

Куликова Татьяна Ивановна

кандидат психологических наук, доцент,

доцент кафедры психологии и педагогики

Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого

Kulikova Tatiana

PhD, Associate Professor of the Department of Psychology and Pedagogy

Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ПРИБЕГАЮЩИХ К ИНТЕРНЕТ-ОБЩЕНИЮ

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF YOUNG PEOPLE RESORTING TO THE INTERNET COMMUNICATION

Аннотация. Некоторые современные исследователи утверждают, что в результате длительных и регулярных интернет-коммуникаций молодые люди рано или поздно начинают испытывать психологические проблемы. Анализ зарубежных и российских психологических исследований по проблеме Интернет-общения позволил выявить основные личностные проблемы молодежи. В статье представлены результаты эмпирического исследования психологических проблем молодых людей, прибегающих к Интернет-общению. В исследовании приняли участие 45 студентов из разных вузов России в возрасте от 18 до 22 лет. Общая гипотеза заключалась в утверждении, что Интернет как современная коммуникативная среда способствует возникновению психологических проблем молодежи, в частности: проявлению негативных эмоциональных состояний (переживание депрессии); снижению уровня самооценки и самоуважения; формированию неуверенности; проявлению симптомов Интернет-зависимости.

Ключевые слова: Интернет-общение, психологические проблемы, молодые люди.

Summary. Some modern researchers argue that as a result of prolonged and regular Internet communications young people sooner or later are beginning to feel psychological problems. The analysis of foreign and Russian psychological researches on the issue of Internet communication has allowed to identify the main personal problems of young people. The article presents the results of an experimental study of the psychological problems of young people resorting to the Internet communication. The study involved 45 students from different universities in Russia at the age of 18 to 22 years. The general hypothesis of the study was in the statement that the Internet as a modern communicative medium contributes to the emergence psychological problems of young people, in particular: the manifestation of negative emotional states (the experience of depression); reduce the level of self-confidence and self-esteem; formation of uncertainty feeling the manifestation Internet addiction symptoms.

Key words: Internet communication, psychological problems, young people.

В последние годы произошли коренные изменения роли и места персональных компьютеров и информационных технологий в жизни человека. А.Е. Войскунский описывает три основных типа потребностей, которые человек удовлетворяет с помощью Интернета: коммуникативные, когнитивные и игровые [1]. Коммуникативная потребность удовлетворяется благодаря возможности использования электронной почты, общения в чате, форумах и т.д. Значительная часть современной социальной активности молодежи реализуется в рамках взаимодействия в Интернет-сообществах и, прежде всего, социальных сетях, таких как «ВКонтакте», «Одноклассники», «Мой мир», «Facebook». В социальных сетях сегодня зареги-

стрированы более 85 % пользователей Интернета. Типичный пользователь социальных сетей — молодой человек в возрасте 18–24 лет (96 %). Российские Интернет-пользователи активно пользуются сетью в качестве средства для свободного выражения мыслей и чувств [5].

Основные психологические исследования по проблеме Интернет-общения направлены, главным образом, на изучение видов коммуникации, таких как чаты и форумы. Однако нас, в большей степени, интересуют психологические проблемы молодых людей, возникающие в результате длительного и регулярного Интернет-общения.

Одной из проблем, связанных с развитием информационных технологий, является зависимость

от Интернета, или Интернет-аддикция, интенсивно обсуждаемая в медицинской, психологической и педагогической литературе [1].

Впервые термин «интернет-аддикция» был предложен доктором А. Голдбергом в 1996 году для описания неконтролируемой, болезненной тяги к Интернету. Постоянное использование компьютера приводит к стрессовому состоянию человека. Не менее значим тот факт, что использование компьютера наносит ущерб социальному, психологическому и межличностному статусу личности [2; 3].

К. Янг обнаружила, что интернет-зависимость зачастую связана с состоянием депрессии. Депрессивные пациенты, которые испытывают трудности с коммуникацией или социальной адаптацией, часто прибегают к помощи Интернета, чтобы преодолеть трудности межличностного взаимодействия в реальности [6]. Было также установлено, что Интернет-зависимые часто чувствуют нервозность, находясь «offline», а студенты страдают от академической неуспеваемости и ухудшения отношений.

Дж. Сулер подчеркивает эффект раскрепощения, в рамках которого возможны два варианта: выход негативных эмоций и удовлетворение деструктивных потребностей (оскорбление других, взлом сайтов) или реализация возможности быть откровенным и не закрываться в некоторых очень личных аспектах [5].

Все вышеизложенное определило цель эмпирическим путем выявить психологические проблемы молодых людей, прибегающих к Интернету для общения. Эмпирическую базу исследования составили молодые люди в возрасте от 18 до 22 лет, прибегающие к Интернет-общению, в количестве 45 человек. Все испытуемые являются студентами разных вузов России. Эмпирическое исследование проводилось в режиме виртуального взаимодействия.

Мы предположили, что Интернет как современная коммуникативная среда способствует возникновению психологических проблем молодежи, в частности: проявлению негативных эмоциональных состояний (переживание депрессии); снижению уровня самооценки и самоуважения; проявлению симптомов Интернет-зависимости.

Анализ исследований зарубежных и российских психологов позволил выявить основные личностные проблемы молодых людей, прибегающих к Интернет-общению, и обусловил выбор диагностических методик:

- шкала депрессии (адаптация Т. И. Балашовой);
- тест-опрос самооотношения (В. В. Столин);
- тест уверенности в себе (В. Г. Ромек);
- опросник установок по отношению к Интернету (Е. Губенко).

