

Министерство просвещения Российской Федерации
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра общей психологии и конфликтологии

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
ЛИЧНОСТИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК
СО СКЛОННОСТЬЮ К ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯМ**

Направление «44.04.02 – Психолого-педагогическое образование»

Магистерская программа: «Веб-психология и психологическое
консультирование в цифровой среде»

Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой Р.А. Валиев
« ____ » _____ 2024 г.

Исполнитель:
Москаленко Анастасия Данииловна,
Обучающийся ВЕБ-2241з группы

Руководитель:
Водяха Юлия Евгеньевна,
канд. психол. наук, доцент кафедры
общей психологии и конфликтологии

Екатеринбург 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ.	10
1.1 Социально-психологические особенности современных юношей и девушек	10
1.2 Психологические особенности аддиктивной личности юношеского возраста	19
1.3 Теоретический обзор психологической литературы по проблеме личностных особенностей юношей и девушек с интернет-аддикцией.....	27
Выводы по первой главе.....	49
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК С ИНТЕРНЕТ АДДИКЦИЕЙ	52
2.1 Организация и методы исследования	52
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования.....	57
2.3 Рекомендации для психолога-консультанта по работе с обучающимися юношеского возраста с интернет аддикцией	69
Выводы по второй главе.....	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	74
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	79
ПРИЛОЖЕНИЕ	88

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В условиях нестабильного, подверженного глобальной цифровизации, современного общества особенно остро стоит вопрос о безопасности молодых людей, защите от негативных факторов формирования различных форм аддикций.

Это подтверждают данные статистики. Во всем мире число лиц с аддикциями составляет от 5 до 7 % населения, то есть около пятисот миллионов человек. Согласно данным ВОЗ наиболее распространенными видами зависимостей на сегодня являются: алкогольная (40% населения планеты), никотиновая (20%), наркотическая (по данным ООН 35 млн людей) и зависимость от азартных игр. По данным Росстата, в 2022 году было зарегистрировано более 2000 смертей от игромании. Это почти на 500 человек больше, чем в 2020 году. Основными причинами смертности являются самоубийства из чувства вины, глубокая депрессия, панические атаки, чувство безысходности, безвыходности и бессилия. В России в 2023 году значительно увеличилось число преступлений, совершенных под действием наркотиков. При этом число преступлений, совершенных в состоянии алкогольного опьянения, снизилось.

По различным данным в России от 1 до 2-х % игроманов юношеского возраста один раз и более совершали противоправное действие. Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ) представил данные опроса, посвящённого проблемам современной молодёжи. Среди всех существующих проблем на первое место респонденты поставили зависимость от компьютерных игр. Аналитики отмечают, что цифровая зависимость россиян растёт: в 2022 году в этом признались 42% респондентов. В 2023 году уже почти половина россиян (48%) считают себя зависимыми от гаджетов и интернета. Из результатов исследования портала SuperJob следует, что каждый восьмой взрослый россиянин (13%) уверен в

наличии зависимости, Зависимость от цифровых технологий чаще встречаются среди мужчин (15% против 11% у женщин).

Проблемы зависимого поведения в своих исследованиях касались Г. Ассион [4], В. Бахманн [4], А. Голдберг [21], Э. Кох [4], М. Мюллер [4], а также российские ученые А.О. Бухановский [15], А.Е. Войскунский [17], П.Б. Ганнушкин [18], Н.В. Дмитриева [42], Е.В. Змановская [35], К.В. Сельченко [65], Г.У. Солдатова [80], Ц.П. Короленко [42], С.А. Кулаков [45], Н.С. Курек [46], А.Е. Личко [48], В.Д. Менделевич [53], И.Н. Пятницкая [64], В.И. Шабалина [88].

Термин «аддиктивное поведение» ввели В. Миллер и М. Ландри, которые понимали под ним поведение до наступления зависимости, но после начала употребления веществ, изменяющих сознание. По мнению А. О. Бухановского [15], суть аддиктивного поведения в способности любой деятельности вызывать такие сильные эмоциональные переживания, которые ведут к возникновению потребности в изменении своего стабильного психического состояния. Такое поведение становится дезадаптивным и уводит из реальности. Н.Л. Бочкарёва [12], Н.В. Дмитриева [42], Т.А. Донских, [27], Ц.П. Короленко[42], И.В. Леонова [47], исследующие проблему аддикции, ставят аддиктивное поведение к одной из форм деструктивного (разрушающего) поведения, которое выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности.

А.У. Шаеф дает самое короткое определение зависимости, определяя ее как «любой процесс, над которым мы не властны» [89]. Ученый впервые предложила наряду с химическими зависимостями (наркотики, табак, еда, алкоголь) выделять нехимические, по другому поведенческие, зависимости (шопинг, азартные игры, секс, интернет, работа, религия).

По мнению В.Д. Менделевича, различные виды зависимости имеют общие корни – все они устанавливаются на индивидуально-психологических

качествах личности. Это значит что личность, сформированная в процессе социализации, сама, даже без внешнего инициирования способна стать зависимой, найдя себе в окружающем мире «подходящий» объект или субъект зависимости [53].

Можно предположить, что у аддиктов нарушена система отношений во всех сферах действительности, из-за чего дальнейшее развитие психики остановилось. Социально-психологические свойства личности являются той базой, которая обеспечивает успешность выполнения любой деятельности, в том числе коллективной. При этом особенности свойств отдельной личности, вынуждающие ее становиться аддиктом, могут существенно влиять на здоровье общества в целом. Проблеме интернет аддикции посвящены работы А.Е.Войскуновского [17], И.Голдберга [21], М.Гриффитса [24], А.Ю.Егорова [30], А.Е.Жичкиной [31], О.В.Завалишиной [32], В.А.Лоскутовой [49], В.Д.Менделевича [53], Е.Г. Петровой [83], О.А.Холиной [83] и других. В частности, И. Голдберг [21] предложил критерии диагностики интернет-аддикции, М. Гриффитс [24] рассмотрел возможность возникновения интернет-аддикции на базе других форм аддиктивного поведения, А.Е. Войскунский[17], – разработал критерии аддиктивного поведения, В.Д. Менделевич [53] выделил типы интернет-зависимых личностей, А.Ю. Егоров [30], А.Е. Жичкина [31] – изучали личностные особенности интернет-аддиктов.

Об изменении сознания молодежи в эпоху цифровой виртуализации говорит в своих работах Р.Г.Ардашев [3] Проведенные им исследования показывают изменение уровня критичности и личных притязаний в сторону ухода от самовыражения и самореализации в сторону к обществу одинаковых, легко управляемых людей. Пессимистический прогноз на будущее нашего общества, но он показывает реальные перспективы развития.

Ценности виртуальной среды для молодежи рассматривает Е.Г.Алешина [2]. Такие ценности, по ее мнению, частично дублируют

традиционные ценности, лишь перенося их контекст в виртуальный мир. Но при этом меняют реальные стратегии и жизненные ориентации молодежи, трансформируя основу (морально-этические представления) и как следствие, меняя ценностные ориентиры отдельных социальных групп и целых поколений.

Виртуальная социальная идентичность как способ бегства от самого себя в реальном мире рассматривается в работах Н.А. Голубевой [22] и О.А. Полюшкевич [60]. Виртуальная социальная идентичность позволяет формировать новую идентичность, обладающую идеальными чертами. Она создается на основе разрозненных элементов идентичности других людей, поэтому она вторична. Личность и социальная идентичность в виртуальном пространстве – это другая личность, другая идентичность. Выявлением особенностей личностных проявлений и психологической саморегуляции студентов онлайн и офлайн, а также их связи с особенностями деятельности в интернете и субъективным благополучием занимались такие ученые, как Г.У.Солдатова [69] и Е.И.Рассказова [6969].

Проблема исследования состоит в противоречии между актуальной потребностью в изучении социально-психологических особенностей личности девушек и юношей с выраженной склонностью к интернет-аддикции, возможностями психологических методов оценки риска зависимости, и слабой степенью изученности данной темы.

Цель исследования: выявление и описание социально-психологических особенностей личности со склонностью к интернет-аддикции в период юношества.

Объект исследования: социально-психологические особенности личности юношеского возраста.

Предмет исследования: социально-психологические особенности юношей и девушек с выраженной склонностью к проявлению интернет аддикций.

Гипотеза исследования состоит в предложении, что в юношеском возрасте наблюдаются такие социально-психологические особенности личности у девушек и юношей со склонностью к интернет-аддикции как социальная неадаптивность, демонстративность, альтруизм, эмотивность. При этом, у девушек преобладает демонстративность и социальная неадаптивность, у юношей со склонностью к аддикции более высокие показатели по эмотивности и альтруизму.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ социально-психологических особенностей юношеского возраста.
2. На теоретическом уровне проанализировать особенности аддиктивной личности юношей и девушек.
3. Провести теоретический анализ психологической литературы посвящённой проблеме личностных особенностей молодежи с интернет аддикцией.
4. На эмпирическом уровне определить и описать социально-психологические личностные особенности у юношей и девушек с интернет аддикцией.
5. Разработать рекомендации для психолога консультанта по работе с обучающимися юношеского возраста с интернет аддикцией.

Теоретико-методологическая основа исследования представлена:

- когнитивно-поведенческим подходом А.Бека, который опирается на идею, что мысли, чувства и поведение взаимосвязаны;
- интегративным подходом А.Г. Асмолова, который предполагает, что как интернет является благоприятной средой для развития зависимого поведения, так и люди с аддиктивной склонностью стремятся в сеть в процессе реализации зависимой модели поведения;
- диалектическим подходом Дж. Грохола, который считает социализацию основным фактором формирования интернет-аддикции и рассматривает зависимость как компенсаторный механизм;

- деятельностью подходом А.Н. Леонтьева, который разъясняет интернет-аддикцию как смещение мотива на цель и превращение способа действия в смысл деятельности;
- положением о структуре интернет-аддикции (И. Голдберг, Ц.П. Короленко, К. Янг);
- положением о психологических особенностях личности (Б.Г. Ананьев).

Методы исследования:

- метод теоретического анализа психологической литературы по проблеме исследования;
- эмпирический психодиагностический метод:
 - «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» (Н.Ю.Юрьева и Т.Ю. Больбот),
 - Методика измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018))
 - Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003))
 - Опросник Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004)
- методы математико-статистической обработки эмпирических данных - Установление значимых различий проводилось при помощи статистической программы JASP с применением U-критерия на различия Манна Уитни с последующей интерпретацией и осмыслением данных.

Практическая значимость исследования состоит в возможности использования материалов теоретико-эмпирического исследования в практике индивидуального консультирования студентов техникумов и ВУЗов. Полученные результаты могут быть применены на психологических факультетах в курсах изучения каких таких дисциплин, как возрастная психология, психология девиантного поведения, психологии аддикций. На основе выявленных данных личности юношеского возраста с интернет аддикцией, возможна разработка модели оказания психологической помощи

обучающимся в условиях образовательной организации средне специального и высшего образования.

Структура выпускной квалификационной работы включает введение, две главы, заключение, биографический список, приложение. В библиографическом списке представлено 95 источников по теме исследования, из них 1 электронный ресурс. В приложении представлена общая таблица эмпирических данных. Работа иллюстрирована 3 таблицами, 13 рисунками. Общий объем курсового исследования составил 86 страниц. Объем приложений 5 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

1.1 Социально-психологические особенности современных юношей и девушек

Основным психологическим процессом юношеского возраста является формирование самосознания, которое заставляет человека сопоставлять свои желания и действия с определенными принципами и представлениями о собственном «Я». Юность представляет собой сложный период в развитии личности. В некоторых литературных источниках подчеркивается, что этот период является кризисным. Кризис проявляется в таких аспектах, как неопределенность статуса и ролей, амбивалентность эмоций, нестабильность Я-концепции, а также в состоянии стресса и изменчивости социальных ценностей у молодого человека. Э. Эриксон [92] считает, что основная задача индивидуального развития в юности заключается в самоопределении и формировании идентичности. Психологическое содержание этого периода в значительной степени определяется ситуацией множественных социальных выборов, с которой сталкивается молодежь.

В современных условиях юношеский период и процесс самоопределения происходят на фоне общественной нестабильности и кризиса привычных норм и ценностей. Таким образом, объективные трудности, с которыми сталкивается молодежь в процессе самоопределения, усугубляются дестабилизацией социальной жизни. Это проявляется не только в отсутствии четких норм поведения, но и в том, что существующие нормы не формируют ясных структурированных моделей. Молодежь обладает значительным социально-психологическим потенциалом и стремится к познанию, гармонии с окружающим миром, творчеству, самопознанию и развитию.

Зарубежные ученые, такие как П. Блос [10] и Э. Эриксон [92], выделяют два ключевых психологических аспекта юношеского возраста: процессы сепарации и индивидуализации, а также умение устанавливать новые формы личных отношений. Эти аспекты имеют тесную связь с психологическим функционированием юношества и включают в себя способность адаптироваться к новым жизненным изменениям. Для молодежи важно так же обретение независимости от родителей при возможности обращаться к ним за помощью, а также умение нести социальную ответственность и принимать самостоятельные жизненные решения.

По мнению И.С. Кона [41], Г.А. Цукермана [85] - юношеский возраст это особый этап духовной жизни молодого человека, связанный с формированием собственного мировоззрения и определением «самости» и уникальности. К специфическим особенностям юношеского возраста относятся: направленность к новым идеям и преобразованиям, наличие проблемы поиска смысла жизни, противоречивость внутреннего мира.

С одной стороны, такие ученые как И.С. Кон [41], В. Франкл [81] и Э. Фромм [80] отмечают, что в период юности особенно важными становятся экзистенциальные вопросы о смысле жизни, предназначении человека и осознании собственного «Я» в мире. С другой стороны, исследователи В. Попельский [61] и В. Франкл [81] указывают на то, что вероятность блокировки жизненно важных потребностей в юности может привести к фрустрации, связанной с утратой смысла жизни и внутренними конфликтами молодежи. Таким образом, именно в юношеском возрасте происходит физиологическая революция зрелости, сопровождающаяся чувством неуверенности в принятии взрослых ролей и стремлением создать собственную субкультуру, однако на самом деле речь идет о процессе формирования идентичности. Социально-психологические особенности современных юношей и девушек широко и всесторонне изучены как российской, так и зарубежной наукой. Выделены изменения, появившиеся в

психике и в сознании молодежи, с момента развития интернета и изменения общества в сторону цифровизации.

Теория поколений Нэйла Хоува и Уильяма Штрауса [59] говорит, что верным будет называть нынешнее поколение молодежи «цифровым поколением» или «поколением Z». Такое поколение имеет другой культурно-исторический контекст. Сформировавшись в условиях цифровизации, это поколение имеет ряд особенностей мышления: общение с внешним миром происходит преимущественно посредством гаджетов, виртуальное общение становится более значимым, чем реальное, информация быстро запоминается, но не удерживается в памяти, мысли и суждения носят поверхностный характер, авторитет интернета превышает авторитет взрослых людей, появляется иллюзия всезнания и уверенности в собственных силах и взглядах, память работает по-новому, т.е. запоминается не сама информация, а путь к ней, мышление становится клипов и отмирает способность читать бумажные носители информации.

Еще в конце 2016 года Сбербанк опубликовал результаты своего исследования молодёжи, проведённого совместно с агентством Validata [95]. В нем были проанализированы поведенческие характеристики, установки и ценности, страхи и ожидания поколения от 5 до 25 лет и сделаны выводы, что у этого поколения нет стабильности и устойчивости — в любой момент все может поменяться. Это поколение уверено в своей уникальности, поэтому редко идентифицирует себя с какой-либо субкультурой. Они предпочитают воспринимать визуальную и краткую информацию, а их средняя концентрация внимания на интересующем объекте составляет от одной до восьми секунд. Понимание успеха в жизни изменилось: теперь успех измеряется не материальным благосостоянием, а разнообразием и удовольствием от жизни. В первую очередь они стремятся создать комфорт для себя и своих близких, не ставя перед собой цель «осчастливить всё человечество». Это поколение склонно к альтернативным формам занятости, таким как фриланс, самозанятость и удаленная работа. Это поколение как

огня боится однообразие: существует опасение, что взрослая жизнь станет обыденной, без ярких и необычных впечатлений.

В своей работе «Психологический портрет цифрового поколения» Е. А. Истомина и Е. В. Савонова [36] уточняют, что наиболее ярко психологические особенности нового поколения проявляются в их крайних формах, выраженных в виде таких психологических синдромов, как аутизация (неспособность к общению в социуме) и гиперактивность (невозможность сосредоточиться из-за переизбытка информации).

Основным социально-психологическим трендом нового поколения стала инфантилизация. Молодежь становится менее ответственной и менее исполнительской, они не готовы признавать свои ошибки и неадекватное выполнение задач. В то же время, как дети, они ожидают от окружающих положительной оценки своих действий. По сравнению с предыдущими поколениями, конфликт между отцами и детьми, а также различия в мировоззрении, у новой молодежи будут еще более выраженными. Для детей цифрового века взгляды их родителей кажутся устаревшими. Ценности здоровья выходят на первый план. Люди начнут осознавать, что для поддержания здоровья в условиях современного образа жизни необходимо прикладывать больше усилий, и спрос в этой области будет расти. В то же время семейные ценности постепенно утратят свою значимость. Внимание будет смещаться в сторону социальных приоритетов, таких как карьера и материальное благосостояние. Однако, учитывая гиперактивность, повышенную конфликтность и эмоциональные проблемы, можно ожидать, что это общество будет характеризоваться острой конкуренцией между людьми, не корпоративной, а личной. Новое поколение будет еще более стремиться "расталкивать" окружающих для достижения своих целей. Духовные ценности для значительной части молодежи будут терять свою ценность, а группа высококультурных людей, для которых образование, духовность и личностное развитие имеют первостепенное значение, будет сокращаться.

В статье «Киберпсихология в прошлом, настоящем и будущем» ее автор А.Е. Войскунский[17] указывает на такие изменения в психологической природе человека, как тревожность при применении компьютеров и интернета, неравномерное распределение объемов внимания, оперирование «внешней» памятью, понимание в условиях быстрого «просмотра» информации при применении браузера, особенности опосредствованного Интернетом общения и групповой деятельности, в том числе в групповых виртуальных общностях, изменение чувствованию дружбы и любви, получение знаний при помощи виртуального пространства при большем восприятии зрительного ряда, чем словесных смыслов. Меняются особенности зрительного, слухового, тактильного восприятия и их взаимодействия при применении систем виртуальной реальности.

Молодежь поколения Z научилась моделировать искусственную реальность и находить в ней смыслы перенося свою обыденную жизнь в компьютер. Под виртуальной реальностью понимается моделирование с помощью компьютера искусственной среды, объектов и персонажей для взаимодействия человека с этой средой — такого же, как с его естественным окружением. Так же в процессе виртуализации жизни качества и свойства индивида заменяются качествами и свойствами специально сконструированных «экранных представителей», называемых «аватарами». В индуистской мифологии «аватар» — одно из многочисленных земных воплощений бога Вишну, а в киберпространстве — это выбранный из предложенного разработчиками набора или самостоятельно сконструированный «представитель» субъекта в 3D среде, наблюдаемый на экране и действующий отчасти автономно. Аватарам делегируют свое «Я»; на него переносят «социальные» взаимодействия, появляется отношение к другим аватарам, присутствующим в виртуальной среде.

