

### Список использованной литературы:

1. Акименко, А.К. Представления о прошлом, настоящем и будущем в системе социально-психологической адаптации личности / А.К. Акименко // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития, 2014. – Том 3. – Выпуск 2. – № 10. – С. 131–142.
2. Бойд, Дж. Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ZTP1) / Дж. Бойд, И.С. Давыдова, Ф. Зимбардо, О.В. Митина, Т.Л. Непряхо, Е.А. Никитина, Н.С. Семенова, А. Сырцова, Н. Фьёлен, В.А. Ясная // Культурно-историческая психология, 2007. – Том 3. – № 4. – С. 19–31.
3. Андреева, Г.М. Психология социального познания: учебн. пособие для студентов высших учебных заведений / Г.М. Андреева. – Москва, 2000. – 288 с.
4. Бахтин, М.М. Собрание сочинений в 7-ми томах / М.М. Бахтин // Институт мировой литературы им. А. М. Горького РАН, 1996 г. – Том 5. – С. 351.
5. Левин К. Определение понятия "поле в данный момент" / Левин Курт // История психологии. – Екатеринбург, 1999. – 532 с.

**Климчук Н.С.**

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь  
г. Витебск  
Магистрант  
klimaster88vgu@gmail.com

**Лауткина С.В.**

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь  
г. Витебск  
Доцент, кандидат психологических наук  
lautkina@tut.by

УДК 316.624:004.738,5-057.87

### ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Данная статья посвящена проблеме интернет-аддикций как феномена, возникшего в результате развития технологий, и демонстрирует результат исследования, проведенного на базе Витебского государственного университета имени П.М. Машерова с целью выявления степени выраженности интернет-зависимого поведения среди студентов.

Ключевые слова: интернет-аддикции, студенческая среда, симптом.

### INTERNET DEPENDENT BEHAVIOR IN THE STUDENT ENVIRONMENT

This article is devoted to the problem of Internet addictions as a phenomenon resulting from the development of technology and demonstrates the result of a study conducted on the basis of Vitebsk State University named after P.M. Masherov in order to identify the degree of severity of Internet-addicted behavior among students.

Keywords: Internet addictions, student environment, symptom.

**Введение.** На сегодняшний день легко можно получить информацию любого рода в кратчайшие сроки, находясь в любой точке земного шара. Этому способствует появление десятки лет назад технологии информационной всемирной сети, которую мы знаем под названием Интернет. Кроме того, что Интернет является крупнейшим хранилищем самых разнообразных данных, сложно представить наше существование в любой

сфере жизни без этой технологии. Интернет вобрал в себя самые разнообразные функции и возможности. Образование, досуг, труд, общение и другое легко обеспечивается посредством манипуляций с компьютером или смартфоном.

Однако, кроме всей своей пользы, Интернет также стал источником ряда проблем, часть из которых будет рассматриваться в данной работе. А именно такие явления как интернет-аддикции. Данные проблемы возникли практически сразу, как только Интернет стал общедоступной сетью, и масштабы этих проблем увеличиваются вместе с увеличением распространённости и легкодоступности Интернета.

Изучением вопросов интернет-аддикций и видеоигровой зависимости занимаются такие специалисты как: Кимберли Янг, посвятившая данной теме множество работ, даже открывшая Центр интернет-зависимости; Бретт Меррилл, который занимается изучением данных феноменов у молодёжи; Уэйн Уорбетрон, исследовавший агрессивное поведение и его взаимосвязи с различными медиа, в том числе с интернетом и др. [1, 2].

