

УДК 159.9+378.172

DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-52-60](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-52-60)

Поступила в редакцию / Received 17.03.2021

Поступила после рецензирования и доработки / Revised 30.04.2021

Принята к публикации / Accepted 31.05.2021

*оригинальная статья*

## Оценка уровня интернет-аддикции у студенческой молодежи: диагностический инструментарий

**Топильская Ольга Анатольевна**

ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»

392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. С. Рахманинова, 3Б

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8829-1428>, e-mail: [topilskaya.o@mail.ru](mailto:topilskaya.o@mail.ru)

**Аннотация.** Рассмотрена проблема интернет-зависимого поведения студентов в рамках образовательной среды, охарактеризованы психолого-педагогические особенности студенческой молодежи, рассмотрена специфика интернет-зависимости у студентов. Представлены результаты диагностического исследования интернет-аддикции у студенческой молодежи, проведенного в Тамбовском государственном университете имени Г.П. Державина. Методы исследования: тест на интернет-зависимость К. Янг; общая шкала проблемного использования интернета-3 (GPIUS-3) А.А. Герасимовой и А.Б. Холмогоровой; методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсон; методика многофакторного исследования личности Р. Кеттелла, опросник Г. Айзенка «Самооценка психического состояния личности». Определены личностные особенности студентов с разной степенью выраженности интернет-зависимого поведения. Особое внимание уделено возможности использования полученных в ходе эмпирического исследования результатов для разработки программы педагогической профилактики интернет-зависимого поведения у студентов в рамках образовательного процесса в вузе. Полученные результаты исследования позволят разработать и применить меры профилактики различной направленности: первичной, вторичной, третичной, в том числе помогут при составлении комплексов профилактических мероприятий индивидуально для каждого аддикта с учетом его индивидуальных особенностей.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость; студенческая молодежь; профилактика; диагностика интернет-аддикции

**Для цитирования:** Топильская О.А. Оценка уровня интернет-аддикции у студенческой молодежи: диагностический инструментарий // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». 2021. Т. 20. № 1 (47). С. 52-60. DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-52-60](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-52-60)

*original article*

## Assessment of Internet addiction level among students: diagnostic tools

**Olga A. Topilskaya**

Center for Development of Creativity of Children and Youth

3B S. Rakhmaninova St., Tambov 392000, Russian Federation

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8829-1428>, e-mail: [topilskaya.o@mail.ru](mailto:topilskaya.o@mail.ru)

**Abstract.** We consider the issue of Internet-dependent behavior of students within the educational environment, characterize the psychological and pedagogical features of student youth and define the specifics of Internet addiction among students. We present the results of a diagnostic study of Internet addiction among students, conducted at the Derzhavin Tambov State University. Research methods: K. Young's Internet Addiction Test; Generalized Problematic Internet Use Scale-3 (GPIUS-3) by

A.A. Gerasimova and A. B. Kholmogorova; methods of diagnosing the level of subjective feelings of loneliness by D. Russell and M. Ferguson; methods of multifactorial personality research by R. Cattell, questionnaire by H. Eysenck “Self-Assessment of the Mental State of the Individual”. The personal characteristics of students with different degrees of Internet addicted behavior are determined. The results obtained in the course of empirical research may be used to develop a program of pedagogical prevention of Internet addicted behavior in students within the educational process at the university. The results of the study will allow us to develop and apply preventive measures of various directions: primary, secondary, or tertiary, including help in the preparation of complexes of preventive measures individually for each addict, taking into account his individual characteristics.

**Keywords:** Internet addiction; student youth; prevention; diagnosis of Internet addiction

**For citation:** Topilskaya O.A. Otsenka urovnya internet-addiktzii u studencheskoy molodezhi: diagnosticheskiy instrumentariy [Assessment of Internet addiction level among students: diagnostic tools]. *Psikhologo-pedagogicheskiy zhurnal «Gaudeamus» – Psychological-Pedagogical Journal “Gaudeamus”*, 2021, vol. 20, no. 1 (47), pp. 52-60. DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-52-60](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-52-60) (In Russian, Abstr. in Engl.)

