

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**ХАРАКТЕРИСТИКА ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ  
И СТРАТЕГИЙ ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ  
СТАРШИХ КЛАССОВ**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

Студентки 4 курса 432 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля Психология и социальная педагогика  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
**ВАГНЕР ВАЛЕРИИ АЛЕКСАНДРОВНЫ**

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент

\_\_\_\_\_

**И.В. Малышев**

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор

\_\_\_\_\_

**М.В. Григорьева**

## **ВВЕДЕНИЕ**

Темой данной дипломной работы является характеристика интернет-аддикции и стратегий преодолевшего поведения у учащихся старших классов.

Проблема интернет-аддикции учащихся старшего школьного возраста является принципиально важной. Бурное развитие компьютерных технологий в последние годы накладывает определенный отпечаток на личность современного человека. Мощный поток новой информации, применение компьютерных технологий оказывает важное влияние на воспитательное пространство учащихся. Компьютеры уже давно перестали быть просто рабочими машинами и стали частью повседневной жизни людей, инструментом общения.

Актуальность данной темы обуславливается растущим интересом учащихся к деятельности в сети интернет, увеличивающимся количеством подростков, у которых отмечается интернет-аддикция.

Цель дипломной работы – изучение характеристик интернет-аддикции и стратегий преодолевающего поведения учащихся старших классов.

Объект исследования: копинг-стратегии учащихся с разными проявлениями интернет-аддикции.

Предмет исследования: характеристика интернет-аддикции и стратегий преодолевшего поведения у учащихся старших классов.

Основная гипотеза исследования: учащиеся старших классов на раннем этапе стихийной социализации имеют разные уровни интернет-зависимости. Интернет-аддикция влияет на отдельные свойства личности и копинг-стратегии. В зависимости от проявления интернет-зависимости личностные свойства и копинг-стратегии будут различные у учащихся с высоким и низким уровнем зависимости. Это выражается в качественно-количественных характеристиках личности.

В соответствии с объектом, предметом и целью исследования, и исходя из рабочей гипотезы, определены задачи исследования:

1. Рассмотреть проблематику аддиктивного поведения и копинг-стратегий в отечественной и зарубежной психологии. Изучить социально-психологические факторы формирования интернет-аддикции.

2. В ходе эмпирического исследования установить степень выраженности стратегий преодолевшего поведения учащихся старших классов.

3. Рассмотреть характер взаимосвязей между интернет-аддикцией и стратегиями преодолевшего поведения; между интернет-аддикцией и адаптацией, самооценкой и уровнем тревожности.

База исследования. Выборку исследования составили: 60 испытуемых, учащиеся десятых классов МБОУ «СОШ № 11» г. Саратова. Возраст респондентов: 15-17 лет.

Научная новизна исследования: на основе эмпирического анализа раскрыта специфика взаимосвязи интернет-аддикции и стратегий преодолевшего поведения. Также выявлено влияние интернет-аддикции на личностные особенности учащихся старших классов.

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты и сформулированные на их основе выводы могут быть использованы при разработке профилактических и коррекционных программ, направленных на снижение и профилактику интернет-аддикции.

Проблема зависимости личности набирает обороты и становится особенно важной и актуальной для научного осмысления и определения. Дальнейшее исследование аддикций учащихся делает данный вопрос приоритетным в ряде других важных составляющих.

Объем и структура дипломной работы. Дипломная работа общим объемом 72 страницы состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка использованной литературы, включающего 69 источников и приложения. Дипломная работа содержит 10 таблиц и 11 рисунков.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Проблема интернет-аддикции учащихся старшего школьного возраста является принципиально важной. Бурное развитие компьютерных технологий в последние годы накладывает определенный отпечаток на личность современного человека. Мощный поток новой информации, применение компьютерных технологий оказывает важное влияние на воспитательное пространство учащихся. Компьютеры уже давно перестали быть просто рабочими машинами и стали частью повседневной жизни людей, инструментом общения.

Учение о зависимостях, или аддиктология, было сформировано на стыке наук психологии и медицины. Важный вклад в разработку данной проблемы вносят также педагогика и социология. В наше время вопрос зависимости рассматривается в более широком смысле. В качестве факторов возникновения аддикций можно выделить психологические, социальные и биологические факторы. Совокупность факторов в каждой определенной ситуации определяет степень риска формирования предрасположенности к аддикции. Среди провоцирующих факторов аддиктивного поведения также можно отметить такие, как: нервно-психическая неустойчивость, акцентуации характера, поведенческие реакции, реакции эмансипации.

