

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

---

На современном этапе проблема компьютерной зависимости становится все более актуальной в связи с большим количеством Интернет-пользователей. Это связано с тем, что каждый человек в процессе общения стремится к взаимопониманию, доверию, желанию поделиться своими мыслями, чувствами, переживаниями, не встретив при этом критики, осуждения со стороны собеседника. Интернет предоставляет такую возможность, благодаря своей анонимности, доступности, без учета внешнего вида, возраста, образования и социального статуса.

Увлечение Интернетом, с точки зрения ученых (Е. Петрова, С. Панов, М. Орзак и др.), сопровождается восхищением по поводу его возможностей без учета определенной опасности, которую оказывает компьютер на психику подрастающего поколения, часто формируя стойкую зависимость.

Учитывая актуальность проблемы, мы поставили перед собой цель – проанализировать существующую научно-методическую литературу по изучаемой проблеме и проследить интерес к Интернету у девушек и юношей подросткового возраста.

Рассматривая обширный массив публикаций (А. Егоров, Н. Кузнецова, В. Москаленко, Р. Роджерс, М. Шоттон и др.), можно говорить о том, что понятие "Интернет-зависимость" представляет собой болезненное пристрастие к участию в сетевых процессах. Иными словами этот процесс характеризует уход человека от реальности, что влечет за собой изменение психического состояния, приводящего к торможению личностного развития.

Глубокое влияние Интернета на психику и сознание пользователя объясняется ключевыми моментами "эффекта виртуальной реальности", которыми выступают "погружение", то есть ощущение присутствия в виртуальном мире и интерактивность, а также возможность взаимодействовать с объектами нереального мира и влиять на них (А.С. Андреев, А.В. Анцыборов, А.Е. Войскунский и др.).

Люди, находящиеся в виртуальной группе, принимают на себя большой эмоциональный риск от противоречивых суждений окружающих, отстаивают свою точку зрения, в меньшей степени говорят "нет" и не боятся оценки со стороны окружающих в виртуальном мире, чем в реальной жизни. Это связано с тем, что в киберпространстве можно свободно выражать свое мнение без страха отвержения, конфронтации или осуждения, так как виртуальные собеседники скрыты друг от друга.

Согласно М. Гриффитс, Интернет-аддикция (зависимость) формируется на основе различных форм использования Интернета, а именно возможного средства коммуникации при отсутствии контакта лицом к лицу, интереса к непосредственному содержанию сайта, онлайн-социальной активности и иных.

В ее формировании различают несколько стадий, в частности, формирование аддикции, развитие аддикции и удержание аддикции.

Также и наследственность играет не последнюю роль в формировании аддиктивного поведения. Возможно, одна из причин скрывается в своеобразном обмене серотонина и других нейромедиаторов. А с другой стороны, нельзя упускать из виду механизм "сценарного наследования", когда человек выбирает ту или иную модель поведения по образу и подобию какой-то значимой личности из своего детского окружения.

Группа ученых считает, что Cyber Disorder в ближайшее время войдет в международную классификацию болезней DSM-V наравне с другими нехимическими аддикциями. В частности, гэмблингом, любовными и сексуальными аддикциями, а также аддикциями избегания и патологическим стремлением к трате денег, которые представляют собой специфические формы аддиктивного поведения.

Условно можно выделить пять специфических видов зависимого поведения, а именно, киберсексуальную зависимость, пристрастие к виртуальным знакомствам, навязчивую потребность в Сети, информационную перегрузку и компьютерную зависимость. Следует отметить, что характерными особенностями представленных выше видов являются: синдром абстиненции; стремление заполучить объект зависимости; поведение, направленное на приобретение объекта зависимости; снижение критического отношения к негативным сторонам зависимости; потеря интереса к социальной стороне жизни, внешнему виду и удовлетворению других потребностей.

В своей работе К. Янг приводит четыре признака, по которым можно судить о зависимости человека от Интернет. К ним можно отнести: навязчивое желание проверить e-mail; постоянное желание следующего выхода в Интернет; проведение длительного времени в Интернет; трата большой суммы денег на Интернет.

Расширяя дефиниции Интернет-аддикции, К. Янг предложила когнитивно-поведенческую модель патологического использования Интернет, выделяя две ее формы: специфическое патологическое использование Интернет (Specific Pathological Internet Use) и генерализованное патологическое использование Интернет (Generalized Pathological Internet Use). Где первая форма представляет собой зависимость от какой-либо специфической функции Интернет (онлайн-сексуальные службы, онлайн-аукционы, онлайн-продажа акций, онлайн-гемблинг). Тематика аддикции сохраняется, а также может быть реализована и вне Интернет. В то время как вторая форма характеризует неспециализированное, многоцелевое избыточное пользование Интернет и включает проведение большого количества времени в сети без четкой цели, общение в чатах, зависимость от электронной почты, то есть в значительной степени связана с социальными аспектами Интернет.

