

УДК 159.9.07

**кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии Деревянко Юлия Петровна**  
 ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (г. Белгород);  
**кандидат биологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии Ковалева Ольга Леонидовна**  
 ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (г. Белгород);  
**кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии Локтева Анна Владимировна**  
 ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (г. Белгород)

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЦ, СКЛОННЫХ К НЕХИМИЧЕСКИМ ФОРМАМ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ

*Аннотация.* Статья посвящена изучению особенностей формирования Internet зависимости в подростковом возрасте. Анализируются особенности подросткового возраста. Дается краткий обзор подходов к исследованию зависимого поведения. Обоснована необходимость изучения проблемы формирования Internet зависимости в подростковом возрасте.

*Ключевые слова:* подросток, зависимое поведение, аддиктивное поведение, психологические особенности, личность.

*Annotation.* The present article is devoted to the study of the peculiarities of Internet dependence formation in adolescence. The authors analyze the peculiarities of adolescence. A brief overview of the approaches to the study of dependent behavior is given. The necessity of study of the problems of Internet dependence formation in adolescence is theoretically substantiated.

*Keywords:* adolescent, dependent behavior, addictive behavior, psychological features, personality.

**Введение.** Подростковый возраст представляется переломным моментом в развитии личности, является критическим в связи с ключевыми задачами социализации, формированием самосознания. Являясь наиболее восприимчивыми к внешним влияниям, современные подростки стремятся к проведению все большего времени за компьютером. Некоторые авторы (М. Гриффитс, Д. Майерс, С. Элиссон) акцентируют внимание на особенностях подросткового возраста в качестве предпосылки развития игровой компьютерной зависимости [3, с. 76-78]. Общение посредством Интернета приобрело огромную популярность благодаря таким особенностям, как анонимность, физическая непредставленность, субъективное ощущение безопасности, возможность отсроченности ответа, возможность конструирования виртуальной личности и произвольного надления ее желательными характеристиками, общение в Интернете зачастую становится более притягательным для подростка, чем общение в реальности [2].

В отечественной литературе англоязычный термин «аддиктивное поведение» (addictive behavior) рассматривают как злоупотребление веществами, изменяющими психическое состояние; в широком смысле под зависимостью понимают стремление полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации. Вопрос о природе аддиктивного поведения раскрыт в работах Ц.П. Короленко. По мнению ученых, аддиктивное поведение – одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций [4].

В связи с возрастающей компьютеризацией и «интернетизацией» российского общества стала актуальной проблема патологического использования Интернет, за рубежом, обозначенная еще в конце 80-х. Речь идет о так называемой "интернет-зависимости" (синонимы: интернет-аддикция, нетаголизм, виртуальная аддикция). Под интернет-зависимость в широком смысле подразумевают:

- а) обсессивное пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности);
- б) компульсивная навигация по WWW, поиск в удаленных базах данных;
- в) патологическая привязанность к опосредствованному Интернетом азартным играм, онлайн-аукционам или электронным покупкам;
- г) зависимость от социальных применений Интернета, т.е. от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными;
- д) зависимость от «киберсекса», т.е. от порнографических сайтов в Интернете, обсуждения сексуальной тематики в чатах или закрытых группах «для взрослых» [1].

Анализ литературы позволяет утверждать, что можно выделить два наиболее важных направления подобной зависимости. Во-первых, интернет-зависимость влечет за собой нарушения общения, снижение кругозора, проблемы в выборе профессионального пути и т. д. Во-вторых, люди, играющие долгое время и приобретающие компьютерно-игровую зависимость, имеют специфические особенности личностного и психического развития [9].

