

УДК 159.9

*Алексеевко В.В., магістрант ХНУВС*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ СТУДЕНТОВ**

Данная работа посвящена проблеме зависимости студентов от сети Интернет. Интернет-зависимость рассматривается как навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета. Проанализированы различные научные подходы к данной проблеме.

*Ключевые слова:* интернет-зависимость, коммуникация, сеть Интернет, психологические характеристики, копинг-стратегии, совладающее поведение.

Робота присвячена проблемі залежності індивідів від мережі Інтернет. Інтернет-залежність розглядається як нав'язливе бажання підключитися до Інтернету і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету. Проаналізовано різні наукові підходи до даної проблеми.

*Ключові слова:* інтернет-залежність, комунікація, мережа Інтернет, психологічні характеристики, копінг-стратегії, опановуюча поведінка.

В последние годы наблюдается ускоренная компьютеризация всех сфер общественной жизни. Компьютер стал привычным не только в производственных цехах и научных лабораториях, но и в студенческих аудиториях и школьных классах. Непрерывно растет число специалистов, работающих с персональным компьютером, который становится их основным рабочим инструментом. Ни экономические, ни научные достижения невозможны теперь без быстрой и четкой информационной связи. Небывалая скорость получения визуальной информации и ее передачи адресату, а следовательно, возможность наиболее эффективного практического использования этой информации – это главные причины всеобщей компьютеризации.

Компьютеры и информационные системы находят применение во все новых областях человеческой практики, оказывая воздействие на психические процессы и трансформируя не только отдельные действия, но и человеческую деятельность в целом. С психологической точки зрения, при взаимодействии человека с системами информатики происходит преобразование деятельности за счет опосредствования ее знаковыми системами. Согласно культурно-исторической теории развития психики, психические функции делятся на натуральные и выше.

Интернет (англ. Internet, от лат. Inter– между и англ. Net– сеть) – всемирная компьютерная сеть, соединяющая вместе тысячи сетей, включая сети вооруженных сил и правительственных организаций, образовательных учреждений, благотворительных организаций, промышленных предприятий и корпораций всех видов, а также коммерческих предприятий (сервис-провайдеров), которые предоставляют частным лицам доступ к сети. Среди типов доступа в Интернет различают online доступ, что позволяет использовать сеть в режиме реального времени, и offline доступ, когда задание для сети готовится заранее, а при соединении происходит лишь передача или прием подгото-

вленных данных. Такой доступ менее требователен к качеству и скорости каналов связи, но дает возможность пользоваться только e-mail – электронной почтой [9].

Интернет – наиболее динамично развивающаяся среда информационного обмена в истории человечества. Современные возможности доступа к Интернету с мобильных телефонов и устройств (мобильный Интернет), с телеприемника, а также обмен информацией через сеть других устройств, расширяют круг пользователей.

Впервые Интернет – зависимость как синдром был описан в 1995 году доктором Иваном Голдбергом. В 1994 году психиатр Кимберли Янг разработала и опубликовала на сайте тест-опросник, направленный на выявление интернет-зависимости. В 1997-1998 гг. были созданы исследовательские и консультативно-диагностические службы по этой проблематике. В 1998-1999 гг. вышли первые монографии по проблеме (К. Янг, Д. Гринфилд и др.)

Целью нашей работы было выявление степени Интернет-зависимости студентов электромашиностроительного факультета. Мы попытались выявить существенные характеристики Интернет-зависимости, определить предпосылки ее развития у студентов.

В нашем исследовании мы рассматривали Интернет-зависимость как разновидность технологических зависимостей, формирующаяся на базе различных форм использования Интернета в соответствии с динамикой, свойственной аддиктивному процессу, за счет смещения целей аддиктивно-предрасположенной личности в виртуальную реальность для восполнения недостающих сфер жизни путем конструирования в виртуальной реальности новой личности и замещения реальной жизнедеятельности виртуальной [1; 5].

Анализ существующей литературы по данной проблеме позволил установить, что основными предпосылками развития Интернет-зависимости у студентов являются: неполное разрешение кризиса взросления, проявляющееся в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности и предлагаемыми социальными ролями и сменяющегося кризисом интимности с формированием психологической изоляции; привлекательность Интернет-среды для разрешения данного кризиса за счет возможности конструирования в ней желаемой реальности [1; 3].

В современной литературе нет единых критериев, характерных для развития Интернет-зависимости. Проведенный анализ литературы позволил выделить в качестве основных критериев Интернет-зависимости проблемы контроля времени, проводимого в Интернете [2; 9]; лабильность настроения при использовании Интернета [3; 7]; наличие симптомов отмены при прекращении использования Интернета; включение в различные виды деятельности в сети Интернет и пренебрежение деятельностью вне сети [4; 8].

Психологическое развитие студента носит кризисный характер, выражающийся в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности студента и предлагаемыми социальными ролями. Кризис идентичности сменяется кризисом интимности с формированием психологической изоляции [5].