Автор в своих исследованиях выделяет также специфические причины Интернет-зависимости. Так, Интернет-независимые пользуются преимущественно теми аспектами Интернет, которые позволяют им собирать информацию и поддерживать ранее установленные знакомства. Интернет-зависимые, в отличие от первых, преимущественно пользуются теми аспектами Интернет, которые позволяют им встречаться, социализироваться и обмениваться идеями с новыми людьми в высокоинтерактивной среде. То есть, большая часть Интернет-зависимых пользуется сервисами Интернет,

связанными с общением.

Среди основных особенностей Интернет-зависимые назвали следующие: анонимность (86,0%), доступность (63,0%), безопасность (58,0%) и простоту использования (37,0%). В то же время отмечено, что больше подвержены зависимости мужчины (67,0%), чем женщины. Это, скорее всего, лица злоупотребляющие алкоголем, патологические игроки и другие.

В свою очередь И. Голдберг описывает развернутую систему критериев Интернет-зависимости:

1. Удовольствие возрастает за счет увеличения времени.
2. При постоянном времени эффект заметно снижается.
3. Совершаются попытки отказаться от пользования Интернет или снизить время нахождения в нем.
4. Выход из Интернет или сокращение времени нахождения в нем способствует плохому самочувствию, которое может продлиться от нескольких дней до месяца и выражается в эмоциональном, двигательном возбуждении, тревоге, навязчивом размышлении, мечтах об Интернет, а также произвольном или непроизвольном движении пальцами.

Кроме того, Интернет особенно важен для тех людей, чья реальная жизнь по тем или иным причинам бедна в сфере межличностных отношений. В этих случаях, люди скорее используют Интернет как альтернативу своему реальному окружению. Как отмечает Sh. Turkle, компьютеры создают иллюзию товарищеских отношений без требований дружбы.

Следовательно, большая часть Интернет-зависимых остаются в сети из-за общения ради общения, что говорит о компенсаторном характере общения в Интернет у данной группы людей, которые получают различные формы социального признания, вероятно, не получаемого ими в реальной жизни.

В связи с этим В.А. Бурова считает, что Интернет-зависимые имеют:

1. Возможность анонимных социальных интеракций.
2. Возможность для реализации представлений, фантазий с обратной связью.
3. Возможность поиска нового собеседника.
4. Неограниченный доступ к информации.

Таким образом, при использовании Интернет у зависимых людей формируется классический аддиктивный континуум. Однако если аддиктивный агент перестает оказывать желаемое воздействие на зависимого человека, то существует вероятность смены способа аддиктивной реализации на другие нехимические, например, гэмблинг, сексуальная аддикция или на химические аддикции такие, как алкоголизм, наркомания и другие.

Обобщая работы зарубежных и отечественных авторов, видно, что среди Интернет-зависимых отмечается более высокий уровень аффективных с преобладанием депрессии и обсессивно-компульсивных расстройств (Kraut et al., Shapira et al. и др.), маскированной депрессии в рамках малопрогредиентной шизофрении (Г.А. Джолдыгулов, Р.М. Гусманов и др.).

Показано, что интроверты и экстраверты используют разные ресурсы Интернет, при этом у мужчин экстраверсия положительно коррелирует с использованием Интернет "для развлечения", а нейротизм отрицательно связан с использованием информационных сайтов. Другая картина обнаружена у женщин, так, экстраверсия наблюдается при отрицательной корреляции, а нейротизм – при положительной с использованием информационных ресурсов Интернета. В то же время установлено, что для женщин характерно ощущение одиночества, которое они стараются снизить, проводя время за общением в чатах (Amichai-Hamburger, Ben-Artzi и др.).

Данный факт подтверждается исследованиями американского ученого S. Carlan, который выделил личностные особенности, присущие Интернет-зависимым людям, а именно депрессию, ощущение одиночества, скромность и самолюбие.

В то же время Н.В. Чудова приводит свой список свойств, характерных для зависимых от Интернет людей. В частности это: неприятие своего физического "Я"; трудности в процессе общения; склонность к интеллектуализации; чувство одиночества; отсутствие взаимопонимания особенно с противоположным полом; эмоциональная напряженность; склонность к негативизму; заниженная самооценка; избегание проблем, ответственности и другие.

Относительно подростков, можно сказать, что глобальные компьютерные сети вызывают в данной возрастной группе формирование негативных установок, так как неконтролируемое посещение различных сайтов способствует стойкой зависимости от Интернета. В основном зависимости подвержены подростки с негативными детско-родительскими отношениями, отсутствием взаимопонимания со сверстниками, неуверенностью в собственные силы, трудностями в обучении, а также длительным времяпрепровождением за компьютером, регулярным общением с онлайн-знакомыми и другими.