Современное юношество переживает глубокие психо-исторические изменения, которые заметно отличают его от предыдущих поколений. Психологи и социологи выделяют ряд ключевых характеристик,

отражающих эту трансформацию. В первую очередь, обращает на себя внимание снижение физиологической и психической устойчивости у молодых людей. Это проявляется в повышенной тревожности, стрессоустойчивости, склонности к депрессиям и выгоранию, что частично связано с интенсивным темпом современной жизни, насыщенной информацией и высокими требованиями социума. Фактором риска выступает и распространение социальных сетей, создающих иллюзорный мир идеальных образов и усиливающих чувство сравнения себя с другими.

Профессиональная специализация, в свою очередь, приводит к ранней профессионализации и, зачастую, сужению кругозора. Молодые люди часто фокусируются на узкой области знаний, игнорируя другие, потенциально интересные сферы деятельности. Это снижает адаптивность и способность к переобучению в условиях постоянно меняющегося рынка труда. Параллельно с этим наблюдается индивидуализация и угасание коллективистских чувств. В условиях глобализации и индивидуалистического общества, молодежь больше ориентирована на личный успех и самореализацию, чем на командную работу и приверженность коллективным ценностям. Социальные связи ослабевают, меняется природа общения, все чаще предпочитается виртуальное общение реальному.

Плюрализация мировоззрения характеризуется множественностью взглядов и убеждений, создает как возможности, так и вызовы. С одной стороны, молодые люди становятся более толерантными и открытыми к разнообразию культур и идей. С другой стороны, это может привести к информационному перенасыщению, потере ясных ориентиров и трудностям в формировании собственной системы ценностей. Нестабильность, как экономическая, так и социальная, становится фоном для развития личности, формируя устойчивость к изменениям или, напротив, порождая чувство тревоги и беспокойства.

Индивидуалистические ценности становятся доминирующими, формируя стремление к самореализации и самоактуализации. Молодые люди стремятся к самостоятельности, независимости и возможности реализовать свой потенциал в полной мере. Это проявляется в желании добиться успеха в выбранной профессии, создать крепкую семью, достичь финансового благополучия, осуществить свои творческие замыслы. Дискурсивная гетерогенность, отражающая многообразие способов выражения и интерпретации информации, влияет на формирование идентичности и самосознания. Молодежь активно использует новые коммуникативные технологии, что сказывается на стиле общения, понимании мира и своего места в нем.

Изменение ментальности отражает глубокие перемены в системе значений и установок. Традиционные ценности уступают место инновационным, происходит переоценка ролей и функций социальных институтов. Независимость представлений о своем «Я» свидетельствует о высокой степени самосознания и стремлении к самопознанию. Молодые люди более критично относятся к устоявшимся нормам и стереотипам, стремясь к самовыражению и созданию уникального образа себя. Проявления персональной идентичности как само моделирования подчеркивают активную роль индивида в формировании своей личности. Они сами определяют свои цели, ценности и жизненный путь.

Усиление значения человеческой индивидуальности и роли субъективного фактора в развитии приводит к трансформации способов влияния социума на личность. Традиционные механизмы социальной идентификации уступают место более гибким и индивидуализированным формам взаимодействия. Молодые люди стали более ответственны за свою жизнь, но в то же время сталкиваются с большим количеством вызовов и стресса. В целом, можно сказать, что современное юношество представляет собой сложную и многогранную группу с особыми психологическими и социальными характеристиками, формирующимися под влиянием быстро меняющегося

мира. Для понимания и эффективного взаимодействия с ними необходимо учитывать все эти нюансы и специфику современной юношеской культуры.

К положительным изменениям в социально-психологических особенностях современного юношества можно отнести способность мыслить нестандартно, общаться одновременно с большим количеством людей и на различных языках, а также навыки поиска и обработки больших объемов информации, избирательное восприятие, способность быстро генерировать идеи, креативное мышление. Большой поток информации стимулирует интеллектуальное и психосоциальное развитие молодежи.

Современная молодежь, в отличие от поколений 70-80-х годов, демонстрирует принципиально иной набор личностных качеств, которые кардинально меняют ее роль в обществе. Ключевыми характеристиками становятся "психосоциальная активность" и "сила Я". Эти понятия охватывают широкий спектр особенностей, отражающих субъектность, стремление к самовыражению, самоутверждению, самореализации и непрерывному самообразованию. Современные молодые люди активно ищут собственные решения в самых разных сферах жизни – от межличностных коммуникаций и выбора ценностных ориентиров до учебных задач и построения карьеры. При этом они демонстрируют высокую степень автономии, критическое мышление и отсутствие слепого подражания авторитетам, характерного для предыдущих поколений.

Важным аспектом является наличие личностно-субъектного ресурса, обеспечивающего эффективное функционирование в изменяющемся мире. Этот ресурс включает в себя такие качества, как самодостаточность, самоуверенность, отсутствие комплексов, раскованность, самостоятельность и оптимизм. Эти качества способствуют успешной адаптации к динамичной социальной среде и активной позиции в общественной жизни. Стоит отметить, что уверенность в себе у современных молодых людей часто граничит с самооценкой, которая может быть, как адекватно высокой, так и завышенной. Это требует внимания к вопросам формирования здоровой

самооценки и предотвращения возможных негативных последствий чрезмерного нарциссизма.

Онтологически, нарастающая изменчивость социального мира стимулирует рост субъектного вектора современного юношества. Молодежь перестает быть пассивным объектом социальных процессов, превращаясь в активного участника конструирования социальной реальности. Это проявляется в активном участии в социальных движениях, инициативах и проектах, направленных на изменение окружающего мира. Молодые люди все чаще выступают в роли лидеров и инициаторов социальных преобразований, основываясь на своих убеждениях и ценностях.

Современные юноши и девушки руководствуются, в основном, индивидуалистическими критериями: поиск путей самореализации, стремление к благополучию, самостоятельность взглядов и получение от жизни максимальной пользы для себя. Это отличается от ценностных ориентаций молодежи 70-80-х годов, которые часто ставили интересы коллектива выше личных. В современном обществе индивидуализм не негативное явление, а скорее отражение измененных социальных условий, способствующих самостоятельности и саморазвитию.

Однако, следует отметить, что такой подход не исключает кооперации и командной работы. Напротив, современная молодежь часто демонстрирует способность к эффективному взаимодействию в группах, основанном на равенстве и взаимоуважении. Они умеют объединяться для достижения общих целей, но при этом сохраняют индивидуальность и не подчиняются слепо коллективному мнению. Это способность к балансированию между индивидуализмом и кооперацией является одним из ключевых аспектов современной молодежной культуры. Кроме того, важно учитывать влияние цифровых технологий на формирование личностных качеств современной молодежи. Интернет, социальные сети и другие цифровые инструменты предоставляют им беспрецедентные возможности для самовыражения, обмена информацией и участия в глобальных социальных процессах.

Однако, это также создает новые вызовы и риски, связанные с кибербуллингом, зависимостью от сетей и пропагандой негативного контента. Поэтому воспитание критического мышления, медиаграмотности и формирование здоровых цифровых привычек являются важными задачами современного общества.

1.2 Психологические особенности аддиктивной личности юношеского возраста

Формирование аддиктивного поведения — сложный и многофакторный процесс, который в современном обществе исследуется с различных точек зрения, включая биологическую, психологическую, социальную и духовную модели. Каждая из этих моделей подчеркивает важность различных факторов, таких как наследственность, индивидуальные черты личности, особенности микро- и макросоциального окружения, а также общая зрелость личности. Все эти аспекты могут как способствовать, так и препятствовать развитию зависимого поведения.

Биологическая модель акцентирует внимание на органических изменениях в структуре головного мозга, которые могут влиять на формирование личностных аномалий. Исследования таких авторов, как А. С. Андреев [16], И.В. Боев [11], А.О. Бухановский [15], В.Я. Гиндикин [25], В.А. Гурьева [25]; Т.В. Клименко [52]; А.Е. Личко [48]; М.Х. Махтумова [52] показывают, что определенные нарушения в работе нейронных цепей могут приводить к снижению самоконтроля и увеличению импульсивности, что, в свою очередь, повышает риск формирования аддиктивного поведения. Например, такие изменения могут быть связаны с наследственными факторами, когда предрасположенность к зависимостям передается из поколения в поколение.

Психологическая модель рассматривает личностные характеристики и эмоциональное состояние индивидов. Юноши и девушки с низкой самооценкой, высоким уровнем тревожности или депрессии чаще подвержены аддикциям. Кроме того, исследования таких авторов как В.Д. Вид [62], В. А. Дереча [26], В.Д. Менделевич [84], Ю.В. Попов [62], Н.А. Сирота [68], В.М. Ялтонский [68] показывают, что наличие определенных черт характера, таких как высокая степень импульсивности или низкая толерантность к фрустрации, может способствовать развитию зависимого поведения. Низкая устойчивость к стрессам, сниженная приспособляемость к новым сложным ситуациям, плохая переносимость конфликтов, обусловленные неразвитостью или недостаточностью личностных ресурсов, часто являются причиной обращения к психоактивным веществам или к ненормативному использованию интернета.

Социальная модель показывает последствия влияния окружающей действительности. В частности, неблагоприятные условия жизни, такие как бедность, насилие в семье или отсутствие поддержки со стороны родителей, могут значительно увеличить риск формирования аддиктивного поведения. В семьях, где воспитанием детей занимаются в основном матери, а также в тех, где наблюдаются разводы или неполные семьи, зарегистрировано более высокое количество случаев зависимостей. Исследования показывают, что 69% юношей и девушек, страдающих от наркомании, происходят из семей с неблагоприятными социально-психологическими отношениями.

Важно отметить, что аддиктивное поведение может также рассматриваться как «симптом семьи». Ряд исследователей, таких как И.Г. Ураков, Б.И. Исмаилов, 1976 [76]; Г.В. Морозов, Н.Н. Боголепов, 1984 [56]; 1985; Э.Г. Эйдмиллер, В. Юстицкис, 2002 [91]; А. В. Гоголева 2002 [20]; В. Л. Малыгин, 2003 [50], считают, что в семьях с неблагоприятными условиями, например, с гипоопекой (жестокое обращение или безнадзорность), а также с противоречивым стилем воспитания, риск формирования зависимостей значительно возрастает. В то же время,

доминирующая гиперпротекция, когда родители чрезмерно опекают своих детей, также может иметь негативные последствия, приводя к тому, что дети не развивают необходимые навыки для самостоятельной жизни.

Духовная модель рассматривает значение внутреннего мира человека, его ценностей и убеждений. Отсутствие духовных ориентиров, а также потеря смысла жизни могут приводить к поиску замещения в виде зависимого поведения. Люди, которые не имеют четких жизненных целей или не могут найти удовлетворение в жизни, чаще обращаются к наркотикам, алкоголю или азартным играм.

Аддикция, или болезненная зависимость, представляет собой сложное психическое состояние, при котором человек испытывает непреодолимую потребность в определенных веществах, действиях или даже в отношениях с другими людьми. Это патологическая форма привязанности, которая не только ограничивает личную свободу, но и существенно влияет на качество жизни, взаимодействие с окружающими и способность выполнять повседневные задачи. Важно отметить, что аддикция — это не просто привычка, а серьезное расстройство, которое требует внимания и, в большинстве случаев, профессиональной помощи.

Существует множество видов аддикций, каждая из которых имеет свои уникальные особенности. К ним относятся зависимости от наркотиков, алкоголя, табака, азартных игр, интернета, социальных сетей и даже от еды. Несмотря на различия, все эти состояния имеют общие черты: стремление уйти от реальности, потерю контроля над своими действиями и отсутствие критического осмысления происходящего. Люди, страдающие от аддикций, часто не осознают масштабы своей проблемы и могут отрицать наличие зависимости, что усложняет процесс лечения.

Интересно, что зависимость не всегда проявляется в виде негативных последствий. Например, некоторые студенты могут развивать зависимость от спорта или работы, что на первый взгляд кажется положительным. Однако и

такие состояния могут иметь свои негативные аспекты, если они начинают мешать нормальной жизни и общению с близкими.

Различие между привычкой и аддикцией заключается в том, что привычка — это поведенческая модель, которая может быть легко изменена или устранена. Например, юноша или девушка может решить бросить курить или начать заниматься спортом, и при этом не столкнется с серьезными психологическими или физическими проблемами.

Термин «аддикция» стал популярным в России лишь в 70-80-х годах XX века, когда начались активные исследования в этой области. В это время ученые начали изучать причины и последствия зависимостей, а также разрабатывать методы их лечения. Появление аддиктологии как отдельной научной дисциплины стало важным шагом к пониманию и преодолению этих сложных состояний.

С точки зрения психологии, аддикция может рассматриваться как способ бегства от реальности, когда человек пытается справиться с внутренними конфликтами, стрессом или эмоциональной болью. Это может происходить как на психологическом, так и на физиологическом уровнях. Например, употребление наркотиков может вызывать чувство эйфории, которое временно помогает забыть о проблемах, но в конечном итоге приводит к еще большему страданию.

В 2001 году была впервые предложена классификация нехимических аддикций, что стало важным шагом в понимании и изучении различных форм зависимого поведения. Основателем этой классификации считается Ц.П. Короленко, который является не только психиатром и психотерапевтом, но и профессором, внесшим значительный вклад в развитие аддиктологии как науки. В его работах акцентируется внимание на том, что аддиктивные расстройства могут проявляться в самых разных формах и охватывают широкий спектр поведения, не связанного с употреблением химических веществ.

Исследования показывают, что аддиктивное поведение может развиваться по определенным этапам, начиная с первоначального интереса и заканчивая полной зависимостью. Различные виды аддикций, такие как игровая зависимость, зависимость от интернета, шопоголизм и другие, имеют свои специфические черты, однако их объединяет общая модель поведения.

С точки зрения психиатрии и психологии, аддикции рассматриваются как сложные феномены, которые требуют комплексного подхода. Важно отметить, что для аддиктов характерно наличие определенной модели поведения, которая может варьироваться в зависимости от типа аддикции. Например, игроманы могут проявлять агрессивность и раздражительность при отсутствии возможности играть, тогда как интернет-зависимые могут испытывать тревогу и депрессию, когда лишаются доступа к своим устройствам. Общие признаки аддикции включают в себя постоянное стремление к повторению определенных действий, даже несмотря на негативные последствия. В процессе аддиктивного поведения человек может испытывать временное облегчение или удовольствие, что связано с активацией системы вознаграждения в мозге. Это создает замкнутый круг, из которого трудно выбраться без помощи специалистов. Когда человек не взаимодействует с объектом своей зависимости, его состояние может значительно ухудшаться. Это связано как с психологическим, так и с физиологическим дискомфортом. Например, у зависимого человека могут наблюдаться резкие перепады настроения, что приводит к эмоциональной нестабильности. Он может испытывать неспособность адекватно оценивать происходящее вокруг, что затрудняет принятие решений и взаимодействие с окружающими. Ухудшение когнитивных функций, таких как память и концентрация, также является распространенным симптомом. Кроме того, нежелание общаться с другими людьми и общее плохое самочувствие могут быть следствием нарушения работы внутренних органов, особенно в случаях химической зависимости, например, от наркотиков или алкоголя.

Патогенез аддикций, или механизм их развития, связан с фиксированным вниманием молодежи на определенном объекте, будь то алкоголь, наркотики, азартные игры или социальные сети. В этом состоянии аддикт испытывает сильное эмоциональное возбуждение, которое может перерасти в потрясение, если доступ к объекту зависимости ограничен. Это позитивно окрашенное эмоциональное впечатление запоминается как нечто приятное, и человек, стремясь вновь пережить эти яркие эмоции, возвращается к этому опыту снова и снова. Со временем жизнь без эмоционального «допинга» становится неинтересной и воспринимается в негативных тонах, что может приводить к депрессивным состояниям.

Интересно, что частое повторение опыта уже не приносит такого удовольствия, как в первый раз. Это явление называется «деградация удовольствия» или «толерантность», когда для достижения прежнего уровня удовлетворения требуется все большее количество объекта зависимости. Несмотря на это, зависимые юноши и девушки не отказываются от своих привычек, оправдывая свои действия различными способами, будь то стресс, социальные обстоятельства или даже желание «попробовать еще раз». Кроме того, восприятие объекта зависимости может быть связано и с отрицательным опытом переживания эмоций. В таких случаях аддикт может избегать источника негативных эмоций, что приводит к формированию «обратной аддикции» — фобии. Хотя сильный страх не называют зависимостью, механизм его развития имеет сходные черты с аддикциями. Например, человек, который пережил травматический опыт, может развить фобию, избегая мест или ситуаций, связанных с этим опытом.

Биологический механизм развития аддикций связан с выработкой в головном мозге дофамина — гормона, отвечающего за радость и удовольствие. Этот нейромедиатор играет ключевую роль в системе вознаграждения мозга. Его выработка стимулируется ожиданием новых эмоциональных переживаний, что создает порочный круг: чем больше человек получает удовольствие от объекта зависимости, тем больше он

стремится к нему. В процессе формирования аддикций выделяется несколько стадий, каждая из которых имеет свои особенности. Первая стадия — это экспериментирование, когда человек впервые сталкивается с объектом зависимости. На этом этапе эмоции яркие и захватывающие, что создает положительный опыт. Вторая стадия — это регулярное использование, когда зависимый начинает чаще обращаться к объекту, чтобы вновь испытать приятные ощущения. Третья стадия — это зависимость, когда без объекта человек начинает испытывать физический и психологический дискомфорт. На этой стадии могут возникать симптомы абстиненции, такие как тревога, раздражительность и физическая боль.

Несмотря на различия в симптоматике и проявлениях, все аддикты объединены одной общей чертой – стремлением уйти от реальности любыми доступными средствами. Это стремление может быть обусловлено различными факторами, включая стресс, травмы, низкую самооценку или социальное давление.

Химические аддикции включают в себя не только наркотические препараты и алкоголь, но и более легкие вещества, такие как никотин, кофе и даже сахар. Эти зависимости могут иметь серьезные последствия для здоровья, включая физическую деградацию, проблемы с сердечно-сосудистой системой, печенью и другими органами. Например, злоупотребление алкоголем может привести к циррозу печени, а зависимость от никотина – к раку легких. Кроме того, многие люди не осознают, что даже такие привычные вещи, как кофе и сладости, могут вызывать зависимость и негативно сказываться на здоровье при чрезмерном потреблении.

