

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н. Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

## **ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ СКЛОННОСТИ К ИНТЕРНЕТ- ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

4 курса 441 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**СУСЛОВОЙ АНАСТАСИИ ВЯЧЕСЛАВОВНЫ**

Научный руководитель  
канд. пед. наук, доцент

\_\_\_\_\_

Т.Ю. Фадеева

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор

\_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2018

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Стремительное развитие информационных компьютерных технологий и внедрение их в России последние годы, наложили определенный отпечаток на развитие личности современной молодежи. На сегодняшний день компьютер, а с ним и Интернет, достаточно прочно вошли в жизнь современной молодежи.

Актуальной становится проблема изучения влияния особенностей личности на склонность зависимости от Интернета. В настоящее время по числу пользователей Интернета Россия занимает одно из первых мест в мире. За последние годы в России количество интернет-пользователей возросло, причем основными пользователями Интернета выступает молодежь. Это привело к увеличению уровня интернет-зависимости молодежи.

С другой стороны, темп развития цифровых технологий и отдельные фрагменты опережающих свое время разработок (в особенности, из оборонной промышленности) повышают реалистичность прогноза. Так что приходится признать, что мы имеем дело не просто с тенденцией, а с мощной эволюционной волной. Поэтому с некоторыми трансформациями нового поколения, придется смириться. Но где грань с отклонениями в личности и поведении, которые могут приводить к расстройству душевной деятельности и личностной дисгармонии.

Первыми исследователями, давшими наименование этой проблеме были два американских ученых: клинический психолог К. Янг и психиатр И. Голдберг. Именно они дали первое определение интернет-зависимости.

«Интернет-зависимость - это психическое расстройство, которое характеризуется навязчивой склонностью к использованию Интернета, проведению длительного времени в сети».

В России интернет-зависимость стала изучаться лишь в последнее десятилетие. Из российских исследований особое место занимают труды А.Е. Войскунского, который выступает одним из первых ученых, который

обратил внимание на деятельность людей в Интернете и воздействие Интернета на них. Он предложил анализировать феномен исходя из психологической концепции потока.

Такого же подхода придерживаются в своих исследованиях О.Е. Смыслова, А.А. Аветисова и О.Д. Бабаева. В центре их внимания – изучение влияния интернет-пользования на личность в различных аспектах (коммуникативный, игровой, познавательный).

В исследованиях А.А. Аветисовой, Г.У. Солдатовой, Е.П. Белинской, А.Е. Жичкиной, и других, изучались мотивы интернет-пользования, социальные и социально-психологические причины интернет-зависимости. А.Е. Жичкина исследовала взаимосвязь поведения в Интернете и социальной идентичности молодежи, и она представила шкалу интернет-зависимости.

Е.П. Белинская анализировала социально-психологические специфики, социальные причины интернет-зависимости, интернет-коммуникации, атмосферу в семье, как почву появления проблемы интернет-зависимости.

Однако, несмотря на имеющиеся исследования, проблема изучения влияния личностных особенностей студентов на склонность к интернет-зависимости в современном обществе остается не до конца изученной.

**Цель исследования:** выявить личностные особенности студентов, склонных к интернет-зависимости.

**Объект исследования:** интернет-зависимость как психологический феномен.

**Предмет исследования:** личностные факторы склонности к интернет-зависимости студентов.

**Задачи исследования:**

1. Анализ теоретической литературы по проблеме исследования.
2. Исследовать личностные характеристики студентов.
3. Изучить склонность интернет – зависимости студентов.
4. Изучить взаимосвязь интернет – зависимости и личностных характеристик студентов.

5. Составить рекомендации по профилактике интернет-зависимости.

**Гипотеза исследования** заключается в предположении, что существует взаимосвязь между склонностью к интернет-зависимости и личностными особенностями студентов. У интернет-зависимых студентов выражены такие личностные особенности как тревожность, неуверенность в себе, замкнутость, низкий самоконтроль, эмоциональная неустойчивость, по сравнению с интернет-независимыми студентами.

**Экспериментальная база.** Исследование проводилось на базе СГУ имени Н.Г. Чернышевского. В исследовании приняли участие 60 человек из них 4 юноши и 56 девушек, в возрасте от 18 до 23 лет, средний возраст - 20 лет.

