

УДК 159.922.7

Психологічні особливості підлітків з ігровою Інтернет - залежністю

Мушинська О. В., Христюк М. В.

У статті розкриваються проблеми інтернет-залежності серед підлітків, симптоми інтернет адикції, наслідки та вплив на психологічне здоров'я підлітків віком 12-13 років. Представлені дані, які були отримані в результаті проведення психологічного дослідження серед підлітків харківських шкіл.

Ключові слова: підлітки, інтернет-адикція, жанр «action», симптоми.

В статье раскрывается проблема интернет-зависимости среди подростков, симптомы интернет-аддикции, последствия и влияние на психологическое здоровье подростков возрастом 12 – 13 лет. Предоставлены данные, которые были получены в результате проведения психологического исследования среди подростков харьковских школ.

Ключевые слова: подростки, интернет-аддикция, жанр «action», симптомы.

The article deals with the problem of Internet addiction among adolescents, symptoms of Internet addiction, consequences and impact on the mental health of adolescents aged 12-13 years. Provided data that were obtained as a result of psychological research among adolescents Kharkov schools.

Keywords: teens, internet addiction, genre «action», symptoms.

Постановка проблеми. Інформаційна мережа Інтернет надає великі можливості для діяльності та самовираження людини, які не можуть бути реалізовані в реальній дійсності. Разом з тим, у певній категорії користувачів оперування її ресурсами забирає все більше і більше часу та стає настільки домінуючим, що згодом у них прогресує зниження здатності до вольового контролю над власною активністю у віртуальному просторі, виникає ціла низка особистих та соціальних негараздів, з'являються труднощі у комунікативній та професійній сферах, соціальна дезадаптація. Такий вид психологічної залежності від віртуального інформаційного середовища, отримала назву - Інтернет-залежність.

Підлітковий вік є своєрідним переломним моментом у розвитку людини, і захоплення Інтернетом може сприяти як подальшому прогресу у становленні особистості, так і формування пасивної залежності від комп'ютера, що гальмують її розвиток [5].

Серед підлітків з високим рівнем Інтернет-залежності, кількість чоловічої статі майже на третину перевищує кількості жіночої [1]. Високий рівень Інтернет-залежності у підлітковому віці корелює з такими індивідуально-психологічними особливостями, як: занижена самооцінка; суб'єктивне відчуття самотності; наявність симптомокомплексу алекситимії, депресивного стану; схильність до зловживання психоактивними речовинами; зниження організаторських та комунікативних здібностей; вираженість акцентуацій характеру (переважно – гіпертимна, шизоїдна, нестійка), а також поява соціальної дезадаптації. Мікросоціальні чинники високого рівня Інтернет-залежності пов'язані з порушеннями міжособистісної взаємодії з батьками, вчителями, однолітками [2].

Аналіз останніх публікацій. Цьому питанню присвячено чимало сучасних наукових праць, де звертається увага на небезпеку надмірного користування мережею Інтернет (О.М.Арестова, Ю.Д.Бабаєва, К.В.Боярова, О.Є.Войскунський, А.І.Гольдберг, А.Є.Жичкіна, М.С.Іванов, О.В.Смислова, Н.В.Чудова, К.С.Янг).

Найбільш широко досліджуваною сферою впливу комп'ютерних ігор на дитину є виражена агресивність змісту багатьох ігор (А. Андерсон і Д. Бушмен, С. Шапкін, І. Бурлаков, К. Бютнер, Ф. Скотт).

