

УДК: 159.922.5; 159.923.2

Казакова Алена Юрьевна

*студентка 5 курса БГПУ им. М. Акмуллы, факультет психологии, кафедра
прикладной психологии и девиантологии
Россия г. Уфа*

Научный руководитель: Нуриманова Фания Касимовна

*канд. психол. наук, доцент
Россия г. Уфа*

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ, СКЛОННЫХ К ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Аннотация: Сеть Интернет является надежным и сильным современным средством, изменяющим эмоциональное состояние, и дающим возможность реализации разных форм аддиктивного поведения [1, С. 28]. В связи с этим, в последнее десятилетие, наряду с такими распространенными зависимостями как наркомания, алкоголизм, появился качественно новый феномен – интернет-зависимость. В данной статье освещены теоретические взгляды на проблему компьютерной зависимости у студентов и систематизированы научные выводы о личностных особенностях студентов, склонных к интернет-зависимому поведению. Представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление взаимосвязи между уровнем интернет-зависимости студентов и уровнем личностной тревожности.

Ключевые слова: интернет-зависимость , личностные особенности , личность, интернет , зависимость.

Kazakova Alena Yurievna

*5th year student BSPU M. Akmulla, Department of Psychology, Department
of Applied Psychology and Deviantology
Russia Ufa*

Scientific adviser: F.K. Nurimanova

*candidate of psychological sciences, associate professor
Russia Ufa*

PERSONAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS WHO ARE PRONE TO INTERNET-DEPENDENT BEHAVIOR

Abstract: The Internet is a reliable and powerful modern tools, changing emotional state, and to enable the implementation of different forms of addictive behavior [1, p. 28]. In connection with this, in the last decade, along with a widespread addiction as drug addiction, alcoholism, there was a new phenomenon

- Internet addiction. This article presents the theoretical approaches to the problem of computer addiction among students and systematized scientific findings on personality characteristics of students who are prone to Internet addiction behavior. The results of empirical research aimed at identifying the relationship between the level of Internet addiction of students and the level of personal anxiety..

Key words: Internet addiction, personal characteristics, personality, Internet addiction.

Интернет-зависимое поведение — это невозможность субъективного контроля над использованием Интернета, сопровождающееся отрицательным влиянием этого использования на жизнь личности (отношения, здоровье, работу, учёбу, эмоциональное и психологическое состояние) и контрпродуктивным характером деятельности в Интернете [2].

В настоящее время растёт число научных исследований, посвященных данной теме. Изучаются различные аспекты: критерии интернет-зависимости (А.Е. Войскунский); типы интернет-зависимых личностей (В.Д. Менделевич); причины компьютерной зависимости (Ю.В. Фомичева, А.Г. Шмелев, И.В. Бурмистров, К. Янг); факторы личностной предрасположенности к интернет-зависимости (О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войкунский, А.В. Худяков, Ю.В. Староверова, М.С. Киселева, М. Коул, К. Янг, А.В. Гришина); особенности личности интернет-зависимых пользователей (А.Е. Жичкина, А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.А. Петрова, И.В. Чудова, М.И. Дрепа, А.А. Максимов, Н.В. Омельченко); психологические последствия интернет-зависимости для индивида (И.В. Бурлаков, М.С. Иванов, Г.М. Авилов, О.К. Тихомиров, О.Н. Арестова, А.Е. Войкунский); особенности профилактики интернет-зависимого поведения на разных возрастных этапах (И.В. Андреев, М.И. Дрепа, С.К. Рыженко).

Особенно актуальна проблема интернет-зависимого поведения в студенческой среде, поскольку специфические условия обучения в вузе, необходимость адаптации к значительным эмоциональным и физическим нагрузкам требуют от обучающегося повышенного самоконтроля, ответственности и дисциплинированности. Мобилизация всех ресурсов организма приводит к росту усталости и напряжения, нервным срывам, эмоциональным конфликтам, возникновению большого количества негативных переживаний. В качестве средства защиты от напряжения, стресса, студенты прибегают к использованию интернет-технологий, уходя с их помощью от фрустрирующей реальности. И, как итог, патологическое использование сети Интернет приводит к формированию и развитию компьютерной зависимости. Следовательно, при отсутствии своевременной диагностики психологических характеристик студентов и профилактики

