

Ховрич М. О.

ORCID 0000-0002-1494-4550

Кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри технологічної освіти та інформатики
Національного університету
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(м. Чернігів, Україна) E-mail: n.khovrich@gmail.com

Мекшун А. І.

Студентка технологічного факультету
Національного університету
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(м. Чернігів, Україна) E-mail: m.a.i_99@ukr.net

ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ - АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

У статті досліджуються проблеми Інтернет-залежності сучасної молоді. Розглянуто основні ознаки, прояви та методика визначення рівня Інтернет-залежності. Розкрито критерії оцінки ступеня прояву ознак Інтернет-залежності.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати проблему Інтернет-залежності у сучасній молоді, визначити основні ознаки, причини її виникнення та можливі наслідки.

Методологія дослідження включає загальнотеоретичні методи: аналіз і синтез педагогічної, психологічної, соціологічної літератури з проблеми дослідження; порівняння, систематизація, узагальнення, інтерпретація наявних теоретичних підходів та емпіричних результатів; аналітична індукція як прийом для формування універсальних тверджень про суть та особливості Інтернет-залежності серед школярів та молоді.

Наукова новизна полягає в первинному узагальненні досліджень проблеми Інтернет-залежності серед молоді.

Висновки. У результаті проведеного теоретичного дослідження можемо констатувати. В останні десятиліття у світі серед дітей шкільного віку та молоді досить серйозно проявляється проблема Інтернет-залежності, яка має не тільки психолого-педагогічний, а й медичний та соціальний аспект. Офіційно ця проблема в Україні не визнана, хоча вона досить актуальна в багатьох країнах. Актуальність даної проблеми зростає у світлі розширення використання дистанційної форми навчання на основі он-лайн сервісів.

Інтернет-залежність може розвивати певні види поведінки дітей підліткового віку та молоді, серед яких основними є: пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств; кіберсексуальна залежність; нав'язлива «фінансова» потреба у мережі; інформаційне перевантаження.

Першим кроком на шляху визначення рівня Інтернет-залежності дітей шкільного віку чи молоді людини повинна бути діагностика цього процесу.

В зарубіжній практиці дослідниками для визначення наявності й тяжкості Інтернет-залежності досить активно використовується тест розроблений Кімберлі Янг. Американський дослідник М. Орзак визначив психологічні та фізичні симптоми Інтернет-залежності.

Аналіз психолого-педагогічних досліджень з даної проблеми дав можливість: окреслити основні прояви інтернет-залежності у дітей шкільного віку та молоді, які можуть бути використанні батьками для первинної діагностики даної залежності; запропонувати практичні поради вчителя та батькам щодо організації роботи школярів, з тим, щоб зменшити можливість виникнення інтернет-залежності.

Ключові слова: Інтернет-залежність, діти шкільного віку, молодь, діагностика Інтернет-залежності.

Постановка проблеми: Кожне десятиліття породжує нові, властиві тільки йому пристрасті, потяги та залежності. Молодь, як провідна та прогресивна ланка суспільства, виступає в цьому випадку таким собі лакмусовим папером, який показує наявні суспільні суперечності. На тлі залежностей, що вже давно існують, поступово починають проявлятися нові, часто більш актуальні та злободенні, підкреслюючи своєю появою саме ті проблемні сфери, які не впорядковані належним чином. Саме такою проблемою, яка виникла в останні десятиліття, є Інтернет-залежність.

Офіційно проблема Інтернет-залежності в Україні не визнана, хоча вона досить актуальна в багатьох країнах.

Однак, навіть первинне дослідження даного явища дає можливість стверджувати, що особливо серйозно ця проблема проявляється серед дітей шкільного віку та молоді. Первинними проявами залежності є певні розлади поведінки, неадекватність емоційних реакцій, дратівливість, замкнутість, конфліктність, невміння висловити власну думку, передати чи проаналізувати зміст навчального матеріалу, змарнілість зовнішнього вигляду, припухлість повік, почервоніння очей та ін. Саме такі ознаки свідчать про надмірне захоплення комп'ютером та Інтернетом.