За А. Голдбергом Інтернет-залежність можна констатувати у разі наявності більш ніж трьох симптомів таких як: толерантність - кількість часу, яку потрібно провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення, помітно зростає, якщо людина не збільшує кількість часу, яку вона проводить в Інтернет, то ефект помітно знижується; "Синдром відмови" характеризується двома або більше з наступних симптомів (розвиваються протягом періоду часу від декількох днів до місяця); психомоторне порушення; тривога; нав'язливі міркування про те, що зараз відбувається в Інтернет; фантазії про Інтернет; довільні чи мимовільні рухи пальцями, що нагадують друкування на клавіатурі. Використання Інтернет дозволяє уникнути симптомів "синдрому відмови":

Причинами формування адиктивної поведінки підлітків можуть бути психологічні кризи, пов'язані з особливостями віку; незадоволеність навчанням, оточенням; труднощі в спілкуванні; підвищена тривожність; негаразди в сім'ї (загальне неблагополуччя, тип виховання гіпер/гіпоопіки); відсутність конструктивного захоплення, способу проведення дозвілля; схильність до замкненості, фантазування тощо [7].

Отже, мета даного дослідження – вивчення психологічних особливостей підлітків з ігровою Інтернет – залежністю (на прикладі ігор у жанрі «action»).

Об'єктом дослідження було визначено Інтернет- залежність підлітків.

Предметом – ігрову Інтернет - залежність підлітків.

Для статистичної обробки отриманих під час психодіагностики даних було використано t – критерій Ст'юдента. У дослідженні брали участь підлітки 12 – 13 років харківських шкіл, які були розподілені на 2 групи. Критерії розподілу підлітків у групи з ігровою Інтернет – залежністю та без ігровою інтернет – незалежності підлітків були визначені за В.Л. Малигіним із співавторами [3].

Критерії включення до першої групи (Інтернет - залежні):

1) Наявність доступу в Інтернет протягом останнього року, досвід використання Інтернету більше одного року.

2) Наявність мінімум двох з нижченаступних показників: час перебування в Інтернеті не менше 3 годин на добу, низька соціальна активність (відсутність захоплень позанавчальної діяльності, брак спілкування з друзями поза школою), наявність он-лайн ігор в списку бажаних Інтернет-ресурсів.

3) Сукупність балів за шкалою інтернет-залежності С.Х.Чена (CIAS) - понад 67 балів та за тестом К. Янг у модифікації В.А.Бурової (Лоскутової) - більше 50 балів.

Критерії включення в другу групу (Інтернет - незалежні):

1) наявність доступу в Інтернет протягом останнього року, досвід використання Інтернету більше одного року;

2) час, що проводиться в Інтернеті, менше 3 годин;

3) висока соціальна активність (розширений коло захоплень, задоволеність частотою зустрічей з друзями), відсутність у списку бажаних Інтернет-ресурсів он-лайн ігор, азартних он-лайн ігор.

4) Сукупність балів за шкалою інтернет-залежності С.Х. Чена (CIAS) менше 30 та за тестом К. Янг у модифікації В.А.Бурової (Лоскутової) - менше 35 балів.

На першому етапі дослідження на предмет Інтернет - залежності було продіагностовано 123 підлітки 12 – 13 років, чоловічої статі, учні харківських шкіл, з яких Інтернет- залежними були 19 досліджуваних, 21 – Інтернет- незалежними.

Викладення результатів дослідження. Показники індексів агресивності та ворожості надано у таблиці 2.1.

Індекс агресивності у першій групі (підлітки з ігровою залежністю) складав $61,6 \pm 2,33$, у другій групі (підлітки, незалежні від комп'ютерних ігор) - $61,83 \pm 3,77$, вірогідні відмінності не були виявлені.

Визначено вірогідне підвищення індекса ворожості у першій групі у порівнянні з другою ($67,0 \pm 3,8$ та $58,3 \pm 2,6$ відповідно, $t = 4,8$, $p \leq 0,01$).

Таблиця 2.1

Індекси агресивності та ворожості у підлітків, залежних та незалежних від комп'ютерних ігор

Індекси	1 група залежні	2 група незалежні	t	p
Індекс агресивності	$61,6 \pm 2,33$	$61,83 \pm 3,77$	0,83	-
Індекс ворожості	$67,0 \pm 3,8$	$58,3 \pm 2,6$	4,8	0,01

Результати дослідження різних видів агресивних реакцій підлітків, залежних та незалежних від комп'ютерних ігор, дали наступні результати.

