

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ, СКЛОННЫХ К ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

*Работа представлена кафедрой клинической психологии и психотерапии факультета
Московского городского психолого-педагогического университета.
Научный руководитель – кандидат психологических наук, доцент М. С. Радионова*

В статье рассматривается проблема патологического использования Интернета. Представлены данные социологического опроса, свидетельствующие о распространенности интернет-зависимости среди российских пользователей сети Интернет, а также описана группа риска по возникновению интернет-аддикции.

The problem of pathological use of the Internet is considered in the article. The data of the sociological interrogation testifying to the prevalence of Internet-addiction among Russian Internet users and the description of the Internet-addiction risk group are presented.

С развитием компьютерных технологий и их всеобщей доступностью растет число людей, проводящих большое количество времени в Интернете. Логично предположить, что с увеличением числа людей, увлекающихся Интернетом, растет и число потенциальных компьютерных аддиктов. Речь идет о так называемой интернет-зависимости, проблема которой стала актуальна за рубежом еще в конце 1980-х годов¹.

Несмотря на то что интернет-аддикция не является самостоятельным заболеванием и определяется психологами как феномен, в скором времени зависимость от Интернета войдет в DSM-V наряду с другими нехимическими аддикциями, так как диагностические критерии расстройства в целом соответствуют критериям DSM-IV для нехимических зависимостей².

Так же как и людям с патологической тягой к азартным играм, или игровым автоматам, интернет-аддиктам присущи бесконтрольность использования, значительное стрессовое воздействие, сопряженность с финансовыми проблемами, социальные и образовательные трудности, провокация симптомов, характеризующих гипоманию, и т. п. Многие из перечисленных факторов сами по себе не являются предпосылками к возникновению интернет-зависимости, но в результате взаимодействия друг с другом и, главное, с личностью пользователя они способны провоцировать формирование интернет-аддикции.

Как показывает ряд психологических исследований³, очень часто Интернет привлекает людей, не удовлетворенных собой, с заниженной самооценкой, неспособных в реальной жизни строить или поддерживать гармоничные отношения с другими. Данные проявления можно считать предикторами возникновения интернет-зависимости. Такие люди обращаются к Интернету в поисках недостающего им уважения, любви и ощущения собственной значимости. В сетевом общении они находят некую отдушину и быстро попадают в зависимость от него.

По данным других исследований, большинство зависимых от Интернета пользователей вспыльчивы, эмоционально неустойчивы, раздражительны. Все это свидетельствует если не о нарушениях, то о некоторых отклонениях в эмоциональной сфере личности, выражающихся в изменении психического состояния людей: снижении настроения, активности, ухудшении самочувствия, дисфории вплоть до депрессии⁴. Подобные эмоциональные проявления могут как сочетаться с интернет-зависимостью, т. е. являться коморбидностью, так и выступать в качестве возможных последствий⁵.

Кимберли Янг (Kimberly Young)⁶ говорит, что интернет-аддикция также может быть вызвана психопатологией. В данном случае отклонения в эмоциональной сфере личности рассматриваются автором в качестве причин возникновения зависимости от Интернета. В своем исследовании Кимберли Янг установила, что различная степень депрессии коррелирует с интернет-зависимостью. Депрессивные больные, которые больше других испытывают страх отвержения и больше других нуждаются в социальной поддержке, используют Интернет, чтобы преодолеть трудности межличностного взаимодействия в реальности.

К сожалению, на сегодняшний день существует мало теоретических разработок, как мы видим, отсутствуют общепризнанные критерии и точки зрения на проблему интернет-зависимости. Исследования, проведенные в этой области, по большей части носят фрагментарный, частный характер. При этом с каждым годом возрастает количество пользователей сети Интернет, 2–5% которых являются интернет-зависимыми⁷. Если в 2005 г. доступ в Сеть был только у шести процентов граждан страны⁸, то, по данным рейтингового агентства Fitch⁹, на сегодняшний день потенциальная аудитория пользователей Рунета составляет до 10% населения.

Итак, опираясь на теоретический материал, изложенный выше, проведенное исследование было направлено на изучение личностных характеристик и эмоциональных состояний, влияющих на возникновение зависимого поведения в Интернете.

