

CZU: 159.923.2-053.6:316.624:004

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.3967188>

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

*Татьяна ГРАУР*

*Молдавский государственный университет*

Интернет-зависимость широко распространена в современном обществе, а новые цифровые технологии с поразительной скоростью завладевают миром детей и подростков, являющихся наиболее уязвимыми для формирования патологической увлеченности интернетом, что и определяет научный интерес к данной проблеме. В статье представлены результаты исследования особенностей интернет-зависимости и личностных черт у подростков.

*Ключевые слова:* интернет, интернет-зависимость, подростки, симптомы, черты личности, цифровой мир.

### THE RELATIONSHIP OF INTERNET DEPENDENCE AND PERSONALITY TRAITS IN ADOLESCENTS

Internet addiction is widespread in modern society, and new digital technologies are capturing with astonishing speed the world of children and adolescents, who are most vulnerable to the formation of pathological enthusiasm for the Internet, which determines the scientific interest to wards this problem. This article presents the results of a study based on the characteristics of Internet addiction and personality traits in adolescents.

*Keywords:* adolescents, Internet, Internet addiction, digital world, personality traits, symptoms.

### Введение

В современном мире интернет является крайне востребованным в области образования, общения и проведения досуга, а интернет-зависимость (ИЗ) широко распространена в обществе. Новые цифровые технологии с большой скоростью завладевают миром в целом и миром наших детей. Однако последствия цифровой революции, имевшей целью принести человечеству различные блага, оказались не столь благоприятными, спровоцировав упадок культуры, расстройства внимания и т.д. Неограниченный доступ к информации и ее изобилие в современном мире приводят к тому, что мозг человека (и в особенности – незрелый мозг детей и подростков) вынужден защищаться от нее, отфильтровывая большую часть данных, провоцируя различные когнитивные расстройства. 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.

### Выборка и методы исследования

Данное исследование имело целью изучить взаимосвязь шкальных показателей интернет-зависимости с психологическими особенностями личности подростков 13-17 лет, учащихся старших классов города Кишинева, из которых 108 подростков мужского пола и 92 – женского, всего 200 подростков. В рамках исследования был применен Тест интернет-зависимости Чена (шкала CIAS) в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова (сост. S.-H. Chen) [1]. Данная методика позволяет как диагностировать предполагаемый факт наличия или отсутствия интернет-зависимого поведения, так и качественно определить выраженность тех или иных 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 проб-

лемы 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. Был также применен Пятифакторный опросник личности, вариант адаптации 5PFQ (сост. Х. Tsuji) в русскоязычной адаптации А.Б. Хромова [2]. Пятифакторная модель рассматривает структуру личности с точки зрения пяти наиболее важных, основных факторов (черт), каждый из которых является биполярным: «Экстраверсия-Интроверсия» отражает ориентацию личности на внешние стимулы или на собственный внутренний мир; суть второго фактора «Привязанность-Отделенность» – взаимодействие с людьми; «Контролирование-Естественность» характеризует волевою регуляцию поведения; фактор «Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность» содержит в себе характеристики аффективной сферы личности; «Игривость-Практичность» отражает стремление личности к миру игры и реалистичности. Статистический анализ данных проведен при помощи программы SPSS, включая использование методов описательной статистики и коэффициента линейной корреляции Пирсона.

### Результаты исследования

По показателям выраженности интегрального показателя интернет-зависимости большинство респондентов находится на начальной (доаддиктивной) стадии зависимости, как это видно из рисунка 1.

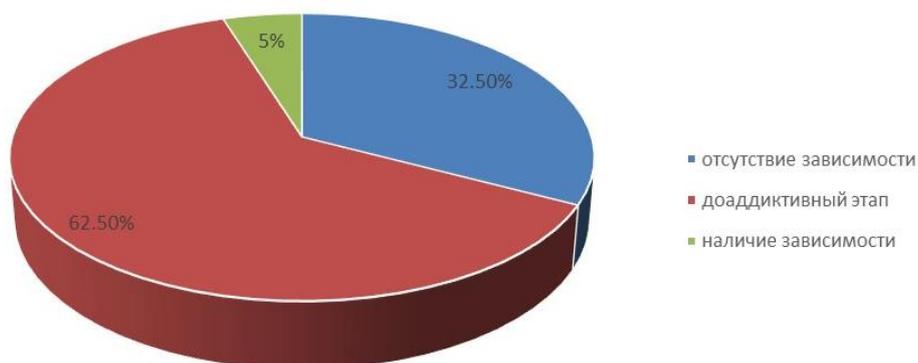


Рис.1. Выраженность общего уровня интернет-зависимости подростков.