Показник за шкалою «Фізична агресія» у першій групі (підлітки з ігровою залежністю) склав $55,0 \pm 2,4$, у другій групі (підлітки, незалежні від комп'ютерних ігор) - $58,3 \pm 2,7$, зафіксовано вірогідне підвищення показника у другій групі ($t = 2,02$, $p \leq 0,05$). Щодо проявів фізичної агресії інтернет – аддиктами, у науковій літературі наведені суперечливі дані, але такі дослідники як І. В. Чудова, О. Єгоров, Н. Кузнецова, О. Петрова, наголошують на тому, що комп'ютерні ігри дозволяють опосередкувати прояви агресії в реальному світі, але не виключають високого рівня віртуальної агресивності [4].

Тривожність визначає схильність людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги (емоційний дискомфорт, пов'язаний з очікуванням неблагополуччя в сфері соціальних відносин), і низькому порогу виникнення цього стану. Тривожність, маючи природну основу, складається в результаті дії соціальних та особистісних чинників. За даними низки авторів, Інтернет – залежні (зокрема, залежні від ігор) підлітки відрізняються підвищеною тривожністю, яка призводить до проблем соціально – психологічної адаптації та , відповідно, до втечі до віртуального середовища [2, 3, 6].

Результати вивчення шкільної тривожності підлітків з ігровою залежністю (на прикладі ігор у жанрі «action»).

У першій групі (залежні від комп'ютерних ігор підлітки) порівняно з другою групою (незалежні від комп'ютерних ігор підлітки) зафіксовано вірогідне підвищення показників за наступними шкалами:

- «Загальна тривожність у школі»: у першій групі - $37,8 \pm 4,83$, у другій - $28,2 \pm 1,04$ ($t = 9,93$, $p \leq 0,01$);

- «Фрустрація потреби досягання успіху»: у першій групі - $31,1 \pm 4,12$, у другій - $33,5 \pm 9,02$, ($t = 10,03$, $p \leq 0,01$);
- «Страх самовираження»: у першій групі - $40,0 \pm 3,16$, у другій - $20,3 \pm 7,27$, ($t = 10,02$, $p \leq 0,01$);
- «Страх перевірки знань»: у першій групі - $42,7 \pm 4,0$, у другій - $29,7 \pm 6,1$, ($t = 9,97$, $p \leq 0,01$);
- «Страх невідповідності очікуванням оточуючих»: у першій групі - $51,4 \pm 8,04$, у другій - $25,3 \pm 8,29$, ($t = 9,94$, $p \leq 0,01$);
- «Проблеми та страхи у стосунках з вчителем»: у першій групі - $40,1 \pm 4,4$, у другій - $29,9 \pm 3,5$, ($t = 2,85$, $p \leq 0,05$).

Показники шкільної тривожності підлітків, залежних та незалежних від комп'ютерних ігор, які отримані в емпіричній частині дослідження результати дозволяють зробити наступні висновки:

- у групі підлітків з ігровою Інтернет – залежністю визначено особливості прояви агресивності, а саме, вірогідно вищий індекс ворожості; вірогідно вищі показники за шкалами «Почуття образи» та «Підозрілість», а також вірогідно нижчі показники за шкалами «Фізична агресія» та «Почуття провини» порівняно із групою підлітків, незалежних від комп'ютерних ігор;

