

ЛИТЕРАТУРА

1. Локаткова О.Н. Исследование взаимосвязи структурных компонентов эмоционально-волевой регуляции с личностными адаптивными способностями студентов-педагогов / О.Н. Локаткова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – № 3 (95). – С. 81–85. – DOI 10.24158/spp.2022.3.11. – EDN LQVRTL.
2. Академическая адаптация обучающихся с ограниченными возможностями здоровья / Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, Е.С. Гринина, А.В. Созонник ; под ред. Р.М. Шамионова. – Москва : Перо, 2023. – 160 с. – ISBN 978-5-00204-935-6. – EDN TYMEGS.
3. Малышев И.В. Профилактика дезадаптированности личности и возможности улучшения социальной приспособленности, межличностных отношений учащихся в условиях пандемии / И.В. Малышев // Пензенский психологический вестник. – 2021. – № 1 (16). – С. 90–101. – DOI 10.17689/psy-2021.1.8. – EDN KYPVQJ.
4. Павлова Ю.Б. Адаптация и дезадаптация личности в процессе освоения новых условий жизни / Ю.Б. Павлова // Человеческий фактор: социальный психолог. – 2018. – № 2 (36). – С. 150–160. – EDN VJNTFM.
5. Шаров А.А. Изучение феномена адаптационной готовности в психолого-педагогическом аспекте: современное состояние и перспективы / А.А. Шаров, О.В. Хмелькова, О.И. Суслова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – № 2. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/23PSMN220.pdf> (дата обращения: 01.06.2023).

REFERENCES

1. Lokatkova, O.N. (2022), “The study of the relationship between the structural components of emotional-volitional regulation with the personal adaptive abilities of students-teachers”, *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*, No. (3), pp. 81–85, DOI 10.24158/spp.2022.3.11.
2. Shamionov, R.M., Grigoryeva, M.V., Grinina, E.S. and Sozonnik, A.V. (2023), *Academic adaptation of students with disabilities*, in Shamionov, R.M. (Ed.), Moscow, Pero.
3. Malyshev, I.V. (2021), “Prevention of personality maladjustment and the possibility of improving social fitness, interpersonal relations of students in a pandemic”, *Penza Psychological Bulletin*, No. 1 (16), pp. 90–101, DOI 10.17689/psy-2021.1.8.
4. Pavlova, Yu.B. (2018), “Adaptation and maladaptation of personality in the process of mastering new living conditions”, *Human factor: social psychologist*, No. 2 (36), pp. 150–160.
5. Sharov A.A., Hmelkova O.V. and Suslova, O.I. (2020), “Studying the phenomenon of adaptive readiness in the psychological and pedagogical aspect: current state and prospects”, *World of Science. Pedagogy and psychology*, No. 2, available at: <https://mir-nauki.com/PDF/23PSMN220.pdf> (accessed 01 June 2023).

Контактная информация: lokatkovaolga@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.05.2023

УДК 159.9.072

СВЯЗЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ

Марина Вячеславовна Никищенко, студент, Анастасия Алексеевна Колмогорцева, кандидат психологических наук, Анна Александровна Шевченко, кандидат психологических наук, Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет), Челябинск

Аннотация

В статье рассматриваются феномены совладающего поведения и интернет-зависимость. Целью исследования является выявление взаимосвязи совладающего поведения и интернет-зависимости. Выборку исследования составили 120 человек в возрасте от 18 до 24 лет ($\bar{x}=0,48$, $\sigma\pm,47$), среди них 61 мужчина и 59 женщин. Для определения интернет-зависимости была использована методика «Шкала интернет-зависимого поведения Чена», для диагностики совладающего поведения

использовался опросник «совладания со стрессом» (COPE). Для обработки результатов использовались описательные статистики и коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Математическая обработка данных проводилась с применением IBM SPSS Statistics 23.0. В результате проведенного исследования была выявлена умеренная прямая связь между совладающим поведением по шкалам «мысленный уход от проблемы» ($r=0,433, p\leq 0,001$), «концентрация на эмоциях и их активное выражение» ($r=0,320, p\leq 0,001$), «отрицание» ($r=0,459, p\leq 0,001$), «поведенческий уход от проблемы» ($r=0,470, p\leq 0,001$) и интернет-зависимостью.