С точки зрения Н.А. Савченко, отсутствие сформировавшейся нравственной позиции у подростков приводит к тому, что при посещении сайтов и конференций определенной направленности вырабатывается позитивное отношение не только к "компьютерным" преступлениям, но и иным видам противоправной деятельности. Запрет со стороны родителей посещений Интернета, в свою очередь, может спровоцировать у одних детей вспышку ярости или агрессии, а у других – обиду, которая впоследствии может привести к суициду.

В завершение можно обратиться к исследованиям А. Егорова, Н. Кузнецовой, Е. Петровой, которые в своей работе описывают характеристику личности Интернет-зависимых подростков. Авторы предполагают, что зависимые подростки испытывают трудности в общении, ощущение одиночества, имеют низкую самооценку, следовательно, уходят от себя настоящего в виртуальный мир, что способствует их во вовлечению в Интернет-аддикцию, что способствует формированию социальной дезадаптации и перехода в химические формы аддиктивного поведения.

Исходя из цели нашей работы, мы провели комплекс психодиагностических методик, направленных на изучение зависимости от Интернета, оценку враждебности, коммуникативных установок, психологической защиты в общении и поиска ощущений, разработанные В. В. Бойко, А.Ю. Егорова, Куки-Медлей, М. Цукермана. В эксперименте принимали участие 50 человек, из них 29 девушек и 21 юноша в возрасте 13 – 14 лет.

Анализ полученных первичных данных (см. табл. 1) дает основание на условное дифференцирование всех исследуемых подростков на тех, кто имеет зависимость от Интернета (44,0%) и на тех, у кого она отсутствует или выявлена в минимальных значениях (44,0%), остальные 12,0% относятся к группе риска.

Дальнейший анализ свидетельствует, что среди показателей, характеризующих свойства личности подростков, определенных различий между зависимыми и независимыми от Интернета девушками и юношами, нами не выявлено. На

ведущих позициях разместились следующие: низкий уровень коммуникативной установки – 60,0%, проявление агрессии в процессе общения – 44,4%, склонность к цинизму – 40,0%, избегание конфликтных ситуаций – 36,0%, высокий уровень поиска ощущений – 32,0% и другие.

Рассматривая гендерные особенности респондентов, нами установлено, что диагностированные показатели имеют значительную вариативность. Так, углубленный анализ представленных данных позволил отметить, что у большинства девушек, в отличие от юношей, доминируют такие показатели как: негативная коммуникативная установка – 48,2%, высокий уровень Интернет-зависимости – 44,8%, цинизм – 44,8%, высокий уровень поиска ощущений – 41,3%, агрессия – 41,3%, избегание – 34,4%, враждебность – 31,0% и другие черты характера.

В отличие от первых, у юношей наблюдается немного иная картина. Они, в свою очередь, больше ориентируются на негативные установки в процессе общения – 76,1%, проявление агрессии – 47,8%, зависимость от Интернет – 42,8%, избегание – 38,0%, цинизм – 33,3% и другие свойства личности.

Как видно из представленной выше таблицы, у юношей и девушек подросткового возраста Интернет-зависимых и Интернет-независимых среди ведущих индивидуальных особенностей прослеживаются скрытая и открытая жестокость, негативный личный опыт, отсутствие толерантности, что, в свою очередь, сопровождается психологической защитой в процессе общения. При этом девушки более склонны к поиску острых ощущений, враждебности, что, с нашей точки зрения, способствует желанию закрыться от реальной жизни и погрузиться в мир виртуального общения.

Таблица 1

*Выраженность личностных особенностей у Интернет-зависимых и Интернет-независимых подростков*

| Показатели                                | общая выборка | девушки | юноши |
|---|---------------|---------|-------|
| Интернет-зависимость: низкий уровень      | 44,0%         | 41,3%   | 47,6% |
| средний уровень                           | 12,0%         | 13,7%   | 9,5%  |
| высокий уровень                           | 44,0%         | 44,8%   | 42,8% |
| Шкала враждебности: цинизм                | 40,0%         | 44,8%   | 33,3% |
| агрессия                                  | 30,0%         | 24,1%   | 38,0% |
| враждебность                              | 30,0%         | 31,0%   | 28,5% |
| Коммуникативные установки: низкий уровень | 60,0%         | 48,2%   | 76,1% |
| средний уровень                           | 26,0%         | 34,4%   | 14,2% |
| высокий уровень                           | 14,0%         | 17,2%   | 9,5%  |
| Защита в общении: миролюбие               | 20,0%         | 24,1%   | 14,2% |
| избегание                                 | 36,0%         | 34,4%   | 38,0% |
| агрессия                                  | 44,4%         | 41,3%   | 47,8% |
| Поиск ощущений: низкий уровень            | 6,0%          | 10,3%   | 0%    |
| средний уровень                           | 62,0%         | 48,2%   | 80,9% |
| высокий уровень                           | 32,0%         | 41,3%   | 19,0% |

Относительно юношей можно сказать, что они больше руководствуются в межличностных отношениях агрессией, избеганием и менее подвержены зависимости от Интернета.