- щодо проявів шкільної тривожності, у групі підлітків з ігровою Інтернет – залежністю визначено вірогідно вищі показники за шкалами «Загальна тривожність», «Фрустрація потреби досягання успіху», «Страх самовираження», «Страх перевірки знань», «Страх невідповідності очікування оточуючих», «Проблеми та страх у стосунках з вчителями» порівняно із групою підлітків, незалежних від комп'ютерних ігор; у той же час не було визначено вірогідних відмінностей між обома групами за шкалами «Переживання соціального стресу» та «Низька фізіологічна опірність стресу». Підвищення цих проявів тривожності у підлітків, що мають комп'ютерну ігрову залежність, може мати подвійне пояснення: тривожність може розглядатись як причина залежності від комп'ютерних ігор і тривожність як наслідок цієї залежності. Зважаючи на те, що у підлітковому віці тривожність має тенденцію до підвищення, і викликається конфліктами переважно самооцінювального характеру, які підліток може компенсувати за рахунок створення бажаної для себе «віртуальної особистості».

В цілому, теоретично обґрунтовано та емпірично виявлено існування певних психологічних особливостей підлітків з ігровою залежністю (на прикладі ігор у жанрі «action»).

Отримані результати дозволяють стверджувати, що ці досліджувані відрізняються від підлітків, які не мають ігрової комп'ютерної залежності, специфічними проявами агресивності та шкільної тривожності.

У роботі представлені результати теоретичного узагальнення й емпіричного дослідження психологічних особливостей підлітків, залежних та незалежних від комп'ютерних ігор, а саме агресивності та шкільної тривожності. Отримані результати свідчать про досягнення поставлених завдань відповідно до мети дослідження й дають можливість сформулювати такі висновки:

1. Основні фактори Інтернет - залежної поведінки поділяються на: психологічні (безмежна можливість створювати нові образи власного «Я» та вербалізації уявлень і фантазій, порушення психофізіологічного стану, можлива загроза виникнення психічних розладів і суїцидальної поведінки); соціально-психологічні (потужне розширення меж спілкування особистості; легкість знаходження однодумців і емоційно близьких людей, задоволення потреби в належності до соціальної групи та визнання; можливість відійти від реальності); соціальні (існування сучасної людини в інформаційно насиченому середовищі: агресивність подання інформації у ЗМІ, поява нових засобів впливу на свідомість, ослаблення найважливіших соціокультурних інститутів, відсутність реально діючих соціальних програм психогігієни та психопрофілактики).

Під ігровою комп'ютерною залежністю розуміється хворобливе захоплення рольовими комп'ютерними іграми, у яких граючий приймає на себе роль віртуального персонажа й живе його життям, відчуваючи себе в реальності комфортно. Перед підлітком розкривається новий світ незліченної кількості можливостей та інтересів, який «відключає» його від справжнього світу, «перемікаючи» на себе та дозволяючи вважати свої успіхи в комп'ютерній грі достатніми для самоствердження й для поліпшення свого стану. Перебування у віртуальному світі дозволяє підліткам розслабитися й абстрагуватися від психологічних проблем у реальному світі, але це відбувається лише на момент перебування у віртуальному просторі. Для ігрового адикта реальний світ нецікавий, повний небезпек, тому що більшість залежних - це люди, що погано адаптуються в соціумі. Внаслідок цього людина намагається жити у віртуальному світі, де все можливо, усе дозволено, де він сам устанавлює правила гри. Вихід з віртуальної реальності є хворобливим для адикта: він знову зіштовхується з ненависної для нього реальністю, що й викликає зниження настрою й активності, відчуття поганого самопочуття.

2. Незважаючи на те, що усередненні показники індексів агресивності та ворожості як у групі підлітків з ігровою Інтернет – залежністю, так і в групі підлітків, незалежних від комп'ютерних ігор, знаходяться у межах середнього рівня, визначене у даному дослідженні підвищення рівня ворожості у групі підлітків з ігровою залежністю свідчить, що ці досліджувані можуть мати проблеми у спілкуванні з оточуючими, і це провокує відхід у світ комп'ютерної гри, де підлітки

можуть самореалізовуватись, самостверджуватись, створити бажану особистість та знайти віртуальних друзів серед інших геймерів. Усереднені показники агресивних реакцій підлітків, залежних та незалежних від комп'ютерних ігор, також знаходяться у межах середнього рівня. Вірогідне зниження показників за шкалами «Фізична агресія» та «Почуття провини» у першій групі може бути пов'язано з тим, що підлітки з ігровою комп'ютерною залежністю реалізують агресивні тенденції у віртуальному світі та витісняють неприємні думки про реальність, вони відчувають задоволеність від гри, що веде до зменшення почуття провини.