За последний век скачок технологий привел к тому, что на данный момент мы пользуемся благами цивилизации, к которым, по сути, не были готовы. Тотальная информатизация показала, что в человеческое общество и психике нет необходимых стратегий и норм, которые могли бы успешно и эффективно регулировать нашу жизнедеятельность в спектре отношений человек – машина – человек. В данной схеме отношений компонент машины не зря стоит между людьми, так как в наше время остро стоит проблема зависимости человека от машин, что, в свою очередь, приводит к искажению или даже нарушению общения между людьми. Так, по данным исследовательского проекта WEB-Index, за период с февраля по ноябрь 2020 года в России хотя бы раз в день интернетом пользовались порядка 95,6 миллионов человек, что составляет 78,1% от населения страны от 12 лет. Согласно той же статистике, доля пользователей сетью Интернет от 12 до 24 лет составила 95,8%, а от 25 до 34 лет – 95,8%. Доля людей в возрасте 35–44 года составляет 93,7%, людей от 45 до 54 лет – 84,2% [3].

Бесконтрольное, длительное нахождение в Интернете, патологическое «зависание» на некоторых сайтах, тяга к посещению некоторых WEB-страниц и др. могут привести к интернет-аддикции, игровой зависимости, интернет-шоппингу, кибербуллингу, интернет-мошенничеству, попаданию в деструктивные группы и др. Как следствие может появляться фаббинг (phubbing; от англ. phone – «телефон» и snubbing – «пренебрежительное отношение») – проявление пренебрежения к партнеру посредством отвлечения на гаджет во время реального общения.

Остановимся на характеристике аддикций, в том числе интернет аддикции. Так, *аддикции* – это форма поведения, неконтролируемая со стороны индивида потребность в уходе от реальности. До определенного момента к аддикциям причисляли преимущественно зависимости на физическом уровне (алкоголь, наркотики и т.д.), однако с развитием технологий к ним начали причислять и аддикции психологического, либо скорее поведенческого плана. К таким можно отнести и интернет аддикции [4]. *Интернет аддикции* – это целый комплекс поведенческих проблем, в общем заключающиеся в неспособности человека вовремя выйти из сети, а также постоянном навязчивом желании туда войти [5]. Термин «интернет-зависимость» был предложен Айвеном Голдбергом для описания непреодолимого желания пользоваться интернетом. А. Голдберг характеризует *интернет-зависимость* как «оказывающую пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную и психологическую сферы деятельности. При этом важно подчеркнуть, что А. Голдберг вкладывал в понятие «интернет-зависимости» не медицинский смысл, как в случае с алкоголизмом и наркоманией, его трактовка ближе к понятию девиантного поведения.

Интернет аддикции могут иметь различные последствия для психики человека. Так, например, в одном из исследований, проведенных с целью обнаружения различий между эмоциональным интеллектом людей с наличием интернет аддикций и без них, дали результаты, согласно которым интернет-коммуникация лиц с аддиктивным

поведением носят более активный, но в тоже время «эгоистичный» характер. Так, люди с аддикцией чаще оставляют различного рода комментарии при обсуждении на форумах како-либо проблемы, но чаще игнорируют комментарии других пользователей. Также исследование показало наличие различий между эмоциональным интеллектом пользователей с аддикцией и без нее.

**Материал и методы.** Диагностическим инструментарием исследования была выбрана методика «Шкала интернет – зависимости Чена». Цель методики: выявление уровня интернет-зависимого поведения. В исследовании приняли участие 50 студентов ВГУ имени П.М. Машерова. Форма исследования – индивидуальная. Исследования проводилось в рамках интернет-анкетирования. Алгоритм проведенного исследования состоял из нескольких последовательных этапов. Сначала, участнику сообщалось о возможности поучаствовать в исследовании. При получении согласия на участие, участнику высылался бланк фиксации результатов в виде документа Word. Согласно условиям исследования, предполагается, что в момент прохождения методики участник находился в максимально комфортных для него условиях. При возникновении трудностей или вопросов у испытуемых им оказывалась незамедлительная помощь и информирование относительно проблемных участков исследования. Методика «Шкала интернет – зависимости Чена» состоит из 26 утверждений, которые связаны с индивидуальными особенностями сети Интернет, оцениваемые по четырёх бальной шкале. Методика включает в себя 5 оценочных шкал:

1. Шкала компульсивных симптомов (Com) – показатели по шкале компульсивных симптомов свидетельствует о возможности или невозможности справиться с зависимостью от Интернета.