**В качестве методов исследования были выбраны:**

- 1) теоретические - анализ литературы;
- 2) эмпирические - тестирование с помощью методик:
  1. 16-ти факторного личностного опросника Р.Б.Кеттелла. Форма А.
  2. Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость.
  3. Опросник Е.А. Щепиловой «Восприятие Интернета».
- 3) математической статистики (корреляционный анализ r-Пирсона, сравнительный анализ Манна-Уитни).

**Структура работы:** работа имеет традиционную структуру, она состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений

## *Краткое содержание работы*

**Глава 1. Теоретические основы изучения личностных факторов склонности к интернет-зависимости студентов** посвящена исследованию трех основных аспектов.

*Анализ зависимости как психологического феномена (параграф 1.1.)* позволил констатировать, что под зависимостью можно понимать внутреннее состояние человека, проявляющееся в навязчивом стремлении выполнять определенные действия, которые ведут к болезни и разрушают личность индивида. Психологические особенности личности, влияющие на проявление зависимого поведения: неадекватная самооценка, эгоцентризм, высокая внушаемость, высокая тревожность, низкая стрессоустойчивость. Зависимости могут возникнуть в результате каких-то нерешенных проблем человека, неутоленных потребностей, конфликтов, возникающих внутри самого человека или в отношениях с людьми. Такое поведение является деструктивным, так как препятствует личностному росту, нарушает связи и взаимоотношения между людьми.

*Исследование понятия интернет-зависимости и ее видов (параграф 1.2.)* подвело к выводу, что одной из современных проблем, которая угрожает психическому здоровью человека, его социальной роли, выступает интернет-зависимость. На сегодняшний день под интернет-зависимостью подразумевается компульсивное (навязчивое) стремление войти в Интернет, находясь в off-line, и невозможность выйти из Интернета, находясь в on-line.

Вот некоторые приметы и виды интернет-зависимости:

- Интенсивное включение в исследование функций компьютера, увлеченность программированием, освоением новых программ и функций - в ущерб остальной деятельности;
- Компульсивная (навязчивая) интернет-навигация по сайтам, часто бесцельная повторяющаяся деятельность, построенная на поиске новых впечатлений;

- Компulsive интернет-покупки (потребители начинают с дорогих вещей, а заканчивают приобретением ненужного, допустим оптовых упаковок зубной пасты, общий чек покупок достигает тысячи евро);
- Увлеченность компьютерными и онлайн-играми в ущерб остальной деятельности;
- «Отношенческая» зависимость от виртуального общения в чатах и форумах (очень часто это форумы, объединяющие людей с невротами избегания (панические атаки), либо «женские» или «мужские форумы», где в числе постоянных посетителей люди, по-своему неуспешные в этих областях отношений);
- Зависимость от виртуального секса в форме навязчивой склонности просматривать порносайты и посещать специфические форумы;
- Увлеченность социальными сетями, замещение реальной деятельности виртуальным общением;
- Специфические расстройства настроения, появляющиеся при «троллинге» в социальных сетях с навязчивой перепроверкой «лайков» и «постов» людей, находящихся в конфликтных отношениях (это относительно новое расстройство). Интернет-зависимое поведение определяется рядом факторов, которые в отдельности не обязательно его провоцируют (слабый самоконтроль и синдром дефицита внимания и гиперактивности, социальное одиночество, рушится социальность, увеличивается дисфункциональность социального института семьи). Данная проблема превратилась на сегодняшний день в существенную общественную проблему, которая требует специального исследования и разработки мер, адресованных на ее предупреждение и профилактику.

У молодежи часто проводящим время в виртуальной реальности, начинаются проблемы с настоящим миром, *взаимосвязь интернет-зависимости и личностных особенностей студентов (параграф 1.3.)* нарушается социальная адаптация, становится трудно общаться с родителями, сверстниками и другими людьми. Многочисленные социально

важные вещи, такие как семья, дружеские отношения, учеба прекращают волновать. Среди факторов, которые влияют на формирование интернет-зависимости, следует выделить личностные особенности молодежи, такие как низкий уровень самоконтроля, замкнутость и скрытность, повышенная напряженность. Эти качества вызывают трудности в общении, неблагоприятные тенденции формирования отношений с родителями, нарушение стилей семейного воспитания.

Во **второй** главе работы «**Эмпирическое изучение личностных факторов склонности к интернет-зависимости студентов**» приводится методическое обоснование исследования, анализ и интерпретация его результатов.

