережі «Інтернет»?

Так

Буває

Ні

30. Вас приваблює робота програміста?

Так

Ні

Не дуже

31. Іноді у Вас буває готовність обманювати, говорячи про тривалість і частоту роботи в Інтернеті?

Так

Ні

32. Ви хотіли б відвідувати більше позашкільних гуртків або спортивних секцій?

Так

Ні

33. Чи буває у Вас таке, що Ви, перебуваючи в Інтернет, забули про домашні справи, навчання чи зустрічі?

Так, часто

Іноді

Ні, майже ніколи

34. Зазвичай у Вас вдома або на телефоні є постійний доступ до wi-fi або Інтернету?

Так

Ні

35. Скільки часу у робочий день Ви проводите на вулиці?

менше 30 хвилин,

30 хвилин,

1 годину,

2 години,

3-4 години,

5 годин і більше.

36. Чи робите зарядку зранку?

Так

Іноді

Ні

37. Скільки часу у вихідний день Ви гуляєте на вулиці?

менше 30 хвилин,

30 хвилин,

1 годину,

2 години,

3-4 години,

5 годин і більше.

38. Скільки часу в день Ви витрачаєте на користування телефоном, планшетом або комп'ютером?

менше 30 хвилин,

- 1 годину (приблизно),
- 2 години (приблизно),
- 3 години (приблизно),
- 4 години (приблизно),
- 5 годин (приблизно),
- 6 годин і більше (приблизно).

Не користуюся всім цим.

39. Буває, що Ви пропускаєте сніданок?

Так

Ні

40. У Вас буває скорочення тривалості сну, внаслідок перебування в Інтернеті в нічний час?

Так

Часто буває

Ні

41. У Вас бувають болі у ногах?

Так

Ні

42. Свій вільний час Ви часто проводите в Інтернеті, у смартфоні або за комп'ютером?

Так

Ні

43. Ви зазвичай уникаєте фізичної активності?

Так

Ні

44. У Вас бувають розлади сну? (Поганий сон, просинання посеред ночі).

Так

Ні

45. Ви можете сказати про себе, що Ви відповідальна людина?

Так

Ні

46. Зазвичай в Інтернеті Ви використовуєте:

- чати,
- он-лайн ігри, ігрові сайти,
- відео з YouTube,
- пошукові сайти,
- телеконференції (типу Zoom),
- e-mail,
- аукціони,
- азартні ігри онлайн,
- інформаційні протоколи (ftp та інші),
- інше.

Орієнтовна анкета учня

(для визначення академічної та творчої обдарованості)

Інструкція

Дорогий друже, питання, на які тобі пропонуємо відповісти, не є тестом. Призначення цієї анкети – виявити рівень адаптації українських школярів до чинної системи середньої освіти. Ти є експертом.

Прочитавши запитання, необхідно позначити в анкеті ту відповідь на нього, яка тобі підходить, є саме для тебе вірною. Позначка може бути будь-якою – галочка, хрестик тощо.

1. Чи подобається тобі дізнаватися щось нове в школі (на уроках)?

- так, на всіх (або майже на всіх) уроках;
- лише на деяких уроках;
- лише на одному уроці;
- ні, віддаю перевагу іншим джерелам нової інформації.

2. Чи є в тебе улюблений предмет у школі?

- ні;
- важко відповісти;
- так, є.

3. Чи є в тебе улюблений тип завдань (задач, вправ тощо), які тобі подобається виконувати найбільше?

- так;
- важко відповісти;
- ні.

3- **а. якщо так, то з якого предмета(-ів) _____**

4. Чи влаштовують тебе твої оцінки?

- цілком;
- не з усіх предметів;
- ні.

4- **а. якщо ні або не з усіх предметів, то з якого предмета ти, на твою**

думку, заслуговуєш більш високих оцінок _____

5. Чи хочеш ти завжди бути попереду всіх?

- так, завжди й в усьому;
- лише в деяких важливих для мене речах;
- ні, це не важливо для мене.

6. Чи важлива для тебе похвала вчителя?

- ні;
- так, але лише деяких учителів;
- важлива завжди.

7. Чи подобається тобі в процесі навчання просуватися все далі (самостійно досліджувати цікаві для тебе питання)?

- так, завжди;
- іноді;
- ні, вважаю, що інформації від вчителя та з підручника цілком достатньо, щоб розібратися в головному.

8. Чи легко тобі дається навчання?

- ні, завжди важко;
- часто буває важко;
- важко сказати, по-різному;
- загалом легко;
- абсолютно легко.

9. Чи вважаєш ти своїм обов'язком завжди виконувати домашнє завдання, якщо його ніхто не буде перевіряти?