Для исследования характеристик интернет-аддикций и стратегий преодолевшего поведения учащихся старших классов было спланировано и осуществлено эмпирическое исследования.

Идея исследования состоит в следующем. Сначала надо провести диагностику уровня интернет-аддикции. Диагностика проводится у всех испытуемых. Затем проводится диагностика стратегий преодолевшего поведения для подтверждения или опровержения гипотезы также у всех испытуемых.

В данном исследовании нами были использованы следующие психодиагностические методики:

- Методика «Шкала интернет-зависимости С. Чена» в адаптации К.А. Феклисова;

- Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций – SACS – С. Хобфолл. Адаптация Н. Водопьяновой и Е. Старченковой;

- Методика диагностики копинг-поведения в стрессовых ситуациях, в адаптации Т.А. Крюковой;

- Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймона;

- «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Спилбергера – Ханина;

- «Диагностика общей самооценки» Казанцевой.

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что у испытуемых выявлено: 40 испытуемых (66%) с минимальным риском возникновения зависимого поведения, 10 испытуемых (17%) со склонностью к возникновению зависимости, 10 испытуемых (17%) с устойчивым зависимым поведением.

Анализ результатов изучения интернет-зависимости у испытуемых показывает, что для 66% испытуемых характерен минимальный риск интернет-зависимости (среднее арифметическое значение – 31, 225), для 17% испытуемых характерен устойчивый уровень интернет-зависимости (среднее значение – 69, 4).

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что в группе исследования выявлено: 32 респондента (53%) с высоким уровнем конструктивности преодолевшего поведения, 14 респондентов (23%) со средним уровнем конструктивности преодолевшего поведения, 14 респондента (23%) с низким уровнем конструктивности преодолевшего поведения.

Анализ результатов изучения конструктивности преодолевшего поведения у испытуемых показывает, что для 53% испытуемых характерен высокий уровень конструктивности преодолевшего поведения (среднее

арифметическое значение – 1,19), для 23% характерен низкий уровень конструктивности преодолевшего поведения (среднее значение – 0,61).

Анализ результатов изучения основных моделей преодолевшего поведения испытуемых показывает, что модель ассертивные действия представлена у 37% испытуемых. Модель социальный контакт представлена у 40% испытуемых. Модель поиск социальной поддержки представлена у 33% испытуемых. Модель осторожные действия представлена у 14% испытуемых. Модель импульсивные действия представлена у 20% испытуемых. Модель избегание представлена у 24% испытуемых. Модель непрямые действия представлена у 3% испытуемых. Модель асоциальные действия представлена у 16% испытуемых. Модель агрессивные действия представлена у 13% испытуемых.

При сопоставлении полученных результатов конструктивности преодолевшего поведения и интернет-зависимости видно, что у испытуемых с устойчивой интернет-зависимостью отмечены низкие показатели конструктивности преодолевшего поведения. У испытуемых с минимальным риском интернет-зависимости отмечены высокие показатели конструктивности преодолевшего поведения.

Прослеживается зависимость между уровнем интернет-зависимости и уровнем конструктивности преодолевшего поведения. Исходя из этого предположения, был проведен корреляционный анализ изучаемых явлений. На его основе у испытуемых выявлена отрицательная связь между шкалой интернет-зависимости и показателями конструктивности преодолевшего поведения ( $r = -0,83594$ ,  $p < 0,05$ ). Взаимосвязь между интернет-зависимостью и стратегиями преодолевшего поведения существует. Характер взаимосвязи имеет обратную зависимость. Чем выше уровень конструктивности преодолевшего поведения, тем ниже уровень интернет-аддикции. И наоборот, чем выше уровень интернет-аддикции, тем ниже уровень конструктивности преодолевшего поведения.

Анализ результатов изучения основных копинг-поведенческих стратегий в стрессовых ситуациях у испытуемых показывает, что для 50% испытуемых характерен копинг с ориентацией на решение задачи (среднее арифметическое значение – 45,5), для 20% копинг, ориентированный на избегание (среднее значение – 34) и для 30% – с ориентацией на эмоции (среднее значение – 28,5).