Анализируя соотношение уровней выраженности личностных черт, графически представленное на рисунке 2, можно отметить резкую выраженность высокого уровня по всем пяти факторам опросника. Следовательно, подросткам более присущи качества первой полярности пяти факторов. При этом наиболее высокая выраженность (81%) наблюдается по фактору «Игривость-Практичность», что указывает на беззаботность и безответственность. Похожая ситуация представлена и в отношении «Привязанности-Отделенности»: 62,5% выборки проявляют высокую потребность быть рядом с другими людьми (возможно, близкими) и склонны чувствовать ответственность за их благополучие; они идут на уступки и компромиссы в отношениях, чтобы избежать провала. Склонность к независимости и самостоятельности менее свойственна подросткам (22,5%). Шкала «Контролирование-Естественность» также представлена более высокими показателями по первому полярному фактору, что характеризует 54,5% подростков нашей выборки как проявляющих склонность к самоконтролю, возможно, к излишней скованности. Однако высокие показатели по данному фактору указывают и на такие качества, как добросовестность, целеустремленность. Низкие показатели обозначились у 29% подростков, что может говорить о презрении таких подростков к моральным ценностям, а в крайних проявлениях – об асоциальности. По первой шкале высокий и низкий уровни распределились почти поровну: 54% подростков являются экстравертами, а интроверсия выражена у 50% подростков. Отметим, что в некоторых исследованиях обнаруживается положительная взаимосвязь экстраверсии и интернет-зависимости, как и с активной вовлеченностью в определенные виды онлайн деятельности. Например, исследование, проведенное с индийскими и иранскими подростками в 2017 г., показывает, что подростки с высоким уровнем интернет-зависимости имеют высокие результаты по шкалам нейротизма и экстраверсии и низкие по шкалам открытости опыту и дружелюбию, по сравнению с подростками с низким уровнем

интернет-зависимости [аруд 3]. Четвертый фактор представлен 45% высокой выраженности эмоциональности. То есть подросткам более свойственна повышенная эмоциональность, неспособность контролировать свои эмоции, импульсивность, нежели уравновешенность и эмоциональная зрелость (30%).

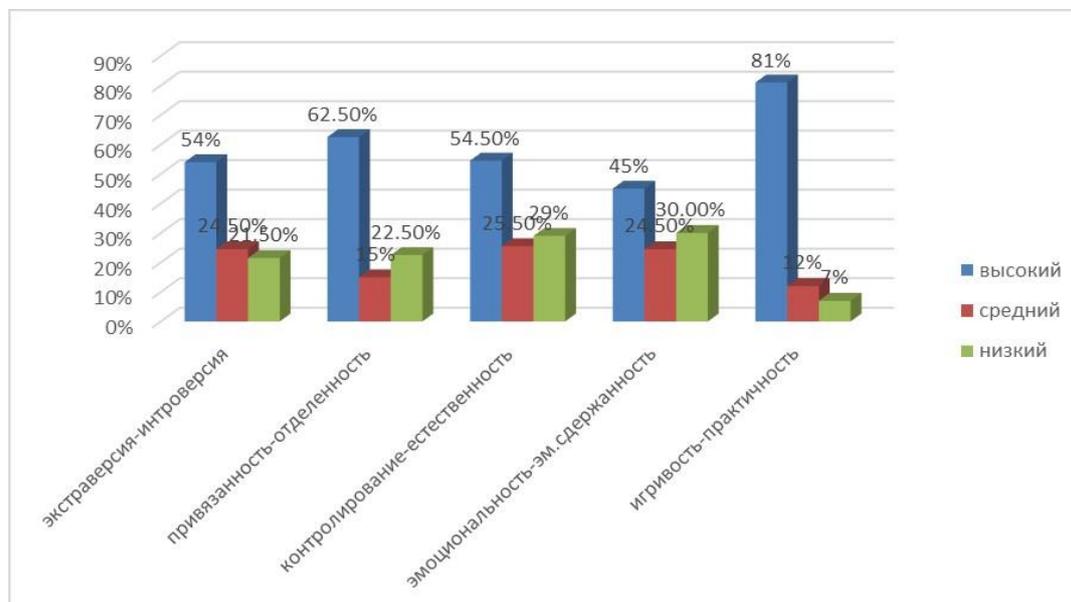


Рис.2. Соотношение уровней выраженности шкал пятифакторного опросника личности у подростков.

Далее нами был проведен анализ взаимосвязи между симптомами интернет-зависимости и чертами личности с использованием коэффициента линейной корреляции Пирсона. Данные статистической обработки, указывающие на наличие взаимосвязи, представлены в таблице.