- ні;
- іноді;
- так, завжди.

10. Чи вважаєш ти навчання в школі важливим етапом у своїй майбутній професійній кар'єрі?

- так;
- складно відповісти;

– ні.

11. Чи шукаєш ти нові джерела інформації, окрім тих, що рекомендує вчитель?

– так, звісно;

– іноді;

– ні.

12. Чи легко ти запам'ятовуєш навчальний матеріал?

– ні, дуже важко;

– частіше важко;

– легко, якщо це матеріал з улюбленого предмета;

– легко будь-який.

13. Чи читаєш ти статті (енциклопедії, довідники), що не пов'язані з навчальною програмою?

– так, постійно;

– часто;

– зрідка;

– ніколи.

14. Чи часто ставиш запитання вчителю на уроках (і не лише на уроках)?

– так, часто;

– іноді;

– рідко;

– майже ніколи.

15. Чи є в тебе інтереси, що певним чином пов'язані з однією з навчальних дисциплін?

– є;

– ні.

16. Чи прагнеш ти дотримуватися всіх вимог під час оформлення власної роботи з будь-якого предмета?

– так, завжди;

- певною мірою;
- рідко;
- ні, оскільки вважаю, що зміст важливіший, ніж форма.

17. Чи прагнеш ти брати участь у науково-дослідних проектах у межах діяльності Малої академії наук України?

- ні;
- іноді;
- так.

18. Чи відвідуєш гуртки, секції, студії тощо?

- так, постійно;
- зараз ні, але раніше відвідував;
- ні, ніколи.

19. Чи подобається тобі робота, яка вимагає чіткого дотримання інструкції або використання заданого алгоритму?

- так, дуже подобається;
- іноді, у деяких завданнях;
- скоріше не подобається;
- ні, дуже не подобається.

20. Чи подобається тобі робота, що потребує пошуку принципово нових рішень, створення нового?

- ні, ніколи;
- іноді;
- часто;
- завжди.

21. Чи маєш ти проблеми з дисципліною?

- ні, ніколи;
- зараз не маю, але раніше бувало;
- досить часто;
- постійно.

22. Чи маєш ти проблеми (конфлікти, непорозуміння) з ким-небудь з

учителів?

- так, траплялося не раз;
- було один раз;
- ніколи.

23. Чи схильний ти добровільно брати завдань більше, ніж пропонує вчитель і програма?

- так, часто;
- іноді;
- ніколи.

24. Чи знаєш ти багато про такі події (проблеми, факти), про які твої однокласники зазвичай не знають (на твою думку)?

- абсолютно впевнений, що так;
- з деяких тем (більше ніж у двох);
- з однієї теми точно;
- навряд.

25. Чи вважаєш ти себе талановитою людиною (у якій завгодно сфері діяльності)?

- так;
- скоріше так;
- скоріше ні;
- не вважаю.

26. Чи буває в тебе так, що ти, захопившись процесом цікавої роботи, не доводиш її до кінця?

- так, дуже часто;
- іноді;
- рідко;
- завжди доводжу до кінця.

27. Чи вважаєш ти, що під час будь-якого навчання насамперед потрібні порядок, послідовність, дисципліна, сумлінне виконання завдань?

- так, вони потрібні передусім;
- щось середнє;
- важливими є інші чинники (наприклад, задоволення, цікаві теми або цікавий викладач тощо).

28. Чи схильний ти конкурувати з однокласниками за статус кращого (успішного, компетентного, здібного) учня?

- так, вірно;
- скоріше вірно;
- скоріше невірно;
- ні, ніколи.

Рекомендації для інтерпретації результатів

Потенційну творчу обдарованість відображають такі питання анкети (нижче наведено відповіді на них).

1. Є улюблений предмет в школі. (запитання № 2)
2. Є улюблений тип завдань (завдань, вправ). (запитання № 3)
3. подобається в процесі навчання просуватися вперед (самостійно заглиблюватися в цікаві питання). (запитання № 7)
4. Шукає нові джерела інформації, окрім тих, які рекомендує вчитель. (запитання № 11)
5. **Читає статті, енциклопедії, довідники, що не пов'язані з навчальною програмою.** (запитання № 13)
6. прагне брати участь в науково-дослідних проектах. (запитання № 17)
7. відвідує гуртки, студії, секції. (запитання № 18)
8. **має (або мав колись) конфлікти або взаємне непорозуміння з учителями.** (запитання № 22)
9. **Схильний за власною ініціативою брати завдань більше, ніж запропоновано в програмі або вчителем.** (запитання № 23)
10. Знає, на його думку, набагато більше про проблеми, факти та події, про які однокласники зазвичай не знають. (запитання № 24)

11. не згодний, що в процесі навчання насамперед потрібні порядок, послідовність, дисципліна, сумлінне виконання завдань. вважає, що більш важливими є задоволення від навчання, цікаві теми, цікавий викладач та ін. (запитання № 27)

(Жирним шрифтом виділено пункти, які мають найбільше значення для передбачування творчої обдарованості).

