

ИССЛЕДОВАНИЕ СОЗАВИСИМОСТИ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

АПЕНОК (ЧЕРКАСОВА) РАЙСА СЕРГЕЕВНА

ФГБОУ ВПО «Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина»,
г. Тамбов, Российская Федерация, e-mail: chera55@mail.ru

В статье обсуждается проблема Интернет-зависимости в связи с созависимым поведением студентов-психологов. Одной из основных причин аддиктивного поведения является недовольство реальной жизнью и желание уйти от нее. Формы и способы ухода чрезвычайно разнообразны и нередко носят патологический характер. Актуальность аддиктивной проблематики очевидна в силу неуклонного увеличения количества людей с различными видами зависимого поведения. Интернет-зависимость относится к числу так называемых *технологических зависимостей*, получивших распространение в последнее десятилетие. Главным фактором, благодаря которому все эти явления получили широкое распространение, является анонимность личности в Сети. Есть основания говорить о существовании личностной предрасположенности к игровой зависимости и о наличии у аддиктов психологических признаков зависимости от интернета. В результате проведенного исследования подтвердилось предположение о наличии связи между интернет-зависимостью и созависимостью у группы студентов-психологов. Из этого следует, во-первых, что созависимость является фактором риска для формирования интернет-зависимости, во-вторых, что определение созависимости может рассматриваться как диагностика предрасположенности к формированию зависимости от интернета и использоваться для профилактики данной аддикции.

Ключевые слова: технологические аддикции, интернет-зависимость, созависимость

Зависимое поведение – такой вид отклоняющегося поведения, когда жизнь человека и его психологические проявления начинают жестко зависеть от различных факторов.

Одной из основных причин аддиктивного поведения является недовольство реальной жизнью и желание уйти от нее. Формы и способы ухода чрезвычайно разнообразны и нередко носят патологический характер. Актуальность аддиктивной проблематики очевидна в силу неуклонного увеличения количества людей с различными видами зависимого поведения.

Наряду с химическими видами зависимости все большее распространение получают нехимические зависимости. Они представляют не меньшую опасность, в силу того, что еще не ясно, как их лечить. Среди них выделяется группа так называемых *технологических зависимостей* – СМС-зависимость, игровая зависимость, Интернет-зависимость.

Интернет-зависимость рассматривают как навязчивую потребность в использовании Интернета, сопровождающуюся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами. Она существует в таких формах, как навязчивый веб-серфинг; пристрастие к виртуальному общению и

виртуальным знакомствам – большие объемы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети; игровая зависимость – навязчивое увлечение компьютерными играми; навязчивая финансовая потребность – игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах; пристрастие к просмотру фильмов через интернет; киберсексуальная зависимость – навязчивое влечение к посещению порносайтов [4].

Главным фактором, благодаря которому все эти явления получили широкое распространение, является анонимность личности в Сети.

По данным различных исследований, интернет-зависимыми сегодня являются около 10 % пользователей во всем мире. Официального признания в России эта проблема, пока не получила, однако интернет-зависимость уже принимается в расчет во многих странах мира. Например, в Финляндии молодым людям с интернет-зависимостью предоставляют отсрочку от армии. Китай является первой страной, которая начала открывать клиники для таких людей. В 2009 г. в США также появилась первая клиника по лечению данной зависимости.

Есть основания говорить о существовании личностной предрасположенности к игровой зависимости. Ей обычно подвержены нарциссические личности, ориентированные на получение немедленных удовольствий без каких-либо затрат. Они способны быстро и глубоко регрессировать, если отсутствует прочная система духовных ценностей, что особенно опасно в молодом возрасте. Нарциссический компонент встречается и при других личностных акцентуациях, например, неустойчивой, истероидной и даже конформной [2]. Н. Зорин приводит перечень личностных и характерологических свойств, каким-то образом связанных с тяжелыми формами игромании: привязанность (зависимость); склонность к скуке; нарушения «эго» – (контроля и самоконтроля); нарушения способности «эго» контролировать выполняемые им функции; экстравертированность; экспериментирующий познавательный стиль; дисфория в отсутствие стимулов; обсессивность/компульсивность; нарушения самооценки и др. [1].