Целесообразно разделять увлеченность компьютерными играми и зависимость от таких игр, в случае простой увлеченности, подросток может отвлечься от компьютера, чтобы реализовать свои творческие идеи, воплотить различные задумки в жизнь, а в случае зависимости школьник большую часть внеучебного времени проводит за компьютером, играя в игры, предпочитает компьютер общению с реальными друзьями, уходит из клубов, спортивных секций в связи с чем, пусть даже и имея в голове креативные идеи, не может их воплотить. На сегодняшний день можно с уверенностью констатировать, что Интернет перестал быть просто системой хранения и передачи сверхбольших объемов информации и стала новым слоем нашей повседневной реальности и сферой жизнедеятельности огромного числа людей. В результате у пользователей компьютерных сетей возникает целый ряд интересов, мотивов, целей, потребностей, установок, а также форм психологической и социальной активности, непосредственно связанных с этим новым пространством.

И хотя, эти процессы пока еще протекают в скрытой форме и не затрагивают подавляющее большинство людей, не использующих Интернет в своей деятельности, потенциальное влияние этих процессов на всю нашу жизнь столь велико, что многие авторы напрямую говорят о становлении нового информационного общества.

Информатизация общества вносит фундаментальные изменения в профессиональную деятельность, преобладающей формой которой становится умственная деятельность. При этом мозг подвергается неведомым прежде нервно-психологическим нагрузкам, пропорциональным все возрастающему потоку информации (знаний). Человек добровольно переходит из родного ему естественного мира в искусственный мир информационной техники, что таит угрозу самой человеческой природе. В процессы информатизации молодежь вовлекается чаще и интенсивнее, чем старшие поколения [7]. В этих условиях дети, юноши и девушки, у которых завершается анатомо-физиологическое формирование организма и становление личности, подвергаются скрытой опасности, исходящей от неблагоприятных факторов с их кумулятивным (накопительным) механизмом воздействия [8, с. 97-99].

Интернет-зависимость является одним из видов социальных зависимостей, характерным для лиц, имеющих определенные личностные особенности, способствующие ее формированию. Чрезмерное увлечение Интернетом с точки зрения психологии зависимости – это уход от реальности в виртуальный мир, нежелание находится с ним в контакте [6].

Таким образом, современное общество как никогда подвержено влиянию новых технологий и влияния эти не всегда положительны. Подросток в современной информационной среде, выбирая между общением со сверстниками и общением посредством виртуального пространства, компьютерных и видеоигр зачастую предпочитает именно второй вариант. Причиной этого служит простота реализации, доступность, анонимность.

**Формулировка цели статьи и задач.** Приведенные выше исследования нарушений, возникающих в следствие интернет зависимости, а также специфики межличностных отношений у подростков с риском интернет-зависимости подтверждают необходимость диагностического обследования подростков с целью выявления у них склонности к интернет-зависимости, подтверждая необходимость составления профилактической программы с целью гармонизации межличностных отношений подростков. В связи с этим для обоснования психопрофилактических мероприятий необходимо исследование, позволяющее определить психологические особенности лиц, склонных к нехимическим формам зависимого поведения.

**Изложение основного материала статьи.** В комплексном исследовании приняли участие 120 подростков (64 девушек и 56 юношей-подростков) в возрасте от 14 до 17 лет. Основными методами исследования были теоретический анализ научной литературы, клинико-психологический метод (беседа) и экспериментально-психологический метод (методики психологической диагностики). Методики психологической диагностики: «Тест на интернет-зависимость» С.А. Кулакова, «Опросник межличностных отношений» в адаптации А.А. Рукавишников.

Нами было установлено, что у большинства из всех опрошенных (68%) риска возникновения интернет-зависимости не обнаружено (1 группа). У 24% подростков обнаруживается опасное влияние интернета на жизнь (2 группа). И только у 8% подростков диагностируется сформированная интернет-зависимость (3 группа).

Анализ особенностей межличностных отношений подростков показал следующее. Склонные к интернет-зависимости респонденты стремятся состоять в какой-либо группе, как можно чаще находится в обществе, принимать окружающих (Ie=6); испытывают потребность влиять на окружающих и их контролировать, иметь возможность принимать решения, как за себя, так и за других (Ce=6).