Інтелектуально-академічну обдарованість відображають такі пункти анкети.

1. цілком влаштовують шкільні оцінки (учня). (запитання № 4)
2. Завжди хоче бути в усьому попереду. (запитання № 5)
3. схильний конкурувати з однокласниками за статус кращого (успішного, компетентного, здібного). (запитання № 28)
4. легко запам'ятовує навчальний матеріал. (запитання № 12)
5. Не має проблем з дисципліною. (запитання № 21)
6. доводить до кінця будь-яку роботу. (запитання № 26)
7. Завжди важлива похвала вчителя. (запитання № 6)

Зразок бланку відповідей респондентів

Бланк відповідей

ПІБ _____ Клас _____ Дата _____

М. №1

М. №2

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	
33	
34	
35	
36	
37	
38	
39	
40	
41	

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	

Рекомендації батькам для первинної профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Нижче поданий список рекомендацій, які допоможуть батькам у взаємовідносинах з обдарованими підлітками вдома.

Дорогі батьки!

Пам'ятайте про важливість профілактичних заходів! Краще завчасно попередити виникнення залежності від віртуального середовища, ніж потім займатися корекцією поведінки. Тому будьте уважними, намагайтеся вчасно помітити та попередити виникнення залежної від віртуального середовища поведінки.

Особлива увага повинна приділятися розвитку та формуванню такої якості вашої дитини, як відповідальне ставлення до життя. Адже відповідальність є попереджуючим фактором будь-якої залежності. Заохочуйте підлітків бути самостійними, адже самостійна особистість здатна до здійснення власного вибору та адаптується до соціального середовища, тобто стає відповідальною за своє власне життя.

Розмовляйте з вашими дітьми, як з дорослими, не виносьте будь-які вердикти, не забороняйте, краще уважно вислухати дитину, що вона думає з приводу даного питання. Підлітки часто притримуються крайніх точок зору, тому ваша категорична заборона, може викати бажання чинити опір.

Пам'ятайте, що підлітковий вік – це вік динамічних зрушень, перебудови всього організму та певних психологічних труднощів, підліток може відчувати психологічний дискомфорт. В тяжкі хвилини життя ми особливо потребуємо допомоги інших людей, особливо рідних, які в будь-яку хвилину повинні бути готові підставити своє плече. Пам'ятайте, що завчасно сформоване почуття відповідальності, поваги, шани та прив'язаності до батьків – дає дитині почуття захищеності, тобто почуття, що звільнює її від страхів дорослого життя.

Велике значення має задіяність підлітка у позашкільну діяльність, пам'ятайте, що грамотно сплановане розвиваюче середовище має найбільший профілактичний і корекційний вплив на особистість підлітка.

Можна з користю використати інтереси та захоплення вашої дитини, спрямувати її активність в русло реального світу з метою навчання та розвитку.

Чим різноманітніші та ширші інтереси вашої дитини у реальному світі, тим менша ймовірність виникнення залежної від віртуального середовища поведінки. Пам'ятайте, що інтереси вашої дитини не обов'язково повинні співпадати з вашими інтересами та поглядами. Підтримуйте будь-які творчі спроби вашої дитини, такі як музика, танці, спорт або малювання. Допоможіть їй розвинути свою потенційну обдарованість.

Найголовніше – мати з дитиною довірливі стосунки, приділяти увагу спілкуванню з нею, обговоренню виникаючих проблем. Якщо у сім'ї будуть проблеми з довірою та розумінням, – це може стати приводом для втечі дитини у віртуальний світ.



УКРАЇНА

ЗАКЛАД ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ І-ІІІ СТУПЕНІВ

«Спеціалізована школа № 193

з поглибленим вивченням української мови і літератури»

Подільського району м. Києва

вул. Світлицького, 22, м. Київ, 04215

22881917

тел. 298-27-10, моб. 068-604-85-27

Ідентифікаційний код

ел. адреса: podil_193@ukr.net

11.03.2021 р. № 409**ДОВІДКА**

**про проведення емпіричного дисертаційного дослідження аспірантки
Інституту обдарованої дитини НАПН України Новгородської Марини
Максимівни на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції
залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища»**

Довідкою засвідчуємо, що упродовж 2019-2020 та 2020-2021 н.р. на базі спеціалізованої школи №193 з поглибленим вивченням української мови та літератури Подільського району міста Києва проведено емпіричне дослідження. Загальний обсяг вибірки склав 225 осіб. Процедура тестування проводилася у декілька етапів і охоплювала декілька паралельних класів старшої школи.

