

CZU: 159.9.07:[004.738.5:61]-053.6

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4889198>

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВОЗРАСТНЫХ РАЗЛИЧИЙ В ПРОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ 13-15 и 16-17 ЛЕТ

Татьяна ГРАУР (ПОЧТАРЬ)

Молдавский государственный университет

Интернет-зависимость – проблематичное, или патологичное использование интернета, приводящее к значительному нарушению функций индивида в различных областях жизни в течение длительного времени. Уязвимость подростков обусловлена многими факторами современных социально-психологических условий. В подростковом возрасте происходит интенсивное физическое и психическое развитие, интенсивно развиваются все структуры личности, а длительность данного этапа в период детства позволяет предположить существование определенных различий в уровнях интернет-зависимости, а также в проявлении симптомов интернет-зависимости между младшими и старшими подростками, что и анализируется статье.

Ключевые слова: интернет, интернет-зависимость, подростки, различия, симптомы.

COMPARATIVE ANALYSIS OF AGE DIFFERENCES IN THE MANIFESTATION OF SYMPTOMS OF INTERNET DEPENDENCE IN 13-15- AND 16-17-YEAR-OLD ADOLESCENTS

Internet addiction is a problematic or pathological use of the Internet, leading to a long-lasting significant impairment of the individual's functions in various areas of life. The vulnerability of adolescents is due to many factors of contemporary socio-psychological conditions. The intensive physical and mental development occurs during adolescence and all personality structures develop intensively during the same period as well, while the length of this period during childhood suggests the existence of certain differences between younger and older adolescents in the levels of Internet addiction, as well as in the manifestation of symptoms of Internet addiction. Therefore, this very aspect is being analysed in the article.

Keywords: adolescents, Internet, Internet addiction, difference, symptoms.

Введение

В современном обществе интернет представляет собой крайне востребованный ресурс в области образования, общения и проведения досуга, а интернет-зависимость распространяется стремительными темпами. Статистика пользования интернетом в Молдове также указывает на неуклонный ежегодный рост проникновения сети интернет в города и села республики [1].

Интернет-зависимость известна как проблематичное или патологичное использование интернета, приводящее к значительному нарушению функций индивида в различных областях жизни в течение длительного времени. В настоящее время интернет-зависимость не признана как отдельная нозологическая единица, а вокруг диагностики данного расстройства ведутся споры. Однако в психологии существуют определенные подходы к рассмотрению данной проблемы. Так, некоторые исследователи, такие как К.Янг, А.Голдберг, В.Бурова и др., предлагали рассматривать интернет-зависимость в качестве болезни, ведущей к клинически значимому ухудшению психологического состояния, или дистрессу [2; 3; 4]. В последующих исследованиях интернет-зависимость понимается как инструмент для реализации зависимости в руках человека, склонного к любому виду зависимости в целом. На выбор данного инструмента, а также на потенциальное формирование зависимости, влияет психологический склад личности и социальные условия. Таким образом, намечается тенденция к исследованию психологических особенностей интернет-зависимых людей (Г. Старшенбаум, В. Жукова, В. Малыгин) [5; 6]. В настоящее время интернет-зависимость все больше трактуется с точки зрения компенсационного подхода, характеризуя зависимость как стратегию совладания индивида при мотивации бегства от реальности во время негативных, проблемных жизненных ситуаций. При этом важным аспектом наличия жизненных трудностей считаются трудности в межличностных отношениях, пробелы в привязанности. Основным принципом теории компенсационного использования интернета является то, что локусом проблемы выступает реакция человека на его негативную жизненную ситуацию (межличностные трудности), которую он пытается преодолеть с помощью того или иного интернет-приложения (Д.Кардефелд-Уинтер, Г.Ньюфелд). Отметим, что проблемы в налаживании и поддержании межличностных отношений (или привязанности),

приносящих индивиду удовлетворение, рассматривались многими теоретиками личности как решающие для формирования здоровой личности либо тех или иных отклонений в развитии индивида, а следовательно – как располагающие к формированию определенных зависимостей [7, с.179-475]. Особенно важными для здорового развития личности считаются ранние отношения, то есть, отношения ребенка со значимыми взрослыми.