Основываясь на проведенном исследовании, можно сделать следующие выводы.

1. Показано, что зависимость от общения в Интернет является самой актуальной проблемой на современном этапе, в связи с тем, Интернет-зависимость влечет за собой изменение психического состояния, приводящего к торможению личностного развития.

2. Установлено пять специфических видов зависимого поведения: киберсексуальное, пристрастие к виртуальным знакомствам, навязчивая потребность в Сети, информационная перегрузка и компьютерная зависимость.

3. Рассмотрены свойства личности Интернет-зависимых людей. К ним можно отнести: неприятие физического "Я", замкнутость, склонность к интеллектуализации, чувство одиночества, отсутствие взаимопонимания, эмоциональную напряженность, негативизм, низкую самооценку; избегание проблем и другие.

4. Выявлено, что 44,0% подростков в возрасте 13 – 14 лет являются Интернет-аддиктами, к группе риска можно отнести – 12,0%. Большой процент зависимых приходится на количество девушек (44,8%), чем юношей (42,8%).

5. Установлено, что специфических различий по диагностированным показателям, характеризующих личностные особенности Интернет-зависимых и Интернет-независимых юношей и девушек, не наблюдается. Среди ведущих обнаружены следующие: негативная коммуникативная установка, проявление агрессии в процессе общения, склонность к цинизму, избегание конфликтных ситуаций, поиск ощущений и другие.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25. – № 1. – С. 90 – 100.
2. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов. – СПб., 2005. – С. 191 – 194.
3. Джолдыгулов Г.А. К вопросу о механизмах формирования чрезмерной увлеченности компьютерными играми / Г.А. Джолдыгулов, Р.М. Гусманов, Ю.С. Шевченко // Дискуссионные вопросы наркологии: профилактика, лечение и реабилитация: мат-лы Российской научно-практической конференции/ [под общ. ред. проф. А.В. Худякова]. – Иваново, 2005. – С. 111 – 112.
4. Чудова И.В. Особенности образа "Я" "Жителя Интернета" / И.В. Чудова // Психологический журнал. – 2002. – Т. 22. – № 1. – С. 113 – 117.
5. Янг К. С. Диагноз – Интернет-зависимость / К. С. Янг. – М. : Мир Интернет, 2000. – № 2. – С. 24-29.

## РЕЗЮМЕ

В роботі проведено теоретико-методологічне дослідження, направлене на уточнення суті і змісту Інтернет-залежності. Емпіричне дослідження присвячено вивченню особливостей прояву Інтернет-залежності у дівчат і хлопців підліткового віку. Отримані результати дозволили диференціювати всіх учасників експерименту на залежних та незалежних від Інтернету та визначити їх індивідуальні властивості. Розкрито, що рівень Інтернет-залежності представлений неоднозначно, т.е. у дівчат він вищий, ніж у хлопців.

**Ключові слова:** Інтернет-залежність, Інтернет-аддикції, аддиктивне поведінка, віртуальне спілкування, Cyber Disorder.

*A.A. Denisenko, O.V. Vasileva*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИЧИННИ ВИНИКНЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

### РЕЗЮМЕ

У роботі проведено теоретико-методологічне дослідження, спрямоване на уточнення суті й змісту Інтернет-залежності. Емпіричне дослідження присвячено вивченню особливостей прояву Інтернет-залежності в дівчат та хлопців підліткового віку. Отримані результати дозволили диференціювати всіх учасників експерименту на залежних та незалежних від Інтернету та визначити їх індивідуальні властивості. Розкрито, що рівень Інтернет-залежності представлений неоднозначно, тобто в дівчат він вищий, ніж у хлопців.

**Ключові слова:** Інтернет-залежність, Інтернет-аддикції, аддиктивна поведінка, віртуальне спілкування, Cyber Disorder.

*A.A. Denisenko, O.V. Vasileva*

## PSYCHOLOGICAL REASONS OF APPEARANCE OF TEENAGERS' INTERNET-DEPENDENCE

### SUMMARY

The article describes theoretical and methodological research aimed at specifying the essence and contents of internet-dependence. The empiric research is dedicated to examining peculiarities of internet-dependence manifestation of teenage girls and boys. The obtained results enable dividing all participants of the experiment into internet-dependant and internet-independent ones, and determining their individual features. It has been discovered that the level of internet-dependence is presented ambiguously, that is girls' level is higher than boys' one.

**Keywords:** internet-dependence, internet-addictions, virtual communication, Cyber Disorder.

---