Ключевые слова: интернет-зависимость, нехимические аддикции, поведенческие аддикции, совладающее поведение, стресс.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p530-534

RELATIONSHIP OF COPING BEHAVIOR AND INTERNET ADDICTION IN STUDENTS

Marina Vyacheslavovna Nikishchenko, student, Anastasia Alekseevna Kolmogortseva, candidate of psychological sciences, Anna Aleksandrovna Shevchenko, candidate of psychological sciences, South Ural State University (National Research University), Chelyabinsk

Abstract

The article deals with the phenomena of coping behavior and Internet addiction. The purpose of the study is to identify the relationship of coping behavior and Internet addiction. The study sample consisted of 120 people aged 18 to 24 years ($\bar{x}=0.48, \sigma\pm.47$), including 61 men and 59 women. To determine Internet addiction, the Chen Internet Addiction Scale was used, and to diagnose coping behavior, the Coping with Stress (COPE) questionnaire. To process the results, descriptive statistics, and the r-Spearman rank correlation coefficient were used. Mathematical data processing was carried out using IBM SPSS Statistics 23. As a result of the study, a moderate direct relationship was revealed between coping behavior on the scales “mental avoidance of the problem” ($r=0.433, p\leq 0.001$), “concentration on emotions and their active expression” ($r=0.320, p\leq 0.001$), “denial” ($r=0.459, p\leq 0.001$), “behavioral avoidance” ($r=0.470, p\leq 0.001$), and internet addiction.

Keywords: Internet addiction, non-chemical addictions, behavioral addiction, coping behavior, stress.

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире происходит активное развитие компьютерных и информационных технологий. Виртуальная среда плотно вошла в различные аспекты жизни людей: образовательную, социальную, производственную. С помощью технологии интернета человек может работать, учиться, заниматься шопингом и пр. Занимаясь всем этим через интернет, человек экономит свое время, которое на сегодняшний день, очень ценно; получает неограниченный доступ к информации; «стирает» границы между континентами. Но отрицательной стороной является то, что порой человека «поглощает» интернет–пространство, он перестает контролировать проведенное в нем время, заменяет живое общение виртуальным, все свободное время проводит в сети, пренебрегая другими способами времяпрепровождения. I. Goldberg определял интернет–зависимость как нехимическую зависимость, которая проявляется в компульсивном (навязчивом) желании использовать интернет, при этом влечет за собой неблагоприятные последствия как для самого человека, так и для всех сфер его жизнедеятельности [6].

Проведено большое количество исследований, посвященных изучению причин возникновения интернет–зависимости. Одни исследователи выделяют генетические факторы (А.О. Кибитов, А.В. Трусова) [1], другие – клинические факторы (А.Ю. Егоров, З.А. Тайгибова) [4], третьи – психологические (В.Л. Малыгин) [2]. Ряд исследователей отмечают, что для интернет-зависимых характерны определенные копинг-стратегии: самоизоляция, подавление эмоций, уход от проблем (Л.Н. Молчанова) [3], а также отрицание, алкоголь, избегание (O. Senormanci) [5].

Мы предполагаем, что, выбирая определенные способы совладания со стрессом, человек погружается в виртуальное пространство для того, чтобы уйти из реальности. Наше исследование строится на гипотезе о том, что существует взаимосвязь между совладающим поведением и интернет-зависимостью.

МЕТОДЫ И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 120 человек в возрасте от 18 до 24 лет ($\bar{x}=0,48$, $\sigma\pm,47$), среди них 61 мужчина и 59 женщин. Для определения интернет-зависимости была использована методика «Шкала интернет-зависимого поведения Чена», в адаптации В.Л. Малыгина и К.А. Феклисова. Для изучения совладающего поведения использовался опросник совладания со стрессом (COPE) в адаптации Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, Е.А. Рассказовой. Для обработки результатов использовались описательные статистики, коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Математическая обработка данных проводилась с применением IBMSPSSStatistics 23.0.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Выборка испытуемых (N=120) была разделена на 3 группы на основании результатов методики «Шкала интернет-зависимого поведения Чена», в зависимости от степени сформированности интернет-зависимости: 1 группа («ИЗ», N=19) – испытуемые с интернет-зависимостью; 2 риска (группа риска «ГР», N=73) – испытуемые со склонностью к возникновению интернет-зависимости; 3 группа (контрольная группа «КГ», N=28) – испытуемые с отсутствием интернет-зависимого поведения. В таблице 1 представлены значения средних по методике «Шкала интернет-зависимости Чена».