интернет-зависимого поведения, чрезмерное использование компьютерных технологий существенным образом отразится на результатах профессиональной подготовки и развитии личности будущего специалиста.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что патологическое использование сети Интернет проявляется в ряде негативных изменений личности: поведении, мотивации, эмоционально-аффективной сферы, коммуникативной сферы, в снижении интеллектуальных способностей, ухудшении физического самочувствия. Исследуя психологические характеристики компьютерных аддиктов, А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова и Е.А. Петрова [3] выявили, что среди них преобладают личности с шизоидным, истероидным типами акцентуаций. Авторы делают выводы о том, что преобладание шизоидных акцентуантов личности связано с самой деятельностью в сети Интернет, а наличие истероидного типа личности объясняется фрустрированностью потребностей аддиктов в реальном мире и стремлением реализовать собственные истероидные черты в виртуальном мире путем знакомства и общения в чатах. По мнению исследователей, компьютерные аддикты низкоадаптивны и застенчивы, что проявляется в коммуникативной сфере личности. Тем не менее, потребность в социальном общении у компьютерных аддиктов достаточно высока, но реализуется эта потребность путем замены реального общения виртуальным. Дальнейшее исследование психологических особенностей личностей, склонных к интернет-зависимому поведению, показало наличие у них сниженных самооценки и самоинтереса, повышенного уровня самообвинения.

Высокая тревожность у компьютерных аддиктов, с точки зрения А.В. Гришиной, рассматривается в качестве причины и следствия интернет-зависимости. При этом если человек не обладает высокой тревожностью до начала увлечения компьютером, то на стадии аддикции тревожность станет высокой, а если у человека изначально высокая тревожность, то она станет еще выше. Следовательно, проблема высокой тревожности у интернет-зависимых личностей может иметь две причины: с одной стороны, высокая тревожность рассматривается как причина зависимости от компьютерных игр и сети Интернет, а с другой стороны, высокая тревожность выступает следствием этой зависимости. При этом рост уровня тревожности способствует усилению дезадаптации личности [4]. В исследовании К. Янг и Р. Роджерса было выявлено, что компьютерные аддикты характеризуются высоким уровнем абстрактного мышления, настороженностью [5].

Обобщив результаты многих исследований, Н.В. Чудова выделяет следующие черты интернет-зависимой личности: наличие сложностей в принятии своего физического «Я» и в общении; склонность к интеллектуализации; чувство недостатка взаимопонимания; эмоциональную

напряженность; склонность к негативизму; наличие хотя бы одной фрустрированной потребности; особую ценность независимости; завышенность или нереалистичность представлений об идеальном «Я»; заниженную самооценку; склонность к избеганию проблем и ответственности [6].

Н.Г. Аринчина, В.И. Дунай, В.Н. Сидоренко на основе полученных результатов проведенного эмпирического исследования [7] делают следующие выводы: интернет-зависимые студенты посвящают компьютерным играм и интернету более 5 часов в день; тратят значительную часть бюджета на апгрейд компьютера; забрасывают свои домашние дела, учебу, пренебрегают приемом пищи, отдыхом ради проведения большего времени в сети Интернет; предпочитают общение с компьютером общению с друзьями и родственниками; при отвлечении от игры становятся раздражительными и агрессивными. Студенты, склонные к интернет-зависимому поведению, имеют высокий общий уровень интернальности, причем наиболее выражена интернальность в области достижений (в данном случае под достижением понимается прохождение определенных компьютерных уровней). Менее всего выражена интернальность в области здоровья и в области межличностных отношений. Компьютерные аддикты значительно больше социально изолированы, больше испытывают чувство одиночества по сравнению со студентами без компьютерной зависимости. Также в рамках данного исследования авторами был осуществлен анализ копинг-поведения в стрессовых ситуациях у студентов, имеющих компьютерную зависимость, который показал, что особо выраженной у них является стратегия, направленная на избегание при решении ситуационных задач.

Интересным представляется исследование М.И. Дрепы [1], согласно которому у интернет-зависимых студентов наблюдаются изменения коммуникативной, эмоционально-волевой и мотивационной сфер личности, сопровождающиеся изменением уровня личностной тревожности, депрессии, агрессивности, враждебности, силы воли, самооценки, стрессоустойчивости, уверенности в себе, конфликтности и одиночества.