## ВВЕДЕНИЕ

Современный период общественного развития характеризуется переходом к обществу нового типа, основанному на знаниях и информатизации. В связи с этим компьютерные технологии все активнее проникают в жизнь человека, обеспечивая распространение информационных потоков в обществе и образуя глобальное информационное пространство.

По результатам опросов фонда «Общественное мнение» преобладающей группой пользователей Интернета в России являются молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет. Данная группа составляет 48 % от общего числа пользователей Интернета [1]. Отмечается также, что количество молодежи в интернет-среде растет гораздо быстрее, нежели количество групп других возрастов. Молодое поколение воспринимает Интернет как основное средство образования и личной коммуникации. Среди молодежи также выделяется группа, которая наиболее часто использует сеть Интернет в повседневной жизни – студенты [2, с. 15].

В современном обществе сложилась ситуация, когда студенчество является одной из самых незащищенных от интернет-зависимости социальных групп, поскольку условия их учебы и социализации в вузе проходят на фоне бесплатного и обязательного использования сети Интернет как инструмента учебной деятельности. Студенты воспринимают Интернет как основное средство образования и личной коммуникации [3, с. 74].

Образуется мощный диссонанс: с одной стороны, система обучения обязывает студентов максимально использовать в образовательном процессе цифровые технологии, что особо

актуальным становится в связи с внедрением дистанционных форм обучения. А с другой стороны, обучающиеся в вузах остаются очень часто наедине со своей возникающей и быстро прогрессирующей зависимостью от интернет-технологий. Многие из них не только не обращаются за помощью ни к психологам, ни к психиатрам, но даже себе не признаются в возникшей у них зависимости.

Безусловно, далеко не каждый студент подвержен зависимости от Интернета. Это означает, что помимо пользования Интернетом имеются и иные условия, влияющие на формирование данной аддикции.

Таким образом, решение проблемы с возникновением и развитием интернет-зависимости в студенческой среде необходимо начинать, прежде всего, с выявления студентов, по своим личностным качествам предрасположенных к формированию у них зависимостей, и изучения их психологических особенностей.

## МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Для реализации поставленной цели и проверки исходного предположения нами было проведено эмпирическое исследование, в ходе которого осуществлялось: выявление степени выраженности интернет-зависимости среди студентов, специфика использования студентами Интернета, определение наиболее выраженных характеристик лиц с независимым, пограничным и зависимым от Интернета поведением.

Экспериментальное исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина». Выборку исследования составили студенты 1, 2, 4 курсов в количестве 43 человека в возрасте от 18–22 лет (10 мужчин и 33 женщины).

На начальном этапе нашего исследования было проведено тестирование выборки испытуемых при помощи **теста на интернет-зависимость К. Янг (адаптация В.Л. Буровой)**.

Результатом данного вида диагностической работы явилось выявление степени выраженности интернет-зависимости среди студентов. Количественная обработка результатов тестирования позволила установить следующее. 23,3 % студентов проявляют признаки интернет-зависимости. Такие студенты используют Интернет, порой чрезмерно. Пользование Интернетом для таких студентов уже стало источником поведенческих и эмоциональных проблем: увеличивается время пребывания в Интернете, реальная жизнь начинает подменяться различными формами интернет-активности, ухудшается общее психологическое самочувствие вне Интернета.

58,1 % – имеют пограничное состояние интернет-зависимости. Проявляться это может в бесцельном блуждании по просторам Интернета и социальных сетей, просмотре и получении огромного количества неприменимой на практике информации. Так как в Интернете практически безграничное количество информации, изучить ее одному человеку не под силу. В результате бесцельное пребывание в Интернете может быть чревато для таких студентов вплоть до угнетения качества реальной жизни.