Поведенческие аддикции, в свою очередь, отличаются большим разнообразием и могут проявляться в различных сферах жизни. К ним относятся пищевая зависимость, интернет-аддикция, игромания, шопоголизм, а также зависимости, связанные с межличностными отношениями, такие как любовная или сексуальная аддикция. Каждая из этих зависимостей имеет свои характерные симптомы и особенности. Например,

пищевая зависимость может проявляться в неконтролируемом потреблении пищи, что приводит к ожирению и другим проблемам со здоровьем. Игромания, с другой стороны, может привести к финансовым трудностям и разрушению социальных связей.

Важно отметить, что аддикции – это не просто вредные привычки, а патологические состояния, которые могут иметь необратимые последствия. Химические зависимости, такие как наркомания и алкоголизм, приводят к деградации личности. Чем дольше человек злоупотребляет психоактивными веществами, тем сильнее разрушается его организм.

Поведенческие зависимости оказывают серьезное негативное влияние на психику аддикта. Со временем патологическая привязанность может стать триггером для развития серьезных психических расстройств, таких как депрессия, неврозы и другие расстройства различного генеза. Например, интернет-аддикция, которая в последние годы стала особенно актуальной, может привести к социальной изоляции, снижению продуктивности и ухудшению межличностных отношений. Молодые люди, страдающие от интернет-зависимости, часто теряют интерес к реальной жизни, что может вызвать глубокую депрессию. В современном обществе переход к информационному полю стал одним из ключевых процессов. Интернет стал неотъемлемой частью жизни, и его влияние на общество трудно переоценить. С одной стороны, интернет предоставляет доступ к огромному количеству информации и возможностей для общения, с другой – создает риски, связанные с зависимостями. Юноши и девушки могут проводить часы в социальных сетях, играх или на форумах, забывая о реальной жизни и своих обязанностях.

Интернет-аддикция может проявляться по-разному. Для одних это может быть чрезмерное времяпрепровождение в социальных сетях, для других – зависимость от онлайн-игр или просмотра видео. Эти зависимости могут привести к ухудшению учебной или рабочей деятельности, проблемам

в отношениях с близкими и даже к физическим проблемам, связанным с малоподвижным образом жизни.

Интересно, что в компании людей с похожими интересами аддикт часто чувствует себя более комфортно и уверенно. Это может объяснить, почему многие аддиктивные практики реализуются в рамках групп поддержки или сообществ, где участники делятся своим опытом и поддерживают друг друга. Такие группы могут стать важным элементом в процессе восстановления и преодоления зависимости, предоставляя участникам возможность не только получить поддержку, но и обменяться полезными стратегиями для борьбы с аддикцией.

1.3 Теоретический обзор психологической литературы по проблеме личностных особенностей юношей и девушек с интернет-аддикцией

Проблема виртуальных аддикций стала особенно заметной с тех пор, как человечество получило доступ к интернету и новым формам общения. Ранее взаимодействие между людьми происходило в основном лицом к лицу или через традиционные средства связи, такие как телефон и факс. С появлением интернета возможности общения расширились до неузнаваемости. Мы вошли в эру виртуального общения, где социальные сети, мессенджеры и онлайн-игры стали неотъемлемой частью жизни. Это новое явление привлекло особое внимание молодежи, которая активно осваивает цифровые технологии. Подростки и молодые люди часто проводят часы в интернете, общаясь с друзьями, играя в игры или просматривая контент. Однако с ростом популярности виртуального общения возникает и множество проблем, связанных с зависимостями. Виртуальные аддикции, такие как зависимость от социальных сетей, онлайн-игр или потокового видео, могут оказывать негативное влияние на психическое здоровье и социальные навыки.

С момента публикации первых значимых исследований, таких как работы К. Янг [94], И. Голдберга [21], А. Е. Войскунского [17] и С. В. Завражина [33], прошло значительное время, и тема виртуальных аддикций продолжает оставаться актуальной. Эти исследования положили начало глубокому изучению этиологии интернет-зависимости, и ученые по всему миру стремятся понять, какие факторы способствуют возникновению этой проблемы. Особое внимание уделяется поиску предикторов, которые помогут не только объяснить природу виртуальных аддикций, но и разработать эффективные методы их профилактики.

Научные подходы отечественных исследователей, таких как М. В. Бредихиной [13], С. В. Завражина [33], Е. В. Змановской [35], Л. И. Колесниковой [40], О. А. Овчинникова [58] и В. А. Фролова [79], всегда отличались самобытностью и глубиной анализа. Эти ученые вносят значительный вклад в понимание интернет-зависимости, рассматривая её не только как психологическую проблему, но и как социальный феномен, который затрагивает различные аспекты жизни человека.

Интересно, что компьютерный бум изначально охватил страны Запада, что дало возможность зарубежным исследователям, таким как Д. Бекер [6], М. Берсон [7], М. Гриффитс [24], Э. Дюргейм [29], Ю. Клейберг [38] и К. Мерфи [6], первыми обратиться к сути проблемы интернет-зависимости. Их работы стали основой для дальнейших исследований и обсуждений, однако, несмотря на значительное количество проведенных исследований, научное сообщество до сих пор не пришло к единому мнению относительно определения понятий, критериев оценки и причин возникновения виртуальных аддикций.

Основоположниками изучения интернет-аддикций считаются И. Голдберг [21] и К. Янг [94]. Именно Голдберг ввел термин «интернет-аддикция» и в 1995 году разработал концепцию интернет-зависимости. Он предложил использовать термин «расстройство интернет-зависимости», что стало началом широкого обсуждения и дальнейших исследований в этой

области. К. Янг, в свою очередь, также внесла значительный вклад в изучение феномена, разработав методики диагностики и оценки уровня зависимости.

С течением времени, проблема виртуальных аддикций привлекла внимание не только ученых, но и практиков: педагогов, психологов, социологов и врачей. Они начали осознавать, что виртуальные аддикции могут оказывать негативное влияние на здоровье, социальные отношения и качество жизни людей. В связи с этим возникла необходимость в комплексном подходе к изучению и профилактике этих зависимостей.

Современные исследования показывают, что виртуальные аддикции могут проявляться в различных формах, таких как зависимость от социальных сетей, онлайн-игр, просмотра порнографических материалов и других интернет-ресурсов. Это подчеркивает важность разработки индивидуализированных подходов к профилактике и лечению, учитывающих особенности каждого человека и его окружения.

Кроме того, в последние годы возникла необходимость в междисциплинарном подходе к изучению виртуальных аддикций, который объединяет усилия психологов, социологов, педагогов и медицинских работников. Это позволяет более полно учитывать все аспекты проблемы и разрабатывать эффективные стратегии вмешательства.

В 1996 году исследователь К. Янг [94], воспользовавшись возможностями интернета, разработала тест, предназначенный для выявления интернет-зависимости. Этот тест стал первым шагом к более глубокому пониманию проблемы зависимости от виртуального общения и использования интернета. Позже, в своей монографии «Caught in the Net», Янг подробно рассмотрела различные аспекты интернет-зависимости, включая ее влияние на психическое здоровье и социальные взаимодействия.

В Европе одним из первых специалистов, который начал исследовать данную проблему, стал венский психотерапевт Х. Циммерл [84]. В 1998 году он представил результаты своего исследования, посвященного аддиктивной

зависимости от чатов. Циммерл акцентировал внимание на том, как виртуальное общение может вызывать зависимость, особенно у людей, которые ищут утешение или поддержку в онлайн-сообществах. Его работа открыла новые горизонты в изучении психологии интернет-зависимости и подтолкнула других исследователей к дальнейшему изучению этой темы.

Следующим значимым шагом стало крупное исследование, проведенное А. Ханом [82] в Германии, которое углубило понимание того, как интернет влияет на социальные взаимодействия и личные отношения. Хан изучал, как различные аспекты интернет-культуры, такие как социальные сети и онлайн-игры, влияют на поведение и психическое здоровье пользователей. Его работа показала, что интернет становится не просто инструментом для общения, а полноценной средой, в которой люди начинают проводить значительное количество времени.

Одиночество незрелой личности действительно может служить важным посредником в формировании виртуальной зависимости. Исследования, проведенные Ф. Флорес [78], подчеркивают, что зависимость часто возникает как следствие проблем с привязанностью. Он предполагает, что зависимость можно рассматривать как способ справиться с трудностями в межличностных отношениях, когда человек ищет утешение и поддержку не в реальном мире, а в виртуальном пространстве. Это явление особенно актуально для молодежи, которая в силу своей эмоциональной незрелости может испытывать трудности в установлении глубоких и доверительных отношений с окружающими.

Согласно исследованиям С. Катандзаро [37] и Д. Мирнс [37], молодые люди, обладающие хорошими навыками эмоциональной регуляции, менее подвержены интернет-зависимости. Это подтверждает важность развития эмоционального интеллекта, который помогает справляться с негативными эмоциями и стрессом. Эмоциональная зрелость позволяет находить здоровые способы взаимодействия с окружающим миром и уменьшает потребность в виртуальных заменителях реальных отношений.

Г. Кристелл [44] подчеркивает, что аддиктивное поведение можно рассматривать как одну из форм деструктивного поведения. Люди, страдающие от зависимости, часто используют виртуальные платформы как способ избежать реальности. Это может проявляться в постоянной фиксации на определенных видах деятельности, таких как игры, социальные сети или просмотр видео. Таким образом, виртуальная зависимость становится не просто хобби, а настоящей проблемой, которая затягивает человека в мир иллюзий, удаляя его от реальных жизненных взаимодействий и переживаний. Современные условия жизни, в которых растет новое поколение, также играют важную роль в этом процессе. М. Пренски [63] описывает молодежь как «цифровых аборигенов», что подчеркивает их естественное вхождение в мир технологий и интернета. Эти молодые люди не представляют свою жизнь без постоянного взаимодействия с цифровыми устройствами. Интернет-общение стало неотъемлемой частью их повседневной реальности, включая размещение контента, фотографий и участие в онлайн-форумах и сообществах. Это создает новые формы социального взаимодействия и расширяет социальные сети, но также может привести к изоляции и зависимости.

К. Янг [94], которая считается пионером исследований в области интернет-зависимости, выделяет несколько типов этой зависимости. К ним относятся навязчивое желание проводить время за компьютером, чрезмерный интернет-серфинг, патологическая привязанность к интернету и зависимость от социальных сетей. Эти типы зависимостей могут проявляться по-разному, но все они имеют общую черту – они нарушают нормальное функционирование человека, его распорядок дня и социальную жизнь.

Существует также социальный аспект проблемы. Виртуальная зависимость может привести к ухудшению социальных навыков, так как молодые люди, погруженные в онлайн-общение, могут испытывать трудности в общении лицом к лицу. Это может вызвать чувство одиночества и изоляции, что, в свою очередь, может еще больше усугубить зависимость.

Доктор М. Орзак [54] в своем исследовании выделил несколько ключевых симптомов, которые помогают определить интернет-зависимость. Эти симптомы можно разделить на три основные категории: психологические, физиологические и поведенческие.

Психологические симптомы включают в себя эйфорию, которую испытывают люди от общения в интернете. Это может быть связано с чувством принятия и одобрения, которое они получают от других пользователей. Однако, с течением времени, возникает проблема: многие зависимые от интернета не могут сократить свое время онлайн или ограничить общение в виртуальной среде. Это, в свою очередь, может приводить к конфликтам с членами семьи и друзьями, которые начинают чувствовать себя игнорируемыми или неважными.

Физиологические симптомы интернет-зависимости могут быть довольно серьезными. Например, многие люди начинают испытывать соматический болевой синдром, который может проявляться в виде болей в спине, шее и других частях тела из-за длительного сидения за компьютером. Также существует риск снижения остроты зрения из-за постоянного фокусирования на экране, что может привести к развитию компьютерного зрительного синдрома. Туннельный синдром, который возникает из-за чрезмерной нагрузки на запястья, также становится распространенным явлением среди тех, кто проводит много времени за клавиатурой.

Поведенческие симптомы интернет-зависимости включают в себя непреодолимое желание зайти в интернет, постоянную тягу к исследованию виртуального пространства и потребность в постоянном обновлении информации. Это может проявляться в том, что человек постоянно проверяет свои социальные сети, электронную почту или другие онлайн-ресурсы, даже если это отвлекает его от важных дел.

В. Лоскутова [49] в своем исследовании подтвердила выводы доктора Орзака и выделила три группы проявлений интернет-зависимости. Она отметила, что истинная виртуальная зависимость возникает только тогда, когда

присутствуют все перечисленные выше группы признаков. Это подчеркивает важность комплексного подхода к диагностике и лечению интернет-зависимости, поскольку каждый из этих симптомов может значительно влиять на качество жизни и психоэмоциональное состояние человека.

Китайские ученые, возглавляемые Р. Тао [72], провели значительное исследование, в котором они разработали критерии диагностики интернет-зависимости, опираясь на позиции DSM-V, американской классификации психических расстройств, применяемой для диагностики химической зависимости. В их работе выделяются несколько ключевых симптомов, которые могут указывать на наличие интернет-зависимости. К ним относятся: постоянная озабоченность интернетом, симптомы отмены, такие как тревога, раздражительность и дисфория, а также толерантность, проявляющаяся в необходимости проводить все больше времени в сети для достижения прежнего уровня удовлетворения.

Кроме того, исследователи отметили, что у зависимых наблюдается настойчивое желание использовать интернет, а также неудачные попытки контролировать свое время в сети. Многие аддикты продолжают активно использовать интернет, даже когда это приводит к физическим или психологическим проблемам, которые могут усугубляться из-за интернет-активности. К числу других симптомов относятся потеря интереса к прежним увлечениям и использование интернета как способа избежать плохого настроения. Установлено, что зависимые от интернета люди могут проводить в сети более шести часов в день, что существенно снижает их социальную и учебную активность.

Корейские исследователи также внесли свой вклад в изучение интернет-зависимости среди молодежи, разработав параметры, которые позволяют выявлять эту проблему. Интересно, что их показатели во многом совпадают с теми, которые были предложены китайскими учеными. Это свидетельствует о том, что проблема интернет-зависимости имеет широкое распространение и требует внимательного изучения.

Дополнительные исследования, проведенные под руководством Ю. Джоу, выявили, что у несовершеннолетних, страдающих интернет-зависимостью, наблюдается низкая плотность серого вещества в коре левой гемисферы головного мозга. Это открытие может внести коррективы в подходы к изучению интернет-зависимости и изменить наше понимание патогенеза поведения, связанного с этой зависимостью. Такие результаты подчеркивают важность междисциплинарного подхода к этой проблеме, объединяющего исследования в области психологии, неврологии и социологии.

С учетом всех вышеперечисленных факторов становится очевидным, что медицинское сообщество проявляет большой интерес к изучению проблем виртуальных аддикций. Однако, наряду с этим, необходимо обратить внимание на возможные риски гипердиагностики интернет-зависимости. В условиях, когда интернет стал неотъемлемой частью повседневной жизни, важно четко различать нормальное использование сети и патологическую зависимость от нее.

Гипердиагностика может привести к неправильным выводам и излишнему беспокойству как у пациентов, так и у их семей. Это также может способствовать стигматизации пользователей интернета, которые просто проводят много времени в сети, но не страдают от зависимости. Поэтому необходимо развивать более точные и дифференцированные подходы к диагностике интернет-зависимости, учитывающие индивидуальные особенности каждого человека и его жизненные обстоятельства.

Согласие с мнением исследователя А.Ю. Егорова [30] о том, что зависимость от Интернета представляет собой многообразие зависимостей, действительно является актуальным. Компьютер здесь выступает лишь как инструмент, который позволяет аддикту реализовывать свои желания и стремления. В этом контексте можно отметить, что Интернет предоставляет широкий спектр возможностей для взаимодействия — от социальных сетей до онлайн-игр и форумов, что может способствовать формированию различных

зависимостей, таких как игромания, зависимость от социальных сетей или даже шопоголизм.

А.Е. Войскунский [17] поднимает важный вопрос о том, как вовлечение в виртуальную реальность влияет на состояние сознания молодежи. Действительно, многие юноши и девушки, проводя значительное время в Интернете, начинают воспринимать онлайн-события как нечто реальное, что может привести к искажению восприятия действительности. Это может быть связано с тем, что в виртуальном пространстве часто отсутствуют реальные последствия за действия, что создает иллюзию безнаказанности.

С.А. Шапкин [90] также акцентирует внимание на рисках, связанных с увлечением компьютерными играми. Он утверждает, что чрезмерное увлечение деструктивными играми может привести к негативным изменениям в личности. Игроки, погружаясь в мир виртуальных сражений и конфликтов, могут начать переносить элементы игрового поведения в реальную жизнь, что создает опасность смещения нормального и криминального поведения. Например, некоторые игроки могут начать воспринимать агрессивные действия как приемлемые, что может повлиять на их социальные взаимодействия и моральные установки.

Важно также отметить, что зависимость от Интернета и компьютерных игр может иметь серьезные последствия для психического здоровья. Исследования показывают, что люди, страдающие от таких зависимостей, могут испытывать повышенный уровень тревожности, депрессии и социальной изоляции. Виртуальная реальность, которая изначально кажется привлекательной и безопасной, может привести к ухудшению межличностных отношений и снижению качества жизни.

На сегодняшний день существует множество подходов к классификации интернет-аддикции, и среди них наблюдается значительная неоднозначность. Например, исследования, проведенные О.В. Завалишиной [32] и Н.А. Загуменных [32], ставят под сомнение возможность выделения из группы молодежи, страдающей от интернет-зависимого поведения,

индивидуумов, склонных к интернет-эротомании. По мнению этих ученых, интернет-зависимые в основном обмениваются информацией, новостями и мнениями о событиях, что, в свою очередь, может не всегда восприниматься как форма зависимости.

Тем не менее, реальность такова, что количество пользователей интернета продолжает расти, и значительная часть новых пользователей – это молодежь. Это ведет к увеличению числа интернет-зависимых среди молодежи. Важно отметить, что в России до сих пор не проводились крупные масштабные исследования, направленные на выявление виртуальных аддиктов среди юного поколения. Это создает пробел в понимании проблемы и затрудняет разработку эффективных методов профилактики и коррекции интернет-зависимости.

Согласно данным, представленным В. Малыгиным [51] и А. Искандировой [51], 5 % московских подростков страдают от интернет-зависимости, а 30 % опрошенных находятся в группе риска. Эти цифры подчеркивают необходимость более глубокого анализа и понимания факторов, способствующих развитию интернет-аддикции. Важным аспектом является то, что интернет-зависимость может оказывать негативное влияние не только на психическое здоровье, но и на социальные навыки молодежи, их учебную деятельность и даже физическое здоровье.

М. Гриффитс [24] поднимает важный вопрос о сложности и многогранности интернет-зависимости, подчеркивая, что преждевременный отказ от разнообразных формулировок, таких как компьютерная зависимость, интернет-поведенческая зависимость и интернетомания, в пользу единого термина может быть нецелесообразным. Это мнение основывается на том, что исследования в этой области до сих пор не дают однозначных результатов относительно причин и последствий избыточного увлечения виртуальным пространством. Важно отметить, что различные исследователи могут иметь разные взгляды на эту проблему, что усложняет ее понимание.