Таблица

**Взаимосвязь между симптомами интернет-зависимости и чертами личности у подростков**

Параметр 1	Параметр 2	Коэффициент связи	Уровень значимости (p)
Компульсивные симптомы	Привязанность-Отделенность	-0,123	0,05
Компульсивные симптомы	Контролирование-Естественность	-0,123	0,05
Компульсивные симптомы	Эмоциональность-Эмоц.сдержанность	0,179	0,05
Компульсивные симптомы	Игривость-Практичность	-0,158	0,05
Симптомы отмены	Контролирование-Естественность	-0,132	0,05
Симптомы отмены	Эмоциональность-Эмоц.сдержанность	0,278	0,0005
Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	Экстраверсия-Интроверсия	-0,170	0,05
Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	Привязанность-Отделенность	-0,104	0,01
Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	Контролирование-Естественность	-0,177	0,05

Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	Игривость-Практичность	-0,123	0,05
Управление временем	Экстраверсия-Интроверсия	-0,125	0,05
Управление временем	Привязанность-Отделенность	-0,223	0,01
Управление временем	Контролирование-Естественность	-0,320	0,0005
Управление временем	Эмоциональность-Эмоц.сдержанность	0,185	0,05

Итак, нами было обнаружено, что существует положительная взаимосвязь между фактором «Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность» и тремя симптомами проявления ИЗ. Наиболее высокий коэффициент корреляции выявлен с «симптомами отмены» ( $r = 0,278$ ;  $p=0,0005$ ). Это указывает на то, что повышенная эмоциональность, неспособность контролировать свои эмоции, импульсивность и т.д. будут провоцировать напряженное переживание симптомов отмены, которые испытывает подросток, вынужденный прекратить пользование сетью. Иными словами, эмоциональная незрелость в целом ведет к низкому совладанию с острым чувством дискомфорта и, как следствие, может не только побуждать к бегству от реальности, чтобы снова ощутить спокойствие, но и вызывать компульсивные симптомы: неодолимое желание снова погрузиться в виртуальный мир ( $r=0,179$ ;  $p=0,05$ ). Это согласуется с эскапическим характером, присущим данному виду деятельности, а также подтверждает точку зрения Г.Ньюфелда (Gr.Neufeld) о том, что эмоционально-психологические черты, присущие именно подростковому возрасту, вызывают нестабильность внутреннего мира подростка, поведения, делая его уязвимым для возникновения различного рода зависимостей [4].

Найдена обратная взаимосвязь фактора «Контролирование-Естественность» с такими шкальными критериями ИЗ, как «Компульсивные симптомы» ( $r=-0,123$ ;  $p=0,05$ ), «Симптомы отмены» ( $r=-0,132$ ;  $p=0,05$ ), «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем» ( $r=-0,177$ ;  $p=0,05$ ), «Тайм-менеджмент» ( $r=-0,320$ ;  $p=0,0005$ ). Итак, личность, которую можно описать как склонную к высокому уровню самоконтроля, в большей степени способна преодолевать желание вновь погрузиться в виртуальный мир, может справиться с чувством дискомфорта или вовсе не ощущать его, если доступ к сети ограничен. Высокий уровень самоконтроля предполагает такие основные компоненты, как аккуратность, ответственность, предусмотрительность, самоконтроль, настойчивость. Такие черты согласуются с понятием психологического здоровья и личностной зрелости, а также дают человеку возможность контролировать длительность времени пребывания в интернете и общий характер деятельности в сети, в противовес интернет-зависимым пользователям, чье психологическое благополучие находится под угрозой.

Существует обратная взаимосвязь фактора «Привязанность-Отделенность» с несколькими симптомами ИЗ, среди которых наибольшее значение имеет «Тайм-менеджмент» ( $r=-0,223$ ;  $p=0,01$ ). Привязанность определяется такими качествами, как сотрудничество, теплота, доверчивость. Будучи важнейшей человеческой потребностью, привязанность является для ребенка, а затем и для взрослой личности, залогом психического здоровья и развития определенных благоприятных для личности черт и особенностей [5]. Таким образом, подростки, имеющие прочные привязанности (благоприятные отношения в семье, друзей) отдают предпочтение времени, проводимому в кругу своих привязанностей и способны контролировать пребывание в сети. Привязанность также делает личность менее уязвимой для появления невротических проблем со здоровьем ( $r=-0,104$ ;  $p=0,01$ ), а также для проявления симптомов отмены ( $r=-0,123$ ;  $p=0,05$ ). Заметим, что в некоторых исследованиях было обнаружено, что чрезмерное пользование интернетом негативно сказывается на мотивации общения с близкими людьми [apud 6, с.73]

«Экстраверсия-Интроверсия» отрицательно взаимосвязана с «внутриличностными проблемами» ( $r=-0,170$ ;  $p=0,05$ ) и «управлением временем» ( $r=-0,125$ ;  $p=0,05$ ). Эти данные указывают на то, что экстраверты в большей мере способны контролировать время пребывания онлайн и менее склонны к невротам.

