

ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ КАК ФАКТОР ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Савченкова София Сергеевна

студент, Уфимский университет науки и технологий, РФ, г. Уфа

Тулитбаева Галина Фанилевна

научный руководитель, канд. психол. наук, доцент, Уфимский университет науки и технологий, РФ, г. Уфа

INTERNET ADDICTION AS A FACTOR OF ADOLESCENT PERSONAL ANXIETY

Sofia Savchenkova

Student, Ufa University of Science and Technology, Russia, Ufa

Galina Tulitbaeva

Scientific director, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,

Ufa University of Science and Technology, Russia, Ufa

Аннотация. Интернет-зависимость является всё более значимой и актуальной проблемой современного общества, а именно играет существенное влияние на молодое поколение, которое в момент формирования себя как личности находится в особенно критическом и уязвимом периоде. В данной статье рассматриваются негативные проявления интернет-аддикции на особенности поведения и психического состояния подростка, а также представлены результаты исследования, посвящённого установлению корреляции между интернет-зависимостью и личностной тревожностью респондентов подросткового возраста.

Abstract. Internet addiction is an increasingly significant and urgent problem of modern society, namely, it plays a significant impact on the younger generation, which at the time of forming itself as a person is in a particularly critical and vulnerable period. This article examines the negative manifestations of Internet addiction on the characteristics of behavior and mental state of a teenager, and also presents the results of a study devoted to establishing a correlation between Internet addiction and personal anxiety of adolescent respondents.

Ключевые слова: интернет-зависимость; аддикция; тревожное состояние; подросток.

Keywords: internet addiction; addiction; anxiety; teenager.

В наше время процесс социализации, самовыражения и коммуникации у детей и подростков происходит на стыке виртуального мира и реального. Весомый пласт развития личности

современных подростков осуществляется в сети интернета. На данный момент Интернет перестает быть просто системой хранения и передачи информации, он стал новым слоем реальности и сферой жизнедеятельности огромного числа людей по всему миру. На текущий момент появление компьютерной зависимости играет важную роль в возникновении тревожности подростка. Это нашло своё отражение в различных исследованиях, показавшие увеличение в современном обществе числа тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью и эмоциональной неустойчивостью.

Как правило, интернет-зависимые формы поведения, по большей части, характерны для подросткового возраста, в котором возможны объединения кризисных явлений с развитием интернет-зависимого поведения. Такое наложение проблем усугубляет течение интернет-зависимости, которая, в свою очередь, имеет ряд психологических предпосылок её развития, например, некоторые авторы выделяют низкий уровень самостоятельности и свободы в выборе поведения, неспособность контролировать свою вовлеченность в общение с компьютером в процессе (В.Д. Менделевич), высокую восприимчивость к внешнему воздействию (В.В. Шабалина).

Подростковый возраст является одним из важнейших этапов формирования личности человека. Он характеризуется многими специфическими чертами. Это период трансформации в сфере системе сознания, деятельности и отношений. В подростковый период происходят преобразования в разных областях психики. Структура мотивов характеризуется иерархической системой. Это наличие специфической системы подчиненных различных мотивационных тенденций, основанных на первичном мотиве, общественно значимом и ценном для личности. Л.И. Божович поле мотивации называла «самоопределением». Подростковый возраст знаменует собой переход во взрослую жизнь, и особенности этого течения накладывают отпечаток на всю оставшуюся жизнь.

Проявление зависимого поведения следует за изменениями аспектов подросткового роста. В процессе идентификации подростки пытаются определить свое место в окружающем мире. Подростковый возраст является критическим периодом, и в нем возникает множество проблем, требующих решения. Известно, что важнейшим психологическим новообразованием этого возраста является чувство взрослости. Следовательно, подростки в реальной системе отношений стараются ставить себя на место взрослых. В этот период они ищут для себя что-то новое, какие-либо новые виды деятельности.

По мнению И. М. Балонова, интернет-зависимости подвержены неуверенные в себе подростки, нерешительные, чрезмерно стеснительные, испытывающие трудности в общении, имеющие низкую самооценку, комплексы или чрезмерно застенчивые. Таким подросткам сложно принять помощь окружающих. Компьютер в какой-то степени заменяет им родителей, педагогов и друзей.

Развитие интернет-зависимого поведения подростков обуславливается рядом причин: возможность анонимного общения; реализация представлений, фантазий с обратной связью (в том числе возможность создавать новые образы «Я»; вербализация представлений или фантазий невозможных для реализации в обычном мире); чрезвычайно широкая возможность поиска нового собеседника; неограниченный доступ к информации. Всё это молодые люди удовлетворяют с помощью Интернета. Также сюда можно отнести такие причины как: потребность в автономии и самостоятельности (в процессе социализации эта потребность предполагает, в первую очередь, стремление к независимости от родителей); потребность в самореализации и признании; потребность в признании и познании; удовлетворение социальной потребности в общении, в принадлежности к группе по интересам, в любви; потребность в обладании; познавательную потребность, также владение новыми знаниями способствует достижению признания со стороны сверстников и самореализации. В результате использования Интернета возникает ощущение полного контроля и владения ситуацией, что удовлетворяет потребность в безопасности — одну из базовых в системе потребностей человека.

