

## СКЛОННОСТЬ К КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ И ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

**Ю.В. Стряпухина**

*Санкт-Петербургский государственный университет*  
Санкт-Петербург

Подростковый период, будучи по своему содержанию переломным, критическим, знаменует собой движение к взрослой жизни, и особенности его протекания, несомненно, накладывают отпечаток на всю последующую жизнь. Именно в это время подросток проходит большой путь в своем развитии: через конфликты с самим собой и другими, через внешние срывы и восхождения, через драматические переживания он может обрести чувство личности [5, 6]. Ст. Холл, впервые описавший подростковый возраст как период перехода от детства к взрослости, отмечает амбивалентность и парадоксальность психической жизни подростка, а главной задачей считает формирование самосознания и идентичности, которые можно рассматривать в качестве основных психологических приобретений в этом возрасте [3].

Яркой чертой подростка является выраженная противоречивость стремлений и их неустойчивый характер. С этой чертой связана и противоречивость эмоциональных состояний, переживаемых подростком, выраженный психологический дискомфорт: тревога, страхи, ощущение одиночества и т.п.

Рассматривая различные аспекты подросткового возраста, можно говорить о том, что этот период является зоной риска для формирования различных зависимостей, в том числе компьютерной.

Современная социокультурная ситуация такова, что компьютер и цифровые технологии являются неотъемлемой частью жизни не только взрослого, но и подростка. Неограниченный доступ учащихся к проведению времени за компьютером может сформировать ряд серьезных проблем, таких как, например, ухудшение самоконтроля, уровня развития познавательных процессов, снижение успеваемости.

Это приводит к необходимости изучения проблемы формирования компьютерной зависимости у учащихся, взаимосвязи наличия склонности к зависимому поведению с развитием тех или иных личностных особенностей у подростка, к дальнейшей разработке рекомендаций по профилактике компьютерной зависимости.

### **Планирование исследования**

При планировании пилотажного исследования мы предполагали, что учащиеся, у которых выявляется склонность к компьютерной зависимости, могут иметь нарушения в эмоциональной, мотивационной и коммуникативной сферах, сниженный уровень адаптации. Цель исследования заключалась в изучении склонности к компьютерной зависимости здоровых учащихся 7-х классов общеобразовательной школы и ее взаимосвязи с личностными особенностями подростков. Всего в исследовании участвовало 36 подростков в возрасте 13–14 лет, 14 мальчиков и 22 девочки. Из них 18 чел. — учащиеся класса с углубленным изучением английского языка, 18 чел. — учащиеся общеобразовательного класса.

### **Диагностический инструментарий**

Для определения склонности подростков к компьютерной зависимости был использован опросник «Интернет-зависимость» (К. Янг, адаптированный к феномену «компьютерная зависимость»), позволяющий увидеть общую тенденцию наличия компьютерной зависимости [1]. Личностные особенности учащихся изучались с помощью методики «Индивидуальный типологический опросник» (Л.Н. Собчик) [7] и «Методики диагностики социально-психологической адаптации» (К.Роджерс, Р. Даймонд) [4].

### **Основные результаты**

На основании проведенного с помощью программы SPSS статистического анализа с применением t-критерия Стьюдента можно говорить о том, что значимых различий по уровню склонности к компьютерной зависимости между мальчиками и девочками ( $\alpha=0,734$ ), а также между учащимися класса с углубленным изучением английского языка и учащимися общеобразовательного класса ( $\alpha=0,584$ ) не выявлено.

Учащиеся были объединены в единую выборку, и далее были сформированы две полярные группы по 14 человек по признаку склонности к компьютерной зависимости (выраженная склонность к компьютерной зависимости — балл выше 83 по тесту К. Янг).

На основании проведенного статистического анализа с применением t-критерия Стьюдента можно говорить о том, что значимых различий у учащихся по шкалам методики «Индивидуальный типологический опросник» не выявлено ( $\alpha>0,05$ ).