2. Шкала симптомов отмены (Wit) – диагностирует у испытуемого состояние дискомфорта, нарастающее беспокойство, эмоциональные переживания, возникающие вследствие невозможности удовлетворить аддиктивную потребность.

3. Шкала толерантности (Tol) – демонстрирует способность (или неспособность) человека подходить к своему состоянию осознанно, с пониманием, умение анализировать его, критичность по отношению к своей потребности нахождения в Интернете.

4. Шкала внутриличностных проблем и проблем со здоровьем (IH) – диагностирует те особенности поведения, которые проявляются в отказе индивидом от межличностного общения, что становится причиной возникновения внутриличностных и межличностных проблем, дезадаптации. Кроме того, данная шкала отмечает возникновение физических проблем у индивида, в следствие проведения времени в сети.

5. Шкала управления временем (TM) – демонстрирует способность корректной фиксации временных промежутков и периодов, степень субъективного контроля за временем и умение разграничения его между разными задачами.

Помимо шкал, существуют также надшкальные критерии, которые высчитываются путём сложения и вычитания баллов по определённым из описанных выше шкал.

Первый тип надшкального критерия – IA-Sym – Ключевые симптомы интернет-зависимости – состояние дистресса – соответствует интегральным и ключевым симптомам интернет-аддикции. Он определяется по формуле:  $IA-Sym = Com + Wit + Tol$ .

IA-RP – Проблемы, связанные с интернет-зависимым поведением (критерий негативных последствий интернет-зависимости), нарушения в социальной, профессиональной или других значимых областях жизни. Рассчитывается, как:  $IA-RP = IH + TM$ .

Общий показатель интернет-зависимости – сумма всех шкал или общий CIAS-балл (Chen Internet Addiction Scale) является интегральным показателем, указывающим на наличие интернет зависимого поведения.  $CIAS \text{ балл} = (Com + Wit + Tol + IH + TM)$ .

**Результаты и их обсуждение.** После проведенного исследования были получены следующие результаты: по шкале компульсивных симптомов 30% испытуемых имеют высокие показатели, что свидетельствует о выраженности данных симптомов

у участников исследования; 43% испытуемых имеют склонность к формированию компульсивных симптомов; у 27% испытуемых риск формирования симптомов минимальный. На основе этих данных можно предположить, что большая часть участников исследования испытывают определённые трудности при попытках прекратить времяпрепровождение в сети. Во многом причиной этого можно считать тот факт, что постоянный поток информации в Интернете формирует потребность в её постоянном поступлении в дальнейшем, удовлетворяя своего рода «информационный голод», при этом снижается запрос на качество данной информации.

По *шкале симптомов отмены* 17% участников имеют выраженные симптомы; 53% – склонность к формированию симптомов; 30% – показали минимальную склонность. Согласно этим показателям у большей части испытуемых есть либо некоторые признаки, либо выраженное проявление симптомов отмены, которые характеризуются дискомфортом при попытках ограничить пребывание в сети, что может сказываться на эмоциональной сфере пользователя, либо и вовсе вызывать физический дискомфорт. Такое явление связано таким феноменом, как синдром упущенной возможности, при котором индивид испытывает беспокойство из-за боязни пропустить важную для себя информацию.

По *шкале симптомов толерантности* 17% имеют высокие показатели, что свидетельствует о необходимости большего времени проведения в сети, чтобы получить удовлетворение; 30% испытуемых имеют средние показатели; 50% респондентов показали минимальную толерантность. Соответственно, половине испытуемых необходим относительно небольшой стимул для удовлетворения потребности в пребывании в сети, в то время как другой половине испытуемых требуется стимул уже более мощный и продолжительный. Однако это нельзя считать положительным показателем, поскольку особенностью интернет-аддикции также является её скачкообразность в динамике цепочки «возникновение потребности-стимуляция-удовлетворение». Это значит, что люди, склонные к интернет-аддикции не нуждаются в продолжительном воздействии стимула, они повторяют кратковременные стимуляции, но с гораздо более короткими промежутками между ними. Вследствие, вполне возможно, развивается клиповое мышление.