Испытуемым со сформированной интернет-зависимостью свойственно стремление быть частью каких-либо общественных дел, или же быть приглашенным окружающими к такому делу, даже если сами они прилагают к этому минимум усилий (Iw-7,5). Они желают быть в тесных, интимных взаимоотношениях с другими и проявлять к ним теплые чувства. Если эти стремления не реализованы, то, вероятно, интернет-зависимые подростки компенсируют их в интернет среде (Ae=6).

Показатели индекса противоречивости межличностного поведения в трех группах, которые дают информацию о разнице между собственным и требуемым от окружающих поведением, позволяют утверждать следующее.

Испытуемые с высоким индексом противоречивости межличностного поведения больше склонны к фрустрации и внутрличностным конфликтам в данной области.

У респондентов не склонных к интернет-зависимости наблюдается противоречивость поведения в области контроля, что говорит о высокой степени расхождения между поведением респондентов и их ожиданий от окружающих. Показатели по этой шкале могут говорить о стремлении индивида к контролю над окружающими, стремление к лидерству и в то же время потребность в зависимости. Также возможна обратная тенденция.

Результаты индекса противоречивости, наблюдающихся и у второй группы испытуемых, говорят о высокой степени расхождения между ожиданиями и действиями в области включения. Эти данные говорят об ожидании респондента от окружающих действий, направленных на признание респондента. Однако сам респондент не проявляет достаточно инициативы для того, чтобы его заметили и оценили. Также возможна обратная тенденция.

Индекс объема интеракций испытуемых варьируется в зависимости от области межличностных отношений и группы. Нами обнаружена тенденция к росту объема интеракций для области «включения» в межличностных отношениях. Эта характеристика описывает увеличение интенсивности контактов в этом виде межличностных взаимодействий, а также увеличение активности, в поисках удовлетворения соответствующей потребности. Индекс объема интеракций для области «аффекта» увеличен у группы интернет-зависимых респондентов, т.е. наблюдается стремление строить больше близких отношений. Также наблюдается снижение по шкале области «контроля» у группы интернет-зависимых респондентов, что свидетельствует о стремлении к снижению интенсивности межличностных взаимодействий в этой области.

В подростковом возрасте, когда межличностное общение со сверстниками занимает одну из главных позиций в продуктивном становлении полноценной личности, проблема интернет-зависимости встает как никогда остро. Виртуальная реальность является идеальным местом, дающим право и возможность реализовать любые потребности в общении, признании, уважении, самореализации. Реальное общение в референтной группе для подростка заменяется общением в виртуальном пространстве, квазиобщением, с иными языковыми и этическими нормами, что не способствует получению адекватного социального и коммуникативного опыта. Для подростка, жизнь которого в дальнейшем будет протекать в реальной действительности, бесконтрольный уход в виртуальное пространство может оказать негативное влияние: разрушение психического и соматического здоровья, проблемы в учебной деятельности. Впоследствии данные факторы могут негативно сказаться на профориентационной деятельности и учебе в ВУЗе, а также на коммуникативной компетентности.

Интернет-аддикции особенно подвержены подростки, у которых отсутствует возможность наладить близкие дружественные отношения вне сети. Также подростки, которые лишены возможности принадлежать группам сверстников, возможно, подростки-изгои подвержены опасности формирования интернет-зависимости. Эти и другие факторы дают основания полагать, что невозможность конструктивного разрешения ситуации, находит свое решение в интернет пространстве, куда устремляется подросток. Этот способ разрешения кризисной ситуации деструктивен и

будет дезадаптировать подростка, который будет предпочитать интимно-личностное общение в виртуальной реальности, общению среди сверстников.

