


Սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգի մեթոդաբանությունը, նպատակը, խնդիրները և սկզբունքները

Ասատրյան Լաուրա Թ.

*մանկ. գիտ. դոկտոր, Մանկավարժության ամբիոնի պրոֆեսոր,
Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարան (Երևան, ՀՀ)*

 <https://orcid.org/0000-0002-2990-392X>

asatryan.laura@mail.ru

Սերոբյան Լուսինե Լ.

*հայցորդ, Մանկավարժության ամբիոնի
Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարան (Երևան, ՀՀ)*

 <https://orcid.org/0009-0008-2041-5576>

lusine.serobyan@mail.ru

ՀՏԳ՝ 37.013.73.2; EDN: QOAODF

DOI: 10.58587/18292437-2026.1-146

Հանգուցաբառեր և բառակապակցություններ` համացանցային կախվածություն, կանխարգելում, հայեցակարգ, սկզբունք, սովորող, դպրոց, ընտանիք, հասարակություն, ռազմավարական ծրագրեր, վարքագծային, հուզական և արժեքային որոտներ

Методология, цель, задачи и принципы концепции профилактики интернет-зависимости у обучающихся

Асатрян Лаура Т.

*доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики,
Армянский государственный педагогический университет имени Х. Абовяна (Ереван, РА)*

Серобян Лусине Л.

*соискатель, кафедра педагогики,
Армянский государственный педагогический университет имени Х. Абовяна (Ереван, РА)*

Аннотация. В статье рассмотрены, определены и охарактеризованы методология, цель, задачи и принципы концепции профилактики интернет-зависимости у обучающихся.

Отмечается, что профилактические стратегии не ограничиваются только контролем онлайн-поведения, но также включают развитие личных навыков, эмоциональной саморегуляции, формирование механизмов преодоления трудностей и самоконтроля (Kuss & Griffiths, 2017).

Семейное вовлечение и поддержка являются определяющими факторами снижения проблемного интернет-поведения у подростков (Schneider et al., 2017).

Обосновывается, что теоретико-методологической основой разработанной Концепции являются гуманистическая педагогика, теория деятельности, современные подходы к социализации личности, развитию и саморегуляции, а также принципы профилактической педагогики и социологии образования.

Основная цель разработанной концепции – формирование у обучающихся осознанного, саморегулируемого и ответственного цифрового поведения, а также предотвращение возникновения интернет-зависимости и снижение её негативных последствий в образовательном процессе.

В этом контексте подчеркивается, что профилактика интернет-зависимости у обучающихся не может представлять собой совокупность разрозненных мероприятий или эпизодических воздействий; она должна строиться на теоретически обоснованных и эмпирически проверенных принципах, вытекающих из современных подходов педагогики, психологии развития, социальной психологии и медиаобразования.

Ключевые слова и словосочетания: интернет-зависимость, профилактика, концепция, принципы, обучающийся, школа, семья, общество, стратегические программы, поведенческая, эмоциональная и ценностная сферы

Methodology, Purpose, Objectives, and Principles of the Concept for Preventing Internet Addiction among Students

Asatryan Laura T.

*Professor of the Chair of Pedagogy, Doctor of Pedagogical Sciences,
Kh. Abovyan Armenian State Pedagogical University (Yerevan, RA)*

Serobyán Lusine L.

Applicant (Degree Seeker) Department of Pedagogy

Kh. Abovyan Armenian State Pedagogical University (Yerevan, RA)

Abstract. The article examines, defines, and characterizes the methodology, purpose, objectives, and principles of the concept for preventing Internet addiction among students.

It is noted that preventive strategies are not limited to monitoring online behavior but also include the development of personal skills, emotional self-regulation, coping mechanisms, and self-control (Kuss & Griffiths, 2017). Family involvement and support are key factors in reducing problematic Internet behavior in adolescents (Schneider et al., 2017).

It is substantiated that the theoretical and methodological foundation of the developed Concept is based on humanistic pedagogy, activity theory, contemporary approaches to personal socialization, development, and self-regulation, as well as the principles of preventive pedagogy and the sociology of education.