Гриффитс [24] также указывает на то, что не все пользователи, которые проводят много времени в интернете, находятся в зависимости от него. Для некоторых из них интернет служит лишь средством для поддержания других зависимостей, таких как азартные игры или социальные взаимодействия. Это подчеркивает необходимость дифференциации между зависимостью от интернета и другими формами аддикций, которые могут проявляться в онлайн-среде. Например, человек может быть зависим от азартных игр, но при этом использовать интернет как платформу для игры, что не обязательно указывает на зависимость от самого интернета.

Кроме того, Гриффитс [24] отмечает, что многие пользователи интернета обращаются к его специфическим функциям, которые не доступны в оффлайн-пространстве. Например, специализированные чаты, онлайн-игры и социальные сети создают уникальные возможности для взаимодействия и самовыражения. Эти особенности интернета могут приводить к возникновению зависимости, так как пользователи начинают воспринимать киберпространство как отдельный виртуальный мир с уникальными свойствами и возможностями.

Одной из ключевых проблем, с которой сталкиваются исследователи, является отсутствие четкого понимания конкретных свойств интернета, которые могут способствовать развитию зависимости. Гриффитс [24] выделяет несколько критериев, которые в совокупности могут определять виртуальную зависимость. К ним относятся приоритетность, толерантность и симптомы отмены. Приоритетность означает, что погружение в интернет становится первостепенным занятием для человека, занимая его мысли и поведение. Толерантность подразумевает, что для достижения привычного эффекта пользователю необходимо увеличивать время, проводимое в сети. Симптомы отмены включают в себя изменения физиологических параметров, такие как снижение жизненных функций, при сокращении или отсутствии доступа к интернету.

Важно отметить, что интернет-зависимость может проявляться по-разному у разных людей. Некоторые могут испытывать сильный стресс и тревогу при отсутствии доступа к сети, в то время как другие могут просто чувствовать себя некомфортно, но не испытывать явных симптомов отмены. Это говорит о том, что для более глубокого понимания интернет-зависимости необходимо проводить дальнейшие исследования, которые помогут выявить индивидуальные особенности и механизмы, лежащие в основе этого явления.

В последние годы наблюдается рост интереса к теме интернет-зависимости, что связано с увеличением времени, проводимого людьми в онлайн-пространстве. Особенно это актуально в условиях пандемии COVID-19, когда многие аспекты жизни, включая работу, образование и социальные взаимодействия, переместились в виртуальную сферу. Это создает новые вызовы и возможности для исследования зависимости от интернета, а также поднимает вопросы о том, как можно эффективно поддерживать людей, которые могут страдать от этой проблемы.

В заключение, М. Гриффитс [24] подчеркивает, что необходимо продолжать изучать интернет-зависимость с разных ракурсов, учитывая разнообразие формулировок и подходов. Это поможет не только лучше понять сам феномен, но и разработать более эффективные стратегии для его предотвращения и лечения. Важно помнить, что интернет — это не просто инструмент, а сложное социальное пространство, которое требует внимательного и комплексного подхода в изучении его влияния на психическое здоровье и поведение пользователей.

Р. Дэвис [28] выделяет две основные категории интернет-аддикций, которые можно рассматривать как патологическое поведение в контексте использования сети. Первая форма — это специфическое патологическое использование интернета, которое включает в себя такие активности, как онлайн-покупки, участие в аукционах и азартные игры. Эти виды поведения могут привести к значительным финансовым потерям и негативным

последствиям для личной жизни человека. Например, человек может начать тратить деньги на ненужные вещи или увлекаться азартными играми, что в конечном итоге может привести к долговым обязательствам и разрушению отношений с близкими. Вторая форма — общее патологическое использование интернета, охватывающее такие аспекты, как постоянное общение в чатах и неумеренное использование электронной почты. Это может проявляться в виде зависимости от социальных сетей, когда человек проводит часы за просмотром новостей, публикаций друзей или общением с незнакомцами. В результате этого происходит не только потеря времени, но и ухудшение качества межличностных отношений в реальной жизни, так как человек может начать избегать живого общения в пользу виртуального.

Д. Сулер [71], исследующий проблему виртуальных аддикций, также акцентирует внимание на симптомах и социальных последствиях, связанных с этой зависимостью. Он подчеркивает, что несмотря на то, что технологии изначально создавались для упрощения нашей жизни и обеспечения контроля над различными процессами, они, в свою очередь, стали инструментами, способными контролировать нас. Люди становятся зависимыми от постоянного доступа к информации и общения, что может приводить к тревожности и депрессии, когда они не могут получить доступ к интернету.

Исследования интернет-зависимости, проводимые Джанет Морган-Мартин [55], специалистом в области психического здоровья, поднимают множество вопросов о природе и реальности этого феномена. Она считает, что проблема виртуальных аддикций является весьма противоречивой и вызывает сомнения в своей актуальности. Морган-Мартин утверждает, что хотя бы небольшой процент пользователей Интернета действительно сталкивается с негативными последствиями, которые могут привести к серьезным проблемам в реальной жизни. Однако она также подчеркивает, что важно понимать, что интернет-зависимость не является отдельной проблемой, а скорее симптомом более глубоких личностных расстройств.

Важным аспектом ее исследований является вопрос о критериях и терминологии, используемой для описания интернет-зависимости. На данный момент нет единого мнения среди специалистов по этому вопросу, что затрудняет диагностику и лечение. Исследователь отмечает, что многие люди, демонстрирующие проблемные формы использования Интернета, имеют сопутствующие расстройства, такие как депрессия, биполярное расстройство, тревожные расстройства и социальная фобия. Эти состояния могут усугубляться чрезмерным использованием виртуального пространства, что приводит к замкнутому кругу, где интернет становится способом избежать реальных проблем, но при этом лишь усугубляет их.

Морган-Мартин [55] также указывает на то, что некоторые из этих людей могут страдать от дефицита внимания и гиперактивности, что делает их особенно уязвимыми к интернет-зависимости. В этом контексте важно понимать, что профилактика интернет-зависимости как отдельной проблемы может привести к игнорированию первичных расстройств, которые требуют внимания и лечения.

М. Феничел [77] в своей работе подчеркивает, что критерии, используемые для оценки зависимости от интернета, часто основываются на сравнении времени, проведенного в сети, с тем временем, которое человек уделяет своим близким, работе и полноценному сну. Это важный аспект, так как чрезмерное увлечение интернетом может негативно сказываться на всех этих сферах жизни. Например, если человек предпочитает проводить вечера за компьютером вместо общения с семьей или друзьями, это может свидетельствовать о наличии проблемы. Более того, Феничел [77] указывает на симптомы, которые возникают при отмене доступа к интернету: тревожность, раздражительность, а иногда и физические проявления, такие как головные боли.

Тем не менее, на сегодняшний день в научном сообществе отсутствует единая и объективная методика для измерения физиологической зависимости, связанной с отменой доступа к интернету. Это создает

трудности как для исследователей, так и для специалистов в области психологии и медицины, которые сталкиваются с необходимостью диагностики и лечения подобных зависимостей. Важно отметить, что в последние годы наблюдается рост интереса к этой теме, и ученые начинают разрабатывать новые подходы и инструменты для оценки интернет-зависимости.

С другой стороны, С. Стерн [70] высказывает скептицизм относительно проблемы виртуальных аддикций. Он утверждает, что интернет является лишь одним из многих средств коммуникации, таких как телефон и телевидение, которые появились ранее и также вызывали опасения по поводу зависимости. Стерн рассматривает интернет как инструмент, который служит для передачи информации и общения, а не как самостоятельный источник зависимости. По его мнению, настоящие зависимости формируются на основе более глубоких психологических и социальных факторов, и интернет просто усиливает уже существующие проблемы.

Отечественные исследователи В.В. Титова [73] и А.Л. Катков [81] считают, что фактор времени, проведенного за компьютером, нельзя считать важнейшим или единственным критерием виртуальных аддикций. Виртуальная зависимость возникает как удовлетворение потребности в доступе к виртуальному пространству, что позволяет компенсировать дефицит общения и удовлетворить любые неудовлетворенные потребности. Интернет-зависимость стала актуальной темой для изучения в последние два десятилетия, и её многогранность привлекает внимание ученых и психологов со всего мира. Д. Гринфилд [23] подчеркивает, что интернет-зависимость не является однородным явлением. Она включает в себя разнообразные аспекты, такие как стремление к новизне, потребность в постоянной смене эмоций, глубокую привязанность к онлайн-общению и желание быть признанным в виртуальном пространстве. Эти аспекты могут проявляться по-разному у разных людей, что делает проблему интернет-зависимости еще более сложной для понимания и диагностики.

А.Е. Жичкина [31] предложила тест для определения степени интернет-зависимости, выделяя ключевые критерии, такие как эмоциональная зависимость от сети, а также снижение активности в реальной жизни, будь то социальные, учебные или рабочие аспекты. К. Бирд [9] также акцентирует внимание на постоянных мыслях об интернете и использовании виртуальной реальности как способа решения проблем. Эти критерии помогают лучше понять, как интернет-зависимость влияет на поведение и психическое состояние человека.

Одним из наиболее обсуждаемых феноменов в контексте интернет-зависимости является одержимость селфи. Оксфордский словарь английского языка признал «селфи» словом 2013 года, что свидетельствует о его популярности и значимости в современной культуре. Исследователь Николас Джей Уэйд [75] поднимает вопрос о том, соответствует ли селфи критериям интернет-зависимости. Он приходит к выводу, что это явление может вписываться в существующие критерии зависимости, но одновременно отмечает, что отсутствие четкого определения и диагностики затрудняет его классификацию.

М. Сандомирский [66] в своем исследовании называет селфи новой социальной эпидемией, вводя термины «селфимания» и «селфицид». Эти термины подчеркивают, как массовая культура и социальные сети формируют потребность в постоянном самовыражении и самопрезентации через изображения. Селфи стали не только способом самовыражения, но и средством получения одобрения и признания от окружающих, что может способствовать развитию зависимого поведения.

Проблема интернет-зависимости изучается более 20 лет, и в последние годы наблюдается рост числа исследований, посвященных этой теме. Ученые из различных психологических направлений и школ предлагают свои взгляды на причины и механизмы формирования интернет-зависимости. Например, Я.И. Гишинский [19] и В.Д. Менделевич [53] исследуют стадии зависимого поведения, в то время как В.В. Шабалина акцентирует внимание

на социальных и культурных аспектах, способствующих развитию зависимости.

Исследования, проведенные А.Е. Войскунским [17], И. Голдбергом [21], Д. Гриффитс [24] и К.С. Янг [94], помогают глубже понять, как и почему возникает интернет-зависимость, а также какие факторы способствуют её развитию. Эти работы подчеркивают важность комплексного подхода к проблеме, учитывающего как индивидуальные, так и социальные аспекты.

Интернет-аддикции также могут быть связаны с теорией реактивного сопротивления, которая была разработана Джеком Бремом [14] для объяснения реакции людей на уменьшение степени личного контроля над ситуацией. Согласно этой теории, главное стремление человека — восстановление этого контроля. Всякий раз, когда что-то ограничивает выбор или лишает человека возможности выбрать, возникает потребность сохранения свободы. Это заставляет человека желать запрещённый объект или недоступную возможность действия значительно сильнее, чем прежде. Реактивное сопротивление возникает, когда на человека оказывается давление с целью изменить его поведение, точку зрения, отношение к чему-либо. Обязательным условием для возникновения данного состояния является осознание факта оказываемого воздействия. Результатом обычно становится выбор индивидом запретного или ограниченного варианта, а также повышение его устойчивости к убеждениям.

В последние годы в нашей стране наблюдается растущий интерес к проблеме интернет-зависимости, и исследования в этой области начали активно развиваться лишь в последнее десятилетие. Это связано с тем, что интернет-зависимость, как один из видов аддиктивного поведения, приобрела значительную актуальность, масштабность и разрушительную силу, особенно в последние годы. Учитывая стремительное развитие технологий и широкое распространение интернета, проблема становится все более заметной и требует внимательного изучения.

Точка зрения Б.А. Кобринского [39] на концепцию непрерывности переходных состояний здоровья представляет собой важный вклад в понимание динамики здоровья и болезненности. Он подчеркивает, что между полным здоровьем и инвалидностью существует широкий спектр состояний, образующий континуум. Этот континуум можно представить в виде последовательности, где на одном конце находится полное здоровье, а на другом — инвалидность. В промежутке располагаются различные варианты нормы, функциональные отклонения, неспецифические синдромы и пограничные состояния, которые могут быть связаны с хроническими заболеваниями и их декомпенсацией.

Кобринский [39] выделяет несколько ключевых этапов этого континуума. Состояние полного здоровья, как идеал, представляет собой гармоничное функционирование всех систем организма, где человек может адаптироваться к изменениям окружающей среды и эффективно справляться с жизненными вызовами. На следующем уровне находятся варианты нормы, которые могут включать небольшие функциональные отклонения, не влияющие существенно на качество жизни. Однако по мере ухудшения состояния здоровья, человек может столкнуться с неспецифическими синдромами, которые требуют внимания и могут свидетельствовать о начале более серьезных заболеваний.

Важным аспектом, который поднимает Кобринский, является идея о том, что аддиктивное поведение может рассматриваться как транзиторная стадия наркомании. Это поведение связано с употреблением различных веществ, однако на этом этапе отсутствуют четкие признаки как психической, так и физической зависимости. Это открывает новые горизонты для понимания аддиктивности, позволяя рассматривать её не только как конечный результат, но и как временное состояние, которое может быть преодолено.

В.Я. Семке [67] в своей статье «Основы персонологии» также затрагивает эту тему, акцентируя внимание на том, что современная общественная жизнь ставит перед личностью необходимость выбора. Это выбор между

расширением кругозора, углублением мировоззренческих взглядов и ориентацией на общечеловеческие ценности, с одной стороны, и ограничением своих возможностей, уходом в мир собственных интересов и непродуктивного самоанализа, с другой. Первое направление выбора, как отмечает Семке, характерно для гармоничных и сбалансированных личностей, которые стремятся к развитию и взаимодействию с обществом. В то время как второе направление более присуще девиантным, дисгармоничным и психопатическим натурам, которые могут испытывать трудности в адаптации к социальным условиям.

Нельзя не отметить, что промежуточные состояния между психическим здоровьем и психической патологией становятся все более распространенными. Эти состояния характеризуются сложной структурой и генезисом, что делает их трудными для диагностики и лечения. Важно понимать, что подобные состояния могут возникать под воздействием различных факторов, включая стресс, социальные условия, генетическую предрасположенность и многие другие аспекты. Это подчеркивает необходимость комплексного подхода к пониманию здоровья и болезненности, который включает не только медицинские, но и социальные, психологические и культурные аспекты.

В рамках этой концепции можно рассмотреть и влияние социокультурных факторов на формирование аддиктивного поведения. Современное общество часто создает условия, способствующие возникновению зависимостей — будь то социальные сети, реклама, доступность психоактивных веществ или даже культурные нормы, которые могут поощрять определенные виды поведения. Например, в условиях стресса и неопределенности, вызванных экономическими и социальными изменениями, люди могут искать утешение в аддиктивных действиях, что подчеркивает важность социальной поддержки и профилактических мер.

Таким образом, концепция непрерывности переходных состояний здоровья, предложенная Кобринским [39], и идеи Семке [67] о выборе

жизненной позиции открывают новые горизонты для понимания как здоровья, так и аддиктивного поведения. Это понимание может помочь в разработке более эффективных методов профилактики и лечения, а также в создании условий, способствующих гармоничному развитию личности и её взаимодействию с обществом.

Аддикция, или зависимость, представляет собой сложный процесс, который может затрагивать студентов с низкой переносимостью затруднений, также известных как фрустрации. Для таких студентов аддикция становится способом справляться с периодами эмоционального спада и стресса, которые они испытывают в учебном процессе. Вначале использование различных средств или стимулов, изменяющих психическое состояние, может показаться эффективным решением: они позволяют временно повысить настроение и удовлетворить внутренние стремления. Однако, со временем, такой подход оказывается недостаточным и может привести к более серьезным последствиям.

Как отмечает исследователь Д.В. Четвериков [86], аддикция имеет свою структуру, которая включает в себя начало, развитие и завершение. Важным аспектом является то, что аддиктивное поведение запускается определенными психологическими детерминантами, механизмами и социальными условиями. Это поведение, в свою очередь, формирует активность человека в определенном направлении, что способствует его аддиктивным реализациям. Например, студент может начать использовать социальные сети или видеоигры как способ отвлечения от учебных трудностей, что в дальнейшем может перерасти в зависимость.

Основой аддиктивного поведения является выраженная гедонистическая направленность личности. Это означает, что такие студенты стремятся к облегчению и получению удовольствия, что может проявляться в поиске «кайфа», эйфории или чувства освобождения от жизненных проблем. Однако, несмотря на кратковременное облегчение, это поведение может

привести к изоляции, ухудшению учебных показателей и даже к физическим или психическим заболеваниям.

Изучение механизмов аддиктивного поведения становится особенно актуальным в свете современных исследований. Например, работы А.Ю. Акопова [1] и В.Д. Менделевича [53] показывают, что любая зависимость основывается на глубоком психологическом погружении в объект желания. Этот объект может быть разнообразным: от других людей до химических веществ или даже собственных амбиций и мечтаний. Важным моментом является то, что связь с объектом желания сопровождается сильным наслаждением и чувством удовлетворения, что и становится причиной дальнейшего повторения аддиктивного поведения.

Ц. П. Короленко [42], один из основателей современной аддиктологии, утверждает, что интернет-зависимость проходит те же стадии, что и другие виды аддиктивного поведения. Это мнение подтверждается тем, что зависимая мотивация имеет свои характерные этапы, такие как «точка кристаллизации», когда человек начинает осознавать свою зависимость, становление аддиктивного ритма, который формируется в его жизни, интеграция зависимости в личность и, наконец, полное доминирование пагубного поведения. Эти стадии показывают, как интернет-зависимость может постепенно захватывать все сферы жизни человека, что делает её особенно опасной.

Некоторые исследователи, такие как А.Ю. Егоров [30], В.Д. Менделевич [53] и Л.Н. Юрьева [93], выделяют особенности интернет-зависимости, которые также характерны для других форм зависимого поведения. К таким особенностям можно отнести искажение ценностных приоритетов, когда зависимый человек начинает неправильно оценивать важность различных аспектов своей жизни. Например, отношения с близкими людьми, которые ранее были значимыми, могут потерять свою ценность, а сами близкие могут вызывать раздражение и разочарование. Это

происходит из-за того, что интернет-зависимый человек все больше погружается в виртуальный мир, что приводит к социальной изоляции.

Кроме того, интернет-зависимым людям часто свойственна скрытность и негативная реакция на критику своего поведения. Они могут отрицать наличие проблемы и воспринимать любые попытки окружающих помочь как вмешательство в личное пространство. Это создает дополнительные трудности в процессе лечения и реабилитации, так как зависимый человек может не осознавать, что его поведение наносит вред не только ему, но и его близким.

