

## ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СИМПТОМОВ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

*Леонова И.Н. (Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия)*

*iuleonova@mail.ru*

*Ներկայացման ամս.' 16.07.2019*

*գրախոսման ամս.' 18.08.2019*

*ընթացիչ ընդունման ամս.' 25.07.2019*

В статье представлены результаты исследования выраженности интернет-зависимого поведения и его симптомов у подростков с использованием «Шкалы Чена». Описаны особенности его проявления зависимости у мальчиков и девочек. Обнаружено, что у девочек, по сравнению с мальчиками, чаще встречается устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения, они демонстрируют большую выраженность ключевых симптомов интернет-зависимости (компульсивных, отмены, толерантности) и проблем с управлением времени.

**Ключевые слова:** *интернет, интернет-зависимость, интернет-зависимое поведение, подростки.*

Актуальность. Интернет и предоставляемые посредством него сервисы стали незаменимы в жизни практически каждого активного человека. Однако в связи с возрастающей компьютеризацией и «интернетизацией» общества стала актуальной проблема патологического использования Интернета, т.е. проблема интернет-зависимости (далее - ИЗ). Данное явление начало изучаться в зарубежной психологии в конце 1980-х годов. Родоначальниками психологического изучения феноменов зависимости от Интернета являются клинический психолог К. Янг и психиатр И. Гольдберг [приводится по: 6].

В 1996 году И. Гольдбергом был предложен термин «интернет – зависимость», под которой он понимал расстройство поведения в результате использования Интернета и компьютера, оказывающее пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую и психологическую сферы человека.

Ю.Е. Васильева выделяет основные критерии ИЗ и характеристику эмоционально – волевой, мотивационной и коммуникативной сферы интернет – зависимости [1]. Согласно ее работе, основными критериями являются: 1) сложность контроля времени, которое человек проводит в Интернете; 2) лабильность настроения при его использовании; 3) включение в различные виды деятельности в сети Интернет. А также пренебрежение деятельностью вне сети. Ю.Е. Васильева подчеркивает, что эмоционально – волевая сфера личности интернет – зависимых характеризуется высокими уровнями личностной тревожности, депрессии, агрессивности и враждебности и низкими показателями силы воли. А также низкими уровнями стрессоустойчивости, самооценки и уверенности в

себе. Для мотивационной сферы интернет – зависимых характерно преобладание мотивации избегания неудач над мотивацией достижения успеха. Для коммуникативной сферы интернет – зависимых характерны высокая степень одиночества и конфликтности [1].

Обобщив результаты имеющихся исследований, Р. Дэвис предложил когнитивно – поведенческую модель патологического использования Интернета [приводится по: 4]. Он выделил две формы ИЗ, которые обозначил как специфическое патологическое использование интернета и генерализованное патологическое использование интернета. Первая форма представляет собой зависимость от какой-либо специфической функции интернета (онлайновые сексуальные службы, онлайновые аукционы, онлайн-продажа акций). Тематика зависимости сохраняется, она также может быть реализована и вне интернета. Вторая форма представляет собой неспециализированное, многоцелевое избыточное пользование интернетом. Включает проведение большого количества времени в сети без ясной цели (общение в чатах, зависимость от электронной почты), т. е. в значительной степени связана с социальными аспектами интернета.

На сегодняшний день основными проблемами, характеризующими социальные последствия интернет – зависимости, по мнению социологов и психологов, являются [2]: 1) разрыв социальных связей, приводящий к десоциализации пользователя; 2) увеличение количества фиксируемых случаев проявления аутоагрессии из-за невозможности воспользоваться интернетом; 3) увеличение количества случаев совершения насильственных действий по отношению к окружающим из-за невозможности пользоваться интернетом.