The main goal of the developed Concept is to foster conscious, self-regulated, and responsible digital behavior among students, as well as to prevent the onset of Internet addiction and reduce its negative consequences in the educational process.

In this context, it is emphasized that the prevention of Internet addiction among students cannot consist merely of separate measures or episodic interventions; it must be built on theoretically grounded and empirically validated principles derived from modern approaches in pedagogy, developmental psychology, social psychology, and media education.

Keywords and phrases: Internet addiction, prevention, concept, principles, student, school, family, society, strategic programs, behavioral, emotional, and value domains

Ժամանակակից տեղեկատվական հասարակության զարգացման պայմաններում համացանցը հանդես է գալիս որպես սովորողների սոցիալականացման, հաղորդակցման, ճանաչողական և կրթական գործունեության կարևորագույն միջավայր: Միևնույն ժամանակ, համացանցի չկարգավորված, չափազանց ինտենսիվ և ոչ նպատակային օգտագործումը կարող է հանգեցնել նրանից կախվածության ձևավորմանը՝ պայմանավորելով անձի վարքագծային, հուզական և արժեքային ոլորտների խեղաթյուրումներ:

Այդ առումով համացանցային կախվածության կանխարգելումը ներկայանում է որպես մանկավարժության տեսության և պրակտիկայի արդիական հիմնախնդիր, ինչը դեռևս 1990-ականներին ընդգծվել է Ի. Գոլդբերգի աշխատություններում, որտեղ այդ տեսակի կախվածությունը դիտարկվում է որպես սոցիալ-վարքային խանգարում, որը պահանջում է ոչ միայն կլինիկական, այլև կրթական միջամտություն [2]:

Սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգը հիմնվում է այն գիտական դրույթի վրա, որ այդպիսի կախվածությունը վարքային (ադիկտիվ) կախվածության ձև է, որի առաջացումը պայմանավորված է անհատական-հոգեբանական, սոցիալական, ընտանեկան և կրթական գործոնների փոխազդեցությամբ:

Տվյալ մոտեցումը համահունչ է Կ. Յանգի կողմից ձևակերպված համացանցային կախվածության տեսությանը, ըստ որի՝ կախվածության ձևավորումը պայմանավորված է ոչ միայն տեխնոլոգիական գործոններով, այլև անձի սոցիալական և հուզական կարիքների բավարարման խեղաթյուրմամբ: Հայեցակարգում

կանխարգելումը մեկնաբանվում է որպես կրթական միջավայրում իրականացվող համակարգված, նպատակային և շարունակական մանկավարժական գործընթաց, այլ ոչ թե առանձին դաստիարակչական կամ վերահսկողական միջոցառումների ամբողջություն [5]:

Հայեցակարգի տեսական-մեթոդաբանական հիմքում ընկած են հումանիստական մանկավարժության, գործունեության տեսության, անձի սոցիալականացման, զարգացման և ինքնակարգավորման ժամանակակից մոտեցումները, ինչպես նաև կանխարգելիչ մանկավարժության և կրթության սոցիոլոգիայի հիմնադրույթները:

Մասնավորապես, սոցիալական ուսուցման տեսության համաձայն՝ անձի վարքագիծը ձևավորվում է դիտարկման, մոդելավորման և ամրապնդման միջոցով (Ա. Բանդուրա), ինչը հնարավորություն է տալիս կանխարգելման գործընթացում կարևորել դրական թվային վարքագծի մանկավարժական մոդելավորումը:

Անձի զարգացման սոցիալ-մշակութային մոտեցման շրջանակում Լ. Վիգոտսկին շեշտում է սոցիալական միջավայրի և նպատակային մանկավարժական ազդեցության դերը հոգեկան գործառույթների ձևավորման գործում, ինչը տեսականորեն հիմնավորում է դպրոցի առաջատար դերը կախվածության կանխարգելման գործընթացում: Նշված մոտեցումների համադրումը հնարավորություն է տալիս համացանցային կախվածության կանխարգելումը դիտարկել որպես սովորողի անձի ամբողջական զարգացման բաղադրիչ:

Հայեցակարգի նպատակը, խնդիրները և սկզբունքները

Մշակված հայեցակարգի հիմնական նպատակը սովորողների գիտակցված, ինքնա-

կարգավորվող և պատասխանատու թվային վարքագծի ձևավորումն է, ինչպես նաև համացանցային կախվածության առաջացման կանխումը և դրա բացասական հետևանքների նվազեցումը կրթական գործընթացում:

Նշված նպատակի իրագործման համար առաջադրվում են **հետևյալ խնդիրները**.