Выявлена обратная взаимосвязь между симптомом «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем» ( $r=-0,123$ ;  $p=0,05$ ) и «компульсивными симптомами» ( $r=-0,158$ ;  $p=0,05$ ) с фактором «Игривость-Практичность». Это говорит о том, что такие качества, как пластичность психики, чувствительность, артистичность снижают вероятность компульсивности при пользовании интернетом и обуславливают психологическое благополучие личности, в противовес, например, ригидности и консерватизму, которые могут усугублять данные симптомы.

### Выводы

Исходя из представленных результатов исследования, можно заключить, что все черты личности, указанные в опроснике 5PFQ, связаны с симптомами проявления ИЗ. Исключение представляет шкала «Толерантность», что указывает на отсутствие взаимовлияния личностных черт и проявление у подростков потребности увеличивать время, проводимое в интернете. Прямая взаимосвязь выявлена только с фактором «Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность». Эмоциональная незрелость положительно влияет на переживание подростками симптомов отмены, компульсивности, а также на управление личным временем, проводимым в интернете. Это означает, что чем более импульсивным, склонным к тревожности, самокритичности, эмоциональной лабильности является подросток, тем острее будут у него проявляться данные симптомы. Подростки с высоким уровнем самоконтроля, напротив, способны успешно управлять своим «кибер-временем», находить баланс между желанием пребывания в сети и решением насущных жизненных задач. Мотивы таких подростков не носят характера компульсивности, но обусловлены скорее реальными обстоятельствами. Высокий уровень самоконтроля предполагает, что индивид не страдает от острого чувства дискомфорта, тревоги, когда не находится в киберпространстве.

Подростки, имеющие крепкие привязанности и склонные к сотрудничеству, менее подвержены невротическим проблемам. Они стремятся проводить время со своими привязанностями, умело контролируя время пребывания онлайн, не заикливаясь на цифровом мире. Такие показатели соотносятся с данными о том, что цифровая заикленность в действительности может приводить к утрате интереса к реальным отношениям [7 с.47-49]. Таким образом, чем более подросток дружелюбен, эмпатичен, способен к близости, чем более благополучны его отношения с близкими, тем менее он подвержен «зависанию» в цифровом мире. Данные черты личности снижают также вероятность проявления компульсивных симптомов.

Экстраверсия, ориентация личности на сигналы внешнего мира и людей положительно сказывается на психологическом здоровье индивида и его способностях успешно управлять временем, проводимым в сети. Возможно, это связано с тем, что экстраверты менее склонны к «самокопанию» и стремятся в мир людей, в то время как интровертированно направленная личность в большей мере заиклена на своем внутреннем мире. Можно предположить, что этот факт обуславливает стремление экстравертов к реальному миру. Однако отметим, что в литературе данные о связи экстраверсии с ИЗ противоречивы: одни исследования указывают на положительную взаимосвязь, другие – на отрицательную [8;3]. Пластичность психики, артистичность личности, открытость новому опыту также положительно влияют на психологическое благополучие подростков. Итак, можно говорить о том, что психологические черты личности и определенные паттерны интернет-зависимого поведения взаимосвязаны, их дальнейшее изучение является важным, так как именно они могут способствовать устойчивому паттерну интернет-зависимости.

### Литература:

1. МАЛЬГИН, В.Л. [и др.]. *Интернет-зависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика.* Москва: Арсенал образования, 2010. 136 с.
2. ХРОМОВ, А.Б. *Пятифакторный опросник личности: Учебно-методическое пособие.* Курган: КГУ, 2000. 23 с.
3. ГРАУР, Т. Причины интернет-зависимости у подростков: обзор психологических исследований. В: *Studia Universitatis Moldaviae*, 2018, nr.5(115) p.176.
4. 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> [цитировано 20 мая 2020].

5. БОУЛБИ, Дж. *Привязанность*. [on-line]. Москва, 2003. Доступно: <http://nkozlov.ru/library/psychology/d4590/> [цитировано 20 мая 2020].
6. КОРЯГИНА, Т. Взаимосвязь между интернет-зависимостью и личностными особенностями у студентов. В: *Современное исследование социальных проблем*, 2018, т.9, №2, сс.70-83.
7. STEFANONE, M., LACKAFF, D., ROSEN, D. Contingencies of Self-Worth and Social-Networking-Site Behaviour. In: *Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking* 14, 2011, no.1-2, p.41-49.
8. СПИРКИНА, Т.С. Особенности эмоционально-личностной сферы пользователей сети Интернет, склонных к Интернет-зависимости. В: *Медицинская психология в России: электронный научный журнал*, 2011, №6. Доступно: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) [цитировано 25 мая 2020].

**Данные автора:**

**Татьяна ГРАУР**, докторант *Школы психологии и педагогических наук* Молдавского государственного университета.

**E-mail:** graurtv@gmail.com

**ORCID:** 0000-0002-4918-3317

*Prezentat la 14.02.2020*