Крім того, це явище може спричинити стан, у якому людина фокусуватиметься на віртуальному, а не реальному світі, що призводить до ігнорування фізіологічних потреб, які забезпечують виживання людини як біологічної істоти (потреба у їжі, одязі, житлі, теплі, повітрі, воді тощо). Від постійного перебування перед монітором погіршується зір, від клавіатури і мишки виникає тунельний синдром, сидячий спосіб життя сприяє розвитку сколіозу, остеохондрозу, артрозу і т.п., також спостерігаються проблеми в роботі шлунково-кишкового тракту і серцево-судинні патології, такі як аритмія, тахікардія, тромбоз, варикоз, гіпертонія та ін., що особливо небезпечно для здоров'я дітей шкільного віку та молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема Інтернет-залежності багатогранна. Феномен комп'ютерної залежності досліджували спеціалісти різних напрямків: психологи, лікарі, педагоги, соціологи. Так, значна увага вивченню даної проблеми приділено у роботах Е. Белінської, А. Войскунського, Р. Грановської, А. Гольдберга, М. Гріффітс, А. Єгорова, А. Жичкиної, Н. Левшунова, О. Лисенко, А. Мартинової, О. Макаренко, Г. Нітченко, С. Фадеєва, Р. Фольберг, О. Фрейдман, М. Ховрича, А. Чамберс, Г. Чайки, Т. Шибутані, К. Янг та ін. [1; 2; 3; 5; 9; 10].

Слід зазначити, що в Україні фундаментальні дослідження цієї проблеми практично відсутні.

Із зарубіжних країн ця проблема досить активно вивчається в США. Одним із основних спеціалістів у цій сфері вважається професор психології Пітсбургського університету в Бретфорді (США) Кімберлі Янг. Саме вона в 1994 р. розробила та помістила на web-сайт спеціальний опитувальник, який дозволяв визначити наявність у людини Інтернет адикції (IAD).

Актуальність досліджуваної проблеми обумовлена суперечністю між дедалі більшим поширенням інформаційно-комунікаційних технологій у освітній галузі, в тому числі, у змісті та методиці підготовки у закладах середньої, професійної та вищої освіти і небезпекою формування індивідуальної Інтернет-залежності. Особливо зростає актуальність дослідження даної проблеми у світлі розширення використання дистанційної форми навчання на основі он-лайн сервісів.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати проблему Інтернет-залежності у сучасної молоді, визначити основні ознаки, причини її виникнення та можливі наслідки.

Методологія дослідження включає загальнотеоретичні методи: аналіз і синтез педагогічної, психологічної, соціологічної літератури з проблеми дослідження; порівняння, систематизація, узагальнення, інтерпретація наявних теоретичних підходів та емпіричних результатів; аналітична індукція як прийом для формування універсальних тверджень про суть та особливості Інтернет-залежності серед дітей шкільного віку та молоді.

Наукова новизна полягає в первинному узагальненні досліджень проблеми Інтернет-залежності серед молоді.

Результати дослідження. Перш за все визначимось із поняттям «комп'ютерна залежність». Слід зазначити, що в дослідженнях українських вчених залежність людини від комп'ютера та мережі Інтернет найчастіше так і називають: «комп'ютерна залежність» та «Інтернет залежність».

Однак у роботах дослідників із США та Західної Європи цей феномен одержав назву Internet Addiction Disorder (IAD) – «Інтернет-адиктивний розлад» або Інтернет-адикція. Ми вважаємо, що Інтернет-адикція характеризує більш високу залежність людини від комп'ютера та мережі Інтернет, ніж Інтернет залежність.

Конкретизуємо поняття «Інтернет-залежність» та визначимо основні ознаки та причини її виникнення.

Термін «Інтернет-залежність» вперше був запропонований американським психіатром А. Голдбергом. Під цим поняттям він розумів непереборне бажання до Інтернету, що характеризується «згубною дією на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності» [4].

Термін «Інтернет-залежність» часто трактується дуже широко і означає велику кількість проблем поведінки. Основні типи поведінки, що були виділені в процесі дослідження, характерні саме в підлітковому середовищі, в інших «вікових» групах деяких може просто не існувати [8]:

1. Кіберсексуальна залежність – нездолане бажання до відвідування порносайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах чи спеціальних телеконференціях «для дорослих».

2. Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств – надмірна кількість знайомих і друзів у мережі, великі об'єми листування, постійна участь у форумах.

3. Нав'язлива «фінансова» потреба у мережі – гра в онлайнві ігри (як азартні так і рольові), постійні покупки чи участь в інтернет-аукціонах.

4. Інформаційне перевантаження (нав'язливий web-серфінг) – нескінченні подорожі по мережі, пошук інформації по базах даних і пошукових сайтах.

Першим кроком на шляху визначення рівня Інтернет-залежності дітей шкільного віку чи молодшої людини повинна бути діагностика цього процесу.

Для визначення Інтернет-залежності досить широко використовується тест, що був розроблений Кімберлі Янг для визначення наявності й тяжкості залежності. Він включає 20 питань, кожне з яких оцінюється за 5-бальною шкалою Лайкерта від 1 до 5 (дуже рідко/ніколи, інколи, часто, дуже часто, завжди), максимальний бал дорівнює 100.

Слід зазначити, що дослідження, проведені на основі тесту Кімберлі Янг дають досить ґрунтовну інформацію відносно досліджуваної проблеми. Так, провівши дослідження Інтернет-залежності серед учнів 10-х, 11-х класів ми отримали наступні результати:

1. Учні 10 класу більше приділяють уваги комп'ютеру та Інтернету. Так, позитивну відповідь відносно переваги мережі Інтернет відносно інших подразників та середовища, а саме «Дуже часто» та «Завжди» дали 31,2%, що складає майже третину опитаних. У 11 класі по даних позиціях відсоток менший – 25,2%, практично кожний четвертий. Отримані результати свідчать про те, що ці учні мають досить високий рівень ризику комп'ютерної залежності.

2. Учні 11 класу більше відповідей дали на перші три варіанти, а саме: «Дуже рідко/ніколи», «Іноді», «Часто», що склало 74,8%. В учнів 10 класу відповіді на ці ж питання склали 68,8%, що на 6% більше, ніж в 11 класі. Це говорить про те, що учні 11 класу менш залежні від комп'ютера та Інтернету, ніж учні 10 класу. Крім того, не слід виключати розвиток подальшої, більш суттєвої залежності в учнів 10 класу до закінчення навчання у школі, а також збільшення відсотка за рахунок учнів з тих, що на сьогодні складають 68,8%. Таке твердження ґрунтується на тому, що учні 10 класу до закінчення школи будуть знаходитись у сформованому роками статичному середовищі класу з певними стабільними товариськими, дружніми зв'язками один з одним. Зміна соціального статусу (навчання, працевлаштування після закінчення школи) знаходиться ще в досить віддаленій перспективі, тому вільний час, відсутність певної мотивації займатись іншим видом діяльності буде сприяти саме подальшому захопленню Інтернетом.

Високу достовірність отриманих результатів за тестом підтвердили інші методи дослідження: бесіди з учнями, вчителями, результати інших методик [10].

Звичайно, проведення тесту досить складна процедура, яку може реалізувати, в основному, тільки спеціаліст.

Тому можна використати для первинної діагностики рекомендовані Кімберлі Янг чотири ознаки Інтернет-залежності, які можуть стати в нагоді батькам та вчителям. Він включає чотири пункти за якими необхідно провести спостереження за людиною: нав'язливе бажання перевірити e-mail; постійне очікування наступного виходу в Інтернет; скарги оточуючих на те, що людина проводить занадто багато часу в Інтернеті; скарги навколишніх на те, що людина витрачає занадто багато грошей на Інтернет.

Крім наведеної вище методики, на наш погляд, вчителям та батькам доцільно використовувати і інші методики, які за структурою та процесом реалізації досить прості, але надають можливість визначити первинні ознаки Інтернет-залежності. Так, американський психіатр і психофармаколог А. Голдберг стверджує, що первинні признаки Інтернет-залежності можна констатувати при наявності трьох пунктів з наступних:

– кількість часу, який потрібно провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення (іноді почуття задоволення від спілкування в Мережі межує з ейфорією), помітно зростає;

– якщо людина не збільшує тривалість перебування в Інтернеті, то ефект задоволення помітно знижується;

– користувач робить спроби відмовитися від Інтернету чи хоча б проводити у ньому менше часу;

– припинення чи скорочення часу, проведеного в Інтернеті, призводить до поганого самопочуття користувача [4].

