

858

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический
университет имени Максима Танка»

Факультет психологии
Кафедра прикладной психологии

**ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ И ТРЕВОЖНОСТЬ
У ПОДРОСТКОВ**

Курсовая работа
студентки 040 группы
4 курса специальности
«Практическая
психология»
заочной формы получения
образования
Лавровой Лавровой
Екатерины Васильевны

Допущена к защите

Защищена 18.06. 2015г.
с отметкой «10 (сравн.)»

Научный руководитель -
кандидат психологических
наук, доцент
А.В. Гонга А.В. Гонга

Минск, 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ	
1.1 Интернет-зависимость, как психологический феномен.....	7
1.2 Особенности психологического развития в подростковом возрасте.....	12
1.3 Тревожность в подростковом возрасте.....	17
Выводы по 1 главе.....	23
ГЛАВА 2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ	
2.1 Организация и проведение исследования.....	24
2.2 Показатели взаимосвязи Интернет-зависимости и тревожности у подростков.....	26
Выводы по 2 главе.....	30
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	32
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	34
ПРИЛОЖЕНИЯ	

ВВЕДЕНИЕ

Научно-технический прогресс конца XX века способствовал активному развитию информационно-компьютерных технологий, ставших неотъемлемой частью жизни современного человека. Сегодня посредством интернета решаются огромные количественные задачи, связанных с обучением, общением, ведением бизнеса, научными разработками и исследованиями, развлечениями и др. В связи с этим растущая компьютеризацией общества стала актуальной проблемой патологического использования Интернета. Как отмечает А.Е. Войскунский, последствия сверхувлеченности Интернетом могут быть самыми разнообразными: пренебрежение домашними и служебными обязанностями, отказ от социального взаимодействия, изоляция, разрушение связей с внешним миром, аутизация и инфантилизация личности. [9, с.92]. Особую тревогу вызывает то, что зависимость от интернета наиболее часто проявляется в юном возрасте — в среде подростков и юношей, что затрудняет их социализацию, профессиональную карьеру и создание семьи [19, с.200].

Широкое внедрение информационных технологий в жизнь современного человека имеет как позитивные, так и негативные последствия. Можно привести положительные стороны Интернет-взаимодействий, обеспечивающие реализацию базовых потребностей человека: познательных (поиск новой информации, повышение квалификации, получение экспертного мнения); коммуникативных (родственное, интимное, дружеское, деловое общение); потребности в саморазвитии (творческая реализация, самообразование, демонстрация достижений: рекреации, игры, досуг, увлечения); аффилиации (новые знакомства, сотрудничество, поиск единомышленников, причастность к группе, партнерство). Отрицательными последствиями длительного использования информационных технологий является сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир и развитие зависимости. Неуклонно растущая компьютеризация нашего общества все более актуализирует проблему патологического использования Интернета.

Известно, что любая чрезмерная увлеченность человека чревата неблагоприятными воздействиями на его здоровье: это может выражаться от элементарного переутомления до появления зависимости. Избыточное применение информационных технологий может привести к таким отрицательным эффектам, как информационные перегрузки, технологическая игровая и Интернет-зависимость, идентификация себя с кибер-персонажем. Таковы наиболее типичные проявления патологического использования Интернета [17, с.72].

В России проблема Интернет-зависимости начала изучаться только в последнее десятилетие. А.Е. Войскунским были разработаны критерии данной зависимости. В.Д. Менделевич выделил типы интернет-зависимых личностей. В.А. Лоскутовой были изучены культуральные особенности пользователей русскоязычного Интернета. А.Е. Жичкиной, И.В. Чудовой,

Л. Юревой и Т.Ю. Болыбот были исследованы особенности личности интернет-зависимых подростков.

Компьютерные игры могут привести и к негативным последствиям, затрагивающим все уровни психической структуры личности подростка. В исследовании различных авторов отмечается их отрицательное влияние на физическое здоровье подростка, на отношение к школе, успеваемость и поведение.

В качестве основного фактора возникновения компьютерной зависимости подростков рассматриваются психологические особенности пубертатного периода: высокая сензитивность к любым внешним влияниям, перестройка ранее сложившихся психологических структур, изменения в формировании нравственных представлений и социальных установок. Данные особенности выступают как объективные предпосылки для появления такой формы демонстративного поведения, как «уход» в виртуальную реальность (в мир компьютерной игры).