Одной из наиболее уязвимых категорий населения, склонных со временем приобрести зависимость от сети, являются подростки. Уязвимость обусловлена несколькими факторами, среди которых наиболее важным является специфика развития подростка (переход из мира детства в мир взрослости) в современных социальных условиях, так как по сравнению с предыдущими поколениями современные подростки переживают подростковый период по-другому, иначе решают возрастные задачи, сталкиваются с новыми социальными рисками, среди которых – распространение интернета; изменение структуры и сущности семьи; множество вариантов для идентификации [8]. Существуют также и нейропсихологические факторы – подросток входит в мир взрослых, попадает в большее (по сравнению с периодом более раннего детства) количество социальных ситуаций, круг его общения и взаимодействия все больше расширяется. Данные условия порождают множество новых, ранее неведомых эмоций и чувств, при этом на префронтальную кору растущего и усиленно развивающегося головного мозга подростка ложится дополнительная большая нагрузка [9]. Появляется раздражительность, импульсивность, неуравновешенность, которые, сами по себе, могут благоприятствовать зависимому поведению. Ко всему прочему, данные факторы усугубляют протекание подросткового периода в условиях, когда подросток находится в травмирующих, уязвимых, непринимаящих отношениях с близкими взрослыми. Необходимо также отметить, что именно черты, присущие данному возрастному периоду, могут оказывать решающее влияние на развитие девиантного поведения. Как отмечает в своем авторском курсе «Понимать подростков» канадский психолог Г. Ньюфелд, автор теории развития ребенка на основе привязанности, подросткам, чей внутренний мир и физическое развитие усиленно развиваются, свойственны определенные эмоционально-психологические черты, вызывающие нестабильность внутреннего мира подростка и его повышенную уязвимость [10]. Среди них можно отметить:

- Переживание сепарации и сепарированности, изменения в отношениях с близкими (Все меняется вокруг меня; Я уже не так близок с родителями; Я не могу поделиться с ними моими переживаниями, так как сам не уверен в том, что чувствую).
- Переживание тревоги и страха, связанное с расширением, открытием границ внешнего мира (Все смотрят на меня! Все меня осуждают! Мне тревожно из-за всего, что происходит вокруг, это слишком! Я критичен по отношению ко всему, потому что знаю, как это может быть в идеале, почему же это не так?)
- Чувства горя, потери (Все не так, как прежде, я хочу снова стать маленьким; Все становится слишком сложным).
- Переживание грусти и одиночества (Никто меня не понимает, мне одиноко. Никто меня не принимает).
- Черты оппозиционного поведения, обусловленные возрастающей потребностью в самостоятельности в образе мышления и поведения (Если меня попросят сделать или думать так, я сделаю иначе).
- Переживание смущения, смешанных чувств, неопределенности (Я не знаю, как и что я чувствую по отношению к чему-либо, ничто более не является «черным» или «белым»; Одну секунду я думаю так, в другую – уже иначе; Теперь я могу знать другие точки зрения; Меня пугает то, что иногда я не могу справиться со своими мыслями).

Учитывая тот факт, что в подростковом возрасте происходит интенсивное физическое и психическое развитие, развиваются интенсивно все структуры личности, а также учитывая длительность данного периода в детстве, мы выдвинули *гипотезу* о том, что существуют различия в уровнях интернет-зависимости, а также в проявлении симптомов интернет-зависимости у младших и старших подростков.