- բացահայտել համացանցային կախվածության ձևավորման մանկավարժական և սոցիալ-հոգեբանական օրինաչափությունները,

- հիմնավորել մեդիագրագիտության և թվային ինքնակարգավորման դերը համացանցային կախվածության կանխարգելման գործընթացում,

- ձևավորել սովորողների առողջ ապրելակերպի, իրական սոցիալական շփման և պատասխանատու վարքագծի արժեքային կողմնորոշումները,

- մշակել և հիմնավորել համացանցային կախվածության կանխարգելման գործընթացի իրականացման մանկավարժական ուղիները,

- ապահովել մանկավարժների, ընտանիքի և համայնքի համակարգված մասնակցությունը կանխարգելման գործընթացին:

Հայեցակարգի իրականացման հիմնական սկզբունքները

Սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգի հիմքում դրված գիտականորեն հիմնավորված սկզբունքները ներկայացնում են կանխարգելիչ աշխատանքի մեթոդաբանական հենքը և որոշում են հիմնախնդրի շրջանակում իրականացվող աշխատանքների բովանդակությունն ու կիրառման ձևերը:

Անառարկելի է, որ սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելումը չի կարող լինել առանձին միջոցառումների կամ դրվագային ներգործությունների ամբողջություն. այն պետք է կառուցվի տեսականորեն հիմնավորված և փորձով հաստատված սկզբունքների վրա, որոնք բխում են ժամանակակից մանկավարժության, զարգացման հոգեբանության, սոցիալական հոգեբանության և մեդիա կրթության մոտեցումներից: Այդ սկզբունքները ապահովում են սոցիալ-մանկավարժական միջամտության համակարգայնությունը, նպատակային ուղղվածությունը և արդյունավետությունը:

Գիտականորեն հիմնավորված սկզբունքների կիրառումը ենթադրում է, որ կանխարգելիչ աշխատանքը՝

- հենվում է տարիքային-հոգեբանական օրինաչափությունների վրա,

- կրում է համակարգային բնույթ,

- կառուցվում է կանխարգելման բազմամակարդակ մոդելի հիման վրա, ուղղված է ոչ միայն համացանցի օգտագործման սահմանա-

փակմանը, այլ սովորողների կարողությունների զարգացմանը,

- ապահովում է միջավայրային մոտեցում,
- հենվում է ապացուցողական պրակտիկայի վրա:

Ելնելով վերոբերյալից կարող ենք պնդել, որ սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգը պետք է դիտարկվի որպես գիտականորեն կառուցված, տեսական և գործնական հիմքեր ունեցող համակարգ, այլ ոչ թե միայն դաստիարակչական կամ կարգապահական միջոցների շարք:

Այս տեսանկյունից մեր մշակված սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգը հիմնվում է հետևյալ գիտական սկզբունքների վրա.

- հումանիստական ուղղվածության,

- սովորողների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունների հաշվառման,

- համացանցային կախվածության վաղ կանխարգելման և շարունակականության

- համակարգայնության և ամբողջականության,

- անհատականացման և տարբերակված մոտեցման,

- գործունահեն և կարողունակահեն մոտեցման,

- գիտակցվածության և ինքնակարգավորման զարգացման,

- մեդիագրագիտության և թվային մշակույթի ձևավորման,

- կրթական գործընթացի սուբյեկտների համագործակցության (դպրոց–ընտանիք–հասարակություն),