Формирование интернет-зависимости происходит гораздо быстрее, чем, например, зависимостей от алкоголя или наркотиков. Это связано с доступностью интернета и его интеграцией в повседневную жизнь. В современном мире интернет стал неотъемлемой частью работы, общения и досуга, что делает его использование нормой. Однако эта нормализация может привести к тому, что человек теряет контроль над временем, проведенным онлайн, и начинает пренебрегать важными аспектами своей жизни, такими как работа, учеба и личные отношения.

По мнению И.М. Захаровой [34], сниженный уровень интернет-аддикции коррелирует с высоким уровнем способности к саморегуляции деятельности. В то же время, интернет-зависимые личности склонны отдавать предпочтение духовному развитию в виртуальной среде и перемещать важные аспекты своей жизни в онлайн-пространство. Чрезмерное использование Интернета оказывает негативное влияние на социальную жизнь молодежи. Это приводит к снижению мотивации к взаимодействию, что, в свою очередь, вызывает проблемы в межличностном общении, одиночеству, снижению социальных навыков и ухудшению психического здоровья. Наблюдается снижение мотивации к взаимодействию друг с другом, что приводит не только к проблемам межличностного общения в будущем, но и к депрессивным состояниям, к

чувству одиночества, снижению социальных навыков и ухудшению общего психического здоровья.

Выявлена связь между СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности) и интернет-зависимостью. Молодые люди с СДВГ показывают аномальную активность мозга и сталкиваются с проблемами самоконтроля, что приводит к их еще большему увлечению интернетом и снижению интереса к другим видам деятельности.

Проводя исследование особенностей интернет-зависимости у студентов, Бильгин Мехмет [8] выявил воздействие интернет-зависимости на локус контроля личности. Своим исследованием он продемонстрировал, что среди пользователей с интернет-зависимостью значительно чаще наблюдаются высокие показатели по шкале «экстернальность». При этом, анализ эмоциональной сферы лиц, страдающих интернет-аддикцией, продемонстрировал ее связь с депрессивными расстройствами и установил негативное влияние чрезмерного использования Интернета на психическое благополучие.

В своем исследовании «Взаимосвязь между интернет-зависимостью и личностными особенностями студентов» Т.М. Корягина сделала следующие выводы: «Для интернет-зависимых студентов более значимы оценки окружающих; они склонны полагаться на третьих лиц в принятии решений; испытывают трудности в организации повседневной деятельности и лишены чувства контроля над происходящим; имеют меньше целей или намерений, чем независимые от интернета студенты; испытывают дефицит перспектив или убеждений, определяющих смысл жизни; у интернет-зависимых чаще, чем у представителей двух других групп присутствует недовольство собой, разочарование событиями прошлого, беспокойство по поводу некоторых личных качеств, ощущение собственной никчёмности и бессилия, уровень самопринятия попадает в нижнюю границу нормативных значений.» [43].

Выводы по первой главе. В современном цифровом мире эмоционально-волевая и мотивационно-потребностные сферы молодежи

переживают трансформационные процессы. Виртуальный мир способствует самовыражению, созданию идеального образа, соответствующего ожиданиям новых стандартов поколения. Молодые люди, находясь за экранами своих гаджетов, закрывают свою потребность в защищенности, анонимности. Однако, эти ощущения обманчивы, далеки от реальной действительности. Возникает диссонанс между восприятием себя в виртуальном и реальным мире, отсюда возникает некая аутизация, индивидуализация, эгоцентрические черты в личности. В связи с этим молодое поколение особо остро реагирует на нарушения границ личного пространства, возникает тревога, неадекватная оценка себя и собственных поступков в реальности

Мотивационно-потребностная сфера личности представителя цифрового поколения также претерпевает изменения. Молодежь не строит планов на построение профессиональной карьеры в долгосрочной перспективе, не желает сидеть в офисах по 8 часов в день, а думает о ближайшем будущем, хочет жить с учетом принципа «здесь и сейчас». Юноши и девушки современности конструируют свой собственный мир, приятный и удобный только для них, выстраивают собственную социокультурную среду и подтягивают в нее свое социальное окружение.

Интернет-аддикции не являются вариантом нормы, они приводят к нарушениям психики молодежи, их восприятию окружающего мира и себя в нем. Проблема зависимого поведения начинается тогда, как вымышленный мир становится для индивида лучше и комфортнее реального. К признакам интернет-зависимости относят постепенное добавление времени, потраченного в интернете, для получения успокоения и удовольствия; наличие синдрома отмены; неэффективный самоконтроль времени; затрачивание значительного количества времени на деятельность, косвенно связанную с использованием Интернета; использование Интернета, несмотря на осознание возникающих проблем в различных сферах жизни. Частое посещение веб-сайтов приводит к тому, что мозг теряет возможность к глубокому аналитическому мышлению. Это превращает постоянных

пользователей интернета в импульсивных индивидов, неспособных к интеллектуальной деятельности.

Таким образом, аддикция — это сложное и многообразное явление, требующее внимательного изучения и осознания. Понимание природы зависимостей и их воздействия на человека может помочь не только тем, кто страдает от них, но и обществу в целом, способствуя созданию более поддерживающей и информированной среды для людей, столкнувшихся с этой проблемой.

Анализ литературы позволяет утверждать, что можно выделить два наиболее важных изменения в психике молодежи, имеющей интернет-аддикции. Во-первых, интернет-зависимость влечет за собой нарушения общения, снижение кругозора, проблемы в выборе профессионального пути и т. д. Во-вторых, люди, играющие долгое время и приобретающие компьютерно-игровую зависимость, имеют специфические особенности личностного и психического развития.

Аддиктивное поведение является результатом взаимодействия множества факторов, включая биологические, психологические, социальные и духовные аспекты. Понимание этих факторов и их взаимосвязи может помочь в разработке более эффективных методов профилактики и лечения зависимостей, а также в создании благоприятной среды для формирования здоровой личности.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК С ИНТЕРНЕТ АДДИКЦИЕЙ

2.1 Организация и методы исследования

Настоящее эмпирическое исследование проводилось на базе Уральского техникума автомобильного транспорта и сервиса. В эмпирическом исследовании приняли участие респонденты в количестве сто шестнадцать человек, средний возраст 20 лет. С целью выявления особых свойств личности юношей и девушек, склонных к интернет-аддикции, были составлены четыре группы: в количестве 21 человек испытуемые юноши без признаков интернет-аддикции (первая группа); в количестве 40 человек испытуемые юноши с признаками интернет-аддикции (вторая группа), в количестве 21 человек испытуемые девушки без признаков интернет-аддикции (третья группа); в количестве 34 человек испытуемые девушки с признаками интернет-аддикции (четвертая группа). Цель эмпирического исследования: выявить различия в свойствах личности юношей и девушек, склонных к интернет-аддикции и без склонности к интернет-аддикции.

Этапы исследования:

- подготовительный этап: определение цели, задач, методов и методик эмпирического исследования, последовательности экспериментальных действий;
- диагностический этап (сбор эмпирического материала): изучение уровня интернет-аддикции, социальной неадаптивности, демонстративности, эмотивности и альтруизма в четырех отдельных группах: юноши без признаков интернет-аддикции, юноши с признаками интернет-аддикции, девушки без признаков интернет-аддикции и девушки с признаками интернет-аддикции;

- проведение сравнительного анализа четырех групп респондентов на основе полученных результатов диагностического этапа (сравнительный этап);
- проведение анализа при помощи U-критерия Манна-Уитни.
- разработка методических рекомендаций на основе интерпритации полученных данных.

В исследовании использовались следующие методики:

«Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» (авторы: Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот (2006 год)), представляющая скрининговый самоопросник, позволяющий выявить степени вовлеченности в интернет-аддикцию. Опросник состоит из 11 утверждений, каждое утверждение сопровождается 4 степенями согласия с ним. Возможным ответам «никогда», «редко», «часто» или «очень часто» присваивают баллы 1, 2, 3 и 4. Сорок четыре - максимальный балл по сумме всех одиннадцати утверждений.

Авторы методики интерпретируют результаты теста следующим образом: если испытуемый набрал меньше шестнадцати баллов, то риска развития у него интернет-аддикции нет. Если количество баллов достигает двадцати двух, то испытуемый находится на стадии увлечения, он приближается к зависимости. При количестве баллов от 23 до 37 респондент находится на первой стадии зависимости, 38 и более баллов – вторая стадия зависимости. Необходимо проведение лечебных мероприятий.

Валидность и надёжность методики «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот) не оценивались статистически. Однако использование методики в психиатрии доказало, что она позволяет дифференцировать исходные данные между стадиями «зависимости», «увлечения» и «риска возникновения», что повышает объективность результатов диагностики. При этом важно учитывать, что ни одна из методик не снабжена шкалой лжи, поэтому для получения надёжных результатов необходим высокий уровень искренности тестируемого.

«Невротические черты личности» (НЧЛ). Методика разработана в НИПГИ им. Бехтерева и позволяет выявить выраженность и соотношение таких социально-психологических свойств личности, как неуверенность в себе, познавательная и социальная пассивность, невротический сверхконтроль поведения, аффективная неустойчивость, интровертированная направленность, ипохондричность, социальная неадаптивность.

Опросник содержит сто девятнадцать пунктов. Пункты оцениваются по шести бальной шкале, и группируются в 9 шкал - 7 личностных и две контрольных. Контрольные шкалы показывают достоверность результатов. Основные шкалы характеризуют полярные свойства личности, играющие роль в развитии неврозов, неврозоподобных и психосоматических расстройств.

По результатам тестирования проводится интерпретация данных в совокупности личностных шкал, после чего рисуется график в виде профиля, где общая высота профиля показывает степень выраженности комплекса невротических черт личности, а соотношение подъемов и спадов – структуру этих черт.

Надёжность методики подтверждена с помощью коэффициента надёжности альфа Кронбаха. Валидность методики также подтверждена.

Опросник Шмишека (Автор: Л. Шмишек (1970 год) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004 год), который предназначен для диагностики следующих типов акцентуации личности:

- «демонстративный тип», отличающийся вытеснением переживаний,
- «педантичный тип», отличающийся ригидностью и инертностью,
- «застерегающий тип», отличающийся стойкостью аффективности,
- «возбудимый тип», отличающийся слабым контролем за влечениями и импульсивностью,
- «гипертимический тип», отличающийся оптимизмом, высокой активностью, высоким фоном настроения,

- «дистимический тип», отличающийся пессимизмом, заторможенностью, сниженным фоном настроения,
- «тревно-боязливый тип», отличающийся пугливостью, робостью, страхами,
- «циклотимический тип», отличающийся быстрой сменой гипертимических и дистимических фаз,
- «аффективно-экзальтированный тип», отличающийся легкостью перехода от восторга к печали,
- «эмотивный тип», отличающийся особой впечатлительностью и чувствительностью.

Тест состоит из восьмидесяти восьми вопросов, на которые нужно отвечать «да» или «нет». Двадцать четыре балла - максимальный показатель по каждому типу акцентуации. Показатель выше двенадцати баллов является признаком акцентуации. быть представлены в виде «профиля личностной акцентуации». Валидность и надежность теста не оценивались.

Методика измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018) - предназначена для определения установок на помогающее поведение (альтруизм) и позволяет измерить следующие виды направленности личности: — стремление приносить пользу другим, помогать другим, активно включаться в ситуацию, когда другой человек страдает или испытывает трудности; — тенденцию включаться в полезную для других деятельность решительно, не размышляя над возможной выгодой или ущербом для себя лично; — сформированную установку на помощь другим, установку на то, что мир полон добра и люди склонны оказывать помощь друг другу. В данном опроснике альтруизм рассматривается как явление, обладающее общей феноменологией, однако являющееся результатом целого ряда причин и побудительных факторов. Методика включает 18 утверждений, которые оцениваются по 7-балльной шкале, и шкалу лжи из пяти утверждений.

На выборке 480 человек (17–23 года) проверена валидность и надежность методики. Совокупность дисперсий по всем факторам составила 48.67%, что говорит о достаточно сильном покрытии выделенными факторами тестируемого качества. Альфа Кронбаха составила 0.787, альфа Кронбаха на основе стандартизованных пунктов 0.79, что говорит о достаточной надежности методики. При повторном тестировании через 3 недели коэффициент корреляции результатов первого и второго тестирования составил 0.947 при p

Конструктная валидность теста обеспечивается теоретическими основами его создания и проведенной процедурой факторизации. Реестровая надежность была проверена на группе из 52 респондентов путем повторного тестирования через три недели. Конвергентная валидность проверялась путем сопоставления теста и шкалой “эгоизм– альтруизм” теста О.Ф. Потемкиной. Стандартизация выполнена для людей в возрасте 17–23 лет на выборке из 480 респондентов. Методика измерения альтруистических установок прошла необходимые процедуры проверки, является надежным инструментом исследования и может служить теоретическим и практическим целям.

Обработка полученных данных проведена при помощи U-критерия Манна-Уитни, который является непараметрическим статистическим критерием, который позволяет сравнивать две независимые выборки на уровень любого признака, который измерен количественно.

Особенности критерия: метод сравнивает не средние значения, а выраженность показателей. Ограничения критерия: число испытуемых в группах не должно быть больше 60 человек; (у меня всего 80 чел по обоим выборкам в сумме), минимальное число испытуемых — 3 человека в каждой группе, объём групп не должен быть строго одинаковым, но и не должен сильно различаться, в сравниваемых группах должно отсутствовать или находиться небольшое число совпадающих значений признака. Определяется величина критерия Манна-Уитни по формуле $U = (n_1 * n_2) + (n_1 + 1) / 2 - R$, где

вместо n_1 - число элементов в первой группе, n_2 – число элементов во второй группе, n – число элементов в группе с наибольшей суммой рангов, R – большая по величине сумма рангов. По таблицам критических значений для выбранного уровня статистической значимости определяются критические значения критерия для взятых выборок.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

В рамках настоящей работы было решено с предложения всем участникам анкетирования пройти тесты:

- «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» (авторы: Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот (2006)) для первичного выявления степени интернет-аддикции,
- Методика измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018)) для степени склонности к альтруизму,
- Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003))
- Опросник Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004))

Результаты тестирования были обработаны в ручном режиме и занесены в сводную таблицу 1 (Приложение 1).

Тест «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» позволил выявить 74 человека с признаками интернет-аддикции, из них юноши - 40 человек, девушки - 34 человека. 74 человека составили 65,5% от общего числа тестируемых.

Авторы методики Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот интерпретируют результаты теста следующим образом: если испытуемый набрал меньше шестнадцати баллов, то риска развития у него интернет-аддикции нет. Если количество баллов достигает двадцати двух, то испытуемый находится на стадии увлечения, он приближается к зависимости. При количестве баллов от 23 до

37 респондент находится на первой стадии зависимости, 38 и более баллов – вторая стадия зависимости. Необходимо проведение лечебных мероприятий.

В нашем исследовании минимальный балл для определения склонности к интернет-аддикции был 19. Все, что ниже 19, интерпретировалось как стадия увлечения, но не склонности.



Рисунок 1. Процентное соотношение результатов тестирования
«Скрининговая диагностика компьютерной зависимости»

Как видим, полученные в ходе тестирования результаты, отражающие в баллах степень увлеченности компьютером, показывают примерно одинаковое распределение между юношами и девушками. При этом степень выраженности зависимости от компьютера увеличена в сторону юношей на 70%.

Эмпирические данные свидетельствуют о том, что среди принявших участие в исследовании у 9,4% юношей и 7,8% девушек риск развития интернет-аддикции равен 0. Они сами определяют свою реальность, у них нет потребности удовлетворять свои желания путем нахождения в сети, они сохраняют живые контакты и способны адекватно оценивать окружающий мир.

8,6% юношей и 10,3% девушек имеют слабо выраженную увлеченность компьютером, что говорит о их способности контролировать свое нахождение в сети, но есть риск потери значимых отношений. Требуются профилактические мероприятия.

17,2% юношей и 17,2% девушек показали наличие стадии аттачмента, связь с компьютерным миром становится крепче, чем связь с миром реальным. Реабилитационные мероприятия дадут наибольший эффект.

17,2% юношей и 12% девушек имеют стадию интернет-аддикции. Таким студентам становится трудно контролировать свое нахождение в сети, психическая устойчивость нарушается, связь с внешним миром постепенно разрушается и есть риск, что виртуальная личность подавит личность реальную. Требуются реабилитационные и лечебные мероприятия.

Для дальнейшего исследования вся выборка была поделена нами на четыре группы:

- 1 группа: юноши без признаков интернет-аддикции (21 человек);
- 2 группа: юноши с признаками интернет-аддикции (40 человек);
- 3 группа: девушки без признаков интернет-аддикции (21 человек);
- 4 группа: девушки с признаками интернет-аддикции (34 человека).

В группу испытуемых с признаками интернет-аддикции были включены юноши и девушки, набравшие по методике «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» 19 баллов и больше.

Цель эмпирического исследования: выявить различия в свойствах личности юношей и девушек, склонных к интернет-аддикции и без склонности к интернет-аддикции.

В таблице 1 представлены средние значения показателей по шкалам альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность у первой и второй групп (юноши без признаков интернет-аддикции и юноши с признаками интернет-аддикции), полученные в ходе тестирования по методике измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018)), тесту Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003)), опроснику Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004), а так же результаты статистической обработки данных тестирования при помощи U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок.

Таблица 1

Средние значения выраженности социально-психологических особенностей у юношей без склонности и со склонностью к интернет-аддикции

	Средние значения		U- критерий Манна- Уитни	Уровень статистической значимости (p)
	юноши без склонности к аддикции	юноши со склонностью к аддикции		
Альтруизм	67,190	62,075	527,000	0,106
Социальная неадаптивность	15,143	13,250	396,500	0,727
Демонстративность	10,952	11,100	396,500	0,723
Эмотивность	10,714	11,100	406,500	0,841

Как видно из таблицы 1, различия между выборками статистически незначимые, что говорит о том, что нет значимых различий между юношами со склонностью к интернет-аддикции и юношами с отсутствием склонности к интернет-аддикции в таких социально-психологических свойствах личности как альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность. Небольшое исключение составляет показатель по альтруизму, который у юношей со склонностью к интернет-аддикции ниже, чем у их сверстников без таковой склонности. Можно предположить, что причиной сниженного альтруизма может служить уход из реального мира в виртуальный, что в свою очередь снижает значимость социальных контактов и, как следствие, замыкание на своих потребностях с неосознанным отрицанием общественных норм.

На рисунках 2-5 представлены столбчатые диаграммы по четырем исследуемым признакам.