Подростковый возраст – это период, когда бурно протекающие физиологические и психологические изменения, смена социальной сферы и социальных требований к подросткующей личности часто провоцируют различные отклонения в поведении, эмоциональные и нервно-психологические нарушения.

Развитие Интернет-зависимости у подростков обуславливается рядом причин: возможность анонимного общения; реализация представлений, фантазий с обратной связью (в том числе возможность создавать новые образы «Я»; вербализация представлений и фантазий не возможных для реализации в обычном мире); чрезвычайно широкий доступ к информации; возможность поиска нового собеседника; неограниченный доступ к информации.

Общая характеристика работы

Актуальность темы курсовой работы связана с тем, что феномен Интернет-зависимости явление, которое постепенно видоизменяется вместе со стремительным развитием сети и нуждается в дополнительном изучении. Принимая во внимание прогнозы темпов роста распространенности Интернета, и рост удельного веса молодежи среди пользователей Интернета, можно заключить, что изучение факторов, способствующих формированию интернет-зависимого поведения у подростков является актуальной проблемой. Зависимое поведение состоит из совокупности внутренних и внешних причин. Поэтому мы решили рассмотреть значимость уровня зависимости для подростка как фактора, влияющего на возникновение Интернет-зависимости.

Тревожность в современной психологии рассматривается как психическое свойство, индивидуальная психологическая особенность опосредующая поведение человека. Для каждого человека характерен свой оптимальный уровень тревожности, являющийся необходимым условием развития личности. Но высокий ее уровень негативно влияет на развитие личности и в неко-

т в их случаях высокая тревожность может способствовать закреплению и усилению мотива ухода от реальности.

Интернет-зависимость формирует целый ряд психологических проблем: конфликтное поведение, хронические депрессии, уход в виртуальный мир от реальной жизни, трудности адаптации в социуме, потеря способности контролировать свое время пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования Интернетом. Исследуя Интернет, подросток предпочитает «искать» вместо «думать» [3, с.36].

Сопоставляя наличие Интернет-зависимости с возникающими у подростка психологическими проблемами можно предположить, что если среди подростков будет выявлен высокий уровень тревожности, то у них будет наблюдаться высокий уровень интернет-зависимых.

Таким образом, целью **исследования** – выявить особенности взаимосвязи Интернет-зависимости и тревожности у подростков.

Задачи исследования:

1. Провести анализ понятия Интернет-зависимость в психологии.
2. Описать специфику подросткового возраста, как сензитивного к Интернет-зависимости и тревожности.
3. Проанализировать понятие тревожности в психологии.
4. Определить основные этапы исследования и диагностический инструментарий.
5. Провести количественный анализ полученных результатов.
6. Представить результаты методологической статистики и их качественный анализ.

Объект исследования - Интернет-зависимость в подростковом возрасте.

Предмет исследования - взаимосвязь Интернет-зависимости с уровнем тревожности у подростков.

Гипотеза исследования - существует взаимосвязь между Интернет-зависимостью и тревожностью подростков, чем выше уровень тревожности, тем больше склонность к Интернет-зависимости.

База исследования: Государственное учреждение образования «СШ № 173» г. Минска.

Характеристика выборки: 52 подростка в возрасте 14-15 лет.

Методологией исследования послужили труды, изучающие проблемы тревожности таких авторов, как Л.И. Божович, Ч. Спилбергер, А.М. Прихожан, Э.Г. Эйдемиллер, а также работы, посвящённые изучению Интернет-зависимости А.Е. Войскунского, А.Е. Жичкиной, Е.А. Лоскутовой, Л.Н. Юрьевой и К. Янг.

Методы и методики исследования:

- 1) теоретический анализ литературы по проблеме исследования;

2) диагностические методы - тестирование (методика «Тест на выявленные интернет-зависимости К. Янг», методика «Шкала уровня тревожности Спилберга – Ханина»);

3) статистические методы (метод линейной корреляции Пирсона).

