

рубежья: сборник научных статей. – Барнаул: АлтГПА, 2010. – С. 25-28.

2. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – Издательство: Гардарики, 2007. – 218 с.

3. Григорович, Е. С. Физическая культура / Е. С. Григорович, В. А. Переверзев. – Минск: Вышэйшая школа, 2008. – 224с.

Ильинич, В. И. Физическая культура студента / В. И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2004. – 448 с.

3. Столяренко, Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. – 736 с.

## **ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ КАК ФОРМА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Виленчик Б.Т.  
(БГУКИ)

Начиная с конца восьмидесятых годов прошлого столетия в отечественной литературе, прочно укрепился термин «аддиктивное поведение» (АП) у детей и подростков, под которым понималось неадекватное поведение, нецензурная лексика, злоупотребление различными веществами химической природы (алкоголя, наркотиков, табака, изменяющими психическое состояние, но без признаков выраженной патологии). То есть, до того, пока вредная привычка, злоупотребление сформируют патологическую зависимость. Широкое распространение термин АП получил благодаря исследованиям С.А.Кулакова (1989), А.Е.Личко, В.С.Битенского (1991) и др. авторов. По определению Ц.П.Короленко и Т.А.Донских (1990), сформированное АП управляет жизнью человека, делает его беспомощным, лишает возможности самостоятельно противодействовать вредному пристрастию.

В последующем, в связи с широким распространением интернета, к АП стали относить интернет-зависимость, со всеми вытекающими последствиями, которая

выявлялась, преимущественно у молодых людей, подростков. Длительное пребывание в «сети» вызывает чаще других, неврологические расстройства и другие заболевания. Учитывая специфику образования в Белорусском государственном университете культуры и искусств, на кафедре физического воспитания и спорта проведено исследование целенаправленности, длительности и регулярности нахождения в «сети» студентов 1 курса факультета культурологии и социокультурной деятельности с учетом избранной специальности. Средний возраст респондентов – 18 лет, всего 46 человек, из них девушек – 34 (73%), юношей – 13 (28%). Студентам было предложено ответить на вопросы анонимной анкеты с вариантами возможных ответов.

Результаты наших исследований подтверждают использование интернета всеми студентами и для получения информации, и для онлайн-игр, досуга и для общения между собой. Большая часть из них (48%) находятся во «всемирной паутине» до 3 часов ежедневно, 44% более 5 часов (Табл. № 1).

Мы обратили внимание студентов на следующие вопросы: «Как часто Вы используете интернет?», «Как часто Вы проводите больше времени в «сети», чем хотели?», «Вы приходилось пренебрегать сном, засиживаясь в «сети»? », «Вам приходится скрывать ваше время в сети?», «Используете ли Вы Интернет, чтобы уйти от проблем?»

Полученные результаты исследования отражены в таблицах.

Табл. № 1. Сколько времени, обычно, Вы находитесь в сети беспрерывно?

Группы респондентов	До 1 часа	До 3 часов	Более 5 часов	Всего
Корпоративное искусствоведение	0	33%	67%	100%
Информационные системы	9%	55%	36%	100%
Менеджмент	6%	45%	49%	100%
Социокультурная деятельность	18%	64%	18%	100%

Результаты исследования показывают более длительное пребывание в «сети» студентов, которые изучают корпоративное искусствоведение и менеджмент (ежедневно и более 5 часов в день). Студенты других специализации, обычно – до 3 часов в день.

Табл. № 2. Как часто Вы используете интернет?

Группы респондентов	Ежедневно	Более 2-х раз в неделю	Менее 1 раза в неделю	Всего
Корпоративное искусствоведение	83	17	0	100%
Информационные системы	91	9	0	100%
Менеджмент	100	0	0	100%
Социо-культурная деятельность	82	0	18	100%

Практически ежедневно, все студенты 1 курса факультета ФКСКД посещают сайты интернета. При этом, студенты, которые изучают менеджмент социальной и культурной сферы, информационные системы в культурологии проводят больше времени в «сети», чем планируют. При этом, нарушают режим дня, в первую очередь пренебрегают сном, засиживаясь в «сети».

Табл. № 3. Как часто Вы проводите больше времени в «сети», чем хотели?

Группы респондентов	Часто	Иногда	Никогда	Всего
Корпоративное искусствование	17	64	19	100%
Информационные системы	45	45	10	100%
Менеджмент	44	39	17	100%
Социо-культурная деятельность	36	46	18	100%

Регулярные нарушения режима дня сказываются на общем состоянии здоровья, усвоении учебного материала и успеваемости студентов, в первую очередь иногородних, проживающих в общежитии.

Табл. № 4. Вам приходилось пренебрегать сном, засиживаясь в «сети»?

Группы респондентов	Часто	Иногда	Никогда	Всего
Корпоративное искусствование	33	67	0	100%
Информационные системы	18	73	9	100%
Менеджмент	33	40	27	100%
Социо-культурная деятельность	46	36	18	100%

Нередко родители, обеспокоенные сохранением здоровья своих детей, контролируют время их пребывания во «всемирной паутине», что вынуждает отдельных студентов скрывать реальную ситуацию.

Табл. № 5. Вам приходится скрывать ваше время в сети?

Группы респондентов	Да	Нет	Всего
Корпоративное искусствоведение	-	100	100%
Информационные системы	55	45	100%
Менеджмент	23	77	100%
Социо-культурная деятельность	27	73	100%

Полученные результаты исследования длительности, интенсивности работы студентов при использовании интернета, влияние этих показателей на состояние здоровья и возможных серьезных нежелательных последствий стали предметом дискуссии на семинарских и дополнительных занятиях. А также могут использоваться специалистами воспитательного отдела и кураторами соответствующих групп ФКСКД и других факультетов БГУКИ.

#### Литература:

1. Иовчук, А.А. Детская социальная психиатрия для непсихиатров. Н.М. Иовчук, А.А. Северный, Н.Б. Морозова. С. 2 Спб.: Питер, 2006. - 416 с.
2. Ежов, И. В., Туревский, И. М., Малыгин, В. Л. Диагностика и коррекция факторов риска аддиктивного поведения (новые перспективы физической культуры) Журнал Вестник спортивной науки. Выпуск: 2003
3. Личко, А.Е, Битенский, В.С. Учебник по наркомании для подростков. М, 2002–Бесплатная электронная библиотека. Режим доступа – [www.dissers.ru](http://www.dissers.ru) . Дата доступа 20.04.2017
4. Ирхин, В. Н. Педагогическое сопровождение студентов в условиях здоровьесберегающего образовательного процесса в вузе / В. Н. Ирхин, И. В. Ирхина, О. А. Беседина // Культура физическая и здоровье. 2010. №4 (29). С. 37-39.