В исследовании приняло участие 210 пользователей сети Интернет, из них 56,2% (118 человек) – мужчины, 43,8% (92 человека) – женщины. Средний возраст составил 21,7 года. Минимальный возраст испытуемых – 14 лет, максимальный – 40 лет.

41,4% (87 человек) и 26,7% (56 человек) имеют неоконченное и полное высшее образование соответственно, 19% (40 человек) имеют неполное среднее образование и 12,9% (27 человек) среднее специальное образование.

8,6% (18 человек) – женаты/замужем, 3,3% (7 человек) ранее состояли в браке, но на данный момент разведены.

В целом социально-демографические показатели испытуемых экспериментальной группы сопоставимы с аналогичными исследованиями, что свидетельствует о репрезентативности выборки.

Исследование проводилось посредством Интернета. Анонс осуществлялся через блоги на сайтах <http://www.mail.ru> и <http://www.blogonline.ru>. Испытуемым, согласившимся участвовать в исследовании, высылался по электронной почте пакет анкет, оформленных в программе Excel, с сопроводительной инструкцией.

В качестве диагностического материала были использованы следующие методики:

1. Для выявления интернет-зависимости была использована шкала Интернет-зависимости из опросника «Поведение в Интернете» А. Жичкиной¹⁰.

2. Для исследования личности был использован Многофакторный личностный опросник (16FL-опросник), опубликованный Р. Б. Кеттеллом (R. B. Kettel) в 1949 г.¹¹

3. Для определения ведущих индивидуально-личностных свойств был использован Индивидуально-типологический оп-

росник (ИТО), созданный и апробированный Л. Н. Собчик в 2003 г.¹²

4. Для выявления тревоги и депрессии была использована методика HADS (Госпитальная шкала тревоги и депрессии), разработанная в 1983 г. А. С. Зигмондом (A. S. Zigmond) и Р. П. Снайсом (R. P. Snaith)¹³.

Показатели по шкале «Интернет-зависимости» выявили следующие группы испытуемых, пользователей сети Интернет: 29,5% (62 человека) – абсолютные неаддикты, 40% (84 человека) – не склонны к аддикции, 27,2% (57 человек) – склонны к аддикции, 3,3% (7 человек) – аддикты.

Объектом данного исследования являются пользователи международной глобальной сети Интернет. Предметом исследования – присущие им личностные качества и эмоциональные состояния.

В ходе исследования были поставлены следующие задачи:

1) определить личностные качества и эмоциональные состояния пользователей сети Интернет, склонных к интернет-зависимости;

2) выявить и описать группу риска по интернет-зависимости.

Опираясь на теоретический материал, были сформулированы следующие гипотезы исследования:

1. Пользователям сети Интернет, склонным к интернет-зависимости, присущи такие черты личности, как робость, напряженность, интроверсия, тревожность.

2. Общее эмоциональное психическое состояние у пользователей сети, склонных к интернет-зависимости, тяготеет от нормы в сторону тревоги и депрессии.

Статистическая обработка данных проводилась при помощи статпакета «SPSS» Ver. 11.5.0. По результатам опроса была составлена матрица, подвергнутая корреляционному анализу методом ранговой корреляции Спирмена (Spirmen).

Для того чтобы выявить группы риска по возникновению интернет-зависимости, было проанализировано 64 анкеты пользователей

сети Интернет с высокими показателями по шкале «Интернет-зависимости», из них 50% (32 человека) – мужчины, 50% (32 человек) – женщины. Предложенные анкеты содержали демографические вопросы о возрасте, поле, стаже работы в сети Интернет, образовании, видах интернет-ресурсов, которые посещают испытуемые, и целях использования Интернета.

Средний возраст лиц, склонных к интернет-зависимости, составил 20,5 года. Минимальный возраст испытуемых – 15 лет, максимальный – 36 лет.

18,7% (12 человек) имеют неполное среднее образование, 6,3% (4 человека) среднее специальное образование, 57,8% (37 человек) и 17,2% (11 человек) имеют неоконченное и полное высшее образование соответственно.

9,4% (6 человек) – состоят в браке.

При помощи личного компьютера выход в Интернет осуществляют 60,9% испытуемых (39 человек), 9,4% (6 человек) выходят в Интернет на работе, а 29,7% опрошенных (19 человек) используют для выхода в Интернет как личный компьютер, так и другие варианты (интернет-кафе, компьютер на работе, компьютер друга/подруги и т. п.).