Особенно острой проблема тревожности и интернет-зависимости является для подросткового возраста. Это вызвано переходом от детского состояния к взрослому. Психологическое состояния подросткового возраста связано с двумя «переломными» моментами данного

периода: психофизиологическим – половым созреванием, и всем, что с ним связано, и социальным, характеризующимся окончанием детства и вступлением в мир взрослых. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающиеся в ее источниках, содержании, формах проявления компенсации и защиты. Для каждого возрастного периода существуют определенные области, объекты действительности, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей в независимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти “возрастные пики тревожности” являются следствием наиболее значимых социогенных потребностей. Возникновение и сохранение тревожности связано с неудовлетворенностью возрастных потребностей подростка. Закрепление и усиление тревоги происходит по механизму «порочного круга», приводящего к накоплению и углублению негативных эмоциональных переживаний. Это порождает в свою очередь негативные прогностические оценки и определяет во многом модальность актуальных переживаний, способствует увеличению и сохранению тревожного состояния. Тревожность становится устойчивым личностным образованием в подростковом возрасте, опосредованным особенностями “Я-концепции”, то есть отношением к себе.

Следует отметить, что существует множество подходов к пониманию тревожности, но большинство авторов рассматривают тревожность как ситуативное явление и как личностную характеристику, анализируя переходные состояния и их динамику. Рабочим определением тревожности в данном исследовании является определение, предложенное А. М. Прихожан, согласно которому тревожность – это устойчивое личностное образование, проявляющееся в склонности переживать объективно нейтральные ситуации как содержащие угрозу самооценке, представлению о себе, личностным интересам и ценностям. Соответственно личностная тревожность – это устойчивая склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

Интенсивное и бесконтрольное использование Интернета подростками, эмоциональные и поведенческие расстройства, подверженность угрозам и рискам в Интернете – все это создает предпосылки для повышенной тревожности подростков, что оказывает большое влияние на их поведение и личностные особенности.

Сопоставляя наличие интернет-зависимости с возникающими у подростка психологическими проблемами, можно предположить, что если среди подростков будет выявлен высокий уровень интернет-зависимых, то у них будет наблюдаться высокий уровень тревожности. С целью подтверждения такого предположения мы провели эмпирическое исследование интернет-зависимости среди подростков, для этого применялись следующие методики: опросник Кимберли Янг; тест тревожности Ч. Д. Спилберга. В исследовании приняли участие подростки 14–15 лет, в количестве 25 человек, обучающихся в 8-х классах.

Результаты, полученные в этом исследовании, показывают, что 4,2% имеют серьезные проблемы, связанные с использованием Интернета, которые могут быть решены с профессиональной помощью. 8,6% имеют проблемы с использованием Интернета. 87,2% — типичные интернет-пользователи, умеющие себя контролировать.

Для изучения уровня тревожности использовали опросник Спилберга. Результаты показали, что 23,4% имели высокий уровень тревожности и 64,9% - средний уровень тревожности. 11,7% Низкий уровень тревожности.

Взаимосвязь между личностной тревожностью респондентов подросткового возраста и интернет-аддикцией подтвердилась математической обработкой результатов с помощью коэффициента корреляции r -Пирсона. Полученные значения $r=4,6$ при $p<0,2$ подтверждают наше предположение о том, что интернет-зависимость негативно влияет на личность подростка.

Результаты исследования позволяют прийти к выводу, что для учащихся, попадающих в группу риска и группу зависимости по показателю Интернет-аддикции характерен высокий уровень личностной тревожности.

Подводя итоги данной статьи, следует отметить, что проблема интернет-зависимости становится более актуальной с каждым днем и несмотря на то, что количество исследований

на данную тему возрастает, проблема влияния интернет-зависимости на личностные характеристики подростков остаётся по-прежнему малоизученной и непроработанной. Для современного подростка времяпровождение в интернете имеет высокое значение так как там он находит там некую разгрузку и возможность самопроявления, однако, очень сложно уловить тонкую грань, когда обычное времяпрепровождение может перерасти в зависимость. Несмотря на высокую значимость современных технологий в жизни каждого человека, стоит помнить, что компьютерная аддикция считается одной из разновидностей аддитивного поведения.

Компьютерные технологии негативно влияют на подростка, психика которого до конца не сформировалась, нарушается полноценная социализация и процесс адаптации в обществе, а самое главное происходит влияние на эмоциональные проявления в виде тревожного состояния. Говоря о личностной тревожности интернет-аддиктов у учащихся подросткового возраста, необходимо отметить, что главной задачей родителей, психологов, а также педагогов является вовремя заметить тревожные признаки данных явлений, и провести следующую за этим незамедлительную коррекцию.

Список литературы:

1. Андреев А.С., Анцыборов А.В. Интернет-аддикция как форма зависимого поведения Ростов-на-Дону, 2002.
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смыслова О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А.Е. Войскунского. - Москва: Изд-во Можайск, 2000. - 431 с.
3. Балонов, И. М. Компьютер и подросток / И. М. Балонов. — М.: Эксмо, 2002.
4. Войскунский, А. Е. Интернет — новая область исследований в психологической науке // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Выпуск 1.- М.: Смысл, 2002, С. 82-101.
5. Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость - патология XXI века? / В. А. Лоскутова // Вопросы ментальной медицины и экологии. - 2000.-№1,-С. 11-13.
6. Мертёхин, А. А. Характеристика интернет-зависимости / А. А. Мертёхин // Северо-Кавказский психологический вестник. - 2012. - Т. 10, № 4. -С. 10-13.