18,6 % – не наблюдается интернет-аддиктивного поведения. Данные студенты пользуются Интернетом, однако могут себя контролировать в этом.

Результаты данного вида работы представлены на рис. 1.

На данном этапе исследования с целью изучения когнитивных процессов и особенностей поведения студентов в сети Интернет, использовалась **Общая шкала проблемного использования Интернета-3 (GPIUS-3) А.А. Герасимовой и А.Б. Холмогоровой [4]**. Рассмотрим результаты диагностики испытуе-

мых с использованием данной шкалы. Сводные результаты представлены в табл. 1.

По шкале «Предпочтение онлайн-общения» 65 % респондентов набрали наименьшее количество баллов, что говорит о предпочтении личного общения лицом к лицу. Несмотря на очевидное удобство общения в режиме онлайн, в плане удобства коммуникации практически в любое время и любом месте, студентам более комфортно социальное личное взаимодействие. Лишь 16 % опрошенных выбирают как приоритетный способ общения – общение в режиме онлайн, в том числе с использованием социальных сетей.

По шкале «Регуляция настроения» 61 % опрошенных показали соответственно высокий уровень. Выход в Интернет респонденты используют для поднятия настроения в периоды его упадка, а также в моменты уединения, которое приносит негативные ощущения. Общение в Интернете помогает им избавиться от ощущения одиночества.

По шкале «Когнитивная поглощенность» больше половины опрошенных студентов, а именно 65 %, показали низкий уровень. Когнитивная поглощенность отражает состояние процессов концентрации респондентов на чем-то в реальной жизни из-за навязчивого мысленного возвращения в онлайн-пространство. Судя по полученным результатам, студенты не испытывают дискомфорта, ощущения потерянности и навязчивых мыслей выхода в Сеть при длительном отсутствии выхода в онлайн.

Шкала «Компульсивное использование» отражает трудности планирования и регулирования своего пребывания в Интернете. 42 % и 39 % опрошенных показали высокий и средний уровень соответственно по данной шкале. Студенты не в полной мере могут контролировать количество времени, которое они проводят в Интернете, для многих из них этот процесс затруднителен, 19 % респондентов не испытывают значительные сложности по планированию времени, проводимого в Сети: им не приходится прикладывать значительные усилия для сопротивления желанию выйти в интернет-пространство.

По шкале «Негативные последствия», которая отражает осознаваемое влияние использование социальных сетей и Интернета в целом на повседневную жизнь, 26 % опрошенных выразили средний уровень негативного влияния, а 60 % – низкий. Это значит, что времяпровождение в интернет-пространстве

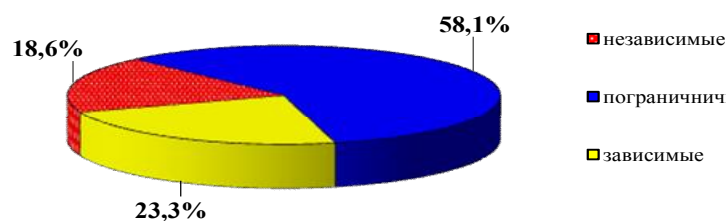


Рис. 1. Процентное распределение степени выраженности интернет-зависимости у студентов  
 Fig. 1. Percentage distribution of Internet addiction severity among students

### Результаты диагностики студентов по методике GPIUS-3

Таблица 1

### Results of students' diagnostics according to the method GPIUS-3

Table 1

| Паттерны использования Интернета<br>Internet use patterns          | Степень выраженности (в %)<br>Severity degree (in %) |                   |               |
|--|--|-------------------|---------------|
|  | высокий<br>high                                      | средний<br>medium | низкий<br>low |
| Предпочтение онлайн-общения<br>Preference for online communication | 16   | 19                | 65            |
| Регуляция настроения<br>Mood regulation                            | 61   | 23                | 16            |
| Когнитивная поглощенность<br>Cognitive engrossment                 | 16   | 19                | 65            |
| Компульсивное использование<br>Compulsive use                      | 42   | 39                | 19            |
| Негативные последствия<br>Negative consequences                    | 14   | 26                | 60            |

не создает для респондентов прямых проблем в жизни, а также не влияет на способности управления своей жизнью.