Американський дослідник інтернет-залежності М. Орзак вважає, що інтернет-залежність характеризується психологічними та фізичними симптомами.

До психологічних він відносить наступні: відчуття ейфорії чи піднесення під час роботи за комп'ютером; нездатність зупинити роботу за комп'ютером; збільшення кількості часу, який проводиться за комп'ютером; ігнорування друзів і сім'ї; відчуття порожнечі, депресії та роздратованості без комп'ютера; брехня роботодавцям та членам родини про свою діяльність.

Важливими фізичними симптомами дослідник вважає наступні: ураження нервових стовбурів руки, пов'язане з тривалим перенапруженням м'язів; оніміння пальців руки, що тримає «мишку»; сухість та різи в очах; головні болі за типом мігрені; болі у спині; нерегулярне харчування, пропускання прийомів їжі; нехтування особистою гігієною; розлади сну, зміна режиму сну [6].

Аналіз психолого-педагогічних досліджень з даної проблеми свідчить, що можна окреслити основні (загальні) прояви Інтернет-залежності у дитини шкільного віку чи молодій людині:

- пропуски занять через комп'ютерну гру чи віртуальне спілкування в мережі Інтернет;
- просиджування за комп'ютером уночі;
- прийом їжі за комп'ютером;
- відсутність інших захоплень, крім комп'ютерних ігор та віртуальних пошуків у мережі Інтернет;
- перевага віртуальному спілкуванню перед безпосередньо з людиною;
- загальний час, проведений за комп'ютером та у мережі, перевищує час виконання домашніх завдань, прогулянок, спілкування з батьками і однолітками, інших захоплень;
- дитина не уявляє, чим себе зайняти, коли комп'ютер зламався;
- конфлікти з батьками та їх шантаж у відповідь на заборону проводити час за комп'ютером.

Проаналізувавши інформацію щодо Інтернет-залежності, можна запропонувати такі поради щодо організації роботи дітей шкільного віку, з тим, щоб зменшити можливість виникнення Інтернет-залежності:

- обмежувати час перебування за комп'ютером, змінювати вид діяльності;
- установити закон: не грати перед сном, після прийому їжі й поки не виконані домашні завдання та справи;
- контролювати зміст ігор, не допускаючи сюжетів насилля, жорстокості, з елементами культових ритуальних обрядів;
- частіше гуляти з друзями, не забувати, що реальне спілкування важливіше і корисніше від віртуального;
- принципово не дозволяти їсти за комп'ютером;
- сформувати у дитини шкільного віку розуміння, що комп'ютер – один із засобів отримання інформації, а не засіб отримання емоцій.

У тих родинах, де за комп'ютером працює дитина, слід значну увагу приділяти облаштуванню робочого місця, де знаходиться комп'ютер. Насамперед, в основу вибору місця та його облаштування повинні бути покладені не загальна естетика кімнати, а санітарно-гігієнічні та фізіологічні вимоги.

Основними з них є наступні: висота робочого столу повинна відповідати віковим особливостям дитини; комп'ютер потрібно розташувати в кутку чи задньою стінкою до стіни; у приміщенні, де працює комп'ютер, необхідне щоденне вологе прибирання; до і після роботи екран слід протирати спеціальними серветками; регулярне провітрювання кімнати; згідно з гігієнічними вимогами 7-10 річні діти мають сидіти за комп'ютером не більше 45 хвилин на день, 11-13 річні – двічі на день по 45 хвилин, старші – три рази на день.

Батькам школярів необхідно особливо звертати увагу на час перебування дитини за комп'ютером, на час його пасивного та активного відпочинку, особливо в умовах, коли комп'ютер використовується як засіб комунікації між вчителями та учнями під час дистанційного навчання.

Висновки. У результаті проведеного теоретичного дослідження можемо констатувати:

В останні десятиліття у світі серед дітей шкільного віку та молоді досить серйозно проявляється проблема Інтернет-залежності, яка має не тільки психолого-педагогічний, а й медичний та соціальний аспект. Офіційно ця проблема в Україні не визнана, хоча вона досить актуальна в багатьох країнах. Актуальність даної проблеми зростає у світлі розширення використання дистанційної форми навчання на основі он-лайн сервісів.