*2.1. Методы и организация исследования.* Исследование состояло из несколько этапов. На первом этапе происходило теоретическое изучение и анализ литературы по проблеме исследования.

На втором этапе нами проводилось исследование личностных особенностей студентов.

На третьем этапе исследования мы изучали склонность и взаимосвязь интернет-зависимости и личностных особенностей студентов. Исследование проводилось на базе Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г.Чернышевского. В исследовании приняло участие 60 студентов, из них 4 юноши и 56 девушек, в возрасте от 18 до 23 лет, средний возраст составил 20 лет.

Тестирование проводилось с помощью следующих методик; для исследования диагностики личностных особенностей был выбран 16-ти факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла, содержащий 187 вопросов, на которые предлагалось ответить испытуемым, состоящий из первичных и вторичных факторов.

Опросник Е.А. Щепиловой «Восприятие Интернета». Опросник включает 67 вопросов по 12 шкалам. Испытуемым было предложено ответить на вопросы, выбрав один из предложенных вариантов ответа (или

написав свой, где это необходимо). В опроснике нет правильных или неправильных ответов, поэтому испытуемые выбирали тот, который в наибольшей степени соответствует им взглядам и им мнению о себе.

Для исследования уровня интернет - зависимости был использован тест Кимберли-Янг на Интернет-зависимость. В тесте содержится 40 вопросов, на которые испытуемые должны были давать ответ в соответствии с 5-балльной шкалой (никогда, редко, регулярно, часто, постоянно). Баллы по всем вопросам суммировались, определяя итоговое значение. По результатам теста определялся уровень интернет - зависимости испытуемого. Обычный пользователь, есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом и интернет - зависимость. Тест содержит в себе интересные, легкие вопросы, что позволяло испытуемым наиболее честно отвечать, для получения наиболее достоверных данных.

На четвертом этапе нами был проведен сравнительный анализ и интерпретация результатов, полученных в ходе исследования.

Для сравнительного анализа был использован U-критерий Манна-Уитни (т.к по количеству выборка получилась небольшая).

В ходе *анализа и обсуждения результатов исследования (параграф 2.2.)* по результатам теста на Интернет-зависимость К. Янг нами были установлены неравноценные по численности группы, поэтому мы разделили выборку на группы по среднему значению и стандартному отклонению. В результате в группу с низким уровнем зависимости вошли 16,6 %, с высоким 16,6 % и со средним 66,8 % студентов.

Следующим этапом нашего исследования было выявление взаимосвязи свойств личности и интернет-зависимости студентов. Результаты корреляционного анализа личностных особенностей с интернет-зависимостью студентов показали наличие положительных и отрицательных корреляционных взаимосвязей между интернет-зависимостью с ее проявлениями и такими личностными характеристиками как замкнутость-общительность, эмоциональная стабильность - эмоциональная



нестабильность, подчиненность - доминантность, робость - смелость, жесткость-чувствительность, доверчивость - подозрительность, спокойствие-тревожность, низкий самоконтроль - высокий самоконтроль, тревога.

Следующим этапом нашего исследования был создан личностный профиль групп с низким, средним и высоким уровнем интернет-зависимости. Личностный профиль зависимых от Интернета студентов отличается от профиля независимых эмоциональной неустойчивостью в поведении и чувствах, повышенной тревожностью, излишней напряженностью, низким контролем эмоций, скрытностью, трудностью в установлении контактов с окружающими.

На следующем этапе нашего исследования, для подтверждения полученных данных, был осуществлен сравнительный анализ личностных особенностей в группах с низким и высоким уровнем интернет-зависимости с помощью критерия Манна-Уитни. Результаты сравнительного анализа в группах с низким, и высоким уровнем интернет-зависимости показали, что существуют значимые различия между группами с низким и высоким уровнем интернет-зависимости по параметрам: эмоциональная нестабильность ( $p < 0,05$ ), тревожность ( $p < 0,05$ ), низкий самоконтроль ( $p < 0,001$ ), низкая нормативность поведения ( $p < 0,05$ ), тревога ( $p < 0,001$ ). В группах с низким и средним уровнем интернет-зависимости были получены значимые различия по таким личностным особенностям как эмоциональная нестабильность, низкий самоконтроль, тревога. Очевидно, что в группах со средним и высоким уровнем интернет-зависимости не было выявлено значимых различий по особенностям личности.