В целом студенты, проявляющие признаки интернет-аддикции, отдают предпочтение онлайн-коммуникациям. Основной мотивацией выхода в Сеть служит улучшение эмоционального состояния, у них недостаточно сформирована саморегуляция, недостаточная же саморегуляция в использовании Интернета приводит к отрицательным последствиям в повседневной жизни.

Следует отметить, что одним из процессов, который провоцирует человека использовать ресурсы Интернета и социальных сетей, является уход от одиночества. Исследователи пришли к выводу, что личность, пытающаяся заглушить ощущение одиночества путем использования Интернета и социальных сетей, в действительности не является благополучной [5].

В рамках данного исследования не стояла цель выявления причинно-следственной связи двух обозначенных феноменов, однако призвана определить наличие и степень выраженности переживания субъективного ощущения одиночества у студентов с разным уровнем сформированности интернет-аддикции.

Для того чтобы уточнить эмоциональное состояние респондентов, проявляющих различный уровень интернет-аддиктивного поведения, мы использовали **методику диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсон**.

Полученные данные диагностики показывают, что значительной части студентов свойственен низкий (44,2 %) и средний (44,2 %) уровень субъективного переживания одиночества (рис. 2). Однако данные показатели не свидетельствуют о том, что эти студенты никогда не ощущают себя одинокими,

скорее данное переживание носит ситуативный характер.

Анализ данных свидетельствует, что у испытуемых каждой из ранее выделенных нами групп студентов с разной степенью выраженности интернет-зависимости выявлен доминирующий уровень переживания одиночества. Так, у респондентов со сформированной и формирующейся интернет-зависимостью преобладает средний уровень одиночества (50 %), а у испытуемых с отсутствием интернет-зависимого поведения – низкий (87,5 %) (табл. 2).

С целью изучения личностных особенностей студентов с разным уровнем сформированности интернет-зависимости испытуемые

были продиагностированы с использованием методики многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (рис. 3).

Проведенный нами по результатам данной методики анализ особенностей личности протестированных студентов со всей очевидностью показывает, что для студентов, у которых выявлено наличие интернет-зависимости, характерен уровень общительности значительно ниже, чем у студентов, которые интернет-зависимости не имеют (фактор «замкнутость-общительность»). Студенты с интернет-зависимостью недоверчиво относятся к окружающим, замыкаются в себе, обособляются от внешнего мира, насторожены в

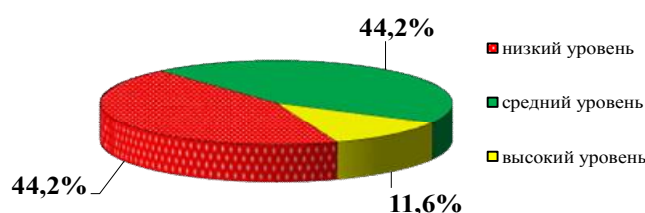


Рис. 2. Процентное распределение степени выраженности субъективного ощущения одиночества у студентов по методике Д. Рассела и М. Фергюсон

Fig. 2. Percentage distribution of severity degree of subjective feeling of loneliness among students according to the method of D. Russell and M. Ferguson