Методология исследования

В исследовании приняли участие подростки в возрасте от 13 до 17 лет, учащиеся старших классов города Кишинева, из которых 108 подростков мужского пола и 92 – женского, всего 200 подростков. Для диагностики интернет-зависимости был использован Тест интернет-зависимости Чена (шкала CIAS)

в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова [11]. Данная методика позволяет как диагностировать предполагаемый факт наличия или отсутствия интернет-зависимого поведения (интегральный показатель интернет-зависимости), так и качественно определить выраженность тех или иных шкал (симптомов), характеризующих паттерн зависимого поведения: компульсивные симптомы; симптомы отмены; толерантность; внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем; управление временем. *Компульсивные симптомы* отражают невозможность преодолеть желание войти в интернет. *Симптомы отмены* связаны с ощущением дискомфорта, если приходится прекратить пользование интернетом на определенный период времени. *Толерантность* характеризуется заметным возрастанием количества времени, которое нужно провести в интернете, чтобы достичь удовлетворения. *Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем* предполагают периодические или постоянные физические, социальные, профессиональные или психологические проблемы, которые вызываются использованием интернета. *Управление временем* связано с проблемами тайм-менеджмента: невозможностью контролировать длительность времени пребывания в интернете, что приводит к недосыпанию, нарушению питания, чувству усталости днем. Для выявления достоверности различий в проявлении интегрального показателя интернет-зависимости, а также каждой из шкал, мы воспользовались методами статистической обработки данных и провели анализ полученных результатов по t-критерию Стьюдента.

Анализ и интерпретация результатов исследования

Количественный анализ результатов Теста Чена позволил выявить интегральный показатель интернет-зависимости каждого респондента. Далее выборка была разделена на две возрастные группы, которые составили подростки 13-15 лет (139 человек) и подростки 16-17 лет (61 человек). Результаты исследования интегрального показателя интернет-зависимости у подростков двух групп наглядно представлены на рисунках 1 и 2.

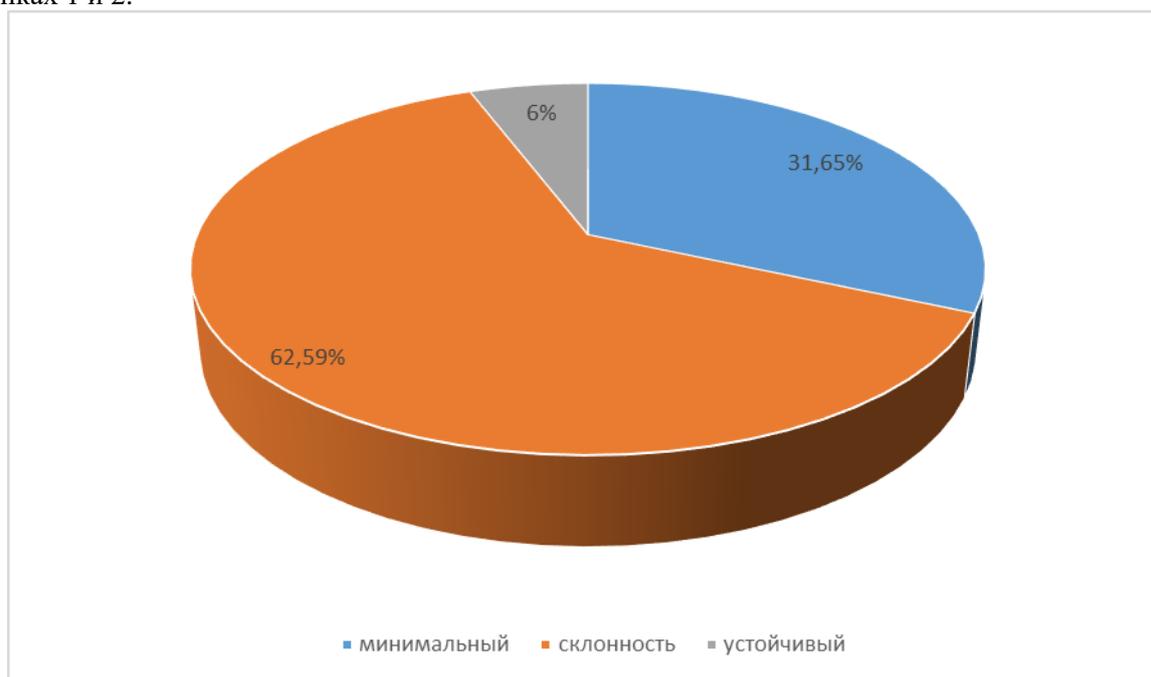


Рис.1. Результаты исследования интегрального показателя интернет-зависимости у подростков 13-15 лет.