- աջակցող և ոչ պատժիչ կրթական միջավայրի ապահովման

- մոնիթորինգի և հետադարձ կապի ապահովման:

Բնութագրենք թվարկված սկզբունքների էությունը:

Հումանիստական ուղղվածության սկզբունքը հիմնվում է հումանիստական մանկավարժության և հոգեբանության դրույթների վրա (Կ. Ռոջերս, Ա. Մալոու, Ա. Թոփուզյան և այլք) և ենթադրում է, որ կրթական ու կանխարգելիչ ներգործության կենտրոնում գտնվում է սովորողի անձը՝ իր բարձրարժեքությամբ, արժանապատվությամբ, կարիքներով, հետաքրքրություններով և զարգացման ներուժով:

Համացանցային կախվածության կանխարգելման գործընթացում հումանիստական ուղղվածությունը նշանակում է, որ աշխատանքը չի կառուցվում արգելքների, պատժիչ մեխանիզմների և խիստ սահմանափակումների գերակայությամբ, այլ՝ աջակցող, ուղղորդող, վստահելի և զարգացնող միջավայրի ձևավորմամբ:

Մեթոդաբանական տեսանկյունից այս սկզբունքը բարձրացնում է կանխարգելիչ ծրագրերի արդյունավետությունը, քանի որ աջակցող և ընդունող միջավայրում սովորողները ավելի հեշտ են ընդունում վարքային փոփոխության գաղափարը, զարգացնում ինքնավերահսկումը և պատասխանատվությունը թվային վարքագծի նկատմամբ:

Սովորողների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունների հաշվառման սկզբունք

Սովորողների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունների հաշվառման սկզբունքը համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգում դիտարկվում է որպես հիմնարար մեթոդաբանական դրույթ, որը պայմանավորում է կանխարգելիչ աշխատանքի բովանդակային կառուցվածքը, մեթոդական գործիքակազմը և կազմակերպչական ձևերը:

Գիտական մեկնաբանությամբ՝ տվյալ սկզբունքը հիմնվում է զարգացման հոգեբանության, տարիքային մանկավարժության և անձնակենտրոն կրթության տեսական դրույթների վրա և ենթադրում է, որ կանխարգելիչ ներգործությունը նախագծվում և իրականացվում է սովորողների տարիքային զարգացման օրինաչափությունների և անհատական տարբերությունների պարտադիր հաշվառմամբ: Համացանցային վարքագծի ձևավորումը, ինքնակարգավորման կարողությունները, ռիսկի ընկալումը, դրդապատճառային և հուզականային ոլորտի զարգացվածությունը էապես տարբեր են կրթական տարբեր աստիճաններում, ինչպես նաև նույն տարիքային խմբի ներսում:

Այս սկզբունքի հաշվառման պարագայում մանկավարժական կանխարգելիչ ներգործությունները կառուցվում են սովորողների տարիքային, հոգեբանական և սոցիալական զարգացման առանձնահատկությունների հաշվառմամբ: Տարբեր կրթական աստիճանների համար ընտրվում են տարբեր բովանդակություն, լեզու և մեթոդներ, թվային ակտիվության մակարդակի և սոցիալական փորձի տարբերակված հաշվառում, ռիսկային խմբերի նույնականացում և նպատակային տարբերակված միջամտությունների կիրառում:

Գիտական տեսանկյունից այս սկզբունքի իրականացումը ապահովում է կանխարգելիչ ծրագրերի հասցեականությունը, ներառականությունը և արդյունավետությունը, քանի որ այն նվազեցնում է ոչ համարժեք ներգործությունների հավանականությունը և բարձրացնում սովորողների ճանաչողական ու վարքային արձագանքի աստիճանը Տարիքային և անհատական առանձնահատկություններին համապատասխանեցումը դիտվում է որպես կանխարգելիչ

աշխատանքի արդյունքայնության պարտադիր պայման և ծրագրային նախագծման չափորոշիչ:

Համացանցային կախվածության վաղ կանխարգելման և շարունակականության սկզբունք

Այս սկզբունքի հաշվառումը համարվում է կանխարգելման արդյունավետության առանցքային պայման, քանի որ վաղ և շարունակական ներգործությունը էապես նվազեցնում է կախված վարքի ձևավորման հավանականությունը և բարձրացնում սովորողների թվային ինքնակարգավորման մակարդակը, ուստի կախվածության կանխարգելիչ հայեցակարգում ներկայացվում է որպես ռազմավարական և մեթոդաբանական հիմնադրույթ, որը սահմանում է կանխարգելիչ ներգործության ժամանակային տրամաբանությունը, փուլայնությունը և կազմակերպման անընդհատ բնույթը:

Այս սկզբունքը հիմնվում է զարգացման հոգեբանության, կանխարգելիչ մանկավարժության և ռիսկային վարքագծի ձևավորման տեսությունների վրա, համաձայն որոնց վարքային շեղումների և կախվածությունների ձևավորման նախադրյալները առաջանում են վաղ փուլերում, իսկ դրանց կանխումը առավել արդյունավետ է սկզբնական դրսևորումների և ռիսկային գործոնների ձևավորման փուլում:

Այն պետք է ինտեգրվի կրթական գործընթացի տարբեր աստիճաններում և առարկայական ու դաստիարակչական բաղադրիչներում՝ ապահովելով բովանդակային և մեթոդական հաջորդականությունը կրթության տարբեր մակարդակներում:

Համակարգայնության և ամբողջականության սկզբունք

Համացանցային կախվածությունը դիտարկվում է որպես բազմազործոն երևույթ, ուստի դրա կանխարգելումը պետք է կազմակերպվի համակարգային մակարդակում՝ ներառելով

- անձնային,
- ընտանեկան,
- կրթական,
- սոցիալական միջավայրի ազդեցությունները:

Իրականացվող կանխարգելիչ միջոցառումները պետք է լինեն փոխկապակցված՝ ձևավորելով միասնական կանխարգելիչ համակարգ:

Անհատականացման և տարբերակված մոտեցման սկզբունք

Սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգում այս սկզբունքը հանդես է գալիս որպես հիմնարար դիդակտիկական- մեթոդաբանական դրույթ, որը սահմանում է կանխարգելիչ աշխատանքի հասցեականությունը, ճկունությունը և արդյունավետությունը: Այն հիմնվում է անձնակենտրոն կրթության, տարբերակված ուսուցման և հոգե-

բանական անհատական տարբերությունների վերաբերյալ առկա տեսությունների վրա և ենթադրում է, որ կանխարգելիչ ներգործությունը նախագծվում և իրականացվում է ոչ թե «միջին սովորողի» մոդելի, այլ կոնկրետ սովորողների խմբերի և անհատների առանձնահատկությունների հաշվառմամբ:

Հաշվի առնելով այն հանգամանքը, որ համացանցային կախվածության ռիսկը, դրսևորման ձևերը և ներգրավվածության աստիճանը պայմանավորված են անհատական հոգեբանական, դրդապատճառային և սոցիալական գործոններով, ուստի դրա կանխարգելումը պետք է կրի տարամակարդակ տարբերակված բնույթ:

Պետք է հաշվի առնվեն սովորողների անհատական տարբերությունները՝

- ինքնակարգավորման մակարդակը,
- հուզական վիճակը,
- սոցիալական հմտությունների զարգացվածության մակարդակը,
- թվային վարքագծի դրսևորման ձևեր:
- սովորողների տարբեր խմբերի (ցածր, միջին, բարձր ռիսկ) տարբերակում և նպատակային միջամտությունների կիրառում, դրդապատճառային, հուզական ոլորտի և ինքնակարգավորման մակարդակի հաշվառում,
- ուսուցողական և խորհրդատվական աշխատանքի անհատական ձևերի կիրառում (անհատական գրույց, անհատական տարբերակված տարամակարդակ ստեղծագործական, հետազոտական առաջադրանքներ, ինքնակարգավորման պլաններ) և սովորողի անձնական ներուժի և դժվարությունների հայտորոշման վրա հիմնված աջակցություն:

Տարբերակված մոտեցումը նվազեցնում է ձևական և ոչ արդյունավետ միջոցառումների կիրառման հավանականությունը և նպաստում է կայուն ինքնակարգավորման ռազմավարությունների ձևավորմանը թվային միջավայրում:

Գործունահեն և կարողունակահեն մոտեցման սկզբունք

Այս սկզբունքը ենթադրում է, որ համացանցային կախվածության կանխարգելումը չի սահմանափակվում միայն տեղեկատվական ազդակներով, այլ ուղղված է գործնական կարողությունների ձևավորմանը՝

- թվային ինքնակարգավորում,
- ժամանակի կառավարում,
- մեդիագրագիտություն,
- քննադատական մտածողություն,
- սոցիալական հաղորդակցություն:

Համացանցային կախվածության կանխարգելման համակարգում այս սկզբունքի հաշվառումը պայմանավորում է կանխարգելիչ աշխատանքի բովանդակային և մեթոդական կառուցվածքը՝ ուղղելով այն ոչ միայն գիտելիքի փոխանցմանը, այլ սովորողների գործնական

կարողությունների և վարքագծային ռազմավարությունների և ինքնության ձևավորմանը: Այն հիմնվում է խնդրի մասին տեղեկացվածության, գործունեության տեսության, կարողունակահեն կրթության և կառուցողական (constructivist) մանկավարժության դրույթների վրա՝ միաժամանակ շեշտադրելով, որ կայուն վարքային փոփոխությունը և կախվածության ռիսկի նվազեցումը հնարավոր են այն դեպքում, երբ սովորողը ներգրավվում է ակտիվ մետաճանաչողական գործունեության մեջ, որի արդյունքում ձևավորում են ինքնուրույն կիրառելի կարողություններ:

Կարողունակահեն բաղադրիչը ենթադրում է, որ կանխարգելման արդյունքը չափվում է ոչ միայն սովորողի իրագրելվածության մակարդակով, այլ ձևավորված կարողություններով և վարքագծային պատրաստակամությամբ՝ ռիսկային առցանց վարքը ճանաչելու, սեփական թվային գործունեությունը կարգավորելու, այլընտրանքային գործունեություն ընտրելու, օգնության դիմելու ռազմավարություններ կիրառելու տեսանկյունից:

Մեթոդաբանական առումով գործունահեն և կարողունակահեն մոտեցման իրականացումը սպահովում է կանխարգելիչ աշխատանքի գործնական ուղղվածությունը, արդյունքայնությունը և կայուն ազդեցությունը, քանի որ ձևավորվում են փոխանցելի և կիրառելի կարողություններ, որոնք գործում են իրական թվային միջավայրում:

Գիտակցվածության և ինքնակարգավորման կարողության զարգացման սկզբունք

Դիտարկվող հիմնախնդրի տեսանկյունից գիտակցվածության և ինքնակարգավորման կարողության զարգացման սկզբունքը հանդես է գալիս որպես վարքագծային կայուն փոփոխության ձևավորման ներքին մեխանիզմների նպատակային զարգացման մեթոդաբանական հիմք:

Մեր մշակած համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգում այս սկզբունքը դիտարկվում է որպես առանցքային հոգեբանամանկավարժական դրույթ, որը սահմանում է կանխարգելիչ աշխատանքի ներքին ուղղվածությունը՝ դեպի սովորողի ինքնագիտակցության, ռեֆլեքսիայի և վարքագծային ինքնակարգավորման մեխանիզմների ձևավորումը:

Սկզբունքի էությունը արտահայտվում է հետևյալ մեթոդաբանական մոտեցումներով՝

- սովորողի մոտ ձևավորվում է սեփական թվային վարքագծի, առցանց ժամանակի օգտագործման և մոտիվների գիտակցում,

- զարգացվում են ինքնադիտարկման և ինքնավերլուծության (ռեֆլեքսիվ) հմտություններ,

- ձևավորվում են նպատակադրման, պլանավորման և վարքի կամային կարգավորման հմտություններ,