При выборе методик мы старались учитывать положительную оценку применения и надежность методики по данным ряда зарубежных и российских исследователей; доступность методик для участников исследования; возможность качествен-

ного и количественного анализа полученных результатов.

По результатам методики «Шкала депрессии (адаптация Т. И. Балашовой)» установлено, что из общей выборки молодых людей только у 13 % участников выявлено состояние без депрессии и у 15 % — умеренной депрессии. В то же время замаскированная депрессия и депрессивное состояние выявлено у 40 % и 32 % участников соответственно. Данные результаты показывают, что у молодых людей, предпочитающих виртуальное общение, уровень депрессии достаточно высок.

По результатам методики «Тест-опросник самооотношения (В. В. Столин)» мы выяснили, что 33 % респондентов транслируют низкий уровень самооценки, что указывает на внутренний конфликт между реальным и идеальным «Я».

Результаты уровня уверенности в себе по тесту В. Г. Ромека свидетельствуют о том, что испытуемые не способны самостоятельно принимать сложные решения, самостоятельно контролировать свои действия и их результаты. В контексте данного исследования следует сказать, что испытуемые с низким показателем по данной шкале испытывают трудности в реальном общении, они гораздо реже вступают в социальные контакты, а виртуальное общение представляется им как альтернатива реальному общению.

Результаты опросника установок по отношению к Интернету (Э. Губенко) позволяют констатировать, что 13 % испытуемых стремятся использовать Интернет для достижения социального комфорта, т.е. иметь возможность общаться с другими людьми и развивать собственную социальную сеть, а также для достижения чувства спокойствия и безопасности за счет принадлежности к виртуальной социальной среде, даже несмотря на то, что она виртуальная.

Следует отметить, что высокие показатели по шкале «социальный комфорт» свидетельствуют о недостаточной вере в свои силы испытуемых (61 %), о заниженной оценке своих возможностей, в том числе и в сфере межличностного общения. Такие люди в большей степени характеризуются низкой способностью контролировать собственную жизнь, принимать ответственные решения и понимать себя.

Высокий уровень показателя по шкале «чувство одиночества» в группе испытуемых (30 %) указывает на чувство одиночества в реальном мире — и как результат этого — вовлеченность в процесс виртуального общения как способа дополнить дефицит межличностного общения в реальной жизни.

У 24 % испытуемых выявлен низкий уровень самоконтроля, т.е. неспособность сократить время пользования Интернетом, несмотря на предпринимаемые попытки, что свидетельствует о вовлеченности молодых людей в активное использование Интернет как средства общения.

Полученные в ходе эмпирического исследования данные позволяют сделать выводы о том, что у испытуемых:

- отмечается склонность к переживанию депрессии;
- отмечается недостаточная способность самостоятельно принимать серьезные решения, нести ответственность за свою жизнь;
- отмечается низкая уверенность в собственных силах в сочетании с высоким уровнем показателя застенчивости, что свидетельствует о трудностях в общении в реальной жизни;
- отмечается наличие чувства одиночества в реальной жизни и как результат этого большая вовлеченность в процесс активного использования Интернет как способа общения, в том числе и знакомства, в сочетании с наличием навязчивых мыслей об Интернет.

В ходе теоретического анализа психологической литературы по проблеме Интернет-общения и коммуникации были определены основные подходы к изучению коммуникационных проблем и базовых определений общения. Был сделан вывод, что общение

является важным фактором формирования зрелой личности, в частности, в период ранней юности. Исследование показало, что юноши и девушки, которые предпочитают виртуальное общение, демонстрируют высокий уровень депрессии и ситуативной тревожности; их самооценка значительно занижена, недостаточно сформирована способность к самостоятельному принятию важных решений в своей жизни и ответственности за их результаты; испытуемые, которые выбирают Интернет в качестве основного средства общения, недостаточно понимают связь между своими действиями и значимыми событиями в жизни, не считают себя способными контролировать свое развитие и полагают, что большинство этих событий является результатом случая или действия других людей.

Таким образом, Интернет как современная коммуникативная среда способствует возникновению психологических проблем молодых людей, в частности: проявлению негативных эмоциональных состояний (переживание депрессии); снижению уровня самооценки и самоуважения; формированию чувства неуверенности и проявлению симптомов Интернет-зависимости.

Литература

1. Войскунский А. Е. Исследования Интернета в психологии / А. Е. Войскунский // Интернет и российское общество. — М.: Гендальф, 2002. — С. 235–250.
2. Кулагина Я. М., Влияние Интернета на современную молодежь / Я. М. Кулагина, И. Ю. Тарасова // Актуальные вопросы общественных наук: социология, политология, философия, история: сб. ст. по матер. XXXV междунар. науч.-практ. конф. — № 3(35). — Новосибирск: СибАК, 2014.
3. Морозова О. Н. Особенности Интернет-коммуникации: определение и свойства / О. Н. Морозова // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. — № 5. — Т. 1. — 2010 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-internet-kommunikatsii-opredelenie-i-svoystva>
4. Янг К. С. Диагноз: Интернет-зависимость / К. С. Янг // Мир Интернета. — 2000. — № 2. — С. 24–29.
5. Kulikova T. I. Correlation between passion for computer games and school performance of younger schoolchildren / T. I. Kulikova, D. V. Maliy // Psychology in Russia: State of the Art. Scientific Yearbook. — Moscow: Lomonosov Moscow State University; Russian Psychological Society, 2015. — № 3. — Pp. 124–136.
6. Suler J. Computer and Cyberspace Addiction / J. Suler (orig. pub. 1996) [Electronic resource]. — Access mode: <http://www.rider.edu/~suler/psyber/cybaddict.html> — (Aug 96, Revised Aug 98, March 99 (v1.8)).