Как видно, показатели распределились таким образом, что в группе младших подростков 31% респондентов имеют минимальный риск возникновения интернет-зависимости, 62% склонны к зависимости и 6% подростков данной группы демонстрируют устойчивый паттерн зависимого поведения. В группе старших подростков 36% выявлено с минимальным риском, 60% – склонны к зависимости, 3% респондентов – с устойчивым паттерном интернет-зависимого поведения.

Далее, для проверки выдвинутой гипотезы был проведен анализ различий интегрального показателя интернет-зависимости у двух групп подростков – 13-15 и 16-17 лет, с помощью t-критерия Стьюдента.

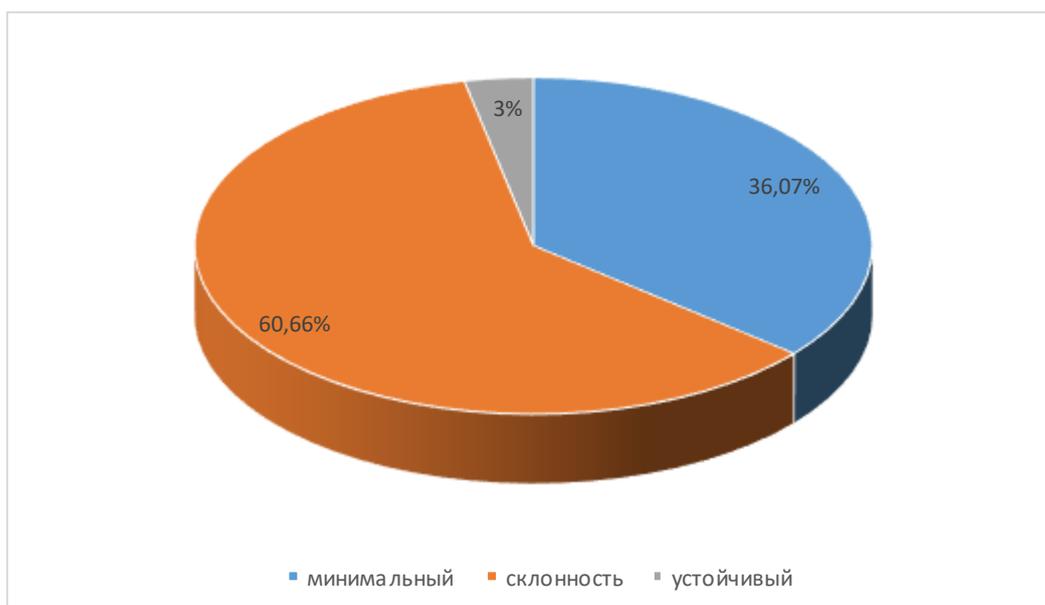


Рис.2. Результаты исследования интегрального показателя интернет-зависимости у подростков 16-17 лет.

Полученные данные позволяют увидеть статистическую разницу средней интегрального показателя, которая составляет $t=0.537$ при $p=0.01$. Это говорит о том, что в разные периоды подросткового возраста склонность к зависимости от интернета выражается в разной степени. Так, младшие подростки демонстрируют большую склонность к зависимости от интернета, по сравнению со старшими. Как было отмечено выше, одной из причин может быть нейропсихологический фактор, а именно – незрелость префронтальной коры головного мозга, что проявляется импульсивностью поведения и низкой способностью к саморегуляции.

Количественный анализ шкал-параметров теста Чена позволил выявить симптомы интернет-зависимости, проявляющиеся у двух исследуемых возрастных групп подростков, которые демонстрируют склонность к зависимости и устойчивый паттерн зависимости. Подростки с минимальным риском возникновения зависимости не представлены в анализе. Для наглядности сравнения данные приведены на рисунке 3.