- ուսուցանվում են ինքնասահմանափակման և ուշացած բավարարում կիրառելու ռազմավարություններ,

- խթանվում է պատասխանատվությունը սեփական թվային ընտրությունների և դրանց հետևանքների նկատմամբ,

- ներդրվում են ինքնակարգավորման գործիքներ՝ ինքնամոնիթորինգ, թվային օրագիր, ժամանակի պլանավորում, անձնական կանոնների մշակում:

Մեղիագրագիտության և թվային մշակույթի ձևավորման սկզբունք

Այս սկզբունքի էությունը կայանում է նրանում, որ ներկայացվող համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգում հանդես է գալիս որպես բովանդակային և արժեքաբանական ուղղվածություն ունեցող մեթոդաբանական դրույթ, որը նպատակաուղղում է կանխարգելիչ աշխատանքը դեպի սովորողների քննադատական մեղիա ընկալման, անվտանգ թվային վարքագծի և պատասխանատու առցանց գործունեության ձևավորմանը:

Այս սկզբունքի էությունը դրսևորվում է հետևյալ գիտամեթոդական մոտեցումներում՝

- սովորողների մեղիա բովանդակության քննադատական վերլուծության կարողությունների զարգացում,

- առցանց տեղեկատվության հավաստիության, նպատակային ազդեցության և մանիպուլյատիվ մեխանիզմների ճանաչում,

- թվային անվտանգության և թվային հիպոթեզային կանոնների համակարգված ուսուցում,

- առցանց հաղորդակցության էթիկայի և պատասխանատու վարքագծի նորմերի ձևավորում, թվային ինքնության և թվային հետքի գիտակցում,

- առցանց և օֆլայն գործունեության հավասարակշռության արժեքային ընկալման ձևավորում:

Միաժամանակ, մեղիագրագիտության և թվային մշակույթի ձևավորման սկզբունքը ապահովում է համացանցային կախվածության կանխարգելման բովանդակային խորությունը և կայունությունը, քանի որ սովորողը ձեռք է բերում ոչ միայն սահմանափակող կանոնների իմացություն, այլև թվային միջավայրի գիտակցված օգտագործման կարողություն: Մա վերածում է կանխարգելումը վերահսկողական միջոցառումների համակարգից՝ կրթական և զարգացնող գործընթացի:

Կրթական գործընթացի սուբյեկտների (դպրոց–ընտանիք–հասարակություն) համագործակցության սկզբունք

Այս սկզբունքը հանդիսանում է համակարգային և ինտեգրացնող մոտեցման հիմքը, որը ապահովում է կանխարգելիչ աշխատանքի միջավայրային ամբողջականությունն ու արդյունավետությունը: Այն հիմնվում է կրթության համակարգային տեսության և սոցիալական հոգեբանության դրույթների վրա: Այս սկզբունքի էությունն այն է, որ սովորողի թվային վարքագիծը և համացանցային կախվածության ռիսկերը ձևավորվում են ոչ միայն դպրոցում, այլ նաև ընտանիքում և նրան շրջապատող սոցիալական միջավայրում, ուստի դրանց կանխարգելումը պահանջում է դպրոցի կառավարման սուբյեկտների, համայնքի համատեղ, փոխկապակցված գործողություններ:

Կինգի, Դեյֆաբրոյի և Գրիֆիտսի մեկնաբանմամբ. «Տեխնոլոգիական խնդիրների դեպքում վաղ միջամտությունը և հոգեկրթական աշխատանքը, վարքագծային ինքնակարգավորման ռազմավարությունների և ընտանեկան ներգրավվածության հետ համատեղ, համարվում են առավել հիմնավորված կանխարգելիչ միջոցներ» [4, էջեր 48-52]:

Սկզբունքի էությունն արտահայտվում է հետևյալ մոտեցումներում՝

- **դպրոցը** իրականացնում է թվային գիտելիքների, հմտությունների և վարքագծային նորմերի ձևավորում՝ ներառելով մեղիագրագիտության, ինքնակարգավորման և թվային անվտանգության դասընթացներ,