Одним из проявлений неполного разрешения кризиса встречи со взрослостью является нарушение процесса адаптации студента. Своеобразной

формой адаптации студента к сложной жизненной реальности является зависимость, проявляющаяся в сосредоточенности на узконаправленной сфере деятельности при игнорировании остальных в форме бегства от реальных проблем в некий иллюзорный мир. В последние годы вследствие научно-технического прогресса спектр студенческих зависимостей значительно расширился. После приобретения способности к манипуляциям с Интернетом в жизни студенчества автоматически возникла дополнительная реальность, которая называется «виртуальной».

Виртуальная реальность создает иллюзию удовлетворения большинства потребностей студента, пропагандируя легкодоступные, очевидные преимущества перед реальностью за счет возможности создания нового образа «Я», проигрывания различных социальных ролей, возможности анонимных социальных контактов и свободного доступа к большому количеству информации.

Итогом многочасового погружения студента в виртуальную реальность является зависимость. Зависимость от виртуальной реальности развивается в результате смещения в нее основных целей личности. При этом виртуальный мир некритически воспринимается как предпочтительная реальность.

Исследование, в котором приняли участие 122 студента электромашиностроительного факультета Харьковского политехнического университета, показало, что Интернет играет важную роль в жизни современной молодежи, это подтверждается каждодневным посещением ими глобальной сети, очень частым превышением времени пребывания в Интернете, пренебрежением личными делами, в связи с этим, частым недовольством окружающих количеством времени, проводимым студентом в Интернете. Ежедневное посещение студентами сети Интернет свидетельствует об их патологической увлеченности глобальной сетью и стремлении к замещению реальной жизни виртуальной. Тот факт, что основной целью использования Интернет-среды у большинства опрошенных студентов является общение, свидетельствует о наличии у Интернет-зависимых студентов трудностей в формировании и успешном осуществлении межличностного общения в реальной жизни. Жалобы окружающих на проведение студентом слишком большого времени в Интернете свидетельствуют о потере самоконтроля и безуспешности попыток сократить зависимое поведение, что, в конечном счете, приводит к ухудшению или разрушению отношений Интернет-зависимых студентов со значимыми для них людьми.

Исследование, в котором мы использовали ряд известных диагностических методик (методику диагностики Интернет-зависимости К. Янг; опросник Басса-Дарки; тест «Перцептивная оценка типа стрессоустойчивости»; методику диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В. Бойко; методика определения уровня депрессии В.А. Жмурова; индикатор копинг-стратегий Д.Амирхана), позволило на эмпирическом уровне установить, что для Интернет-зависимых студентов характерны такие показатели эмоционально-волевой сферы личности, как высокие уровни личностной тревожности, депрессии агрессивности и враждебности. При увеличении степени Интернет-зависимости происходит дальнейшее повышение данных характеристик. Для Интернет-зависимых студентов характерны низкие

показатели силы воли, стрессоустойчивости, самооценки и уверенности в себе. При увеличении степени интернет-зависимости имеет место тенденция к дальнейшему снижению данных показателей.

Выявленные показатели эмоционально-волевой сферы Интернет-зависимых студентов predisполагают их к увеличению использования Интернет-среды за счет возможности конструирования в ней новой виртуальной личности, получения эмоциональной поддержки и признания, достижения целей не путем развития собственных необходимых качеств, а путем смещения их в виртуальную реальность.

Психологические характеристики личности Интернет-зависимых студентов проявляются в эмоционально-волевой сфере высокими показателями личностной тревожности, депрессии, агрессивности и враждебности и низкими показателями силы воли, стрессоустойчивости, самооценки и уверенности в себе.

Таким образом, можно говорить о том, что компьютерные технологии оказывают глубокое влияние на психику и сознание человека. Говорить о синдроме Интернет-зависимости однозначно нельзя. Не все пользователи Интернета «поглощаются» виртуальной реальностью и приобретают психическую зависимость. Негативное влияние Интернета находится в прямой зависимости от личностных характеристик пользователя.

Единственным противоядием от Интернет-зависимости является формирование компьютерной культуры и самовоспитание пользователей.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Айвазова А. Е. Психологические аспекты зависимости / Айвазова А. Е. – СПб. : Речь, 2003. – 120 с.
2. Безрукова О. Н. Социология молодежи : [учебно-методическое пособие] / Безрукова О. Н. – СПб. : Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2004. – 35 с.
3. Войскунский А. Е. Зависимость от Интернета : актуальная проблема / А. Е. Войскунский // Журнал неврологии и психиатрии. – 2002. – № 3. – С. 79.
4. Егоров А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) / А. Ю. Егоров // Аддиктология. – 2005. – № 1. – С. 65–77.
5. Кулаков С. А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков / Кулаков С. А. – М. : Просвещение-АСТ, 1998. – 462 с.
6. Фетискин Н. П. Психология аддиктивного поведения : [научно-методическое издание] / Фетискин Н. П. – Кострома : КГУ, 2005. – 272 с.
7. Шабалина В. В. Психология зависимого поведения / Шабалина В. В. – СПб. : Медицинская пресса, 2003. – 336 с.
8. Юрьева Л. Н. Компьютерная зависимость : формирование, диагностика, коррекция и профилактика : [монография] / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск : Пороги, 2006. – 196 с.
9. Янг К. С. Диагноз – интернет-зависимость / К. С. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24–29.