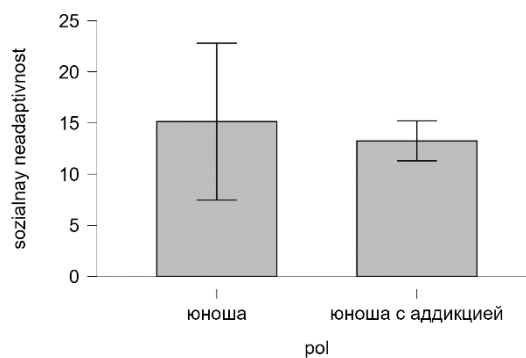


Рисунок 2. Показатели уровня социальной неадаптивности у юношей с признаками и без признаков интернет-аддикции

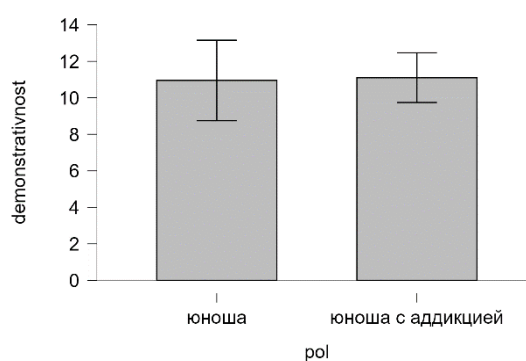


Рисунок 3. Показатели уровня демонстративности у юношей с признаками и без признаков интернет-аддикции

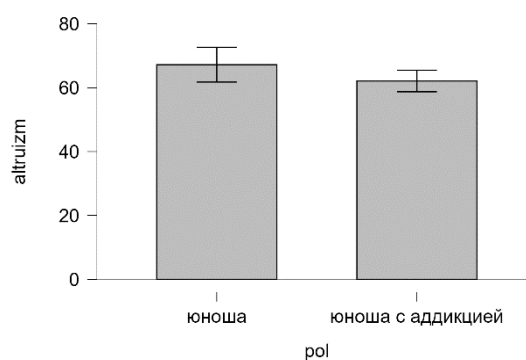


Рисунок 4. Показатели уровня альтруизма у юношей с признаками и без признаков интернет-аддикции

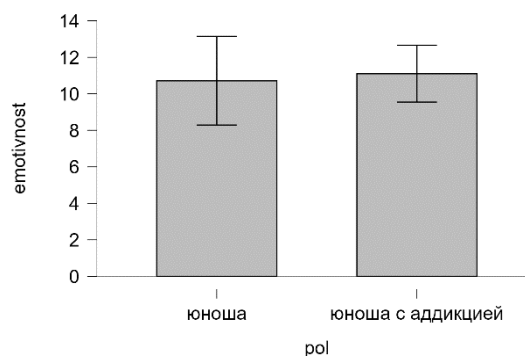


Рисунок 5. Показатели уровня эмотивности у юношей с признаками и без признаков интернет-аддикции

Как видим, у обеих групп юношей показатели по социальной неадаптивности ниже среднего, что может быть связано со сложностью возрастного развития и с недостаточностью социального опыта. Показатели по демонстративности, альтруизму и эмотивности выше среднего, что соответствует норме в юношеском возрасте.

В таблице 2 представлены средние значения показателей по шкалам альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность у третьей и четвертой групп (девушки без признаков интернет-аддикции и девушки с признаками интернет-аддикции), полученные в ходе тестирования по методике измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018)), тесту Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003)), опроснику Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004), а так же результаты статистической обработки данных тестирования при помощи U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок.

Таблица 2

Средние значения выраженности социально-психологических особенностей у девушек без склонности и со склонностью к интернет-аддикции

	Средние значения		U- критерий Манна- Уитни	Уровень статистической значимости (p)
	девушки без склонности к аддикции	девушки со склонностью к аддикции		
Альтруизм	70,571	67,382	401,000	0,450
Социальная неадаптивность	10,762	14,118	260,500	0,094
Демонстративность	14,476	15,118	346,000	0,853
Эмотивность	16,857	16,676	380,000	0,690

Как видно из таблицы 2, различия между выборками статистически незначимые, что говорит о том, что нет значимых различий между девушками со склонностью к интернет-аддикции и девушками с отсутствием склонности к интернет-аддикции в таких социально-психологических свойствах личности как альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность. Небольшие незначимые различия по шкалам альтруизм и социальная неадаптивность, могут говорить о том, что девушки, склонные к зависимости, имеют повышенную социальную неадаптивность и, как следствие, пониженные показатели по шкале альтруизм. Социальная неадаптивность показывает трудности в социальной приспособляемости из-за сложностей в межличностных отношениях. Это может быть как отсутствие опыта, неспособность разобраться с собственными эмоциями, так и низкая эмпатия. Все эти характеристики могут влиять на отсутствие потребности в помощи другим.

На рисунках 6-9 представлены столбчатые диаграммы по четырем исследуемым признакам.

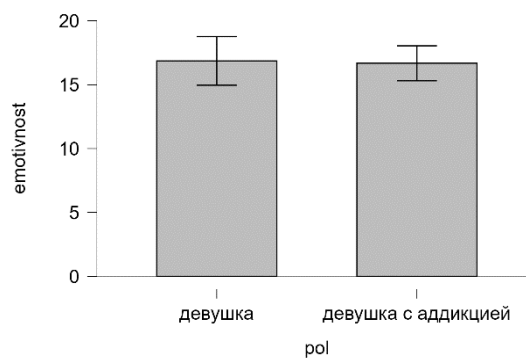


Рисунок 6. Показатели уровня эмотивности у девушек с признаками и без признаков интернет-аддикции

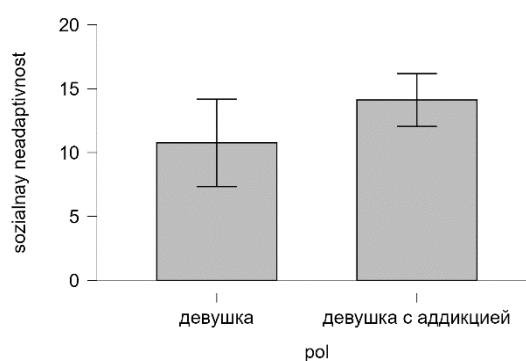


Рисунок 7. Показатели уровня социальной неадаптивности у девушек с признаками и без признаков интернет-аддикции

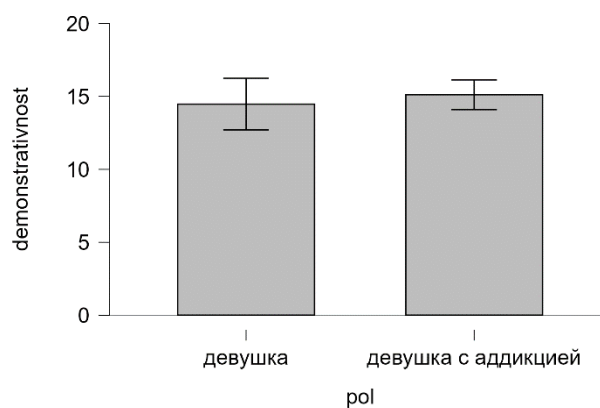


Рисунок 8. Показатели уровня демонстративности у девушек с признаками и без признаков интернет-аддикции

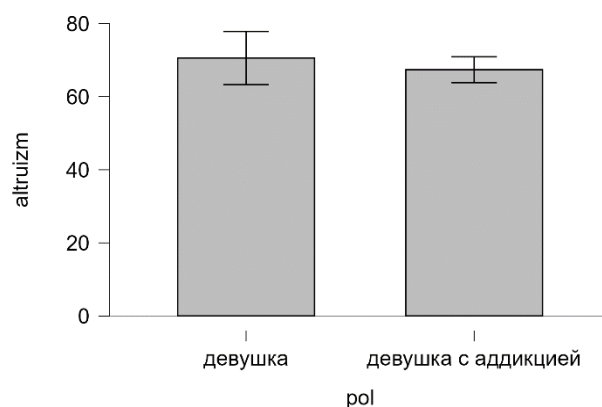


Рисунок 9. Показатели уровня альтруизма у девушек с признаками и без признаков интернет-аддикции

Как видим, у обеих групп девушек показатели по таким шкалам как эмотивность, демонстративность и альтруизм находятся выше средней линии, при этом социальная неадаптивность расположена по средней линии, что может указывать на человека с хорошим эмоциональным интеллектом.

В таблице 3 представлены средние значения показателей по шкалам альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность у третьей и четвертой групп (девушки без признаков интернет-аддикции и девушки с признаками интернет-аддикции), полученные в ходе тестирования по методике измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018)), тесту Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003)), опроснику Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004), а так же результаты статистической обработки данных тестирования при помощи U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок.

Таблица 3

Средние значения выраженности социально-психологических особенностей у юношей и девушек со склонностью к интернет-аддикции

	Средние значения		U- критерий Манна- Уитни	Уровень статистической значимости (p)
	Юноши со склонностью к аддикции	Девушки со склонностью к аддикции		
Альтруизм	62,075	67,382	449,000	0,012
Социальная неадаптивность	13,250	14,118	633,000	0,613
Демонстративность	11,100	15,118	287,500	<.001
Эмотивность	11,100	16,676	252,000	<.001

Анализ данных, приведенных в таблице 3, позволяет сделать следующие выводы: показатели по шкале «альтруизм» в группе девушек со склонностью к интернет-аддикции значимо выше, чем в группе юношей со склонностью к интернет-аддикции. Это означает, что девушки, по сравнению с юношами, характеризуются более высокой вовлеченностью в окружающий мир, они в большей степени получают удовольствие от помогающей деятельности. В то же время по шкале «социальная неадаптивность» девушки в большей степени, чем юноши, переживает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни, им труднее налаживать социальные контакты и придерживаться общепринятых образцов поведения. Такой результат связан с психологическими особенностями юных девушек: они еще не нашли своего места в жизни, что обуславливает их недостаточную вовлеченность в происходящее, в то же время социальные нормы и проблемы в воспитании девушек не позволяют им свободно заявлять о своих потребностях, что может являться одной из причин появления интернет-аддикции.

Показатели по шкале «демонстративность» в группе девушек со склонностью к интернет-аддикции статистически значимо выше, чем в группе юношей с интернет-аддикцией. Это означает, что молодые люди, по сравнению с девушками, характеризуются более высокой стеснительностью, развитым этическим комплексом, стеснительностью и глубиной чувств. Девушки в большей степени, чем юноши, предпочитают приобретать личный опыт, а не сторонний, действуют на свой страх и риск, считают стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности.

Показатели по шкале «эмотивность» в группе девушек со склонностью к интернет-аддикции статистически выше, чем у противоположного им пола. Это означает, что молодые люди, по сравнению с девушками, практически не плачут, проявляют грубость и бесчувственность по отношению к другим людям. Отрицает (или блокирует) чувство сострадания, склонны к отклоняющемуся, а в крайней степени выраженности – антисоциальному поведению.

На рисунках 10-13 представлены столбчатые диаграммы по четырем исследуемым признакам.

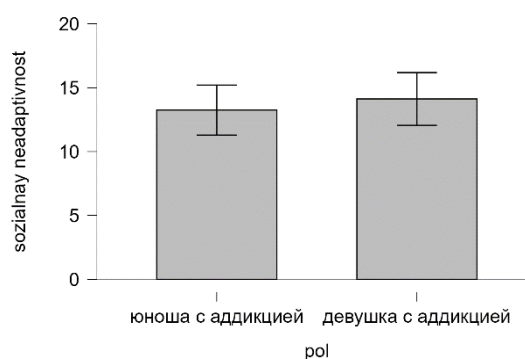


Рисунок 10. Показатели уровня социальной неадаптивности у юношей и девушек с признаками интернет-аддикции

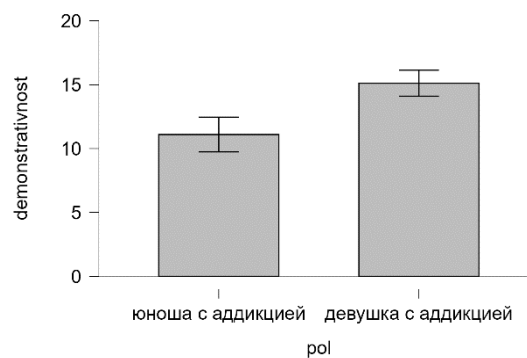


Рисунок 11. Показатели уровня социальной неадаптивности у юношей и девушек с признаками интернет-аддикции

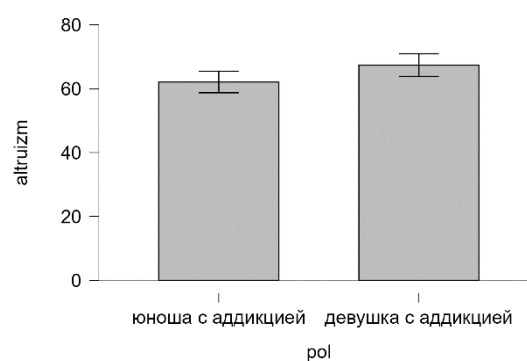


Рисунок 12. Показатели уровня альтруизма у юношей и девушек с признаками интернет-аддикции

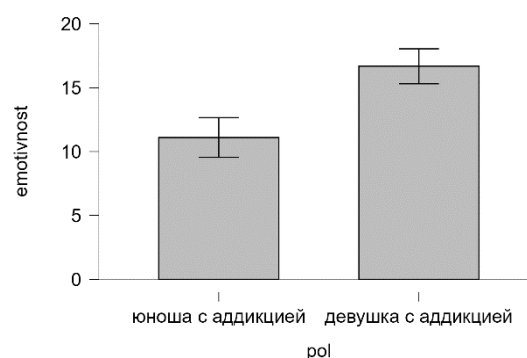


Рисунок 13. Показатели уровня эмотивности у юношей и девушек с признаками интернет-аддикции

Как показывают полученные данные, различия показателей по шкалам «социальная неадаптивность», «демонстративность», «альтруизм» и «эмотивность» в группах представителей юношей и девушек со склонностью

к интернет-аддикции носят разнонаправленный характер: у юношей в большей степени выражена направленность на социум, недостаточность контакта со своими чувствами и потребностями, открытость и честность, а у девушек – вовлеченность в происходящее, эмоциональная чувствительность, потребность нравиться, помогать, быть на виду.

Исходя из результатов эмпирического исследования, можно сделать вывод, что для девушек, склонных к интернет-аддикции, трудностями при встраивании в социум являются повышенные альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность. Данные могут говорить о том, что у девушек-аддиктов не сформированы такие базовые психологические потребности как чувство нужности и значимости, не сформирована потребность во внимании к себе. Для демонстративных личностей характерна такая особенность, как подозрительность. В силу своего склада люди подобного типа не выносят ответственность, всевозможные правила, предписания, стандарты. Встречаясь лицом к лицу с трудностями, они испытывают дискомфорт. И желая избежать его, совершают уход в болезнь.

2.3 Рекомендации для психолога-консультанта по работе с обучающимися юношеского возраста с интернет аддикцией

Интернет-зависимый обучающийся студент, как правило, является незаинтересованным в получении образования, так как не способен увидеть перспективы. Это связано с тем, что такие люди стремятся выйти из реального мира в виртуальный, а виртуальный мир не требует напряжения ума.

В то же время, интернет-зависимые молодые люди и девушки остаются в том возрастном периоде, когда наступает определение своего места в социуме, развитие мировоззрения и выбор жизненного пути. Основные

новообразования юношеского возраста – саморефлексия, осознание собственной индивидуальности, социализация и построение планов на будущее. Важной потребностью, способствующей развитию таких новообразований, становится общение и построение отношений.

Исходя из результатов эмпирического исследования, установлено, что как у юношей, так и у девушек со склонностью к интернет-аддикции снижены потребности в помогающем поведении, при этом им важно быть на виду и чувствовать себя ценным для других. Требуется проводить индивидуальную работу со студентами на предмет выяснения глубинных проблем, вызывающих подобные особенности психики.

Для оценки уровня интернет-зависимого поведения рекомендовано применять комплекс психодиагностических тестов.

Для работы с интернет-аддиктами, направленной на коррекцию индивидуальных особенностей личности, рекомендуется:

- дать инструменты для стабилизации эмоционально-личностной сферы;
- помочь развить навыки эмоциональной и поведенческой регуляции;
- помочь осознать свою уникальность и ценность;
- дать инструменты для управления своими чувствами и эмоциями;
- показать способы развития эмоционального интеллекта;
- помочь найти интересы, научить развивать умения и навыки;
- научить отстраняться от своих мыслей и рассматривать их не как факты, а как мнения;
- помочь определить свои ценности и установить цели, которые соответствуют этим ценностям;
- показать плюсы живого контакта и нахождения в моменте «здесь и сейчас»;
- дать инструменты, позволяющие выполнять решительные действия на пути к своей цели;
- дать инструменты, позволяющие справляться со стрессом;

- дать инструменты в распознавании телесных ощущений;
- наладить отношения в семье путем совместных консультаций родителей и детей.

Профилактика интернет-аддиктивного поведения среди молодежи должна носить системный и непрерывный характер. Профилактика должна быть направлена на развитие личностных ресурсов и функциональных стратегий поведения, препятствующих формированию и развитию интернет-аддиктивного поведения. Профилактика должна помогать молодым людям и девушкам формировать социальную компетентность, вырабатывать эффективные модели деятельности в интернете, увеличивать живое общение в социуме. Для профилактики рекомендуется:

- поощрять здоровые занятия вне сети: спорт, хобби, общение с семьей;
- установить временные рамки пользования интернетом;
- стимулировать социальную поддержку, такую как просьбы о помощи в сложных ситуациях;
- рассказывать о рисках, связанных с интернет-зависимостью;
- показывать способы открытого общения;
- организовать деятельность, альтернативную зависимому поведению. В случае с интернет-зависимостью альтернативными видами деятельности могут быть общение в реальном формате, встречи с друзьями и иными значимыми людьми, путешествия, познавательные экскурсии, творческий или иной продуктивный досуг.

Просвещение для предотвращения интернет-аддикций может включать следующие мероприятия:

- разъяснительную работу о рисках интернет-зависимости, которая поможет выработать здоровое отношение к интернету и принимать обоснованные решения относительно своего поведения в сети;
- теоретические занятия, реализующиеся в форме лекций, бесед, дискуссий и носят характер информирования и просвещения;

- тренинги, направленные на формирование личностных структур, обеспечивающих устойчивость к возникновению интернет-аддикции, в том числе тренинги на преодоление отчуждения и формирование адекватной самоидентификации, устойчивости к негативному социальному влиянию;
- беседы с родителями и учителями студентов-аддиктов, которые должны быть направлены на повышение психологической культуры, на ознакомление взрослых с возрастными особенностями их детей, с причинами возникновения зависимого поведения у юношей и девушек, с последствиями для психики такой зависимости.

В ходе просветительских мероприятий рекомендуются использовать наглядные слайды, позволяющие увидеть основные проявления зависимого от компьютера поведения.

Выводы по второй главе. Анализ результатов эмпирического исследования позволил нам сформулировать следующие выводы:

Показатели выраженности таких социально-психологических качеств личности как альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность не имеют статистически значимых различий в группах юношей без склонности к интернет-аддикции и юношей со склонностью к интернет-аддикции. При этом у юношей без склонности к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по альтруизму и социальной неадаптивности. У юношей со склонностью к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по демонстративности и эмотивности.