В рамках виконання дисертаційного дослідження Новгородська М. М. застосувала комплекс валідних та високонадійних психодіагностичних методик. Надійність та вірогідність отриманих результатів дослідження забезпечувалися теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних положень; використанням методів, адекватних меті і завданням дослідження; поєднанням якісного та кількісного аналізу експериментальних даних.

Директор



О. Б. Дяденко



УКРАЇНА
 ЗАКЛАД ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ І-ІІІ СТУПЕНІВ
 «Спеціалізована школа № 193
 з поглибленим вивченням української мови і літератури»
 Подільського району м. Києва

вул. Світлицького, 22, м. Київ, 04215
 тел. 298-27-10, моб. 068-604-85-27

Ідентифікаційний код 22881917
 ел. адреса: podil_193@ukr.net

11.03.2021р. № 408

ДОВІДКА

**про впровадження результатів дисертаційного дослідження
 Новгородської Марини Максимівни в освітній процес спеціалізованої
 школи № 193 з поглибленим вивченням української мови і літератури
 на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності
 обдарованих підлітків від віртуального середовища»**

Упродовж 2020-2021 н. р. в освітньому процесі спеціалізованої школи №193 з поглибленим вивченням української мови та літератури Подільського району міста Києва впроваджувались матеріали кандидатської дисертації Новгородської Марини Максимівни на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища».

Актуальність проблеми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища визначається необхідністю здійснення цілісного комплексного аналізу освітньої діяльності для визначення дієвих педагогічних засобів. Дисертанткою успішно проведена профілактика та корекція залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища.

Основні положення та висновки дисертації М. М. Новгородської було обговорено на засіданнях відділу інноваційних технологій в освіті обдарованих Інституту обдарованої дитини НАПН України, методологічних семінарах, апробовано на різноманітних конференціях.

Директор



О. Б. Дяденко



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ЦЕНТР «МАЛА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ»

вул. Дегтярівська 38-44, м. Київ, 04119, тел./факс 489-55-99, <http://man.gov.ua>, e-mail: man@man.gov.ua

від 02 07 2021 р. № 172/р.1/2-421

ДОВІДКА

**про проведення емпіричного дисертаційного дослідження аспірантки
Інституту обдарованої дитини НАПН України
Новгородської Марини Максимівни
на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності
обдарованих підлітків від віртуального середовища»**

Довідкою засвідчуємо, що упродовж 2020-2021 н.р. на базі регіональних центрів МАН та київського центра МАН України проведене емпіричне дослідження. Загальний обсяг вибірки склав 120 осіб. Процедура тестування проводилася у декілька етапів і охоплювала учасників МАН зі всієї України.

В рамках виконання дисертаційного дослідження Новгородська М. М. застосувала комплекс валідних та високонадійних психодіагностичних методик. Надійність та вірогідність отриманих результатів дослідження забезпечувалися теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних положень; використанням методів, адекватних меті і завданням дослідження; поєднанням якісного та кількісного аналізу експериментальних даних.

Директор,
кандидат філософських наук,
доцент



О. Лісовий



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ЦЕНТР «МАЛА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ»

вул. Дегтярівська 38-44, м. Київ, 04119, тел./факс 489-55-99, <http://man.gov.ua>, e-mail: man@man.gov.ua

від 02 07 2021 р. № 172/1.1/2-420

ДОВІДКА

**про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Новгородської Марини Максимівни
в освітній процес МАН України
на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності
обдарованих підлітків від віртуального середовища»**

Упродовж 2020-2021 н. р. в освітній процес МАН України впроваджувались матеріали дисертації Новгородської Марини Максимівни на тему «Педагогічні засоби профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища».

Актуальність проблеми профілактики та корекції залежності обдарованих підлітків від віртуального середовища визначається необхідністю здійснення цілісного комплексного аналізу освітньої діяльності для визначення дієвих педагогічних засобів.

Основні положення та висновки дисертації М. М. Новгородської було обговорено на засіданнях відділу інноваційних технологій в освіті обдарованих Інституту обдарованої дитини НАПН України, методологічних семінарах, апробовано на різноманітних конференціях.

Директор,
кандидат філософських наук,
доцент



О. Лісовий