В параграфе 2.3. «Рекомендации по профилактике интернет-зависимости» представлена профилактическая работа интернет-зависимости у студентов с такими личностными особенностями как тревожность, неуверенность в себе, низкий самоконтроль, замкнутость, эмоциональная неустойчивость, должна предполагать проведение тренингов, которые считаются оптимальными. Так как они направлены на развитие навыков

поведения в экстремальных ситуациях, обучают справляться со стрессами, стратегиям поведения в трудных психологических условиях быстро меняющегося мира, умению найти оптимальный путь для самореализации. Навыки, полученные в процессе обучения, способствуют снижению влияния различных факторов социальной дезадаптации.

Методами тренинга могут быть:

- психогимнастика, способствующая снятию напряжения и формированию навыков саморегуляции, улучшению пластичности и выразительности тела; выражению переживания и эмоциональных состояний, проблем с помощью движения, мимики и пантомимики; упражнения на развитие невербальных языков общения (тактильный, визуальный, мимический и пантомимический), способствуют развитию культуры общения и увеличивают способы усиления коммуникативной выразительности;

- игра, в которой создаются условия для спонтанного выражения эмоций, развития и реализации творческого потенциала;

- дискуссии, позволяющие прояснить собственную позицию, выявить многообразие подходов, развивают умение действовать за рамками предусмотренного, преодолевая приверженность старым образцам, страх перед неизвестностью и недоверие к себе.

Еще одним немало важным аспектом профилактики интернет-зависимости студентов является вовлечение в социально-значимую деятельность, не связанную с Интернетом. Различные виды подобной деятельности помогают преодолеть чувство одиночества в результате выстраивания позитивных отношений со сверстниками и укрепления связей с социальным окружением, умения ставить цели, эффективного общения и уверенности в себе.

В *заключении* констатируется, что интернет-зависимость студентов характеризуется навязчивой склонностью к использованию Интернета, проведению длительного времени в сети. Первыми исследователями

занимавшиеся этой проблемой были два американских ученых К.Янг и И.Голдберг. Из российских исследований особое место занимают труды А.Е.Войскунского, О.Е.Смысловой, А.А. Аветисовой и О.Д.Бабаевой. В центре их внимания - изучение влияния интернет-пользования на личность в различных аспектах (коммуникативный, игровой, познавательный).

Теоретическое изучение проблемы стало основанием для экспериментального исследования, которое проводилось на базе СГУ имени Н.Г. Чернышевского. В исследовании приняли участие 60 человек в возрасте от 18 до 23 лет.

Эмпирическое исследование выявило, что интернет-зависимость и ее проявления коррелирует с такими личностными особенностями как замкнутость-общительность, эмоциональная стабильность - нестабильность, подчиненность - доминантность, робость - смелость, жесткость-чувствительность, доверчивость - подозрительность, спокойствие-тревожность, низкий - высокий самоконтроль, тревога.

Это подтверждает сравнительный анализ интернет-зависимых и независимых студентов, так как существуют значимые различия по личностным особенностям, таким как эмоциональная нестабильность, повышенный уровень тревожности, низкий самоконтроль, низкая нормативность поведения, тревога. Между независимыми и склонными к интернет-зависимости были получены значимые различия по таким личностным особенностям как эмоциональная нестабильность, низкий самоконтроль, тревога. Что говорит о том, что у склонных к интернет-зависимости студентов уже возникают проблемы с такими личностными характеристиками как импульсивность, раздражительность, неумение контролировать свои эмоции и поведение, невнимательность к другим людям, они находятся под влиянием своих чувств, переменчивы и зависимы от настроения, неустойчивы в интересах. Следовательно, нужно разрабатывать профилактические мероприятия, направленные на предотвращение у студентов зависимости от Интернета.

В профилактике интернет-зависимости у студентов необходим комплексный и многоаспектный подход, что включает комплекс различного рода мероприятий, направленных на предупреждение какого-либо явления или устранение факторов риска, такие как наблюдение, тестирование, беседы, лекции, диспуты, тренинги.

Исходя из этого, гипотеза, согласно которой у интернет-зависимых студентов выражены такие личностные особенности как тревожность, неуверенность в себе, низкий самоконтроль, замкнутость, эмоциональная неустойчивость, по сравнению с интернет-независимыми студентами нашла свое подтверждение, цель достигнута, а все поставленные задачи решены.