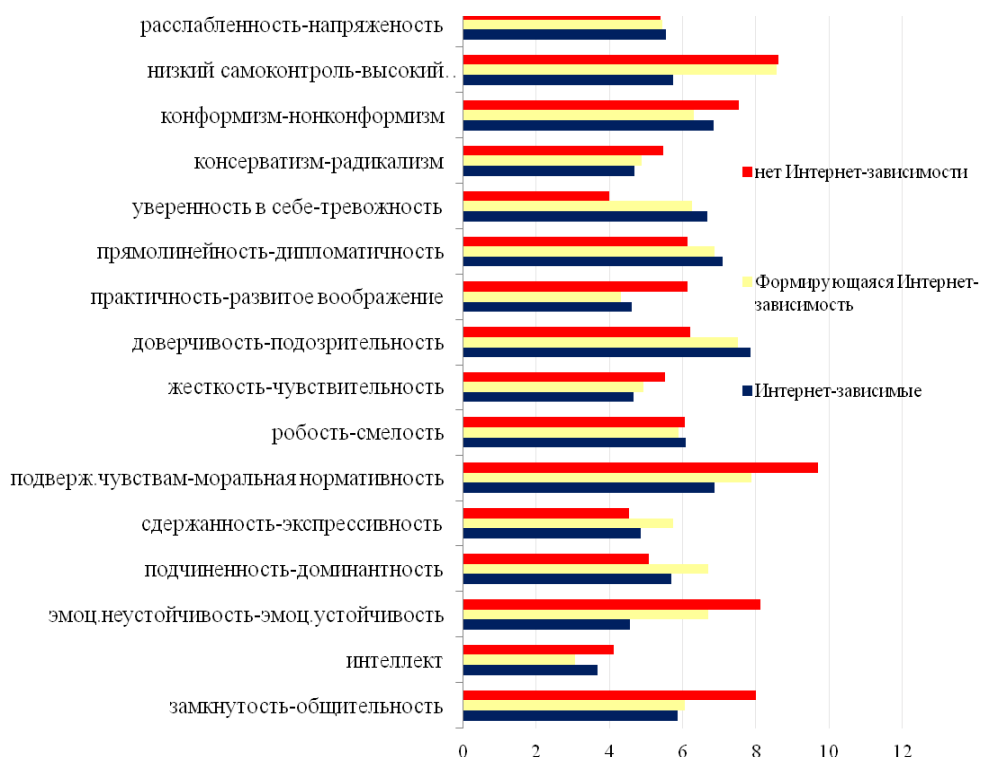
Таблица 2

Процентное распределение показателей субъективного ощущения одиночества у испытуемых с разной степенью выраженности интернет-зависимого поведения

Table 2

Indicators percentage distribution of subjective feelings of loneliness among test subjects with varying degrees of Internet addicted behavior

| Группы испытуемых с разной степенью интернет-зависимости<br>Groups of test subjects with varying degree of Internet addiction | Уровни переживания одиночества<br>Loneliness experience levels |                                 |                               |
|---|--|---------------------------------|-------------------------------|
|   | низкий уровень<br>low level                                    | средний уровень<br>medium level | высокий уровень<br>high level |
| Студенты, проявляющие признаки интернет-зависимости<br>Students with signs of Internet addiction                              | 10   | 50                              | 40                            |
| Студенты с формирующимся интернет-зависимым поведением<br>Students with emerging Internet addicted behavior                   | 46,2   | 50                              | 3,8                           |
| Студенты, не имеющие интернет-зависимости<br>Students without Internet addiction  | 87,5   | 12,5                            | –                             |



**Рис. 3.** Сравнительная гистограмма средних значений по факторам методики Р. Кеттелла испытуемых с интернет-зависимостью, формирующейся интернет-аддикцией и без интернет-зависимого поведения

**Fig. 3.** Comparative histogram of average values of R. Cattell method factors of test subjects with Internet addiction, emerging Internet addiction and without Internet-dependent behavior

общении, предпочитают как можно реже вступать в контакты. Таким студентам с трудом дается общение с другими людьми. Повышенный уровень тревожности, заниженная самооценка, неуверенность в своих силах заставляют их избегать общения, поскольку оно сопряжено для них с негативными переживаниями. Интернет же, предоставляя возможность общения без непосредственного «живого» контакта, «инкогнито», скрывая свои личностные трудности за экраном компьютера, становится для них привлекательным.