Среднее время, которое респонденты проводят в Интернете в неделю, – 26,9 часа, минимальное время в неделю – 6 часов, а максимальное – 100 часов.

Средний стаж использования Интернета – 48,2 месяца, максимальный – 96 месяцев, минимальный – 6 месяцев.

17,5% испытуемых (11 человек) являются специалистами по компьютерным сетям.

Анализируя ответы на вопрос о том, какие ресурсы посещают склонные к интернет-зависимости пользователи и для каких целей они используют Интернет, были выявлены следующие: для коммуникативных целей, т. е. общения, знакомства с другими людьми, отдыха, Интернет используют 18,7% (12 человек); для 14,1% пользователей (9 человек) Интернет необходим для

получения какой-либо информации, работы; для коммуникативных и познавательных целей Интернет используют 67,2% (43 человека) обитателей Глобальной сети, при этом данный выбор ответа большинство пользователей объяснили трудностью выбрать что-либо одно или нежеланием задумываться над тем, что в их интернет-деятельности превалирует – общение в Сети или поиск необходимой информации.

Исходя из полученных данных можно условно сформулировать группу риска людей, которые потенциально могут стать интернет-зависимыми. Ее составляют следующая категория пользователей сети Интернет:

1) мужчины и женщины в равной степени (что также подтверждается в исследовании, проведенном университетом в Hertfordshire, Великобритания¹⁴);

2) в возрасте от 15 до 36 лет;

3) не имеющие семьи и детей;

4) обладающие личным компьютером и постоянным доступом к Интернету;

5) использующие Интернет преимущественно для общения и в развлекательных целях (аналогичные результаты были получены в исследовании Кимберли Янг¹⁵).

Для того чтобы определить, по каким чертам личности пользователи сети Интернет попадают в группу риска в отношении интернет-зависимости, был проведен корреляционный анализ между данными Многофакторного личностного опросника Р. Б. Кеттелла и шкалой «Интернет-зависимости» А. Жичкиной, между шкалой «Интернет-зависимости» и Индивидуально-типологическим опросником (ИТО), а также между показателями по шкале «Интернет-зависимости» и шкалами «Тревоги» и «Депрессии» опросника HADS. В качестве статистического критерия использовался метод ранговой корреляции Спирмена, который позволяет определить тесноту и направление связи между исследуемыми признаками.

В результате статистической обработки данных были получены значимые кор-

реляции между интернет-зависимостью и шкалами: *C* («эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость») ($r=-.466, p<.01$), *E* («подчиненность – доминантность») ($r=-.191, p<.05$), *G* («подверженность чувствам – высокая нормативность поведения») ($r=-.162, p<.05$), *H* («робость – смелость») ($r=-.253, p<.01$), *O* («уверенность в себе – тревожность») ($r=-.341, p<.01$), *Q3* («низкий самоконтроль – высокий самоконтроль») ($r=-.276, p<.01$), *Q4* («расслабленность – напряженность») ($r=.442, p<.01$), *F1* («высокая тревожность – умеренная тревожность») ($r=.443, p<.01$) и *F2* («экстраверсия – интроверсия») ($r=.199, p<.01$) Многофакторного личностного опросника Р. Б. Кеттелла, а также между интернет-зависимостью и шкалами «Спонтанность» ($r=-.293, p<.01$), «Агрессия» ($r=-.243, p<.01$), «Интроверсия» ($r=-.186, p<.01$), «Сензитивность» ($r=-.192, p<.01$) и «Тревожность» ($r=.322, p<.01$) Индивидуально-типологического опросника.

Таким образом, можно сделать вывод, что для пользователей Сети, склонных к интернет-зависимости, присущи эмоциональная неустойчивость, низкий самоконтроль, подчиненность другим, подверженность чувствам, сензитивность, робость, напряженность, интроверсия, тревожность, а также низкий уровень спонтанности и агрессии. Полученные данные также подтверждают выдвинутые гипотезы о присущих склонным к интернет-зависимости пользователям сети Интернет, таких личностных особенностей, как робость, напряженность, интроверсия и тревожность.