Таблица 1 – Значения средних по шкале интернет-зависимости Чена

Показатели	Группа 1 «ИЗ» (N=19)	Группа 2 «ГР» (N=73)	Группа 3 «КГ» (N=28)
	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$
Шкала компульсивных симптомов	14,94±,67	10,53±,22	6,14±,38
Шкала симптомов отмены	14,89±,46	11,30±,32	7,82±,80
Шкала толерантности	12,10±,99	9,27±,82	6,10±,39
Шкала внутриличностных проблем и проблем, связанных со здоровьем	18,42±,51	11,53±,11	8,57±,66
Шкала управления временем	13,89±,44	9,87±,29	7,10±,68
Общий CIAS балл	74,26±,72	52,52±,28	35,75±,42

Для диагностики совладающего поведения использовался опросник «совладания со стрессом» (COPE). В таблице 2 представлены данные диагностики.

Таблица 2 – Результаты исследования по методике «совладание со стрессом» (COPE)

Шкалы	Группа 1 «ИЗ» (N=19)	Группа 2 «ГР» (N=73)	Группа 3 «КГ» (N=28)
	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$
Позитивное переформулирование и личностный рост	11,63±,28	13,16±,38	14,00±,80
Мысленный уход от проблемы	11,57±,93	10,26±,61	8,25±,50
Концентрация на эмоциях и их активное выражение	12,42±,34	10,87±,23	9,67±,24
Использование инструментальной социальной поддержки	12,89±,99	11,87±,70	11,50±,68
Активное совладание	12,36±,14	13,64±,21	14,64±,59
Отрицание	9,68±,62	7,73±,32	6,21±,89
Обращение к религии	7,42±,03	6,04±,94	5,25±,23
Юмор	10,47±,65	11,13±,75	10,78±,61
Поведенческий уход от проблемы	9,42±,37	7,61±,62	5,71±,56
Сдерживание	10,89±,02	10,15±,38	10,42±,30
Использование эмоциональной социальной поддержки	12,47±,77	11,24±,63	10,50±,63
Использование «успокоительных»	7,21±,40	6,19±,00	4,89±,68
Принятие	12,10±,03	13,00±,62	12,17±,32
Подавление конкурирующей деятельности	11,05±,35	11,61±,58	13,07±,19
Планирование	12,26±,10	13,84±,01	14,39±,13

С помощью коэффициента корреляции r -Спирмена были выявлены взаимосвязи между совладающим поведением и интернет-зависимостью. Полученные корреляционные плеяды изображены на рисунке.



Рисунок – Корреляционные плеяды показателя интернет-зависимости и совладающего поведения

Для анализа рассмотрим связи с плотностью выше 0,3, т. е. умеренный тип.

Выявлено, что между интернет-зависимостью и переменной «Мысленный уход от проблемы» существует умеренная прямая связь ($r=,433$, $p \leq 0,001$). При увеличении показателей по шкале «Мысленный уход от проблемы» увеличивается показатель по шкале интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что люди, которые направляют свою деятельность на различные виды активности для того, чтобы абстрагироваться от навязчивых мыслей о том, каким именно образом преодолеть жизненные трудности, мысленно погружаются в интернет-пространство для ухода от преодоления трудностей и решения возрастных задач, более подвержены интернет-зависимости.

Наблюдается, что между интернет-зависимостью и «Концентрацией на эмоциях и их активном выражении» существует умеренная прямая связь ($r=,320$, $p \leq 0,001$). При увеличении показателей по шкале «Концентрация на эмоциях и их активное выражение» увеличивается показатель по шкале интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что люди, которые концентрируют свое внимание на негативных эмоциях, каких-либо неприятностях и на выражении этих чувств, погружаются в виртуальный мир для выражения негативных эмоций и чувств, более подвержены развитию интернет-зависимости.