Проанализировав результаты тестирования по фактору «эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость», мы пришли к выводу, что студенты с интернет-зависимостью испытывают трудности с эмоциональной устойчивостью, постоянством в действиях. Им сложно себя сдерживать в стрессовых ситуациях, они начинают беспокоиться, раздражаться. Для них характерны низкий уровень самообладания, неумение управлять своими эмоциями.

Рассмотрим еще одну особенность личности студентов, которая представляет для нас интерес в контексте данного исследования – уровень внутреннего контроля поведения, определяемый факторами «подверженность чувствам – нормативность поведения», «низкий самоконтроль – высокий самоконтроль». По результатам диагностики для испытуемых с интернет-аддикцией в большей мере свойственно избегание правил, недостаточная дисциплинированность, внутренняя конфликтность, их деятельность не упорядочена, они испытывают трудности в организации собственной деятельности, в том числе учебной: им сложно распределить эффективно время и спланировать свою работу. В связи с этим они также испытывают сложности и с контролем времени нахождения в сети Интернет. По данному фактору полученные показатели демонстрируют трудности у таких студентов при адаптации в связи с недостаточной способностью соблюдать правила. В итоге для интернет-зависимых студентов характерны импульсивность, сверхактивность на слабые

провоцирующие стимулы по сравнению с неаддиктивными испытуемыми. Их отличает беспокойство, отвлекаемость, недостаточная концентрация внимания, а также трудности самоконтроля в поведении и эмоциях.

У группы испытуемых с интернет-зависимым поведением наблюдаются довольно высокие показатели по шкале «Тревожность» (фактор «уверенность в себе – тревожность»). Данные результаты свидетельствуют о том, что у таких студентов часто преобладает плохое настроение, они беспокойны, погружены в мрачные размышления и тревожные предчувствия в большей степени, чем студенты с отсутствием аддиктивного поведения. Когда они попадают в тревожную для них ситуацию, они бессознательно ищут выходы из некомфортного для них состояния, одним из которых и может стать уход в интернет-пространство и осознанного пользования Интернетом в образовательном процессе вуза.

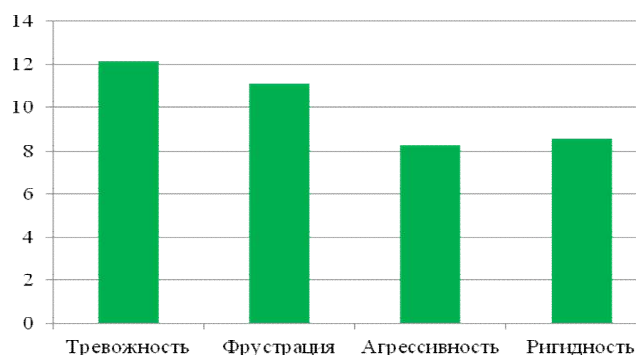
Известно, что эффективность любой деятельности человека зависит не только от уровня развития необходимых качеств, умений и навыков, но и от его психического состояния. Состояние может препятствовать или способствовать раскрытию потенциальных возможностей человека и выполнению деятельности, в том числе и учебной, поскольку психическое состояние обуславливает не только продуктивность труда, познания и общения, но также определяет адекватность поведения в той или иной ситуации [6, с. 66].

В связи с данным обстоятельством в рамках нашего исследования при диагностике испытуемых мы использовали **опросник**

**Г. Айзенка «Самооценка психического состояния личности»** (рис. 4).

В результате полученные данные позволяют констатировать, что в группе испытуемых с интернет-зависимостью преобладают такие два психических состояния, как тревожность и фрустрация.

