

Секция «Информационные технологии (виртуальная реальность и айтирекинг) в психологическом исследовании, образовании и психологической практике»

Связь уровня психологического благополучия и проявлений интернет-зависимого поведения в молодом возрасте.

Научный руководитель – Айсина Римма Михайловна

Хазиева Регина Миннерафгатовна

Студент (магистр)

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет психологии образования, Москва, Россия

E-mail: regina_regina_regina_5@mail.ru

На современном этапе технологического прогресса происходит всё большая цифровизация жизненного пространства. Огромное количество людей регулярно пользуются интернетом. Доступность получения любой информации в сочетании с удобством вызывает привыкание к интернету, в ряде случаев переходящее в интернет-зависимость.

Термин «интернет-зависимость» предложил А. Голдберг для описания неоправданно долгого пребывания в киберпространстве. К. Янг разработала модель ACE согласно которой, влечение к интернету развивается благодаря 3 факторам: доступность информации, интерактивных развлекательных зон (MMORPG, форумов и т.д.); возможность контроля передаваемой информации и сохранение анонимности; ощущение безопасности в процессе интернет-коммуникации.

На сегодняшний день проблемам интернет-зависимого поведения посвящены работы многих отечественных и зарубежных исследователей (Например, С. Чен, Е. И. Рассказовой и др.). Несмотря на разницу в понимании структуры интернет-зависимости, ученые сходятся во мнении о негативном влиянии интернет-зависимости на психологическое благополучие[1].

Психологическое благополучие молодых людей в реалиях современности имеет особое значение, так как произошли изменения в жизни современной молодежи. В работах И. В. Шаповаленко, К. Н. Поливановой было замечено, что молодые люди позже, по сравнению с их родителями, создают собственные семьи, выбирают профессиональный путь и т.д. Увеличение времени профессиональной неопределенности, поиска потенциального партнера добавляет огромное количество негативных переживаний. С появлением в интернет-пространстве различных развлекательных ресурсов, молодые люди получили возможность избавляться от накопившегося напряжения в киберпространстве. Получение незамедлительного подкрепления в виде позитивных эмоций нередко являются причиной интернет-зависимости.

Целью данного исследования является выявление связи уровня психологического благополучия и проявлений интернет-зависимого поведения в молодом возрасте.

Объект исследования: психологическое благополучие личности.

Предмет исследования: связь уровня психологического благополучия и проявлений интернет-зависимого поведения в молодом возрасте.

Гипотеза исследования: существует связь уровня психологического благополучия и проявлений интернет-зависимого поведения в молодом возрасте.

Методическое обеспечение исследования:

- 1) Шкала психологического благополучия К. Рифф(в адаптации Т. Д. Шевеленковой и Т. П. Фесенко);
- 2) Тест Интернет-зависимости Чена (в адаптации В.Л.Малыгина и К.А. Фелкисова);

Обработка результатов исследования проводилась с использованием коэффициента корреляции Спирмена. Выборку составили молодые люди в возрасте от 18 до 33 лет в количестве 31 человека.

Корреляционный анализ показал, что существует обратно пропорциональная связь ($r = -0.40$) между уровнем психологического благополучия и уровнем интернет-зависимости. Кроме того, в исследовании были выявлены связи между отдельными характеристиками интернет-зависимого поведения и отдельными показателями психологического благополучия, результаты представлены на рисунке 1.

Как видно из рисунка 1, некоторые признаки психологического благополучия оказались связаны сразу с несколькими признаками интернет-зависимости. Так, например, личностная автономия обратно пропорционально связана с общим показателем интернет-зависимости и с 3 его отдельными характеристиками (компульсивностью, временем пребывания в интернет-пространстве, внутриличностными проблемами и проблемами со здоровьем). Мы можем предположить, что личностная автономия является очень важной характеристикой психологического благополучия, которая влияет на способность человека оставаться независимым от интернета, контролировать своё время пребывания в киберпространстве и действовать спокойно, рационально.

Помимо личностной автономии, с несколькими признаками интернет-зависимости (общим показателем, временем пребывания, показателем внутриличностных проблем и проблем со здоровьем поведения) обратно пропорционально связан признак психологического благополучия «контроль над обстоятельствами». Следовательно, мы можем предположить, что человек, контролирующий обстоятельства, способен создавать подходящий контекст для реализации целей. Осознавая возможности, он не будет зависеть от интернета, будет контролировать своё время пребывания в Сети. Вероятно, что вера в способность изменить окружающие обстоятельства влияют на становление более здоровой личности.

Тем не менее существуют признаки психологического благополучия и интернет-зависимости, между которыми связь не выявлена. Например, положительные отношения с другими (признак психологического благополучия) не связаны с интернет-зависимостью ($r = -0,09$). То есть, интернет-зависимый человек может сохранять дружеские отношения с др. людьми. При этом его зависимость может не влиять на эти отношения.

Обобщая сказанное выше, можно констатировать, что гипотеза данного исследования подтвердилась. Была выявлена обратно пропорциональная связь между психологическим благополучием и интернет-зависимостью. Между отдельными признаками благополучия и признаками интернет-зависимого поведения также была выявлена обратно пропорциональная связь. Тем не менее существуют признаки, между которыми связи не обнаружилось. В данной работе интернет-зависимость рассматривалась как негативное последствие использования интернет-пространства. Однако киберпространство, скорее всего, может оказывать и позитивное влияние на развитие личности. В дальнейших исследованиях стоит обратить внимание именно на позитивные последствия онлайн-активности, которые поддерживают и улучшают психологическое состояние молодого человека.

Источники и литература

- 1) Малыгин В.Л., Феклисов К.А. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики. М., 2011.
- 2) Павлоцкая Я. И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности. Волгоград, 2016.

Иллюстрации

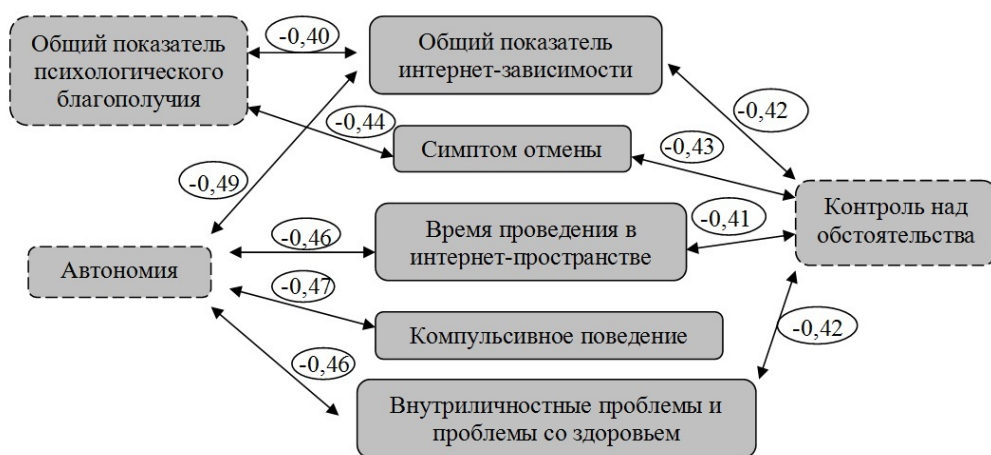


Рис. 1. Рисунок 1. Взаимосвязи между показателями психологического благополучия и интернет-зависимости.