При сопоставлении полученных результатов копинга с анализом интернет-зависимости видно, что у испытуемых с минимальным риском интернет-зависимости преобладает копинг-стратегия с ориентацией на решение задачи, далее следует копинг на эмоции и на избегание. Необходимо отметить позитивное влияние данных стратегий – паттернов поведения на возникновение зависимости личности, которые в целом снижают факторы риска возникновения интернет-зависимости. У испытуемых с устойчивой интернет-зависимостью преобладает копинг-стратегия с ориентацией на избегание, далее следует копинг на эмоции и на решение задач.

Гипотеза нашего исследования о том, что существуют определенные взаимосвязи между интернет-аддикцией и стратегиями преодолевшего поведения, подтверждается результатами исследования. Результаты исследования интернет-аддикции и конструктивности преодолевшего поведения показывают, что существуют определенные взаимосвязи между исследуемыми параметрами. У респондентов с диагностированным минимальным риском возникновения интернет-зависимости отмечена высокая конструктивность преодолевшего поведения. У респондентов с диагностированной склонностью к возникновению интернет-зависимости отмечена средняя конструктивность преодолевшего поведения. У респондентов с диагностированной устойчивой интернет-зависимостью отмечена низкая конструктивность преодолевшего поведения.

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что выявлены 50 испытуемых (83%) с уровнем адаптация, а также 10 испытуемых (7%) с уровнем дезадаптация.

Анализ результатов изучения адаптации у учащихся показывает, что для 83% испытуемых характерна адаптация (среднее арифметическое значение – 42,16), для 7% характерна дезадаптация (среднее значение – 35,1).

При сопоставлении полученных результатов интернет-зависимости с анализом социально-психологической адаптации личности учащихся видно, что у испытуемых с более высоким уровнем адаптационных возможностей преобладает минимальный риск интернет-зависимости. У испытуемых с низким уровнем адаптационных возможностей (дезадаптация) преобладает устойчивая интернет-зависимость.

Выявлена отрицательная связь между показателями интернет-зависимости и интегральными показателями социально-психологической адаптации ( $r = -0,29095$ ,  $p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии обратной связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой уменьшаются. В рамках данной работы решена задача: выявить наличие и характер взаимосвязи между исследуемыми параметрами. Взаимосвязь между интернет-зависимостью и адаптацией существует. Характер взаимосвязи имеет обратную зависимость. Чем выше уровень адаптации поведения, тем ниже уровень интернет-аддикции. И наоборот, чем выше уровень интернет-аддикции, тем ниже уровень адаптации.

Выявлена положительная связь между показателями конструктивности преодолённого поведения и интегральными показателями социально-психологической адаптации ( $r = 0,412775$ ,  $p < 0,05$ ).

Данные корреляции подтверждают высказанное ранее предположение о взаимосвязи интернет-зависимости и социально-психологической адаптации личности.

Анализ результатов изучения личностной и ситуативной тревожности испытуемых показывает, что для 76% испытуемых характерен умеренный уровень личностной тревожности (среднее арифметическое значение – 30,79), для 24% характерен высокий и низкий уровень личностной тревожности



(среднее значение – 47,8). Для 76% испытуемых характерен умеренный уровень ситуативной тревожности (среднее арифметическое значение – 30,36), для 24% характерен высокий и низкий уровень ситуативной тревожности (среднее значение – 47).

При сопоставлении полученных результатов интернет-зависимости с анализом личностной и ситуативной тревожности учащихся видно, что у испытуемых с умеренным уровнем личностной и ситуативной тревожности преобладает минимальный риск интернет-зависимости. У испытуемых с высоким и низким уровнем личностной и ситуативной тревожности преобладает устойчивая интернет-зависимость. Прослеживается зависимость между уровнем интернет-зависимости и уровнем личностной и ситуативной тревожности. Выявлена положительная связь между показателями интернет-зависимости и показателями личностной тревожности ( $r = 0,309857, p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии прямой связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой тоже увеличиваются.

У испытуемых выявлена положительная связь между показателями интернет-зависимости и показателями ситуативной тревожности ( $r = 0,344516, p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии прямой связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой тоже увеличиваются.