Анализируя показатели по шкале «Тревожность», можно сделать вывод, что для интернет-зависимых студентов виртуальное пространство становится основным способом ухода от проблем. Такие студенты испытывают трудности в эмоциональной приспособленности к социальным ситуациям. Это приводит к тому, что при общении в реальной жизни они напряжены и встревожены, настроены на негативный исход взаимодействия, ожидают от собеседника негативных проявлений в свой адрес даже в тех случаях, когда никаких объективных причин к этому нет. При взаимодействии в интернет-среде, где есть возможность не смотреть собеседнику в глаза, можно скрыть свои эмоции, не отвечать на неудобные вопросы и т. д., такие студенты чувствуют себя значительно спокойнее, уровень тревожности у них заметно снижается. Создается иллюзия, что в виртуальном пространстве у них все хорошо: тревоги нет, настроение улучшается, повышается уверенность и самооценка. Однако после выхода из Сети все негативные переживания вновь возвращаются, что ведет к желанию вновь и вновь испытать облегчение в Интернете. В связи с чем оптимизация уровня тревожности выступает одним из направлений профилактики интернет-зависимости.



**Рис. 4.** Показатели испытуемых с интернет-зависимостью по шкалам опросника Г. Айзенка «Самооценка психического состояния личности»

**Fig. 4.** Indicators of test subjects with Internet addiction according to the scales of the questionnaire of H. Eysenck "Self-Assessment of the Mental State of the Individual"

Полученные результаты по шкале «Фрустрация» демонстрируют, что студенты с интернет-зависимым поведением ориентированы на попытку решить свои проблемы в Интернете, что, судя по всему, не в полной мере удастся им в реальной жизни. Это, в свою очередь, способствует повышению уровня состояния фрустрации.

Таким образом, испытываемые студентами с интернет-зависимостью негативные состояния (тревожность, фрустрация), доставляющие им психологический дискомфорт, «подталкивают» их к поиску ситуаций, в которых этот дискомфорт ослабевает. Почувствовав хотя бы раз облегчение в виртуальной среде, такие студенты будут стремиться испытать это снова и снова. Постепенно естественные потребности в социальном общении будут ими перенесены из реального мира в виртуальную среду, все глубже погружая их в иллюзию, что с помощью Интернета они решают свои проблемы. На самом же деле жизненные проблемы, не находя своего реального разрешения будут только усиливаться, а конструктивная реальная деятельность – вытесняться субъективным заблуждением, что проблемы решаются.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам проведенной диагностики констатируем, что социально-педагогические факторы возникновения и развития интернет-аддикции у студентов связаны с такими индивидуально-психологическими характеристиками, как: низкий самоконтроль, эмоциональная неустойчивость, замкнутость, переживание одиночества, повышенная тревожность, фрустрация.

В высших учебных заведениях студенты, склонные к зависимостям, естественным образом попадают в интернет-среду, поскольку умение пользоваться компьютерными техно-

логиями и необходимость быстро получать информацию является частью необходимых компетенций каждого студента. Виртуальная среда Интернета, обладая целым рядом характеристик, являющихся чрезвычайно привлекательными для студентов, склонных к зависимому поведению, оказывает негативное влияние на их психическое состояние в частности, и образовательную деятельность в общем, катализируя аддикционные процессы.

В связи с этим обстоятельством, основываясь на результатах проведенного нами исследования, считаем, что к аддиктам с различной степенью зависимости индивидуально должны применяться меры профилактики различной направленности: первичная, вторичная либо третичная. А результаты диагностики должны лечь в основу составления комплексов профилактических мероприятий для каждого аддикта с учетом его индивидуальных особенностей.