Інтернет-залежність може розвивати певні види поведінки дітей підліткового віку та молоді, серед яких основними є: пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств; кіберсексуальна залежність; нав'язлива «фінансова» потреба у мережі; інформаційне перевантаження.

Першим кроком на шляху визначення рівня Інтернет-залежності дітей шкільного віку чи молодій людині повинна бути діагностика цього процесу.

У зарубіжній практиці дослідниками для визначення наявності й тяжкості Інтернет-залежності досить активно використовується тест розроблений Кімберлі Янг. Американський дослідник М. Орзак визначив психологічні та фізичні симптоми Інтернет-залежності.

Аналіз психолого-педагогічних досліджень з даної проблеми дав можливість: окреслити основні прояви інтернет-залежності у дітей шкільного віку та молоді, які можуть бути використанні батьками для первинної діагностики даної залежності; запропонувати практичні поради вчителя та батькам щодо організації роботи школярів, з тим, щоб зменшити можливість виникнення інтернет-залежності.

References

1. Бабаєва Ю., Войскунський А. Є., Смилова О. В. Інтернет: вплив на особистість. Гуманітарні дослідження в Інтернеті / за ред. А. Є. Войскунського. Москва: Терра-Можайськ, 2000. 431 с.
Babaieva, Yu., Voiskunskiy, A. Ye., Smyslova, O. V. (2000). Internet: vplyv na osobystist. Humanitarni doslidzhennia v Interneti [Internet: influence on the individual. Humanities research on the Internet]. Moskva, Russia: Terra-Mozhaisk
2. Бурова (Лоскутова) В. А. Механизмы формирования Интернет-аддикции. 13 съезд психиатров России: материалы съезда. Москва, 2009. С. 290-291.
Burova (Loskutova), V. A. (2009). Mehanizmy formirovaniya Internet-addikcii. 13 sezd psihatrov Rossii: materialy sezda [Mechanisms for the formation of Internet addiction]. 13 svezd psykhyatrov Rossyy: materialy svezda – 13th congress of psychiatrists of Russia: materials of the congress, 290-291. Moskva, Russia.
3. Войскунский А. Е. Феномен зависимости от Интернета: Гуманитарные исследования в Интернете. *Психологический журнал*. 2004. Т. 25. № 1. С. 90-100.
Vojskunsij, A. E. (2004). Fenomen zavisimosti ot Interneta: Gumanitarnye issledovaniya v Internete [The phenomenon of Internet dependence: Humanitarian research on the Internet. Psychological Journal]. *Psichologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, 25/1, 90-100.
4. Голдберг І. Інтернет залежність [Електронний ресурс]. URL: <http://www.psycom.net/iadcriteria.html> (дата звернення 21.04.2020).
Goldberg, I. Internet Zalezhnist [Internet Addiction Disorder]. Retrieved from: <http://www.psycom.net/iadcriteria.html>.
5. Нітченко Г., Ховрич М. Дослідження рівня інтернет-залежності студентів вищого педагогічного навчального закладу. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, V (52), Issue: 113, 2017. С. 73-76.
Nitchenko, G., Khovrych, M. (2017). Doslidzhennia Rivnia Internet-Zalezhnosti Studentiv Vyshchoho Pedahohichnoho Navchalnoho Zakladu [Research of the level of Internet dependence of students of higher pedagogical educational institution]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 113, 73-76.
6. Орзак М. Н. Симптомы компьютерной зависимости [Електронний ресурс]. URL. <http://www.psychistrictimes.com> (дата звернення 20.04.2020).
Orzak, M. N. Symptomy Kompiuternoї Zalezhnosti [Symptoms of computer addiction]. Retrieved from: <http://www.psychistrictimes.com>.
7. Психологічні аспекти Інтернет-залежності у підлітків [Електронний ресурс]. URL: <https://sch32.edu.vn.ua/> (дата звернення 25.04.2020).
Psykhologichni Aspekty Internet – Zalezhnosti U Pidlitkiv [Psychological aspects of the Internet – addiction in adolescents]. Retrieved from <https://sch32.edu.vn.ua/>
8. Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності. *Соціальна психологія*, 2004. (№ 5 (7)). С. 149 –154.
Tserkovnyu, A., (2004). Aspekty Formuvannia Internet-Zalezhnosti. [Aspects of Internet dependency formation]. *Sotsialna Psykholohiia. – Social Psychology*. 5(7), 149 – 154. [in Ukrainian].
9. Ховрич М., Міткевич М. Комп'ютерна залежність серед старшокласників як психолого-педагогічна проблема. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*. 2019. (Випуск 2 (№ 158)). С. 179–184.
Khovrych, M., Mitkevych, M. (2019). Kompiuterna Zalezhnist Sered Starshoklasnykiv Yak Psykholoho-Pedahohichna Problema [Computer addiction among high school students as a psychological and pedagogical problem]. *Visnyk Natsionalnoho Universytetu «Chernihivskiy Kolehium» imeni T.H. Shevchenka – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»*. Issue 2 (158), 179–184. [in Ukrainian].
10. Ховрич М., Міткевич М. Комп'ютерна залежність серед старшокласників: аналіз результатів експериментального дослідження. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*. 2019. Випуск 4 (№ 160). С. 118–123.
Khovrych, M. Mitkevych, M. (2019). Kompiuterna Zalezhnist Sered Starshoklasnykiv Analiz Rezultativ Eksperymentalnoho Doslidzhennia [Computer addiction among high school students: an analysis of the results of an experimental study]. *Visnyk Natsionalnoho Universytetu «Chernihivskiy Kolehium» imeni T. H. Shevchenka – Bulletin of the National University «Chernihiv Collegium» named after T. G. Shevchenko*. Issue 4 (№ 160), 118–123. [in Ukrainian].