Согласно И.В. Андрееву, личностные особенности студентов могут провоцировать чрезмерное увлечение индивидом компьютером и сетью Интернет. Среди таких свойств он выделяет ряд эмоциональных, коммуникативных, мотивационных и ценностно-нравственных качеств личности, характеризующих ее психологическое неблагополучие (страх неудачи и отвержения, неадекватность самооценки, коммуникативные затруднения, неудовлетворенность мотивов, неблагоприятные ценностно-смысловые ориентации). И как итог, спровоцированная этими качествами,

психологическая зависимость от интернет-технологий оказывает неблагоприятное влияние на весь спектр личностных характеристик, описывающих целостный образ жизни студента и его поведение [8].

Таким образом, на основе анализа психолого-педагогических исследований, мы систематизировали полученные положения и выводы о личностных особенностях студентов, склонных к интернет-зависимому поведению и представили их в виде блоков (табл. 1): эмоционально-волевая сфера личности, физиологическая сфера личности, коммуникативная сфера личности, мотивационная сфера личности, поведенческая сфера личности.

Табл. 1. Личностные особенности студентов, склонных к интернет-зависимому поведению

Сферы проявления	Особенности
Физиологическая сфера личности	нарушения со стороны глаз (ухудшение зрения, дисплейный синдром, синдром «сухого глаза»); нарушения опорно-двигательного аппарата (искривление позвоночника, нарушения осанки, карпальный синдром); нарушения пищеварительной системы (нарушение питания, хронические запоры).
Эмоционально-волевая сфера личности	высокий уровень личностной тревожности; депрессия; агрессивность; враждебность; низкие показатели силы воли; низкий уровень стрессоустойчивости; заниженная самооценка; интернализация локуса контроля; неуверенность в себе; эмоциональный подъем во время работы с компьютером.
Коммуникативная сфера личности	повышенный уровень одиночества; повышенный уровень конфликтности.
Мотивационная сфера личности	направленность мотивации в сторону избегания неудач.
Поведенческая сфера личности	наличие постоянной потребности в компьютерной игре, сети Интернет и одновременно с этим невозможность полного удовлетворения этой потребности; намеренное

	преуменьшение или ложь относительно времени проведенного за компьютером; оправдание собственного поведения и пристрастия; раздражение при вынужденном отвлечении от интернета; расходование большой суммы денег на компьютер и компьютерные игры; забывание о домашних делах, служебных обязанностях, учебе, встречах и договоренностях; обсуждение компьютерной тематики со всеми сведущими в этой области людьми.
--	---

Табл. 1. Личностные особенности студентов, склонных к интернет-зависимому поведению

Сфера проявления Особенности

Физиологическая сфера личности нарушения со стороны глаз (ухудшение зрения, дисплейный синдром, синдром «сухого глаза»); нарушения опорно-двигательного аппарата (искривление позвоночника, нарушения осанки, карпальный синдром); нарушения пищеварительной системы (нарушение питания, хронические запоры). Эмоционально-волевая сфера личности высокий уровень личностной тревожности; депрессия; агрессивность; враждебность; низкие показатели силы воли; низкий уровень стрессоустойчивости; заниженная самооценка; интернализация локуса контроля; неуверенность в себе; эмоциональный подъем во время работы с компьютером.

Коммуникативная сфера личности повышенный уровень одиночества; повышенный уровень конфликтности. **Мотивационная** сфера личности направленность мотивации в сторону избегания неудач

Поведенческая сфера личности наличие постоянной потребности в компьютерной игре, сети Интернет и одновременно с этим невозможность полного удовлетворения этой потребности; намеренное преуменьшение или ложь относительно времени проведенного за компьютером; оправдание собственного поведения и пристрастия; раздражение при вынужденном отвлечении от интернета; расходование большой суммы денег на компьютер и компьютерные игры; забывание о домашних делах, служебных обязанностях, учебе, встречах и договоренностях; обсуждение компьютерной тематики со всеми сведущими в этой области людьми.