Таким образом, мы предполагаем, что реализация программы педагогической профилактики, включающей комплекс подходов и направлений профилактической работы с интернет-зависимостью у студентов в образовательной среде вуза и ориентированной на индивидуальный подход к работе с каждым аддиктом, создаст условия для прекращения ее прогрессирования, так как будет способствовать формированию у студентов осознанного отношения к использованию Интернета, уменьшению количества времени, проводимого ими в Сети, снижению уровня их зависимости, приобретению высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов, эффективных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций; эффективному целеполаганию; повышению уровня коммуникабельности, самооценки, уверенности в себе и стрессоустойчивости.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Алексеева Е.Б., Твердохлебова Д.А.* Исследование компьютерной зависимости у студенческой молодежи // Международный студенческий научный вестник. 2016. № 2. URL: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=15905> (дата обращения: 28.02.2021).
2. *Юрьева Н.Л., Большот Т.Ю.* Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция, профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2006. 196 с.
3. *Герасимова А.А.* Общая шкала проблемного использования Интернета: апробация и валидизация в Российской выборке третьей версии опросника // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 3. С. 56-79.



4. Топильская О.А., Макарова Л.Н. Психолого-педагогические предпосылки формирования Интернет-зависимости у студентов // Преподаватель высшей школы: традиции, проблемы, перспективы. Тамбов: Издательский дом «Державинский», 2020. С. 74-81.
5. Цой Н.А. Феномен интернет-зависимости и одиночество // Социологические исследования. 2011. № 12. С. 98-107.
6. Ловягина А.Е. Психические состояния человека. СПб: СПбГУ, 2014. 120 с.

## REFERENCES

1. Alekseeva E.B., Tverdokhlebova D.A. Issledovanie komp'yuternoy zavisimosti u studencheskoy molodezhi [Study of computer addiction in students]. *Mezhdunarodnyy studencheskiy nauchnyy vestnik – International Student Scientific Bulletin*, 2016, no. 2. (In Russian). Available at: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=15905> (accessed 28.02.2021).
2. Yureva N.L., Bolbot T.Yu. *Komp'yuternaya zavisimost': formirovanie, diagnostika, korrektsiya, profilaktika* [Computer Addiction: Formation, Diagnosis, Correction, Prevention]. Dnepropetrovsk, Porogi Publ., 2006, 196 p. (In Russian).
3. Gerasimova A.A. Obshchaya shkala problemnogo ispol'zovaniya Interneta: aprobatsiya i validizatsiya v Rossiyskoy vyborke tret'ey versii oprosnika [General scale of problematic Internet use: approbation and validation in the Russian sample of the third version of the questionnaire]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya – Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2018, vol. 26, no. 3, pp. 56-79. (In Russian).
4. Topilskaya O.A., Makarova L.N. Psikhologo-pedagogicheskie predposylki formirovaniya internet-zavisimosti u studentov [Psychological and pedagogical conditions on students' Internet-addiction formation]. *Prepodavatel' vysshey shkoly: traditsii, problemy, perspektivy* [Teacher in Higher Education: Traditions, Issues, Prospects]. Tambov, "Derzhavinskiy" Publ. House, 2020, pp. 74-81. (In Russian).
5. Tsoy N.A. Fenomen internet-zavisimosti i odinochestvo [Phenomenon of Internet Addiction and Loneliness]. *Sotsiologicheskie issledovaniya*, 2011, pp. 98-107. (In Russian).
6. Lovyagina A.E. *Psikhicheskie sostoyaniya cheloveka* [Mental States of a Person]. St. Petersburg, St. Petersburg State University Publ., 2014, 120 p. (In Russian).

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**Топильская Ольга Анатольевна** – кандидат психологических наук, заместитель директора. Центр развития творчества детей и юношества, г. Тамбов, Российская Федерация.

**E-mail:** [topilskaya.o@mail.ru](mailto:topilskaya.o@mail.ru)

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-8829-1428>

**Вклад в статью:** общая концепция статьи, проведение эксперимента и обработка результатов, написание статьи.

**Olga A. Topilskaya** – Candidate of Psychology, Deputy Director. Center for Development of Creativity of Children and Youth, Tambov, Russian Federation.

**E-mail:** [topilskaya.o@mail.ru](mailto:topilskaya.o@mail.ru)

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-8829-1428>

**Contribution:** general conception of the article, experiment and results processing, article writing.