Научная новизна исследования определяется недостаговой разработкой проблемы социально-психологическом знании проблемы Интернет-зависимости в целом. В частности в данном исследовании изучаются особенности эмоционального состояния подростков, склонных к Интернет-зависимости

Практическая значимость заключается в том, что обоснованы критерии и определены психодиагностические методики, позволяющие выявить особенности поведения и эмоциональной сферы подростков с Интернет-зависимостью. Результаты исследования могут быть востребованы школьными психологами для организации практической работы с интернет-зависимыми и склонными к интернет-зависимости подростками и коррекции личностного развития школьников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Следя пока еще нельзя говорить о единстве точек зрения, разработанных критериев и методах диагностики Интернет-зависимости. На основе анализа психолого-педагогической литературы и полученных результатов проведенного нами эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1. В настоящее время Интернет-зависимость еще не считается официальным диагнозом и часто является показателем других серьезных проблем в жизни личности — депрессии, одиночества, трудностей в обществе. По способам использования Интернета выделяют два основных типа Интернет-зависимых: первые используют Интернет как средство получения удовольствия, вторые как средство ухода от реальности. Часто наблюдается сплетение мотиваций. Определяя зависимость поведения как уход от реальности посредством изменения психического состояния, можно говорить, что создаваемая компьютером реальность, несомненно, изменяет психическое состояние. Таким образом, Интернет-зависимость — это регулярное, неконтролируемое человеком, использование Интернета с целью длительного ощущения психологического комфорта.

2. В подростковом периоде есть большое количество проблем, отклонений, возможностей для аномального развития в силу психолого-педагогических особенностей данного периода развития. В поисках средств защиты от напряжения, дискомфорта, стресса подростки часто прибегают к стратегиям зависимого поведения. 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, друзей. Уход подростка в виртуальный мир связан с его личностными особенностями и отношением с окружающей действительностью, его положением в обществе.

3. Повышенный уровень тревожности является типичной особенностью эмоциональной сферы подростка, к тому же, именно в этом возрасте тревожность становится устойчивым личностным образованием. Ряд авторов указывает на то, что в некоторых случаях высокая тревожность может способствовать усилению мотива ухода от реальности. Поскольку высокая тревожность является одним из критериев дезадаптации, можно предположить, что компьютерные аддикты изначально тревожны, т.е. этой психологической особенностью они обладают до начала увлечения Интернетом и формирования зависимости от него.

4. В результате эмпирического исследования было выяснено, что подростки, относящиеся к группе риска Интернет-зависимости, имеют преимущественно высокий и средний, с тенденцией к высокому, уровень тревожно-

ст. По простки, не имеющие проблем с Интернет-зависимостью характеризируются преимущественно средним уровнем тревожности. Статистический анализ, проведенный с помощью метода линейной корреляции Пирсона, показал наличие статистически значимых положительных связей Интернет-зависимости с двумя показателями тревожности: как с реактивной тревожностью ($r=0,66$; $p=0,000$ – умеренная связь), так и с личностной тревожностью ($r=0,45$; $p=0,001$ – слабая связь). Таким образом, выдвинутая нами в ходе исследования гипотеза была подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Асмолов, А.Г. Психологическая модель Интернет-зависимости личности / А.Г. Асмолов, Н.А. Цветкова, А.В. Цветков // Мир психологии. – 2004. – № 1. – С. 179–192.
2. Бабаева, Ю.Д., Войскунский, А.Е., Смыслова, О.Е. Интернет: воздействие на личность // «Гуманитарные исследования в интернете» / Ю.Д. Бабаева [и др.]; под ред. А.Е. Войскунского. М.: «Можайск-Терра», 2000 - 437 с.
3. Балонов, И.М. Компьютер и подросток / И.М. Балонов. - М.: Эксмо, 2002.- 319 с.
4. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности: Избр. психол. тр. / под ред. Д.И. Фельдштейна. - Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т. - 3-е изд. - М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2001. - 349 с.
5. Бурлачук, Л.Ф. Справочник по психодиагностике издание 2-е, перер.и доп. / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. - СПб.: Питер Ком, 1999. - 528 с.
6. Бурова (Лоскутова), З.А. Интернет-зависимость – патология XXI века? // Научно-практический журнал «Вопросы ментальной медицины и Экологии», том VI - №1. - 2008. - С. 11-13.
7. Бурова, В.А. Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости - [Электронный ресурс] <http://index.loras.com>. – Дата доступа: 18.04.2015.
8. Войскунский, А.Е. Новая область исследований в психологической науке // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ / А.Е. Войскунский. - Выпуск 1. - М.: Смысл, 2002, с. 82-101.
9. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета // Психологический журнал - №1 - 2009. - С. 25.- № 1.- С. 90-100.
10. Дрепа, М.И. Психологический портрет личности интернет - зависимого студента // Вестник ТГПУ. - 2009. - № 4 - [Электронный ресурс]: <http://cyberleninka.ru/article>. - Дата доступа: 18.04.2015.
11. Егоров, А.Ю. Особенности личности подростков с Интернет-зависимостью / А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.В. Петрова // Вопросы психического здоровья детей и подростков, - 2007. - № 8. - С.20-27.
12. Егоров, А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. - Спб.: Речь, 2007.- 190 с.
13. Жичкина, А.Е. Взаимосвязь идентичности и поведения в Интернете пользователей юношеского возраста / А.Е. Жичкина [Электронный ресурс]: <http://flogiston.ru/articles/netpsy>. - Дата доступа 25.04.2015.
14. Жичкина, А.Е. Социально - психологические аспекты общения в Интернете / А.Е. Жичкина [Электронный ресурс]: <http://flogiston.ru>. - Дата доступа 25.04.2015.