Экспериментальное исследование, проведенное среди студентов Учреждения образования «Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина» было направлено на выявление

взаимосвязи между уровнем интернет-зависимости обучающихся и уровнем личностной тревожности. В исследовании принимали участие студенты факультета технологии (84 респондента). Разделение по половому признаку было следующим: 30 % составили лица женского пола, 70 % – лица мужского пола. Возраст обследуемых от 18 до 23 лет.

Для выявления уровня интернет-зависимости студентов был использован русскоязычный вариант теста К. Янг в модификации В.А. Буровой.

Анализируя результаты проведенного исследования (рисунок 1), можно отметить, что у 29% (24 респондента) отсутствует интернет-зависимость, у 33% (28 опрошенных) – низкий уровень интернет-зависимости, у 37% (31 респондент) – средний уровень интернет-зависимости, 1% (1 респондент) – высокий уровень интернет-зависимости.

В дальнейшем для выявления взаимосвязи уровня интернет-зависимости и уровня личностной тревожности, все обследуемые студенты были разделены на две группы: первая группа – с отсутствием интернет-зависимости и низким уровнем интернет-зависимости (без признаков компьютерной зависимости), вторая группа – студенты со средним и высоким уровнями интернет-зависимости (с признаками компьютерной зависимости). Для выявления уровня тревожности у студентов использовалась методика «Шкала проявления тревоги Тейлора» в адаптации Т.А. Немчина, В.Г. Норакидзе. Результаты анализа данной методики представлены на рисунке 2.

Исходя из представленных данных, видно, что различия в уровне тревожности между группами значительные: если в первой группе (студенты без признаков интернет-зависимости) преобладает средний (с тенденцией к низкому) уровень тревоги (35% опрошенных) и средний (с тенденцией к высокому) уровень тревоги (53% опрошенных), то во второй группе (с признаками интернет-зависимого поведения) – 57% респондентов имеют средний (с тенденцией к высокому) уровень тревоги и 22% опрошенных с высоким уровнем тревоги. Таким образом, анализ результатов проведенного исследования позволяет сделать вывод о существующей взаимосвязи между уровнем компьютерной зависимости и уровнем тревожности студентов, при этом студенты без признаков интернет-зависимого поведения обладают более низким уровнем личностной тревожности, в то время как студентам с признаками интернет-зависимого поведения присущ более высокий уровень тревожности.

Обобщая результаты, можно сделать вывод о том, что патологическое использование студентами сети Интернет существенным образом влияет на их личностные характеристики и находит отражение в следующих сферах: эмоционально-волевой, физиологической, мотивационной, поведенческой,

коммуникативной. Следовательно, данное исследование подтверждает тот факт, что необходимы своевременное выявление интернет-зависимых студентов, диагностика их личностных особенностей, и разработка на этой основе ряда эффективных профилактических мероприятий.

Список использованных источников:

1. Дрепа, М.И. Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / М.И. Дрепа. – Ставрополь, 2010. – 254 с.
2. Малыгин, В.Л. Интернет-зависимое поведение. Клиника, проблемы диагностики. Подходы к профилактике и психологической коррекции. /В.Л. Малыгин // Аддиктивное поведение. Профилактика и реабилитация: Материалы Всерос. науч.-практ. конференции с международным участием, Москва, 22-23 апр. 2011г. / Моск. город. псих.-пед. ун-т; редкол.: В.В. Барцалкина [и др.]. – Москва, 2011. – С. 143 – 147.
3. Егоров, А.Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.А. Петрова // Вопросы психологического здоровья детей и подростков, 2005. – №2. – С. 20 – 27.
4. Гришина, А.В. Психологические факторы возникновения и преодоления игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / А.В. Гришина – Нижний Новгород, 2011. – 196с.
5. Янг, К.С. Диагноз интернет-зависимость / К. С. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24-29.
6. Чудова, И.В. Особенности образа «Я» «жителя Интернета» / И.В. Чудова // Психологический журнал, 2002. – № 1. – С. 113-117.
7. Аринчина Н.Г. Проблемы, связанные с компьютерной зависимостью у студентов / Н.Г. Аринчина, В.И. Дунай, В.Н. Сидоренко // Вестник БГМУ, 2012. – №1. – С. 130 – 133.
8. Андреев И.В. Формирование психологической устойчивости студентов к негативному влиянию интернет-технологий: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / И.В. Андреев. – Нижний Новгород, 2008. – 225 с.