Особенности проявления ИЗ поведения неразрывно связаны с возрастом личности. ИЗ подростков может быть обусловлена возрастными особенностями, в частности кризисами и новообразованиями личности. Е.Г. Гайцев пишет, что тема подросток и компьютер в современном мире актуальна [3]. ИЗ – это отклонение, которому подвержен практически каждый человек, однако больше всего – подростки. Е.Г. Гайцев выделяет следующие причины: 1) неокрепшая психика; 2) отсутствие контроля; 3) отсутствие культуры пользования Интернетом; 4) легкость доступа к Интернету; 5) отсутствие возрастного ценза к входу в Интернет; 6) плохое представление последствий пользования Интернетом; 7) отсутствие временного контроля пребывания в Интернете.

Интернет становится главным источником получения информации, необходимой для профессиональной, учебной деятельности, в повседневности, для ориентации в мире в целом. Часто для этого подростки используют Интернет и в частности социальные сети. Интернет в целом и социальные сети в особенности позволяют в достаточном объеме удовлетворять потребности в получении разнообразной информации, иметь свои референтные группы и сообщества,

становятся наиболее привлекательным и притягивающим «ареалом» для пользователей, вызывая состояние зависимости от них.

По результатам исследований Л. Ванг и др в 2003 г. и Л. Хасемзаде и др. в 2008 г. диапазон распространённости ИЗ находится в интервале 3,47%-3,8% [приводится по: 5]. В 2004 г. Норвежские учёные А. Йохансон, К. Готестам К., обследовав 3237 респондентов, обнаружили ИЗ у 2,42% юношей и 1,51% девушек (1,98% в среднем) [приводится по: 5]. Исследователи из Финляндии Р. Калциала-Хейно и др. получили следующие результаты: ИЗ обнаружена у 1,7% юношей и у 1,4% девушек [приводится по: 5]. По результатам отечественных исследований распространённости ИЗ, проведенных В.Л. Малыгиным К.А. Феклистовым и др. [5] в ряде Московских школ, ИЗ диагностирована у 3,69% обследованных подростков. Таким образом, по исследованиям последних двух десятилетий наблюдается рост распространённости ИЗ среди подростков.

Возникает вопрос: «Насколько отличаются мальчики и девочки подростки по выраженности симптомов интренет-зависимого поведения?»

Целью исследования является выявление особенностей проявления симптомов интернет-зависимого поведения у подростков.

Гипотеза: у подростков существуют различия в выраженности интернет-зависимого поведения и его отдельных симптомов в зависимости от пола.

Выборка исследования составила 132 ученика общеобразовательных школ г. Ижевска: 52 мальчика (в возрасте от 13 до 17 лет;  $M = 14,81$ ,  $SD = 1,05$ ), 80 девочек (в возрасте от 14 до 17 лет;  $M = 15,27$ ,  $SD = 1,04$ ). Возраст начала использования интернета от 5 до 14 лет ( $M = 10,08$ ,  $SD = 1,80$ ).

Методы эмпирического исследования. Для оценки выраженности интернет-зависимого поведения использовался опросник «Шкала Чена» в адаптации В.Л. Малыгина и К.А. Феклистова [5]. Опросник включает 8 шкал: 5 субшкал (компульсивные симптомы; симптомы отмены; симптомы толерантности; внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем; проблемы с управлением временем), 2 интегративных надшкальных критерия (ключевые симптомы интернет – зависимости; проблемы, связанные с интернет – зависимостью) и общий балл интернет-зависимости.

Методы анализа данных. Первичные данные обрабатывались с помощью статистической программы Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 23.0). Для оценки выраженности исследуемого феномена использовались описательные статистики (частоты, среднее, стандартное отклонение). Различия между группами выявлялись с помощью параметрического t-критерия Стьюдента для независимых групп с коррекцией для множественной проверки гипотез методом Бенджамини – Хохберга. Величина эффекта выявленных различий оценивалась при помощи критерия g-Хеджеса.

Результаты и их обсуждение. На первом этапе исследования оценивалась выраженность ИЗ поведения у подростков. Для оценки уровня выраженности

использовались нормативные показатели, предложенные В.Л. Малыгиным и К.А. Феклистым [5].