Значимые показатели коэффициента ранговой корреляции наблюдаются также между шкалами «Интернет-зависимости» и «Депрессией» ($r=.282, p<.01$) и между «Интернет-зависимостью» и «Тревогой» ($r=.405, p<.01$) опросника HADS, что подтверждает предположение о взаимосвязи тревоги и интернет-зависимости, а также интернет-зависимости и депрессии.

В настоящее время актуальность исследования проблемы интернет-зависимости становится все более очевидной в связи с ростом количества интернет-пользователей в России и мире. Со стремительным развитием Интернета феномен интернет-аддикции постоянно видоизменяется и требует дальнейшего изучения, в том числе методами психологического исследования, поскольку за проявлениями зависимости от Интернета нередко могут скрываться другие аддикции или же психические отклонения.

Изучение индивидуально-психологических особенностей людей склонных к интернет-зависимости является важным, так как причины склонности к зависимости и возможной интернет-аддикции кроются не столько в Интернете, сколько в самой личности.

Проведенное исследование полностью подтвердило предположение о связи интернет-зависимости с такими эмоциональными проявлениями, как тревога и депрессия, а также позволило выявить личностные черты пользователей сети Интернет, склонных к интернет-зависимости, а именно: робость, напряженность, интроверсию и тревожность.

ПРИМЕЧАНИЯ

¹ Бурова В.А. Социально-психологические аспекты интернет-зависимости. 2005. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.religare.ru/article24064.htm>.

² Praterelli M. E., Browne B. L., Johnson K. Internet addiction: a factor analytic approach // Behavior research methods. 1999. V. 31. P. 305–314; Shapira N. A., Goldsmith T. D., Keck P. E. (Jr), Khosla U. M., McElroy S. L. Psychiatric features of individuals with problematic internet use // Journ. of affective disorders. 2000. V. 57. P. 267–272; Young K. S. What makes the Internet Addictive: potential explanations for pathological Internet use / Paper presented at the 105th annual conference of the American Psychological Association. August, 1997, Chicago, IL. URL: <http://www.pscw.uva.nl/sociosite/psyberspace.html>.

³ *Войскунский А. Е.* Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А. Е. Войскунского. М.: Можайск-Терра. 2000. С. 100–131; *Ефимов К., Жичкина А.* Результаты исследования поведения в Интернете. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://flogiston.ru/projects/articles/oprosrezults.shtml>; *Sempsey J.* The Psycho-Social Aspects Of Multi-User Dimmensions In Cyberspace: A Review Of The Literature. 1997. URL: www.netaxs.com/~jamesiii/mud.htm.

⁴ *Жарков Н. Ф.* Ребенок в современном мире, взгляд православного врача. 2005. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rspp.su/articles/05.2005/zarkov1.html>.

⁵ *Бурова В.А.* Указ. соч.

⁶ *Young K. S.* Op. cit.

⁷ *Бабаева Ю. Д., Войскунский А. Е., Смылова О. В.* Интернет: воздействие на личность // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. М.: Можайск-Терра. 2000. С. 11–39.

⁸ *Жарков Н. Ф.* Ребенок в современном мире, взгляд православного врача. 2005. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rspp.su/articles/05.2005/zarkov1.html>.

⁹ Fitch: провайдеры не обеспечивают потребности рынка в Интернете. ИА «Альянс Медиа» по материалам «Коммерсантъ-Daily». 02.02.2007. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.allmedia.ru/newsitem.asp?id=788730>.

¹⁰ *Жичкина А.* Шкала Интернет-зависимости. URL. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://flogiston.ru/files/ias.zip>.

¹¹ Психологические тесты / Под ред. А. А. Карелина: В 2 т. М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС. 2001. Т. 1. С. 55–61.

¹² *Собчик Л. Н.* Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений: Практическое руководство. СПб.: Речь. 2003. С. 91.

¹³ *Андрющенко А. В., Дробизhev М. Ю., Добровольский А. В.* Сравнительная оценка шкал CES-D, BDI и HADS(d) в диагностике депрессий в общемедицинской практике // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. 2002. Т. 103. № 5. С. 11–18.

¹⁴ *Egger O., Prof. Dr. M. Rauterberg* «Internet Behavior and Addiction», 1996.

¹⁵ *Янг К.С.* Диагноз – интернет-зависимость // Мир Интернет. 2000. № 2. С. 24–29.