Профилактическая работа, проводимая нами с исследуемыми, представляла собой тренинг, направленный на развитие коммуникативных навыков и качеств. Целями профилактической работы были избраны специфические показатели межличностных отношений испытуемых, которые демонстрировали критические уровни и нуждались в изменении для дальнейшей продуктивной адаптации подростков в сфере межличностных отношений. Программа была направлена на развитие коммуникативных навыков испытуемых, лабильности в общении, формирование навыка рефлексии, выработки более доверительного отношения к миру.

В результате проделанной профилактической работы и повторного среза, нами наблюдаются следующие изменения в специфике межличностных отношений испытуемых: изменениям подверглись показатели шкал «требуемого поведения в области «контроля»» и «требуемого поведения в области «аффекта»», что говорит о возможностях принятия контроля над собой, когда это необходимо, а также о готовности к увеличению круга знакомых, друзей, принятию окружающих. Также незначительные изменения наблюдаются по шкале «требуемого поведения в области «включения»». Эти изменения свидетельствуют об усилении стремления подростков этой группы к получению положительных оценок со стороны окружающих.

Результаты изменений свидетельствуют об улучшении таких качеств испытуемых, как послушание, терпение, принятие чувств окружающих, чуткости. Также увеличение результатов по данным шкалам ведет к снижению величины индекса противоречивости межличностного поведения, что свидетельствует о снижении вероятности внутриличностных конфликтов и выработке большей фрустрационной толерантности для обеих групп испытуемых.

Полученные данные свидетельствуют об увеличении интенсивности в поиске новых контактов и расширении круга знакомств для подростков со сформированной интернет-зависимостью, также наблюдается приемлемость ими контроля над собой, адекватное реагирование на субординацию.

Частичные изменения по шкалам могут означать развитие лидерских качеств, готовность к ответственности, большей открытости для окружающих, готовности к участию в общественных мероприятиях.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования демонстрируют необходимость дальнейшего, более углубленного изучения особенностей межличностных отношений подростков. Также необходимы разработки профилактических программ для выработки продуктивных стратегий совладания у таких подростков и отказа от реализации потребностей межличностного общения в интернет-пространстве.

В рамках проведенного исследования нашли свое частичное подтверждение гипотезы о наличии выраженных нарушений в сфере межличностных отношений у подростков с риском возникновения интернет-зависимости, а также у подростков со сформированной интернет-зависимостью. Профилактика нарушений межличностных отношений частично способствует снижению риска интернет-зависимости.

#### **Литература:**

1. Алексенко, Н.Н. Психоаналитические аспекты поведения человека в киберпространстве [Электронный ресурс] / Н.Н. Алексенко // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2000. – № 3. – Режим доступа: <http://psyjournal.ru/j3p/php>
2. Белинская, Е.П. Стратегии самопрезентации в Интернет и их связь с реальной идентичностью [Электронный ресурс] / Е.П. Белинская, А.Е. Жичкина // Флогистон 5.0. – 2014. – Режим доступа: <http://flogiston.ru/articles/netpsy/strategy>
3. Егоров, А.Ю. Нехимические зависимости [Текст] / А.Ю. Егоров. – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.
4. Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития [Текст] / Ц.П. Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 1991. – № 1. – С. 8-15.
5. Регущ, Л.А. Проблемы психического развития и их предупреждение (от рождения до пожилого возраста) [Текст] / Л.А. Регущ. – СПб.: Речь, 2006. – 320 с.
6. Урсул, А.Д. Информатизация общества [Текст]: учеб. пособие / А.Д. Урсул. – М.: Академия общественных наук при ЦК КПСС, 1990. – 191 с.
7. Федорчук, Л.С. Зависимость студентов от интернета и социальных сетей как психологическая проблема [Текст] / Л.С. Федорчук, М.А. Наумова // Информационные технологии в науке, управлении, социальной сфере и медицине: сборник трудов науч. конф. – Томск: 2015. – С. 176-177.
8. Ducheneaut N., Yee N., Nickell E., Moore R.J. Alone together? Exploring the man Factors in Computing Systems (CHI 2006), 2006 April 22-27; Montreal, Canada. NY, 2006.