- **ընտանիքը** աջակցում է սովորողի թվային վարքագծի վերահսկողությանը, տրամադրում է սոցիալ-կրթական աջակցություն և նպաստում պատասխանատու թվային վարքագծի մշակմանը,

- **հասարակությունը և համայնքը** ստեղծում են անվտանգ և օգտակար թվային միջավայրեր, կազմակերպում խորհրդատվական և դաստիարակչական ծրագրեր, տրամադրում մոնիթորինգի և հոգեբանական աջակցման մեխանիզմներ:

Մշտադիտարկման (մոնիթորինգի) և հետադարձ կապի սկզբունք

Այս սկզբունքը համացանցային կախվածության կանխարգելման հայեցակարգում հանդիսանում է չափման, գնահատման և կանխարգելիչ ծրագրի ու ռազմավարության ճկուն հարմարման հիմքը, որը ապահովում է կանխարգելիչ աշխատանքների արդյունավետության շարունակական վերահսկումը և վերանայումը:

Մեթոդաբանական տեսանկյունից այս սկզբունքը հիմնվում է մանկավարժական գնահատման, ծրագրային մենեջմենթի և զարգաց-

ման մակարդակների վերագնահատման մոտեցումների վրա:

Այս սկզբունքի էությունը կայանում է նրանում, որ ենթադրում է՝

- **պարբերական մշտադիտարկում**՝ սովորողների թվային վարքագծի, ռիսկերի մակարդակի, մեդիագրագիտության և ինքնակարգավորման հմտությունների գնահատում,

- **հետադարձ կապի ձևեր**՝ ուսուցիչ-սովորող, դպրոց-ընտանիք, խմբային և անհատական խորհրդատվական քննարկումներ,

- **արդյունքների վերլուծություն**՝ տվյալների վրա հիմնված որոշումներ ծրագրի փոփոխության կամ լրացուցիչ միջամտությունների կիրառման համար,

- **ծրագրի ճկունություն և բարելավում**՝ սովորողների և միջավայրի փոփոխվող պահանջներին համապատասխան,

- **արդյունքայնության ապահովում**՝ կանխարգելիչ միջոցառումների ազդեցությունը չափելի և վերահսկելի դարձնելով, ինչը բարձրացնում է երկարաժամկետ ազդեցությունը և կանխարգելման կայունությունը:

Այսպիսով մեր ուսումնասիրությունները ցույց տվեցին, որ սովորողների համացանցային կախվածության կանխարգելմանն ուղղված դպրոց, ընտանիք, համայնք փոխգործակցության շրջանակում կանխարգելիչ միջամտությունների բազմամակարդակ մոտեցումը (համընդհանուր, թիրախային, ցուցված) ապահովում է առավելագույն արդյունավետություն՝ նվազեցնելով համացանցային կախվածության ռիսկերը:

Կանխարգելման ծրագրերը պետք է հիմնված լինեն կենսահոգեւոցիալական մոտեցման վրա՝ ընդգրկելով անհատական, սոցիալական և կառուցվածքային գործոնները:

Հետևաբար, համակարգված, բազմակողմանի և ինտեգրացված հայեցակարգային ռազմավարությունները հանդիսանում են սովորողների համացանցային կախվածության արդյունավետ կանխարգելման հիմնական ուղիներից մեկը:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. **Vondráčková, P., & Šmahel, D.** (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. // *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 568–579.
2. **Goldberg I. K.** 1996. Internet addiction disorder. Retrieved March 11, 2002. from <http://www.cog.brown.edu/brochures/people/duchon/humor/Internet.addiction.html>
3. **Griffiths, M.** (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. // *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197.
4. **King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D.** (2011). Clinical interventions for technology-based problems: Excessive Internet and video game use. // *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(1), 43–56.
5. **Young, K. S.** (1998). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder.* // *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244.

Содана / Հանձնվել է՝ 10.02.2026

Рецензирована / Գրախոսվել է՝ 17.02.2026

Принята / Ընդունվել է՝ 20.02.2026