Выявлено, что между интернет-зависимостью и «Отрицанием» существует прямая связь, которая является умеренно выраженной ($r=,459$, $p \leq 0,001$). Это говорит нам о том, что при увеличении показателей по шкале «Отрицание» увеличивается показатель по шкале интернет-зависимости. Таким образом, люди, которые отрицают реальность происходящего, погружаются в виртуальное пространство и для подтверждения своих сомнений выведывают информацию в различных интернет-источниках, более подвержены интернет-зависимости.

Наблюдается, что между интернет-зависимостью и показателем «Поведенческий уход от проблемы» существует умеренная прямая связь ($r=,470$, $p \leq 0,001$). При увеличении показателей по шкале «Поведенческий уход» увеличивается показатель по шкале

интернет-зависимость. Это свидетельствует о том, что люди, которые отказываются от того, чтобы достичь целей из-за жизненных трудностей, не предпринимают никаких действий направленных на решение возрастных задач, используют интернет как средство ухода от реальности, более подвержены интернет-зависимости.

ВЫВОДЫ

Таким образом, гипотеза исследования подтверждена. Личность с интернет-зависимостью склонна к уходу в виртуальное пространство как способ совладания с жизненными трудностями. Виртуальное пространство позволяет реализовать такие способы совладающего поведения как мысленный уход от проблем, отрицание, концентрация на эмоциях. Нахождение в «сети» позволяет избегать активных действий, направленных на разрешение трудной жизненной ситуации. Дополнительная сенсорная стимуляция перенаправляет фокус внимания, что позволяет мысленно абстрагироваться от стресса, а открытые интернет-площадки позволяют «выплеснуть» негативные эмоции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Генетические маркеры риска интернет-зависимости: связь с анамнестическими и клиническими характеристиками // А.О. Кибитов, Н.А. Чупрова, С.В. Гречаный, А.Ю. Егоров // Вопросы наркологии. – 2020. – № 7 (190). – С. 66–90.
2. Малыгин В.Л. Особенности психологических механизмов формирования интернет-аддикции и зависимости от психоактивных веществ у подростков // Вопросы наркологии. – 2019. – № 8 (179). – С. 33–34.
3. Молчанова Л.Н. Качественно-содержательная характеристика индивидуальных копинг-стратегий у студентов, склонных к интернет-зависимости / Л.Н. Молчанова // Региональный вестник. – 2020. – № 11 (50). – С. 77–79.
4. Тайгибова З.А. Электрофизиологические показатели межполушарного профиля у младших школьников с интернет-зависимостью / З.А. Тайгибова, А.И. Рабаданова // Вестник психофизиологии. – 2019. – № 1. – С. 29–36.
5. Senormanci O. Evaluation of coping strategies of male patients, being treated in Internet addiction outpatient clinic in Turkey / O. Senormanci, R. Konkan et al. // Journal of Mood Disorders. – 2014. – Vol. 4, No. 1. – P. 14–19.
6. Young K.S. The evolution of Internet addiction / K.S. Young // Addictive Behaviors. – 2017. – No. 64. – P. 229–230.

REFERENCES

1. Kibitov, A.O., Chuprova, N.A., Grechany, S.V. and Egorov, A.Yu. (2020), “Genetic risk markers for Internet addiction: relationship with anamnestic and clinical characteristics”, *Addiction issues*, No. 7 (190), pp. 66–90.
2. Malygin, V.L. (2019), “Features of the psychological mechanisms of the formation of Internet addiction and dependence on psychoactive substances in adolescents”, *Addiction issues*, No. 8 (179), pp. 33–34.
3. Molchanova, L.N. (2020), “Qualitative and content characteristics of individual coping strategies of students prone to Internet addiction”, *Regional Bulletin*, No. 11 (50), pp. 77–79.
4. Taygibova, Z.A. and Rabadanova, A.I. (2019), “Electrophysiological parameters of the interhemispheric profile in junior schoolchildren with Internet addiction”, *Bulletin of Psychophysiology*, No. 1, pp. 29–36.
5. Senormanci, O. (2014), “Evaluation of coping strategies of male patients, being treated in Internet addiction outpatient clinic in Turkey”, *Journal of Mood Disorders*, Vol. 4, No. 1, pp. 14–19.
6. Young, K.S. (2017), “The evolution of Internet addiction”, *Addictive Behaviors*, No. 64, pp. 229–230.

Контактная информация: kolmogortcevaaa@susu.ru

Статья поступила в редакцию 14.06.2023