Показатели выраженности таких социально-психологических качеств личности как альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность не имеют статистически значимых различий в группах девушек без склонности к интернет-аддикции и девушек со склонностью к интернет-аддикции. При этом у девушек без склонности к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по альтруизму и эмотивности. У

девушек со склонностью к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по социальной неадаптивности и демонстративности.

В группах юношей и девушек со склонностью к интернет-аддикции статистически значимые показатели по альтруизму, социальной неадаптивности, демонстративности и эмотивности распределились следующим образом: у девушек со склонностью к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по альтруизму, социальной неадаптивности, демонстративности и эмотивности. У юношей повышенный уровень не зафиксирован ни по одному из показателей.

Таким образом, мы можем констатировать, что наша гипотеза - в юношеском возрасте наблюдаются такие социально-психологические особенности личности у девушек и юношей со склонностью к интернет-аддикции как социальная неадаптивность, демонстративность, альтруизм, эмотивность. При этом, у девушек преобладает демонстративность и социальная неадаптивность, у юношей со склонностью к аддикции более высокие показатели по эмотивности и альтруизму – в ходе исследования не нашла свое подтверждение.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. На теоретическом уровне были проанализированы социально-психологические особенности в юношеском возрасте. Юношеский возраст характеризуется физиологической революцией зрелости, необходимостью делать социальные выборы, ощущением вынужденности принимать взрослые роли и неготовности к ним, попытками создать собственные субкультуры. Но фактически речь идет о формировании идентичности и целостности личности. Многочисленные исследования современного юношеского возраста выделяют изменения, появившиеся в психике и в сознании молодежи, с момента развития интернета. Современная молодежь стремится к индивидуализации, к самоутверждению, самореализации. Большой поток информации стимулирует интеллектуальное и психосоциальное развитие юношества. При этом, современная личность все больше переходит в разряд цифровой. Современный молодой человек как бы «срачивается» с гаджетами, перенимает правила и нормы цифровой среды, на основе которых строит свое социальное общение. Мышление современной молодежи становится клиповым, обрывочным, тем самым мешая целостному восприятию картины мира. Мотивационно-потребностная сфера личности представителя цифрового поколения также претерпевает изменения. Молодежь не имеет планов на построение профессиональной карьеры в долгосрочной перспективе, не желает сидеть в офисах по 8 часов в день, а думает о ближайшем будущем, хочет жить с учетом принципа «здесь и сейчас». Молодежь переходит в разряд инфантильной. Виртуальный мир становится настолько близким, что человек не может полноценно функционировать в реальном мире и становится зависимым от виртуальной среды.

2. На теоретическом уровне был проведен анализ исследований аддиктивной личности юношеского возраста. Аддиктивная личность в данный период времени является предметом многочисленных исследований.

Это связано с тем, что аддикты несут угрозу психологической безопасности не только себе, но и обществу в целом. Интернет-аддикции связаны с негативными изменениями как физиологического, так и психологического здоровья. Для аддиктов характерна определенная модель поведения: при невозможности взаимодействовать с объектом своей зависимости они испытывают дискомфорт во всех четырех сферах: биологической, психологической, социальной и духовной. Ухудшаются когнитивные функции, появляется физиологический дискомфорт, возникает нежелание общаться с социумом, наступает депрессия.

А.Ю. Аконова [1] и В.Д. Менделевич [53] в своих исследованиях показали, что глубокое психологическое погружение в объект своей зависимости приводит к тому, что мотив деятельности сдвигается с реальной цели на средства ее достижения.

В процессе формирования зависимость подменяет собой жизнь, создает для зависимого человека новую виртуальную реальность, которая носит характер мощной навязчивой доминанты.

3. На теоретическом уровне был проведен обзор психологической литературы по проблеме личностных особенностей молодежи с интернет-аддикцией. Т.к компьютерные технологии активно начали развиваться сначала в Западных странах, то и первыми обнаружили и начали исследовать проблему интернет-аддикций именно зарубежные специалисты. И. Гольдберг [21] первым выдвинул термин «интернет – аддикция». К. Янг [94], использовала интернет для проведения своих исследований и опубликовала тест для выявления интернет-зависимых людей. Ф. Флорес [78], исследовал взаимосвязь привязанности и зависимости и выдвинул гипотезу, что зависимость является результатом проблем привязанности и должна рассматриваться как альтернатива преодолению трудностей в отношениях. С. Катандзаро [37] и Д. Мирнс [37] настаивают на том, что интернет-зависимость вызвана неспособностью регулировать свои негативные эмоции. Г. Кристелл [44] в своих исследованиях показывает, что аддиктивное

поведение это одна из форм деструктивного поведения, которое проявляется как стремление к уходу от реальности.

Корейские и китайские исследователи опубликовали параметры, помогающие определить признаки интернет-аддикции у молодежи: злость, беспокойство, толерантность к использованию интернета, неспособность к контролю, плохое настроение, отсутствие учебной активности.

Российские ученые, такие как В. Лоскутова [49], в своих исследованиях показывают, что основные симптомы зависимости сводятся к соматическому (снижается острота зрения, появляется физическая усталость от длительного непрерывного сидения за компьютером), поведенческому (непреодолимая тяга зайти в виртуальное пространство) и психологическому (удовольствие от нахождения в сети). Можно согласиться с исследователем А.Ю. Егоровым [30], который считает, что зависимость от Интернета является показателем сборной группы зависимостей, в которых компьютер является всего лишь средством осуществления планов аддиктивной личности.

При вовлеченном погружении в интернет у юношей и девушек происходит изменение состояния сознания, при котором все, что происходит в онлайн сети, им кажется совершенно реальным.

В России отсутствуют сколько-нибудь крупные исследования по выявлению интернет-аддиктов юношеского возраста. В работах В. Малыгина и А. Искандировой [51], интернет-аддикцией страдают до 5 % московских подростков, при этом в группе риска находятся 30 % опрошенных. Многие отечественные исследователи, такие, например, как В.В. Титова и А.Л. Катков [74] считают, что зависимость от виртуального пространства возникает как потребность в компенсации коммуникативного эффекта и удовлетворённости любых нереализованных потребностей.

4. Было реализовано научное эмпирическое исследование выявления выраженности у юношей и девушек с интернет-аддикцией и без интернет-аддикции таких социально-психологических особенностей личности, как

социальная неадаптивность, демонстративность, альтруизм и эмотивность. Провели эмпирическое исследование при помощи методик «Скрининговая диагностика компьютерной зависимости» (Н.Ю.Юрьева и Т.Ю. Больбот), - Методика измерения альтруистических установок (Автор: М. И. Ясин (2018)), - Невротические черты личности, НЧЛ (Н. Hansgen (1982), адаптация: НИПНИ (2003)), - Опросник Шмишека (Автор: Н. Schmieschek (1970) адаптация: Ю.В. Кортнева (2004). Описание методик находится в главе 2.1. Показатели выраженности таких социально-психологических качеств личности как альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность не имеют статистически значимых различий в группах юношей и девушек без склонности к интернет-аддикции и юношей и девушек со склонностью к интернет-аддикции.

В группах юношей и девушек со склонностью к интернет-аддикции статистически значимые показатели по альтруизму, социальной неадаптивности, демонстративности и эмотивности распределились следующим образом: у девушек со склонностью к интернет-аддикции зафиксирован повышенный уровень по альтруизму, социальной неадаптивности, демонстративности и эмотивности. У юношей повышенный уровень не зафиксирован ни по одному из показателей.

Исходя из результатов эмпирического исследования, можно сделать вывод, что для девушек, склонных к интернет-аддикции, трудностями при встраивании в социум являются повышенные альтруизм, социальная неадаптивность, демонстративность и эмотивность. Данные могут говорить о том, что у девушек-аддиктов не сформированы такие базовые психологические потребности как чувство нужности и значимости, не сформирована потребность во внимании к себе. Для демонстративных личностей характерна такая особенность, как подозрительность. В силу своего склада люди подобного типа не выносят ответственность, всевозможные правила, предписания, стандарты. Встречаясь лицом к лицу с

трудностями, они испытывают дискомфорт. И желая избежать его, совершают уход в болезнь.

5. На основе полученных эмпирических данных были разработаны психолого-педагогические рекомендации по работе с молодежью, склонной к интернет-аддикциям, направленные на стабилизацию эмоционально-личностной сферы, определение своих ценностей и целей, обучение живому контакту и совладению со стрессом.

Лечение аддикций требует комплексного подхода и может включать в себя различные методы, такие как когнитивно-поведенческая терапия, групповые занятия и медикаментозное лечение. Важно, чтобы человек, страдающий от аддикции, осознал свою проблему и был готов к изменениям. Поддержка со стороны близких и профессионалов может сыграть решающую роль в процессе восстановления.

6. Таким образом, мы можем констатировать, что наша гипотеза - в юношеском возрасте наблюдаются такие социально-психологические особенности личности у девушек и юношей со склонностью к интернет-аддикции как социальная неадаптивность, демонстративность, альтруизм, эмотивность. При этом, у девушек преобладает демонстративность и социальная неадаптивность, у юношей со склонностью к аддикции более высокие показатели по эмотивности и альтруизму – в ходе исследования не нашла свое подтверждение.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акопов А.Ю. Психотерапевтический метод контрадиктивной стимуляции / Акопов, А.Ю. - СПб.: Академия информациологии, 2004. - 55 с.
2. Алешина Е.Г. Ценности виртуальной среды для молодежи: риски морально-этических аспектов: Материалы v международной научно-практической конференции, Иркутск, 2023 г, с.8-12.
3. Ардашев Р.Г. Новые смыслы в сознании молодежи: влияние виртуальности // В поисках социальной истины. материалы III Международной научно-практической конференции. Иркутск, ИГУ, 2021. С. 152-156.
4. Ассион Г., Бахманн В., Кох Э., Мюллер М. Диагностика и психотерапия аддиктивных расстройств в разных культурах (распространенность, концепции и факты) / Э. Кох, В. Бахманн, М. Й. Мюллер, Г. Й. Ассион // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2018. – № 1(98). – С. 108-115.
5. Бабаева, Ю. Д. Психологические последствия информатизации / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский // Психологический журнал. — 1998.- № 1. — С. 89–100
6. Беккер Г. С., Мерфи К. М. Теория рациональной зависимости. J Polit Econ 1988; 96: 675-700.
7. Берсон Майкл Дж. - Вызывающее поведение молодежи в Интернете, автор Айлин Р. Берсон и Майкл Дж. Берсон, журнал «Social Science Computer-Review», -2005г, -23с,
[url=https://api.semanticscholar.org/CorpusID:543069](https://api.semanticscholar.org/CorpusID:543069)
8. Бильгин Мехмет. Исследование особенностей интернет-зависимости у подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 6А. С. 175-186.
9. Бирд К. Изменение предложенных диагностических критериев интернет-зависимости, Киберпсихология и поведение, № 4, 2011.

10. Блос, П. Психоанализ подросткового возраста. / П. Блос.- М.: Институт
11. Боев И.В. Пограничная аномальная личность. Ставрополь: Изд. СГУ, 1999.-362 с.
12. Бочкарёва Н. Л. Леонова Л. Г., Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте: учебнометодическое пособие / под ред. проф. Ц. П. Короленко. Новосибирск, 1998. С. 3.
13. Бредихина М.В. Педагогическая профилактика игровых зависимостей у подростков в общеобразовательном учреждении: дис. ... канд. пед. наук / М.В. Бредихина. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2007. — 198 с.
14. Брем, Дж. У. (1966). Теория психологической реактивности. Академическая пресса. Брем, С. С., & Брем, Дж. У. (1981). Психологическое сопротивление: теория свободы и контроля. Академическая пресса.
15. Бухановский А. О. Зависимое поведение: клиника динамика систематика, лечение, профилактика Ростов-на-Дону, 2002. 60 с.
16. Бухановский А.О., Андреев А.С., Бухановская О.А. Зависимое поведение: клиника, динамика, систематика, лечение, профилактика. Пособие для врачей. Ростов на Дону: Феникс. 2002г. 35с
17. Войскунский А. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета, Психологический журнал, 2004: Т. 25 (1): 90 – 100.
18. Ганнушкин П.Б. Клиника психопатии. Их статика, динамика, систематика [Текст] / П.Б. Ганнушкин. - М.: Кооперативное изд-во «Север», 1933. - 142 с.
19. Гишинский Я. И. Социология девиантного поведения как специальная социологическая теория // Социологические исследования. 1991, № 4.
20. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение / А. В. Гоголева. - Ижевск: Изд. дом "Удмурт. ун-т", 2001. - 337 с.: ил.; 20 см.; ISBN 5-7029-0046-4 (в обл.)

21. Голдберг И. Internet addiction disorder (Расстройство, связанное с интернет-аддикцией 1996.
22. Голубева Н.А. Особенности цифровой идентичности подростков и молодежи в современном технологическом обществе // Вестник РГГУ.
23. Гринфилд Д. Виртуальная зависимость, Нью-Йорк: Academic Press, 1998: 61-75.
24. Гриффитс М. Поведенческая зависимость: проблема для всех. Обучение на рабочем месте, 1996.
25. Гиндикин В.Я., Гурьева В.А. Личностная патология. Москва, 1999. 266с.
26. Дереча В.А. Основы первичной позитивной наркопрофилактики: Ин-форм.-метод. письмо. Оренбург, 2000. - 18 с.
27. Донских Т.А. Семь путей к катастрофе: Деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск: Наука, 1990. – 224 с. – ISBN 5-02-029267-2.
28. Дэвис Р. Когнитивно-поведенческая модель патологического использования Интернета. Компьютеры в поведении человека, 2001: Том17; № 24: 187 – 195.
29. Дюркгейм, Э. Самоубийство: социологический этюд [Текст] / Э. Дюркгейм; перевод с фр. сокр.; под ред. В. А. Базарова. - М.: Мысль, 1994. - 399 с.
30. Егоров А. Интернет-зависимость: психологическая природа и динамикам развития. Москва: Акрополь, 2009: 29 – 55.
31. Жичкина А. Социально-психологические аспекты общения в интернете, Москва: Дашков и Ко, 2004.
32. Завалишина О., Загуменных Н., Интернет-аддикция – одна из актуальных проблем современности, Научный журнал КубГАУ, 2015; № 105.
33. Завражин, С.В. Феноменология девиантного поведения: избранные труды / С. А. Завражин ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное агентство по образованию, Владимирский гос. гуманитарный

ун-т. - Владимир : ВГГУ, 2008. - 348 с. : табл.; 21 см.; ISBN 978-5-87846-621-9

34. Захарова Ирина Михайловна Специфика ценностей юношей и девушек, склонных к «Интернет-зависимости», в аспекте саморегуляции деятельности // Известия Самарского научного центра РАН. 2014. №2-2. 2

35. Змановская Е. В. Эмпирическое обоснование структурно-динамической концепции девиантного поведения // Мед.-биол. и соц.-психол. пробл. безопасности в чрезв. ситуациях. 2012. № 4. С. 96-102.

36. Истомина, Е. А. Психологический портрет цифрового поколения / Е. А. Истомина, Е. В. Савонова // Транспрофессионализм как предиктор социально-профессиональной мобильности молодежи: материалы Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции, Нижний Тагил, 29 января 2019 г. / Рос. гос. проф.-пед. ун-т, Нижний Тагил. гос. проф. колледж им. Н. А. Демидова. - Екатеринбург: РГППУ, 2019. - С. 171-174.

37. Катандзаро С., Мирнс Дж. Журнал консультативной психологии, Том (37)3, июль 1990 г.: 306-312.

38. Клейберг Ю.А. Основы психологии девиантного поведения. СПб., 2014.

39. Кобринский, Б.А. Континуум переходных состояний организма и мониторинг динамики здоровья детей: монография / Б. А. Кобринский. - 2-е изд., стер. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. - 220 с.; см.; ISBN 978-5-4475-7151-1

40. Колесникова Л.И. Педагогические условия профилактики игровой зависимости у подростков: дис. ... канд. пед. наук / Л.И. Колесникова. — Нижний Новгород: Волжский государственный инженерно-педагогический университет, 2009. — 226 с.

41. Кон, И.С. Мужчина в меняющемся мире / И.С. Кон. -Изд-во: Время, 2009. -496 с.

42. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психосоциальная аддикция. Новосибирск: изд-во «Олсиб», 2001. - 251 с. (По-русски).
43. Корягина Татьяна Максимовна Взаимосвязь между интернет-зависимостью и личностными особенностями студентов // Russian Journal of Education and Psychology. 2018. №2-1.
44. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2014.
45. Кулаков, С.А. Психотерапия и психопрофилактика аддиктивного поведения у подростков. Практическое пособие-приложение №2 к «Журналу практического психолога» / С.А. Кулаков. - М.: Фолиум, 1996. – 48 с.
46. Курек Н. С. Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте. СПб.: Алетейя, 2001. 225 с.
47. Леонова И.В. Девиантное поведение виктимных детей, его причины и особенности (окончание) // Знание. Понимание. Умение. 2008. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/deviantnoe-povedenie-viktimnyh-detey-ego-prichiny-i-osobennosti-okonchanie> (дата обращения: 10.09.2024).
48. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – Санкт-Петербург: Речь, 2010. – 256 с.
49. Лоскутова В.А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: автореферат дис. ... кандидата медицинских наук: 14.00.18 / Новосиб. гос. мед. акад. - Новосибирск, 2004. - 23 с.
50. Малыгин В. Л. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: учебное пособие. Москва: МГМСУ, 2011. 32 с.
51. Малыгин В., Искандирова А. Интернет-зависимое поведение подростков. МГМСУ им. Евдокимова, 2015.
52. Махтумова М.Х., Клименко Г.В., Герасимова С.М, Особенности влияния церебрально-органической "почвы" на формирование патологического влечения к наркотикам. // Здравоохранение Туркменистана. 1992. - №5.

53. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: учеб. пособие / В.Д. Менделевич. - СПб.: Речь, 2005. - 448 с.
54. Мерреса Х. Орзак, доктор философии, веб-издатель. 1996 – 1999
55. Морган-Мартин Дж. Использование Интернета, злоупотребление им и психологические проблемы. Оксфорд: Издательство Оксфордского университета, 2008.
56. Морозов Г.В., Боголепов Н.Н. Морфинизм. М., 1984. 174 с.
57. Носов Н.А. Виртуальная психология / Николай Носов. - Москва : Аграф, 2000. - 430, [1] с.: ил.; 21 см. - (XX век плюс: Междисциплинар. исслед.); ISBN 5-7784-0105-1
58. Овчинников А.А., Короленко В.В. Современные тенденции суицидального поведения у лиц с компьютерной аддикцией. *Journal of Siberian Medical Sciences*. 2015;(3):50.
59. Ожиганова Е.М. Теория поколений Н. Хоува и В. Штрауса. Возможности практического применения // Бизнес-образование в экономике знаний. 2015. №1 (1). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoriya-pokoleniy-n-houva-i-v-shtrausa-vozmozhnosti-prakticheskogo-primeneniya> (дата обращения: 11.09.2024).
60. Полюшкевич О.А. Иррациональные основы формирования социальной идентичности под влиянием виртуальности // Социология. 2020. № 5. С.163-176.
61. Попельский В. Психология неравновесных состояний. – М.: Изд-во Института психологии РАН, 1998. – 149 с.
62. Попов Ю.В., Вид В.Д. Психические и поведенческие расстройства вследствие употребления психоактивных веществ. //Русский медицинский журнал. 1998. том 6. - №2.
63. Пренски М. Аборигены и иммигранты цифрового мира. 2001.
64. Пятницкая, И. Н. Клиническая наркология / И.Н. Пятницкая. — М.: Медицина, 1975. — 335 с.