Из 132 респондентов 55 (41,7%; 95%CI [33,3%; 50,1%]) продемонстрировали минимальный риск возникновения ИЗ поведения; 57 (43,2%; 95%CI [34,7%; 51,7%]) – склонность к возникновению ИЗ поведения; 20 (15,2%; 95%CI [9,1%; 21,3%]) – выраженный и устойчивый паттерн ИЗ поведения. Из 54 мальчиков у 31 (57,4%; 95%CI [44,2%; 70,6%]) обнаружен минимальный риск возникновения ИЗ поведения; у 18 (33,3%; 95%CI [20,7%; 45,9%]) – склонность к возникновению ИЗ поведения; у 5 (9,3%; 95%CI [1,6%; 17,0%]) – выраженный и устойчивый паттерн ИЗ поведения. Из 78 девочек 24 (30,8%; 95%CI [20,5%; 41,0%]) продемонстрировали минимальный риск возникновения ИЗ поведения; 39 (50,0%; 95%CI [38,9%; 61,1%]) – склонность к возникновению ИЗ поведения; 15 (19,2%; 95%CI [10,5%; 27,9%]) – выраженный и устойчивый паттерн ИЗ поведения.

Для выявления различий в уровне ИЗ поведения использовался критерий согласия  $\chi^2$  Пирсона. Обнаружены статистически значимые различия -  $\chi^2 (2, N = 132) = 9,58, p = 0,008$ . У девочек чаще, чем у мальчиков, диагностируется выраженный и устойчивый паттерн ИЗ поведения, и склонность к возникновению ИЗ поведения, реже - минимальный риск возникновения ИЗ поведения. Значение статистики V-Крамера, свидетельствующей о тесноте связи между переменными, составило 0,269, что говорит об умеренном размере эффекта выявленных различий.

На основе анализа доверительных интервалов можно заключить, что с вероятностью в 95% от 9,1% до 21,3% подростков будут демонстрировать выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения, при этом у девочек он будет встречаться чаще (в интервале от 10,5% до 27,9%), чем у мальчиков (от 1,6% до 17%).

Опросник «Шкала Чена» позволяет не только диагностировать уровень ИЗ поведения, но и количественно оценить выраженность его ключевых симптомов (компульсивных, отмены и толерантности) и порожденных ими проблем (внутриличностных, связанных со здоровьем и управлением временем). Поэтому на втором этапе исследования мальчики и девочки сравнивались по выраженности данных симптомов при помощи t-критерия Стьюдента для независимых выборок. Результаты представлены в таблице 1.

**Таблица 1.**

*Различия в выраженности интернет-зависимого поведения у мальчиков (n = 54) и девочек (n = 78)*

| Переменная          | Пол      |      |         |       | 95% CI для разности средних | t     | f  | p     |
|---------------------|----------|------|---------|-------|-----------------------------|-------|----|-------|
|                     | Мальчики |      | Девочки |       |                             |       |    |       |
|                     | M        | SD   | M       | SD    |                             |       |    |       |
| Общий показатель ИЗ | 44,0     | 12,5 | 51,96   | 14,35 | -12,72; -3,16               | -3,29 | 30 | 0,001 |

|   |       |      |       |      |              |       |    |       |
|---|-------|------|-------|------|--------------|-------|----|-------|
| Ключевые симптомы ИЗ                              | 23,5  | 7,27 | 29,42 | 8,54 | -8,69; -3,05 | -4,12 | 30 | 0,000 |
| Проблемы, связанные с ИЗ                          | 20,4  | 6,00 | 22,54 | 6,77 | -4,34; 0,19  | -1,81 | 30 | 0,072 |
| Компульсивные симптомы                            | 7,80  | 2,68 | 9,62  | 3,32 | -2,90; -0,74 | -3,34 | 30 | 0,001 |
| Симптомы отмены                                   | 9,02  | 3,17 | 10,74 | 3,58 | -2,92; -0,53 | -2,85 | 30 | 0,005 |
| Симптомы толерантности                            | 6,74  | 2,47 | 9,06  | 2,83 | -3,27; -1,38 | -4,88 | 30 | 0,000 |
| Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем | 11,76 | 4,07 | 12,42 | 3,98 | -2,07; 0,74  | -0,93 | 30 | 0,352 |
| Проблемы с управлением временем                   | 8,70  | 2,89 | 10,12 | 3,71 | -2,6; -0,22  | -2,35 | 30 | 0,021 |