Люди, принимающие участие в азартных играх, которые быстро становятся гэмблерами, до развития аддикции страдают нарушениями функции Я. Им свойственна низкая самооценка, плохая переносимость фрустрации, слабый контроль над импульсами, инфантильность. Они находят убежище в мире фантазий [2].

И. Голдберг приводит ряд психологических признаков зависимости от интернета. По его мнению, можно констатировать Интернет-зависимость при наличии трех или более пунктов из следующих:

1. Толерантность. Количество времени, которое нужно провести в Интернете, чтобы достичь удовлетворения, заметно возрастает.

2. «Синдром отказа». Наблюдается при прекращении или сокращении времени, проводимого в Интернете. Характеризуется двумя или более из следующих симптомов, которые развиваются в течение периода времени от нескольких дней до месяца: психомоторное возбуждение; тревога; навязчивые размышления о том, что сейчас происходит в Интернете; фантазии или мечты об Интернете; произвольные или непроизвольные движения пальцами, напоминающие печатание на клавиатуре. Использование Интернета позволяет избежать симптомов «синдрома отказа».

3. Интернет часто используется в течение большего количества времени или чаще, чем было задумано.

4. Существуют постоянное желание или безуспешные попытки прекратить или начать контролировать использование Интернета.

5. Огромное количество времени тратится на деятельность, связанную с использованием Интернета (покупку книг про Интернет, поиск новых браузеров, поиск провайдеров, организация найденных в Интернете файлов).

6. Значимая социальная, профессиональная деятельность, отдых прекращаются или редуцируются в связи с использованием Интернета.

7. Использование Интернета продолжается, несмотря на знание об имеющихся периодических или постоянных физических, социальных, профессиональных или психологических проблемах, которые вызываются использованием Интернета (недосыпание, семейные (супружеские) проблемы, опоздания на назначенные на утро встречи, пренебрежение профессиональными обязанностями, или чувство оставленности значимыми другими) [2].

Н. Зорин обращает внимание на частую перинатальную и детскую минимальную органическую патологию в анамнезе у подавляющего числа игроманов. В частности, это синдром нарушения активности и внимания. Предполагается, что эта симптоматика маркирует раннее поражение структур мозга, ответственных, в частности, за развитие систем контроля над влечениями [1].

В последние годы интерес исследователей привлек еще один интересный феномен, феномен аддикции, который называется межличностная зависимость, или созависимость. Она является крайне незаметной, замаскированной формой аддикции, поэтому изучена значительно меньше, чем химические формы зависимости. Эмпирических исследований данного вида аддикции крайне мало. Межличностная зависимость характерна для значительной части взрослого населения и является источником многих человеческих страданий.

Созависимый человек, позволив поведению другого человека влиять на него, становится полностью поглощен тем, чтобы контролировать действия этого другого человека, и таким образом регулировать собственное состояние.

Для состояния созависимости типично: отрицание как форма психологической защиты, самообман; навязчивые действия; «замороженные» чувства; низкая самооценка, ненависть к себе, чувство вины; подавляемый гнев, неконтролируемая агрессия; давление и контроль за другим человеком, навязчивая помощь; сосредоточенность на других, игнорирование своих потребностей, психосоматические заболевания; проблемы общения, проблемы в интимной жизни, замкну-

тость, депрессивное поведение, суицидальные мысли [2].

Имеются указания на связь созависимости с реализованной виктимностью и на гендерные различия: у юношей больше созависимых моделей поведения, чем у девушек (рис. 1) [3].

На рисунке отражены гендерные особенности созависимых моделей поведения: преобладают

девушки с высокой степенью созависимых моделей поведения – их 41 человек (61 %). Средняя степень созависимых моделей поведения выявлена у 22 человек (39 %). Среди опрошенных юношей преобладают лица с высокой степенью созависимых моделей поведения – их 16 человек (69.9 %). Средняя степень созависимых моделей поведения выявлена у 7 юношей (30.1 %).