*Шкала внутренних проблем и проблем со здоровьем* дала результаты, согласно которым 13% испытуемых имеют выраженные внутренние проблемы и проблемы со здоровьем; 34% – демонстрируют склонность к формированию этих проблем. Более половины респондентов (53%) имеют минимальный риск формирования этих проблем. Таким образом, большинство испытуемых в меньшей степени склонны к формированию проблем межличностного характера и дезадаптации, их физическое состояние остаётся относительно стабильным.

Согласно *шкале управления временем* 3% испытуемых имеют выраженные проблемы за контролем времени, проведенного в сети; 34% – демонстрируют склонность к потере контроля; 53% респондентов имеют минимальный риск формирования проблем с контролем. Это свидетельствует о том, что испытуемые в большинстве своём либо имеют определённые склонности к потере контроля за временем, либо вообще не склонны к потере контроля над временем при пребывании в сети, что говорит о более прочных связях между индивидом и объективной реальностью.

Согласно *шкале ключевых симптомов интернет-аддикции*, 3% испытуемых имеют ярко выраженные симптомы интернет-аддикции; 67% – склонны к такому поведению; одна треть (30%) – имеют минимальный риск возникновения симптомов.

Проблемы, связанные с интернет-зависимым поведением (критерий негативных последствий интернет-зависимости), нарушения в социальной, профессиональной или других значимых областях жизни имеются у 10% испытуемых; 33% человека – склонны к ним; 57% респондентов имеют минимальный риск их возникновения.

На основе полученных данных можно сказать, что 3% испытуемых имеет высокий показатель, что говорит о проявлении зависимого поведения, 67% испытуемых склонны к формированию зависимости, а 30% имеют минимальный риск её формирования.

**Заключение.** На основе проведенного исследования можно сделать вывод, что интернет-аддикции не являются ярко выраженной проблемой в студенческой среде, но в большинстве своём у испытуемых отмечается склонность к формированию аддиктивных форм поведения, что поднимает вопрос о необходимости разработки и внедрения методов профилактики интернет-аддикций в студенческой среде, а также о необходимости психопросвещения студентов в рамках данного вопроса.

#### **Список использованной литературы:**

1. Янг, К. Диагноз – Интернет-зависимость / К. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2 – С. 24–29.
2. Sarah Coyne. Pathological video game symptoms from adolescence to emerging adulthood: A 6-year longitudinal study of trajectories, predictors, and outcomes. *Developmental Psychology* / Coyne S. // American Psychological Association [Электронный ресурс]. – 2022. – Режим доступа: <https://doi.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fdev0000939>. Дата доступа: 13.05.2022
3. Бродовская Е. В. «Цифровое детство»: риски интернет-коммуникации школьников, их родителей и учителей / Е.В. Бродовская, А.Ю. Домбровская, А.В. Синяков // Власть [Электронный ресурс]. – 2020. – № 5. – Режим доступа: [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_44266850\\_10965096.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_44266850_10965096.pdf). Дата доступа: 14.04.2022.
4. Жилов, В.С. Основные проблемы Интернет-зависимого поведения / В.С. Жилов // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена. – 2008. – №54. – С. 361–365.
5. Дрепа, М.И. Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии / М.И. Дрепа // Знание. Понимание. Умение. – 2009. – №2. – С. 189–193.

**Князева Н.В.**

ГУО «Витебский областной центр  
коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»  
Республика Беларусь  
г. Витебск  
Педагог-психолог  
vog-ckroir@yandex.by

**Лауткина С.В.**

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь  
г. Витебск  
Доцент, кандидат психологических наук  
lautkina@tut.by

УДК 376.1-056.3(075.8)

### **ОСОБОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА В УЧРЕЖДЕНИИ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Статья посвящена проблеме создания образовательного пространства для детей с аутистическими нарушениями в учреждениях общего среднего образования, с учетом их потребностей и возможностей.

Ключевые слова: дети с расстройствами аутистического спектра, образовательная среда, зонирование, условия, принципы, визуальная поддержка.