Обозначения: ИЗ – интернет-зависимость

Поскольку одновременно проверялось 8 статистических гипотез, для выявления ложноположительных была применена коррекция для множественной проверки методом Бенджамини – Хохберга. В качестве допустимой доли ложноположительных гипотез было установлено значение в 5%. После коррекции ни одна из гипотез не была признана ложноположительной.

В результате использования t-критерия Стьюдента у мальчиков и девочек обнаружены достоверные различия в выраженности общего показателя ИЗ ( $g = 0,58$ ; 95% CIs [0,23; 0,94]). Девочки, по сравнению с мальчиками, более склонны к ИЗ в целом; различия выражены на среднем уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от малого до большого.

Обнаружены достоверные различия в выраженности ключевых симптомов ИЗ ( $g = 0,73$ ; 95% CIs [0,37; 1,01]). У девочек, по сравнению с мальчиками, более выражены ключевые симптомы ИЗ; различия выражены на среднем уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от малого до большого.

При этом между мальчиками и девочками не выявлено достоверных различий в выраженности проблем, связанных с ИЗ ( $g = 0,32$ ; 95% CIs [-0,03; 0,67]).

На следующем этапе у мальчиков и девочек анализировались различия в отдельных симптомах ИЗ поведения. Наиболее сильные различия обнаружены в выраженности симптомов толерантности ( $g = 0,86$ ; 95% CIs [0,50; 1,23]) – девочки,

по сравнению с мальчиками, чаще отмечают, что им требуется все больше времени в Интернете, чтобы получить удовлетворение, они чаще проводят больше времени в сети, чем намеревались, и за последнее время стали все больше времени проводить в сети. Различия выражены на высоком уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от среднего до большого.

Обнаружены достоверные различия в выраженности компульсивных симптомов ( $g = 0,59$ ; 95% CIs [0,24; 0,95]). Девочки, по сравнению с мальчиками, испытывают больше трудностей с преодолением желания выйти в сеть, они чаще сталкиваются с желанием выйти в сеть, когда просыпаются утром, и испытывают трудности с преодолением желания выйти в сеть, а попытки тратить меньше времени в сети чаще оказываются безуспешными. Различия выражены на среднем уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от малого до большого.

Обнаружены достоверные различия в выраженности симптомов отмены ( $g = 0,50$ ; 95% CIs [0,15; 0,86]). Девочки, по сравнению с мальчиками, чаще чувствуют себя более некомфортно, когда не бывают в сети в течение определенного времени. У них сильнее выражено беспокойство, когда они не могут выйти в сеть или им приходится отказаться от использования Интернета на определенное время, а пребывание в сети им позволяет им лучше преодолеть усталость. Различия выражены на среднем уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от малого до большого.

Обнаружены достоверные различия в выраженности проблем с управлением временем ( $g = 0,42$ ; 95% CIs [0,07; 0,77]). Девочки, по сравнению с мальчиками, чаще проводят слишком много времени в сети, чаще жертвуют сном и приемами пищи, чтобы провести больше времени в Интернете. Различия выражены на малом уровне, при этом в генеральной совокупности с вероятностью 95% величина эффекта выявленного различия будет находиться в интервале от очень слабого до среднего.