Вірогідне підвищення показників за шкалами «Почуття образи» та «Підозрілість» у першій групі можуть, певною мірою, відбивати ті психологічні особливості, які заважають підліткам повноцінно та успішно спілкуватись, що й обумовлює їх потяг до комп'ютерних ігор, які дозволяють реалізувати себе у віртуальному світі.

3. У групі підлітків, залежних від комп'ютерних ігор підлітки порівняно з групою незалежних від комп'ютерних ігор підлітків визначено вірогідне підвищення показників за наступними шкалами: «Загальна тривожність у школі»; «Фрустрація потреби досягнення успіху»; «Страх самовираження»; «Страх перевірки знань»; «Страх невідповідності очікуванням оточуючих»; «Проблеми та страхи у стосунках з вчителем». Не зафіксовано вірогідних відмінностей у показниках між обома групами за наступними шкалами:

«Переживання емоційного стресу», «Низька фізіологічна стійкість до стресу».

Перспектива подальших досліджень. Отримані результати ще не свідчать про явно виражену залежність, але є великий відсоток схильності до її розвитку. Це нове молоде покоління, з однієї сторони, є з новинками технологій на «ТИ», а, з іншої сторони, має випадки патологічної залежності, що буде проявлятися на свідомості, мисленні та світогляді молодого покоління інформаційних технологій. Перспективою подальшої роботи може бути дослідження того як використовують Інтернет як ресурс особи різної статі та віку.

Literatura

1. Vakulich T.N. Adolescence as a critical period in the formation of E-dependent behavior // Scientific journal NEA Dragomanov. Series number 12. Psychology / Ed. Dolinskyi L.V. - K.: NEC of MP Drahomanova 2005. - Vyp.9 (33) - P. 104-112.
2. Vakulich T.N. Types of Internet-dependent behavior of teenagers // Ukrainian-Dutch workshop on child psychiatry and psychotherapy: Proceedings (May 16-19, 2006, Kyiv). - K.: Type of "Myrgorod", 2006. - S. 28-30.
3. Egorov A. Osobennosti of the identity of teenagers with Internet зависимостью/A. Egorov, N. Kuznetsova, E.Petrova//Questions of mental health of children and teenagers. – 2005 . – T.5. - No. 2. – Page 20 – 27.
4. Ivanov M. Influence of role-playing computer games on formation of psychological dependence of the person from Computer / Ivanov M. – Minsk: Харвест, 2004. – 95 pages.
5. Malygin V.L. Features of the identity of the teenagers inclined to the Internet – dependence / Century. L.Malygin and other//neurology and psychiatry magazine. – 2011 . - No. 4. – Page 105 – 108.
6. Malygin V.L. Osobennosti of emotional and social intelligence among Internet and dependent teenagers / V.L.Malygin and B'day. // Medical psychology in Russia: electron. науч. журн. - 2011 . - N 5. Mode dostupa:<http://medpsy.ru>
7. Petrovsky T. Sporting activities as a means of social adaptation of adolescents with antisocial behavior / T.Petrovka // Social Psychology. - 2012. - № 4 (54). Access: <http://politik.org.ua>
8. Rayevsky E. Cherty of the personality Internet and dependent and Internet and independent users / E.Rayevskaya. Access mode: http://flogiston.ru/articles/netpsy/ia_raevska
9. Yuryeva L. Computer dependence – formation, diagnostics, correction and prevention/L. Yuryeva, T.Bolbot. – Dnepropetrovsk: Thresholds, 2006. – 196 with