Khovrych M.

ORCID 0000-0002-1494-4550

Ph.D. in Pedagogical Sciences, associate professor,
Head of Department of Technological Education and Information Technologies,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: n.khoorich@gmail.com

Mekshun A.

Student of the Faculty of Technology,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: m.a.i_99@ukr.net

INTERNET ADDICTION AS TOPICAL PROBLEM OF MODERN YOUTH

The article examines the problems of Internet addiction of modern youth. The main features, manifestations and methods of determining the level of Internet addiction have been considered. Criteria for assessing the degree of Internet addiction have been revealed.

The purpose of the study is to analyze the problem of Internet addiction among modern youth, to determine the main symptoms, causes and possible consequences.

The methodological basis of the study includes general theoretical methods such as analysis and synthesis of pedagogical, psychological, sociological literature on the problem; comparison, systematization, generalization, interpretation of existing theoretical approaches and empirical results; analytical induction as a technique for the formation of universal statements about the nature and features of Internet addiction among students and young people.

The scientific novelty consists in for the first time generalization of approaches to the problem of Internet addiction among young people.

Conclusions. As a result of the theoretical research we can state that lately the problem of Internet addiction, which has not only psychological and pedagogical, but also medical and social aspects, has become quite topical among schoolchildren and young people in the world. This problem is not officially recognized in Ukraine, although it is quite relevant in many countries. The urgency of this problem is growing in light of the increasing use of distance learning based on online services.

Internet addiction can cause certain types of adolescents' and young people's behavior among which the main ones are passion for virtual communication and virtual dating; cybersexual addiction; obsessive «financial» need for network; information overload.

The first step in detention the level of student's or young person's Internet addiction should be diagnostic of this process.

In foreign practice the test developed by Kimberly Young is quiet actively used by researchers to determine the presence and severity of Internet addiction. American researcher M. Orzak identified the psychological and physical symptoms of Internet addiction.

The analysis of psychological and pedagogical research on this problem made it possible to outline the main manifestations of Internet addiction in a student or young person, which can be used by parents for the initial diagnosis of this addiction. Practical suggestions on how to organize students' work in order to reduce the possibility of Internet addiction have been proposed based on this analysis.

Keywords: *Internet addiction, schoolchildren, youth, diagnostic of Internet addiction.*

Стаття надійшла до редакції 05.05.2020

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **О. М. Торубара**