У мальчиков и девочек не выявлено достоверных различий в выраженности внутриличностных проблемы и проблемы со здоровьем, связанных с использованием Интернета ( $g = 0,164$ ; 95% CIs [-0,18; 0,51]).

Таким образом, проведенное исследование позволило оценить выраженность ИЗ поведения у подростков и описать его особенности у мальчиков и девочек.

Выводы. Современный Интернет значительно трансформирует коммуникацию и предоставляет все больше форм активности, позволяющих реализовать различные потребности. Обратной стороной данного процесса является формирование интернет-зависимого поведения, ярко выраженный паттерн, которого может негативно сказываться на здоровье и межличностных отношениях. На основе

полученных данных, от 9,1% до 21,3% подростков могут демонстрировать выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения. Причем нижняя граница доверительного интервала превышает значения, полученные в более ранних исследованиях.

Если ранее в исследованиях отмечалось, что ярко выраженный паттерн интернет-зависимого поведения чаще встречается у мальчиков, то сегодня он чаще наблюдается у девочек. У девочек, по сравнению с мальчиками, более выражены ключевые симптомы интернет-зависимости (компульсивные, отмены, толерантности). Однако они не отличаются по выраженности проблем, связанных с использованием интернета в целом, в частности внутриличностных проблем и проблем со здоровьем. Девочки, по сравнению с мальчиками, чаще отмечают, что им требуется все больше времени в Интернете, чтобы получить удовлетворение, они чаще проводят больше времени в сети, чем намеревались. Они испытывают больше трудностей с преодолением желания выйти в сеть и чаще сталкиваются с желанием выйти в сеть, когда посыпаются утром, а попытки тратить меньше времени в сети чаще оказываются безуспешными. Девочки испытывают больший дискомфорт, когда не бывают в сети в течение определенного времени. У них сильнее выражено беспокойство, когда они не могут выйти в сеть или им приходится отказаться от использования Интернета на определенное время, а пребывание в сети им позволяет им лучше преодолеть усталость. Девочки, по сравнению с мальчиками, чаще жертвуют сном и приемами пищи, чтобы провести больше времени в Интернете.

Дальнейшие исследования, направленные на охват большего количества респондентов, позволят более точно оценить выраженность данной проблемы у современных подростков, а также выявить личностные и ситуативные причины формирования и развития интернет-зависимого поведения.

## Литература

1. **Васильева Ю.Е., Авашина И.А., П.П. Попов и др.** К вопросу о проблеме интернет – зависимости в современном обществе // Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и медицинской психологии, 2014, с.48-51.
2. **Варламова С.** Интернет – зависимость молодежи мегаполисов: критерии и технологии // Мониторинг общественного мнения, 2015, № 2., с.165-182.
3. **Гайцев Е.Г.** Социальные последствия интернет – зависимости// Историческая и социально-образовательная мысль, 2015, № 6 (1), с.116-118.
4. **Дрепа М.И.** Интернет – зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии // Гуманитарная экспертиза, 2009, № 2, с.189-193.
5. **Малыгин В.Л., Феклистов К.А., Искандерова А.С. и др.** «Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики. - М.: МГМСУ, 2011. 32 с.
6. **Менделевич В.Д.** Психология девиантного поведения. - СПб.: Речь, 2005. 313 с.

## PREVALENCE OF INTERNET-RELATED ADDICTIVE BEHAVIOR AND ITS SYMPTOMS AMONG ADOLESCENTS BOYS AND GIRLS

*Leonova I.N. (Udmurt State University, Izhevsk, Russia)*

The paper presents the results of a research of Internet-related addictive behavior and its symptoms in adolescents using the Chen's Internet addiction scale (CIAS). It was found that girls, as compared with boys, more frequently demonstrate the steady pattern of Internet-related addictive behavior, they also demonstrate a higher values of its key symptoms (compulsive, cancellation, tolerance) and problems with time management.

**Keywords:** *Internet addiction, pathological internet use, behavioral addiction, prevalence addiction.*