15. Иванов, М.С. Монография: Психология самореализации личности в компьютерной игровой деятельности / М. С. Иванов. – Кемерово: Кузбасский издат, 2008. - 151с.
16. Мадельн, А. Большая энциклопедия психологических тестов / А. Карелин. Изд.: Эксмо, 2007. - 416 с.
17. Крылова, Н.В. Интернет-зависимость и депривация в результате виртуальных взаимодействий // Социологические исследования - № 6, Июнь 2010. – С. 70-79.
18. Лоскутова, В.А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств : автореф. дис... канд. мед. наук / Лоскутова В. А. – Новосибирск, 2004. – 23 с.
19. Малыгин, В.Л. Личностно-характерологические и социальные факторы риска формирования склонности к интернет-зависимости у подростков. Интернет-зависимость: психологическая динамика и тенденции развития. / В.Л. Малыгин, Н.С. Хомерикин, Е.А. Смирнова; под ред. А.Е. Войскунский. М., 2009. С.199 - 211.
20. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. — Издание 3-е, стереотипное — М.: Трикола, 1998. — 352 с., ил.
21. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. Университетов - М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 448 с.
22. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов / К.Н. Поливанова. - М.: Академия, 2000. - 184 с.
23. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд. НПО «МОДЭК», 2000. - 304 с.
24. Савина, Е., Шанина, Н. Тревожные дети // Дошкольное воспитание. - 2003. - № 4. - С. 11-14.
25. Симатова, О.Б., Гранина, К.В. Тревожность как фактор риска и протекции игровой компьютерной аддикции у подростков // Гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология. - 2012. -№ 1. - С. 235-239.
26. Спиваковская, А.С. Как быть родителями / А.С. Спиваковская. - Москва, 2006. - 297 с.
27. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста / под ред. Циркина С.Ю. 2-е изд. – СПб.: Издательство «Питер», 2004. – 896 с.
28. Степанов, С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. - М.: Изд. Эксмо, 2005. – 672 с.
29. Хасан, Б.И. Образование в области профилактики аддиктивных форм поведения: Организационно-методическое пособие / Хасан Б.И., Дюндик Н.Н., Федоренко Е.Ю., Кухаренко И.А., Привалихина Т.И.; под ред. Б.И. Хасан. - Красноярский гос. ун-т, 2003. - 335 с.

30. Чиркова, Н.В. Особенности образа «Я» жителя интернета // Психологический журнал. - 2002. - №1. - С. 13 - 17.
31. Шабалина, В.В. Зависимое поведение школьников / В.В.Шабалина. - СПб., 2001. - 176 с.
32. Паталла, М.А. Анализ факторов, влияющих на формирование интернет-аддикции. / М.А. Шабалина [Электронный ресурс]: <http://inetpsy.ru>. – Дата доступа 18.04.2015.
33. Эйдемиллер, Э.Г. Семейная психотерапия / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – Ленинград «Медицина» Ленинградское отделение, 1999. -189 с.
34. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. - М.: Флинта: МПСИ: Гноссис, 2006. - 352 с.
35. Юрьева, Т.Ю., Сальбот, Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Боньког — Днепропетровск: Пороги, 2006. - 196 с.
36. Янг, К. Диагностика интернет-зависимости / К. Янг [Электронный ресурс]: <http://psynet.org.ru>. – Дата доступа 04.04.2015.