Выявлена отрицательная связь между показателями конструктивности преодолешего поведения и показателями личностной тревожности ( $r = -0,19038, p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии обратной связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой уменьшаются.

У испытуемых выявлена отрицательная связь между показателями конструктивности преодолешего поведения и показателями ситуативной тревожности ( $r = -0,23584, p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о

наличии обратной связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой уменьшаются.

Данные корреляции подтверждают высказанное ранее предположение о взаимосвязи интернет-зависимости и тревожности личности.

Подтверждается предположение нашего исследования о том, что интернет-аддикция способствует негативному изменению личности старшеклассников – в частности, повышению личностной и ситуативной тревожности испытуемых. В основу предположения были положены представления о том, что интернет-аддикция вызывает психологическую зависимость, в результате которой происходят значимые изменения.

Анализ результатов изучения самооценки испытуемых показывает, что для 83% испытуемых характерен высокий уровень самооценки (среднее арифметическое значение – 5,5), для 7% характерен низкий уровень самооценки (среднее значение – 4,9).

При сопоставлении полученных результатов интернет-зависимости с анализом самооценки учащихся видно, что у испытуемых с высоким уровнем самооценки преобладает минимальный риск интернет-зависимости. У испытуемых с низким уровнем самооценки преобладает устойчивая интернет-зависимость. Выявлена отрицательная связь между показателями интернет-зависимости и показателями самооценки ( $r = -0,75524$ ,  $p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии обратной связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой уменьшаются. При минимальном риске интернет-зависимости наблюдается высокая самооценка испытуемых.

Выявлена положительная связь между показателями конструктивности преодолешего поведения и показателями самооценки испытуемых ( $r = 0,661221$ ,  $p < 0,05$ ). Данные показатели свидетельствуют о наличии прямой связи между исследуемыми переменными, то есть при увеличении значений одной переменной, значения другой тоже увеличиваются.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования состояла в том, чтобы охарактеризовать интернет-аддикцию и стратегии преодолевшего поведения учащихся старших классов. Данные поставленные задачи решены.

Также мы рассмотрели характеристики интернет-аддикции и стратегий преодолевающего поведения учащихся старших классов. Учение о зависимостях, или аддиктология, было сформировано на стыке наук психологии и медицины. Важный вклад в разработку данной проблемы вносят также педагогика и социология. В наше время вопрос зависимости рассматривается в более широком смысле. В качестве факторов возникновения аддикций можно выделить психологические, социальные и биологические факторы. Совокупность факторов в каждой определенной ситуации определяет степень риска формирования предрасположенности к аддикции. Среди провоцирующих факторов аддиктивного поведения также можно отметить такие, как: нервно-психическая неустойчивость, акцентуации характера, поведенческие реакции, реакции эмансипации.

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что у испытуемых выявлено: 40 испытуемых (66%) с минимальным риском возникновения зависимого поведения, 10 испытуемых (17%) со склонностью к возникновению зависимости, 10 испытуемых (17%) с устойчивым зависимым поведением. Анализ результатов изучения интернет-зависимости у испытуемых показывает, что для 66% испытуемых характерен минимальный риск интернет-зависимости (среднее арифметическое значение – 31, 225), для 17% испытуемых характерен устойчивый уровень интернет-зависимости (среднее значение – 69, 4).

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что в группе исследования выявлено: 32 респондента (53%) с высоким уровнем конструктивности преодолевшего поведения, 14 респондентов (23%) со средним уровнем конструктивности преодолевшего поведения, 14 респондента (23%) с низким уровнем конструктивности преодолевшего

поведения. Анализ результатов изучения конструктивности преодолевшего поведения у испытуемых показывает, что для 53% испытуемых характерен высокий уровень конструктивности преодолевшего поведения (среднее арифметическое значение – 1,19), для 23% характерен низкий уровень конструктивности преодолевшего поведения (среднее значение – 0,61).

При сопоставлении полученных результатов конструктивности преодолевшего поведения и интернет-зависимости видно, что у испытуемых с устойчивой интернет-зависимостью отмечены низкие показатели конструктивности преодолевшего поведения. У испытуемых с минимальным риском интернет-зависимости отмечены высокие показатели конструктивности преодолевшего поведения.