В группах выявлены значимые различия по таким шкалам «Методики диагностики социально-психологической адаптации», как эмоциональная комфортность ( $\alpha=0,016$ ) и интернальность ( $\alpha=0,017$ ). Учитывая это, при сравнении средних значений в группах, можно говорить о том, что у учащихся, не

имеющих выраженной склонности к компьютерной зависимости, значимо выше уровень эмоциональной комфортности, наблюдается преобладание внутренней мотивации на внешней.

На следующем этапе анализа для определения значимости взаимосвязей уровня склонности к компьютерной зависимости с интегральными показателями методики «Индивидуальный типологический опросник» и «Методики социально-психологической адаптации» был применен коэффициент Пирсона.

Это дает основание говорить, что существуют отрицательные взаимосвязи между склонностью к компьютерной зависимости и шкалой ИТО сензитивность ( $-0,278^*$ , Sig. 1-Tailed = 0,05). То есть, чем выше склонность к компьютерной зависимости, тем менее выражены у человека впечатлительность, склонность к рефлексии, стремление к избеганию конфликтов.

Также можно говорить о том, что существуют отрицательные взаимосвязи между склонностью к компьютерной зависимости и такими шкалами «Методики социально-психологической адаптации», как адаптация ( $-0,461^{**}$ , Sig. (1-Tailed) = 0,002), самопрятие ( $-0,286^*$ , Sig. (1-Tailed) = 0,045), прятие других ( $-0,324^*$ , Sig. (1-Tailed) = 0,027), эмоциональная комфортность ( $-0,461^{**}$ , Sig. (1-Tailed) = 0,002), интернальность ( $-0,382^*$ , Sig. (1-Tailed) = 0,011). То есть, можно сделать вывод, что чем выше склонность к компьютерной зависимости, тем ниже приспособленность подростка к условиям взаимодействия с окружающими его людьми, самооценка, уровень терпимости к окружающим, уровень эмоционального комфорта. Вероятно, наблюдается преобладание внешней мотивации над внутренней.

### **Обсуждение результатов**

Обобщая полученные данные, можно говорить о том, что высокая склонность к компьютерной зависимости у испытуемых сочетается с такими особенностями эмоциональной сферы как сниженные впечатлительность, чувствительность, способность к рефлексии, уровень эмоционального комфорта.

В сфере взаимоотношений наблюдается более низкий уровень адаптации в условиях взаимодействия с окружающими, склонность к конфликтному поведению. В мотивационной сфере, скорее всего, преобладает тенденция следовать мнению значимых других и влиянию обстоятельств.

Учитывая это, можно сказать, что выявленные черты характерны для негативной фазы развития в подростковом периоде, как ее описывает Ш. Бюллер [2]. По периодизации автора она совпадает с возрастом подростков-респондентов (указывается 11–13 лет у девочек, 14–16 лет у мальчиков). Данному периоду развития сопутствуют повышенная чувствительность и раздражительность, беспокойное и легко возбудимое состояние, состояние физического и душевного нездоровья, неудовлетворенность собой, переносимая подростками на окружающий мир. Ребенок на этой стадии наиболее чувствителен к восприятию негативного, что побуждает его либо к агрессивной самозащите, либо пассивной меланхолии. Результатом этого становится ухудшение работоспособности, изоляция или активное враждебное отношение к окружающим, а также может стать более высокий риск виртуализации жизненного пространства подростка.

В свете данной проблематики основными задачами психолого-педагогического сопровождения данной категории учащихся становятся оптимизация эмоциональной сферы подростков, снижение уровня тревожности, повышение самооценки и уровня внутреннего комфорта, работа с коммуникативной сферой.

## **ЛИТЕРАТУРА**

1. Абраменкова В.В. Ребенок в «закрание». Кромешный мир компьютерных игр. М.: Лепта Книга. 2009. 112 с.
2. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учеб. пособие. – 2-е изд., перераб. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. 379 с.
3. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития. М.: Academia, 2011. 656 с.
4. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2008. 672 с.
5. Райс Ф. Психология детского и юношеского возраста 12-е изд. СПб.: Питер, 2012. 816 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. В 2-х частях. Часть 1. Система работы психолога с детьми разного возраста. М.: Юрайт, 2012. 416 с.
7. Собчик Л.Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. Практическое руководство. СПб.: Речь, 2002. 96 с.