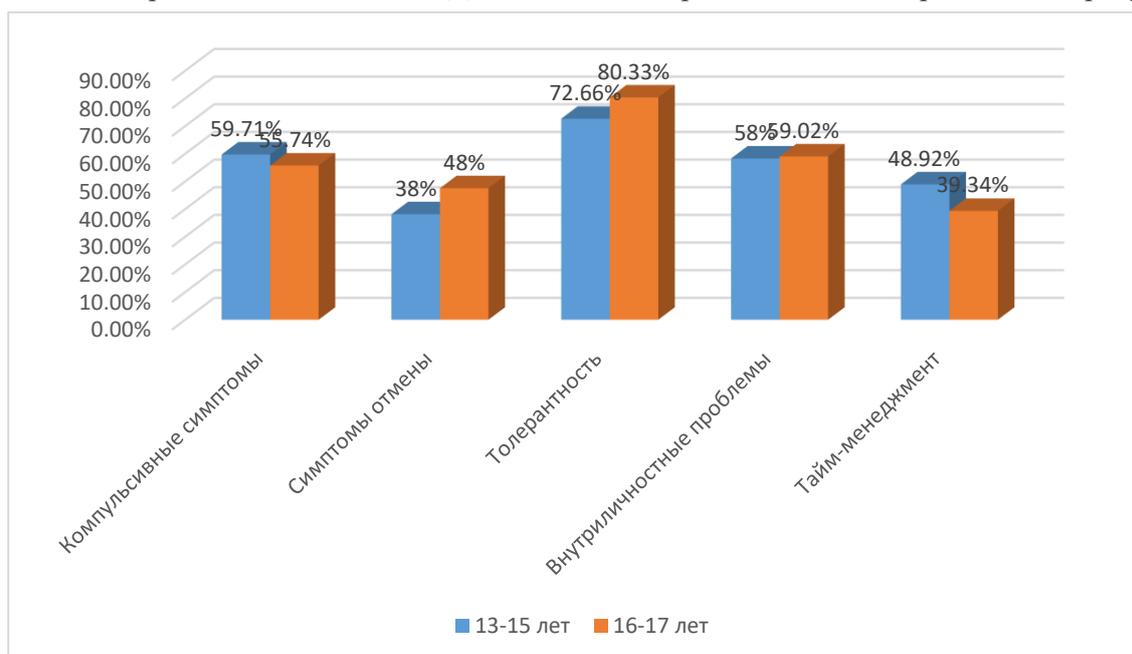


Рис.3. Результаты количественного исследования выраженности проявления симптомов интернет-зависимого поведения у младших и старших подростков.

Для определения достоверности различий в проявлении симптомов интернет-зависимого поведения между подростками 13-15 и 16-17 лет, мы проанализировали показатели t-критерия Стьюдента по шкалам-параметрам теста Чена и обнаружили статистически значимые различия средних по параметрам «Толерантность» ($t=0.788$; $p=0.01$); «Симптомы отмены» ($t=0.775$; $p=0.01$) и «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем» ($t=0.393$; $p=0.01$).

Проанализировав полученные результаты, можно заключить, что уровни проявления таких симптомов, как «Толерантность» и «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем» ниже у подростков группы 13-15 лет. Отсюда следует, что старшим подросткам необходимо проводить больше времени в интернете, чтобы получать удовлетворение, и это время постепенно возрастает. При отсутствии возможности затрачивать и увеличивать желаемое время на интернет-деятельность, удовлетворение не достигается. Старшие также более подвержены риску испытывать проблемы внутриличностного характера, а именно – продолжают пользование интернетом в прежней степени, даже испытывая внутренний конфликт, когда желаемое не совпадает с действительным, что еще в большей степени толкает к бегству от реальности. Наличие постоянных раздражающих человека внутренних противоречий приводит к невротическим симптомам, которые представляют собой благоприятную почву для появления или подпитывания уже имеющейся зависимости [12]. Такое поведение продолжается и невзирая на периодические или постоянные физические, социальные, учебные и психологические проблемы, вызываемые патологическим использованием интернета. Что касается симптомов отмены, то полученные результаты указывают на то, что уровень их выраженности ниже в группе старших подростков, по сравнению с младшими. Иными словами, младшие подростки в большей степени подвержены психомоторному возбуждению, чувству тревоги, навязчивым мыслям о том, что они, возможно, упускают, когда не имеют доступа к деятельности в интернете. Они могут мечтать или фантазировать об интернете. Такие проявления в поведении также могут усложнять социальную или профессиональную деятельность. Возможно, такая выраженность данного параметра у младших подростков связана с большей импульсивностью, менее слабой интегрированностью младших подростков, по сравнению со старшими.