Прослеживается зависимость между уровнем интернет-зависимости и уровнем конструктивности преодолевшего поведения. Исходя из этого предположения, был проведен корреляционный анализ изучаемых явлений. На его основе у испытуемых выявлена отрицательная связь между шкалой интернет-зависимости и показателями конструктивности преодолевшего поведения ( $r = -0,83594$ ,  $p < 0,05$ ).

Взаимосвязь между интернет-зависимостью и стратегиями преодолевшего поведения существует. Характер взаимосвязи имеет обратную зависимость. Чем выше уровень конструктивности преодолевшего поведения, тем ниже уровень интернет-аддикции. И наоборот, чем выше уровень интернет-аддикции, тем ниже уровень конструктивности преодолевшего поведения.

Главным мотивом в действиях аддиктивной личности становится стремление к уходу от реальности, страх перед обыденной жизнью и полная неспособность нести ответственность за свои действия. Среди причин появления интернет-аддикции у учащихся старших классов можно выделить следующие: недостаток общения в семье; отсутствие у подростка каких-либо увлечений, интересов; неумение налаживать значимые контакты с окружающими людьми, отсутствие друзей. О возникновении зависимости

можно говорить в том случае, когда интернет используется лишь как средство получения удовольствия, но не информации и не пользы; когда интернет используется для того, чтобы заменить привычную и сложную жизнь на простую и доступную виртуальную реальность.

Важную категорию ресурсов стрессоустойчивости представляют способы преодоления сложных ситуаций - стратегии преодолевающего поведения. Характер преодолевающего поведения находится в прямой зависимости от жизненной позиции человека. Психологическое предназначение преодолевающего поведения состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации путем овладения, ослабления или смягчения этих требований.

Вопросы сохранения здоровья подрастающего поколения всегда волновали исследователей. Развитие индустрии электронных и компьютерных игр, сети интернет ставит перед психологией множество вопросов о том, какое влияние они оказывают на развитие личности, можно ли эту деятельность назвать игрой, не вредит ли она психике подростка. Последнее время исследователи все чаще обращаются к этой сфере в связи с резким скачком в развитии технологий, которые существенно изменили представленные интернет-услуги. Необходимость исследования интернет-аддикции в старшем школьном возрасте обусловлена тем, что этот период является своеобразным переломным моментом в развитии эмоционально-волевой сферы. Увлечение сетью интернет может способствовать как дальнейшему прогрессу в становлении личности, так и формированию пассивной зависимости от интернета, тормозящей развитие личности. Исследователями доказано, что именно психологически благополучный человек, имеющий сформированные представления о своих особенностях, принимающий себя и других, берущий ответственность за свои поступки на себя, имеющий жизненные цели и способный их реализовать – наиболее адаптирован к жизни в социуме.

Проблема интернет-аддикции учащихся старшего школьного возраста является принципиально важной. Бурное развитие компьютерных технологий

в последние годы накладывает определенный отпечаток на личность современного человека. Мощный поток новой информации, применение компьютерных технологий оказывает важное влияние на воспитательное пространство учащихся. Компьютеры уже давно перестали быть просто рабочими машинами и стали частью повседневной жизни людей, инструментом общения.

С развитием компьютерных технологий, наряду с прогрессом, также появилась новая форма зависимости - интернет-аддикция, которая поражает как взрослых людей с устоявшейся психикой, так и старшеклассников. Большое количество подростков и молодых людей предпочитает проведение своего досуга за компьютером, играя в компьютерные игры и общаясь на интернет-сайтах, активному отдыху или живому общению, что оказывает отрицательное влияние на их психическое и физическое здоровье.

Гипотеза исследования доказана. Результаты исследования интернет-аддикции и конструктивности преодолевшего поведения показывают, что существуют определенные взаимосвязи между исследуемыми параметрами. У респондентов с диагностированным минимальным риском возникновения интернет-зависимости отмечена высокая конструктивность преодолевшего поведения. У респондентов с диагностированной склонностью к возникновению интернет-зависимости отмечена средняя конструктивность преодолевшего поведения. У респондентов с диагностированной устойчивой интернет-зависимостью отмечена низкая конструктивность преодолевшего поведения.

Помимо указанной гипотезы, доказано предположение о том, что интернет-аддикция способствует негативному изменению личности старшеклассников - повышению тревожности, снижению самооценки, трудностям в адаптации.