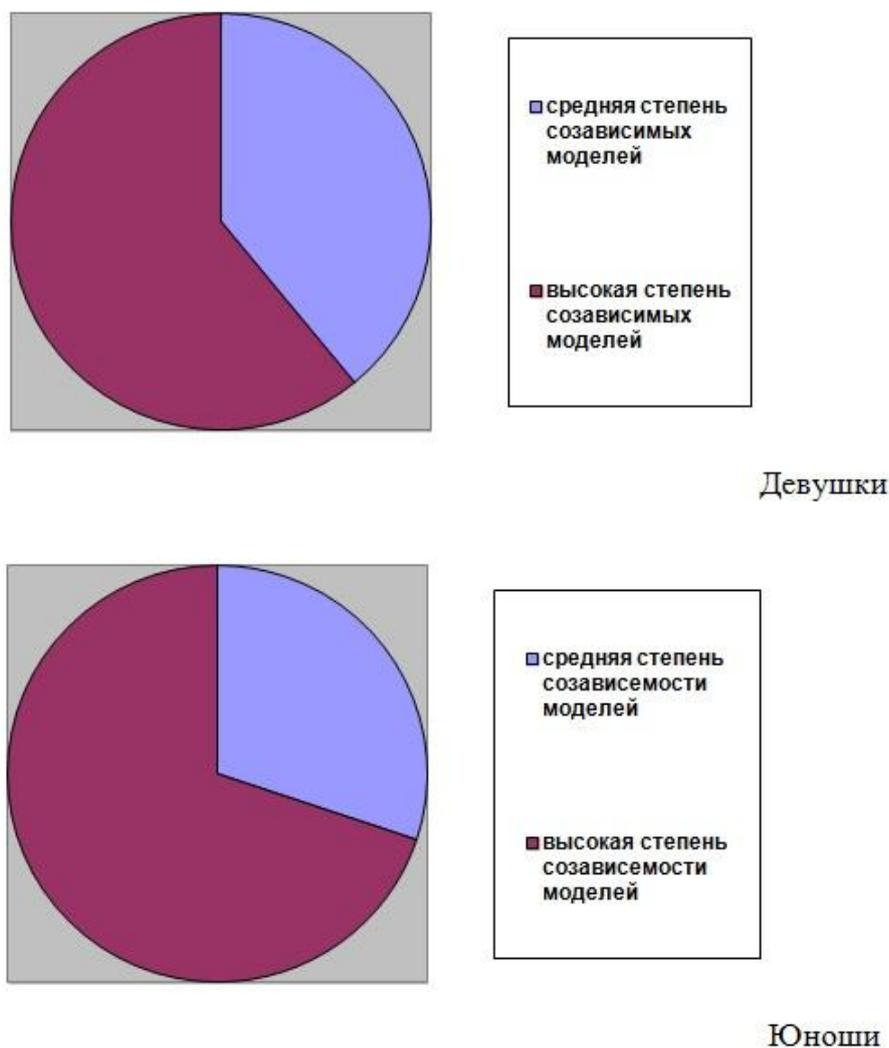


Рис. 1. Распределение показателей степени созависимых моделей у девушек и юношей (данные автора)

Целью данного исследования была проверка предположения о связи зависимости от Интернета и созависимости.

Для проведения исследования были использованы опросник Уайнхолда и экспресс-опросник С. Р. Кулакова. В исследовании участвовали 14 студентов 1 курса, 28 студентов 4 курса, все девушки. Использовался письменный вариант опроса.

Анализ результатов и выводы. По результатам опроса, на первом курсе только 2 человека из 14 имеют серьезную зависимость от Интернета. 8 человек имеют среднюю зависимость от Интернета и 5 человек - низкая зависимость от Интернета.

Высокий уровень созависимости имеют 9 человек из 15 опрошенных, 4 человека – средний уровень созависимости и 1 человек имеет низкий

уровень созависимости. На четвертом курсе из 28 человек 15 показали среднюю степень созависимых моделей, 13 – высокую степень созависимых моделей. При интерпретации результатов теста на интернет-зависимость было выявлено, что 26 человек из 28 имеют среднюю степень интернет-зависимости, двое имеют высокую степень интернет-зависимости.

Таким образом, для исследуемых студентов характерны достаточно высокие показатели созависимости (межличностной зависимости). Это может явиться причиной дальнейшего развития разных форм аддикции отношений, с одной стороны, и формирования других видов зависимостей, с другой.