Выводы

В заключение отметим, что младшие подростки более предрасположены испытывать симптомы отмены, когда по каким-либо причинам вынуждены прекратить пользование сетью или не быть «на связи». При этом подростки ощущают эмоциональный дискомфорт, раздражительность, скуку и опустошенность, которые не в состоянии преодолеть. Подростки 16-17 лет более предрасположены к проявлению симптомов толерантности – им требуется все больше времени проводить в интернете, для того чтобы чувствовать себя комфортно; им уже недостаточно ограничиться тем временем, что было ранее отведено для пользования сетью. Отсюда проистекает и более выраженное проявление симптомов внутриличностных проблем и здоровья; подростки испытывают социальное давление и неодобрение (со стороны педагогов, родителей, близких), а так как старшие подростки могут уже четко представлять, какими они сами и окружающие хотели бы их видеть, и то, какими они на самом деле являются, это вызывает внутренние конфликты – подростки ощущают противоречивые желания и влечения, но не могут благополучно с ними справиться, что вновь приводит их к реализации зависимости, всё глубже вовлекая их в порочный круг.

Литература:

1. <https://digital.report/moldova-dostup-v-internet/>
2. ЛОСКУТОВА, В.А. *Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств*: Дисс... канд. мед. наук. Новосибирск, 2004. 157 с.
3. ЯНГ, К.С. Диагноз – интернет-зависимость. В: *Мир Интернета*, 2000, №2, с.24-29.
4. ВОЙСКУНСКИЙ, А.Е. *Зависимость от Интернета: актуальная проблема*. <http://cyberpsy.ru/articles/vojskunsij-internet-addiction/>
5. МАЛЫГИН, В.Л., СМЕРНОВА, Е.А., ХОМЕРИКИ, Н.С. Личностно-характерологические и социальные факторы риска формирования склонности к Интернет-зависимости у подростков. В: *Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития* / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. Москва: Акрополь, 2009, с.199-210.
6. СТАРШЕНБАУМ, Г.В. *Аддиктология. Стандарт третьего поколения*. СПб.: Питер, 2017. 320 с.: ил. (Серия «Учебное пособие»).
7. *Психология личности*. Т.1. Хрестоматия / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. Самара: Бахрах-М, 2008. 512 с.

8. ХЛОМОВ, К.Д. Подросток на перекрестке жизненных дорог: социализация, анализ факторов изменения среды развития. В: *Психологическая наука и образование*. psyedu.ru. 2014. №1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Хломов.phtml> (21.10.2019)
9. *Лобные доли и регуляция психических процессов* / Под ред. А.Р. Лурия, Е.Д. Хомской. Москва: МГУ, 1966.
10. NEUFELD, G. Major Psychological Themes of Adolescence with Descriptive Statements Based on the course Making Sense of Adolescence. Доступно: <http://campus.neufeldinstitute.ru/mod/glossary/showentry.php?courseid=11&eid=597&displayformat=dictionary> [Дата обращения: 20.11.2020].
11. МАЛЫГИН, В.Л. [и др.]. *Интернет-зависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика*. Москва: Арсенал образования, 2010. 136 с.
12. ХОРНИ, К. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление / Пер. с англ. Е. Замфир. СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа и БСК, 1997. 534 с.

Сведения об авторе:

Татьяна ГРАУР, магистр социологических наук, докторант *Школы социальных и педагогических наук*, Молдавского государственного университета.

E-mail: graurtv@gmail.com

ORCID: 0000-0002-4918-3317

Prezentat la 30.11.2020