65. Психология зависимости: [хрестоматия / составитель К. В. Сельченко]. - Минск: Харвест, 2007. - 588, [1] с. - (Библиотека практической психологии).

66. Сандомирский М.Е. Новая социальная эпидемия. Москва: Психопатология и аддиктивная медицина. 2015; 1: 3 – 17.

67. Семке, В.Я. Основы персонологии / В.Я. Семке. – М.: Лит.-изд. агентство «Академический проект», 2001. – 476 с.

68. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Теоретические основы копинг-профилактики наркоманий как база для разработки практических превентивных программ. //Вопросы наркологии., 1996 N 4 - с.59-67.

69. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И. Личностные характеристики и психологическая саморегуляция студентов онлайн и офлайн: некоторые особенности цифровой социальности: Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Российская Федерация, 119991, Москва, Ленинские горы, 1

70. Стерн С. Зависимость от технологий. Киберпсихология и поведение. 2, 419.

71. Сулер Д. Психология киберпространства. Доступно по адресу: suler/psycyber.html.

72. Тао Р. Диагностические критерии интернет-зависимости. Наркомания, 2010: 556-564.

73. Титова В., Катков А. Интернет-зависимость: причины и механизмы формирования, диагностика, подходы к лечению и профилактике, Санкт-Петербург: Педиатр, 2014; Т. 5; № 4.

74. Твенге Д. Поколение I. Почему поколение Интернета утратило бунтарский дух, стало толерантным, менее счастливым и абсолютно не готовым ко взрослой жизни. М.: Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2019.

75. Уэйд Н.Дж., Первое научное исследование «Селфи?», 2014; 43 (11).

76. Ураков И.Г., Исмаилов Б.И. Влияние некоторых предрасполагающих факторов на возникновение и становление различных форм наркотизма II Клиническая психиатрия Узбекистана. Ташкент, 1976. 104-109.

77. Феничел М. Доступно по адресу: fenichel.com

78. Флорес Ф. Групповая психотерапия зависимостей. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2014.

79. Фролов, В.А. Педагогические условия профилактики виртуальной аддикции старших школьников: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Фролов Владимир Александрович; [Место защиты: Моск. гос. ун-т культуры и искусств]. - Москва, 2010. - 22 с.

80. Фромм Э. Психоанализ и этика / Э. Фромм, пер. с англ. – Москва, 1993. – 415 с.

81. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл, пер. с англ. и нем. – Москва: Прогресс, 1990. – 368 с.

82. Хан Д. Бупропион в лечении проблемных онлайн-игр у пациентов с тяжелым депрессивным расстройством, J. Psychoopharmacol, 2012; Том. 26; № 5: 689 – 696.

83. Холина, О.А., Казанцева, Е.В., Петрова, Е.Г. Психотерапевтический потенциал и основные возможности медитативных практик в работе с аддиктивным поведением / Психология и психотехника. - 2019. -. № 3. с. 15-28.

84. Циммерл Х. Б. Панокш, Инсбрук, 1998.

85. Цукерман, Г.А. Психология саморазвития [Текст]/ Г.А. Цукерман, Б.М. Мастеров. – М.: Интерпракс, 1995.- С.96.

86. Четвериков, Д.В. Психологические механизмы и структура аддиктивного поведения личности: дис. ... д-ра психол. наук / Д.В. Четвериков. – Новосибирск, 2002. – 382 с

87. Чжоу Ю. Аномалии серого вещества при интернет-зависимости. Европейский журнал радиологии. 2011: Том. 79; № 1: 92 – 95.

88. Шабалина В.Ю. Зависимое поведение школьников: Психол. консультирование школьников и их родителей по проблеме зависимого поведения / В.В. Шабалина; С.-Петерб. гос. ун-т пед. мастерства [и др.]. - СПб.: Мед. пресса, 2001. - 167, [1] с., [7] с. портр.; 22 см.; ISBN 5-94222-003-4: 500 экз.

89. Шаеф А.В. Когда общество становится зависимым. Сан-Франциско: Издательство "Харпер энд Роу", 1987. С. 18.

90. Шапкин С. Компьютерная игра: новая область психологических исследований, Психологический журнал, 2009; Т. 20 (1): 86 – 102.

91. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 2002,- 651с.

92. Эриксон Э. Г. Идентичность: Юность и Кризис. М.: «Прогресс», 1996.

93. Юрьева, Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Компьютерная зависимость. Формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. - Дніпропетровськ: Пороги, 2006. - 193 с.: ил., табл.; 20 см.; ISBN 966-525-697-1

94. Янг К. Интернет-зависимость: эволюция симптомов и лечение, Сароста: Издательство профессиональных ресурсов, 1999, Том 17.

95. 10 фактов о детях поколения Z [Электронный ресурс]. — URL: <https://mamsila.ru/post/490-10-faktov-o-detyah-pokoleniya-z> (дата обращения: 15.08.18).

ПРИЛОЖЕНИЕ

		СД КЗ	альт руиз м	не ув ер ен но ст ь в се бе	па сс ив но ст ь	св ер хк он тр ол ь	аф фе кт ив на я не ус то йч ив ос ть	ин тр ов ер ти вн ос ть	ип ох он др ич но ст ь	со ц не ад ап ти вн ос ть	де мо нс тр ат ив но ст ь	за ст ре ва ни е	пе да нт ич но ст ь	во зб уд и мо ст ь	ги пе рт и м но ст ь	дист имн ость	тр ев о ж но ст ь	эк за ль ти ро ва но ст ь	эм от ив но ст ь	ци кл от и м но ст ь
1	девушка	19	74	36	54	22	21	7	26	13	16	16	6	18	15	9	9	6	12	9
2	юноша	13	68	33	37	43	18	14	48	6	16	16	12	21	16	9	6	6	9	15
3	девушка	18	50	36	63	26	13	13	28	15	16	8	16	9	12	15	18	12	21	6
4	девушка	23	48	35	36	22	21	14	25	13	20	16	6	18	21	12	18	24	21	18
5	девушка	19	74	37	33	34	26	14	32	10	18	20	22	18	15	15	24	12	21	12
6	девушка	21	78	33	28	34	30	10	22	13	16	16	14	18	21	6	21	18	15	21
7	девушка	13	67	18	45	38	11	17	20	13	10	16	10	12	18	12	15	15	15	12
8	девушка	20	74	41	50	28	25	12	27	6	12	18	10	12	15	18	9	18	18	21
9	юноша	13	61	42	64	20	17	7	34	19	12	6	14	12	6	12	9	12	15	15
10	девушка	27	53	28	60	28	14	19	36	22	14	6	8	9	9	15	9	6	15	12
11	девушка	18	63	37	61	23	28	-1	25	2	16	14	14	6	12	9	12	24	21	12
12	девушка	25	51	34	57	24	18	8	33	15	14	12	8	18	15	9	18	18	18	15
13	девушка	19	75	21	48	29	14	10	26	13	10	18	14	6	12	18	6	12	15	6
14	девушка	24	72	51	51	31	22	8	34	21	12	12	22	15	9	12	21	24	24	21
15	девушка	24	69	65	21	42	22	12	34	23	18	12	14	12	15	18	9	12	12	21
16	девушка	15	90	36	41	34	20	8	28	8	18	16	14	18	24	15	12	18	21	15
17	девушка	19	72	20	47	32	21	4	24	10	14	16	8	18	15	6	12	18	15	15
18	девушка	19	83	22	52	27	23	6	23	14	12	14	10	15	21	15	18	18	15	18
19	юноша	21	65	41	47	30	18	13	36	12	10	10	8	9	6	15	9	12	12	12
20	девушка	19	59	3	31	18	19	8	18	15	20	12	8	15	18	6	3	18	12	9
21	юноша	25	64	39	57	29	9	10	34	2	8	16	20	15	15	9	3	18	18	12
22	девушка	19	74	36	54	22	21	7	26	13	16	16	6	18	15	9	9	6	12	9
23	девушка	18	50	36	63	26	13	13	28	15	16	8	16	9	12	15	18	12	21	6
24	юноша	13	68	33	37	43	18	14	48	6	16	16	12	21	15	9	6	6	9	15
25	девушка	23	48	35	36	22	21	14	25	13	20	16	6	18	21	12	18	24	21	18
26	девушка	21	78	33	28	34	30	10	22	13	16	16	14	18	21	6	21	18	15	21
27	девушка	13	67	18	45	38	11	17	20	13	16	16	14	18	21	6	21	18	15	21

7	шка																			
28	девушка	20	74	41	50	28	25	12	27	6	12	18	10	12	15	18	9	18	18	21
29	юноша	13	61	42	64	20	17	7	34	19	12	6	14	12	6	12	9	12	15	15
30	девушка	27	53	28	60	28	14	19	36	22	14	6	8	9	9	15	9	6	15	12
31	девушка	18	63	37	61	23	28	-1	25	2	16	14	14	6	12	9	12	24	21	12
32	девушка	24	72	51	51	31	22	8	34	21	12	12	22	15	9	12	21	24	24	21
33	девушка	19	75	21	48	29	14	10	26	13	10	18	14	6	12	18	6	12	15	6
34	девушка	25	51	34	57	24	18	8	33	15	14	12	8	18	15	9	18	18	18	15
35	девушка	24	69	65	21	42	22	12	34	23	18	12	14	12	15	18	9	12	12	21
36	девушка	13	71	34	54	23	21	9	36	22	8	-	6	12	12	-	18	6	12	18
37	девушка	15	90	36	41	34	20	8	28	8	18	16	14	18	24	15	12	18	21	15
38	девушка	19	52	31	68	23	11	5	30	13	18	14	16	18	15	12	24	24	24	24
39	девушка	19	72	20	47	32	21	4	24	10	14	16	8	18	15	6	12	18	15	15
40	юноша	25	64	39	57	29	9	10	34	2	8	16	20	15	15	9	3	18	18	12
41	девушка	19	83	22	52	27	23	6	23	14	12	14	10	15	21	15	18	18	15	18
42	юноша	21	65	41	47	30	18	13	36	12	10	10	8	9	6	15	9	12	12	12
43	девушка	19	59	3	31	18	19	8	18	15	20	12	8	15	18	6	3	18	12	9
44	девушка	19	74	37	33	34	26	14	32	10	18	20	22	18	15	15	24	12	21	12
45	юноша	23	50	22	48	28	10	18	23	17	14	16	12	15	15	12	9	18	0	15
46	юноша	22	77	16	39	34	7	16	22	17	12	8	10	12	18	21	3	6	12	3
47	юноша	19	93	36	46	43	4	17	40	18	6	14	18	15	15	15	12	18	6	15
48	девушка	16	82	65	26	30	31	7	17	14	22	10	14	18	15	12	21	18	18	24
49	девушка	19	69	25	57	20	13	9	24	14	16	12	8	15	21	9	24	12	18	18
50	девушка	18	58	29	54	29	21	16	32	23	16	18	16	21	18	18	9	18	15	24
51	юноша	25	58	33	67	28	9	18	24	5	14	4	14	6	9	12	6	12	12	3
52	юноша	19	66	18	80	21	11	11	20	12	14	14	14	9	21	6	3	18	9	15
53	девушка	11	61	43	57	20	17	10	41	22	4	10	6	3	3	12	6	6	9	6
54	девушка	21	66	34	63	23	20	10	32	14	14	16	14	15	21	18	21	18	12	15
55	девушка	11	32	14	37	36	25	3	36	13	16	18	14	21	18	9	0	18	9	18
56	девушка	17	102	23	36	35	11	-2	32	-2	16	12	8	9	21	15	6	18	21	12
57	девушка	23	74	12	37	27	20	1	40	-3	16	12	10	9	18	9	9	18	18	18
58	девушка	29	74	50	25	47	36	5	26	21	18	20	22	21	18	6	21	24	18	21
59	девушка	16	80	16	52	34	14	10	23	6	12	18	10	9	9	9	9	6	18	9
60	девушка	28	64	38	61	26	23	8	29	11	14	14	22	15	12	9	21	24	24	15

6 1	деву шка	19	60	32	63	10	19	17	24	27	14	18	8	21	12	15	15	18	15	15
6 2	деву шка	18	85	47	37	19	22	9	42	22	16	12	14	6	18	15	15	12	15	15
6 3	деву шка	13	77	17	41	30	14	4	28	12	16	12	4	9	18	3	3	18	12	6
6 4	юно ша	20	50	41	60	25	24	5	32	18	14	18	12	21	15	12	9	12	6	18
6 5	деву шка	23	68	25	64	29	23	18	33	7	12	16	12	15	6	21	3	6	12	15
6 6	юно ша	18	71	33	62	25	16	14	33	13	4	14	12	12	9	21	9	0	15	3
6 7	деву шка	17	81	23	45	28	7	13	29	3	14	14	8	0	15	12	12	6	21	9
6 8	деву шка	14	76	26	53	29	10	9	19	1	14	18	8	9	12	9	3	6	12	6
6 9	юно ша	14	91	-2	29	42	2	9	37	-6	18	12	12	3	21	3	0	12	3	9
7 0	юно ша	19	58	38	84	39	25	12	42	16	14	-	14	15	9	-	-	18	12	9
7 1	деву шка	17	70	24	45	35	19	13	32	6	10	16	6	12	18	12	18	12	18	12
7 2	юно ша	14	91	-1	32	33	23	16	30	78	8	18	6	15	18	12	6	12	12	21
7 3	деву шка	17	67	16	39	40	31	15	33	8	14	22	10	12	15	9	12	18	18	12
7 4	юно ша	11	54	11	10 2	7	5	3	10	5	22	18	20	24	24	15	21	24	21	24
7 5	юно ша	20	73	36	26	51	21	34	27	27	14	14	12	12	18	6	3	18	12	15
7 6	юно ша	21	63	23	64	20	11	17	34	9	10	12	12	15	12	6	6	6	9	6
7 7	юно ша	23	60	41	47	37	22	15	27	13	10	12	16	15	9	15	18	6	9	15
7 8	юно ша	20	48	35	68	21	15	11	28	12	2	10	6	0	3	12	3	6	6	6
7 9	юно ша	25	45	32	67	22	15	9	30	15	0	6	4	3	3	9	3	0	3	6
8 0	юно ша	28	73	23	16	18	16	-5	27	9	18	6	2	3	24	3	6	18	9	21
8 1	юно ша	42	56	41	16	28	15	14	45	22	12	16	12	6	24	9	3	12	18	9
8 2	юно ша	19	64	36	71	31	12	15	25	7	10	12	16	3	6	15	9	12	9	6
8 3	юно ша	26	63	33	65	26	17	5	32	13	12	8	18	6	15	15	6	12	9	18
8 4	юно ша	22	54	11	10 2	7	5	3	10	5	22	18	20	24	24	15	21	24	21	24
8 5	юно ша	24	54	44	56	30	17	4	27	11	10	16	12	9	12	15	15	18	18	6
8 6	юно ша	29	45	35	69	16	18	17	35	21	10	8	12	15	15	12	15	6	12	15
8 7	юно ша	17	48	28	63	21	18	13	31	9	8	20	10	15	21	21	6	12	9	6
8 8	юно ша	18	73	33	35	33	21	6	30	3	14	14	6	12	21	15	3	18	18	12
8 9	юно ша	30	69	19	45	23	27	26	28	16	12	8	8	9	15	9	6	18	3	15
9 0	юно ша	17	69	38	60	34	17	-3	23	7	14	12	14	6	18	6	12	18	15	12
9 1	юно ша	18	66	38	51	27	12	8	29	10	12	8	8	6	15	0	9	18	12	9
9 2	юно ша	16	83	40	59	29	16	12	39	27	2	6	4	0	0	9	3	0	3	0
9 3	юно ша	23	66	9	66	23	15	6	29	5	12	12	8	15	12	12	9	18	15	18
9 4	юно ша	25	66	26	56	29	19	8	33	13	14	8	18	9	12	12	6	6	12	12

95	юноша	22	52	11	102	7	5	3	10	5	12	12	10	9	6	12	9	6	9	6
96	юноша	33	60	43	53	29	12	17	29	14	12	8	10	15	15	15	18	12	21	15
97	юноша	21	58	33	68	20	16	5	32	15	10	10	6	15	9	18	9	12	12	15
98	юноша	22	74	39	54	26	15	11	37	24	10	14	16	15	18	12	9	12	15	15
99	юноша	18	66	25	68	17	17	7	29	8	10	10	12	6	9	9	15	6	9	15
100	юноша	11	62	57	41	32	25	14	44	25	10	14	6	12	21	6	9	18	9	6
101	юноша	13	54	36	54	28	19	12	28	15	12	8	8	6	9	9	15	0	0	9
102	юноша	20	59	34	66	15	23	11	29	3	10	10	16	8	15	15	9	12	12	18
103	юноша	21	81	35	52	20	16	9	40	14	14	14	12	12	15	12	12	6	12	9
104	юноша	26	49	37	73	18	17	10	30	17	6	6	6	9	9	15	9	12	12	15
105	юноша	15	85	17	56	22	11	8	23	5	8	10	4	0	15	6	0	12	9	6
106	юноша	26	80	13	36	45	11	9	35	9	14	8	6	9	21	6	0	6	9	12
107	юноша	23	57	32	63	23	9	5	27	12	6	12	10	18	15	0	0	12	3	12
108	юноша	19	73	39	36	30	22	14	44	15	10	8	12	15	15	9	3	18	9	12
109	юноша	22	48	32	75	17	16	15	28	16	2	6	12	6	0	24	6	6	6	9
110	юноша	15	65	28	66	21	27	12	33	24	8	16	8	3	24	15	3	12	15	9
111	юноша	19	58	28	66	21	27	12	33	24	16	20	14	15	9	15	6	18	15	9
112	юноша	17	60	16	91	15	2	5	18	5	4	6	6	3	9	6	3	6	6	0
113	юноша	18	54	36	60	27	29	14	29	26	12	8	18	9	15	12	12	12	6	12
114	юноша	25	67	46	45	27	24	12	39	20	14	16	16	9	15	9	9	12	12	12
115	юноша	18	61	31	65	25	14	9	35	14	8	10	8	12	9	9	15	12	15	18
116	юноша	29	58	29	77	19	13	7	30	13	16	10	14	15	18	21	12	12	15	24