Анализируя средние значения результатов, можно сделать следующие выводы: в группе исследуемых студентов наблюдается средний уровень зависимости от Интернета и высокий уровень созависимости.

Сравнив результаты исследования на первом и четвертом курсах, мы не нашли разницы в количественных показателях зависимости и Интернет-зависимости у студентов разного возраста. Это позволило нам рассматривать данные студентов первого и четвертого курсов совместно и делать выводы относительно всей выборки. Мы не нашли также разницы между показателями первого курса в 1 и во 2 срезах по методике исследования Интернет-зависимости Кулакова (разница между датами исследования составляет 6 месяцев) что свидетельствует об устойчивости данной характеристики в исследуемой выборке.

Математический анализ показал высокий уровень значимости связи показателей интернет-зависимости и созависимости (коэффициент корреляции рангов равен 0,877).

Таким образом, в результате проведенного нами исследования подтвердилось предположе-

ние о наличии связи между интернет-зависимостью и созависимостью у группы студентов-психологов.

Из этого следует, во-первых, что созависимость (межличностная зависимость) является фактором риска для формирования интернет-зависимости, во-вторых, что определение созависимости может рассматриваться в качестве диагностики предрасположенности к формированию зависимости от интернета и использоваться для профилактики данной аддикции. Последний вывод требует проведения дополнительных исследований.

Литература

1. Зорин Н. Игромания (гемблинг, или лудомания) Часть I. // Психиатрия и психофармакотерапия. 2006, Т. 8, № 4. С. 64-67
2. Малкина-Пых И. Г. Психология поведения жертвы. М.: Эксмо, 2006.
3. Черкасова (Апенюк) Р. С., Скорочкина Ю. А. Гендерные аспекты склонности к виктимному поведению / Социальная педагогика: вызовы XXI века: сборник мат-лов Междунар. конгресса специалистов социальной сферы. 22-23 сент. 2011 г. Тамбов, 2011.
4. URL: <http://inet.mirbb.net/forum-f4/tema-t70.htm>

References

1. Zorin N. Igrromaniya (gembling, ili ludomaniya) Chast' I. [Game addiction (gambling, or ludomania) Part I.] // Psikhatriya i psikhofarmakoterapiya. 2006, T.8, № 4. S. 64-67
2. Malkina-Pykh I. G. Psikhologiya povedeniya zhertvy [Psychology of behavior of the victim]. M.: Eksmo, 2006.
3. Cherkasova (Apenok) R. S., Skorochkina Yu. A. Gendernye aspekty sklonnosti k viktinnomu povedeniyu [Gender aspects of tendency to victim behavior] / Sotsial'naya pedagogika: vyzovy XXI veka: sbornik materialov Mezhdunarodnogo kongressa spetsialistov sotsial'noj sfery. 22-23 sentyabrya 2011 g. Tambov 2011.
4. URL: <http://inet.mirbb.net/forum-f4/tema-t70.htm>

* * *

RESEARCH OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS' CO-DEPENDENCE AND INTERNET-DEPENDENCE

APENOK (CHERKASOVA) RAISA SERGEEVNA
Tambov State University named after G. R. Derzhavin,
Tambov, the Russian Federation, e-mail: chera55@mail.ru

This article discusses the Internet-dependence problem in connection with co-dependence behavior of students-psychologists. One of the main reasons for addictive behavior is the discontent with real life and desire to leave it. Forms and ways of leaving are extremely various and quite often have pathological character. Relevance of an addictive perspective is obvious owing to steady increase in number of people with different types of dependent behavior. Internet dependence is among the so-called technological dependences which received an extension in the last decade. Anonymity of the personality in the Network is the main factor thanks to which all these phe-

nomena widely adopted. There are bases to speak about existence of personal predisposition to game dependence and about existence at addicts of psychological signs of dependence on the Internet. The author confirmed the assumption of existence of communication between Internet-dependence and co-dependence at group of students-psychologists as a result of the conducted research. From this follows, first, that co-dependence is a risk factor for Internet dependence formation, secondly, that definition of co-dependence can be as diagnostics of predisposition to formation of dependence on the Internet and can be used for prevention of this addiction.

Key words: technological addiction, Internet-dependence, co-dependence