

МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ  
К АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

© 2013

*Д.В. Иванов*, кандидат психологических наук, доцент кафедры  
«Возрастной и педагогической психологии»*Поволжская государственная социально-гуманитарная академия, Самара (Россия)*

**Аннотация:** В статье раскрываются понятия межличностных отношений и интернет-зависимости. Показано влияние аддиктивного поведения на межличностные отношения подростков. Рассматривается современное состояние проблемы аддиктивного поведения. Определяются возможности применения различных методов психологической профилактики интернет-зависимости у подростков. Рассматриваются результаты психологической профилактики аддиктивного поведения подростков.

**Ключевые слова:** межличностные отношения, девиантное поведение, аддиктивное поведение, интернет-зависимость, подростковый возраст, психолого-педагогическая профилактика.

Современная Россия находится на стадии перехода к информационному обществу, который является одним из самых значимых процессов сегодня. Все более глобальные масштабы в современном обществе приобретает всеобщая информатизация и компьютеризация. Проведенный фондом «Общественное мнение» проект «Интернет в России / Россия в Интернете», показал, что по количеству пользователей Интернета Россия занимает третье место в мире. Число интернет-пользователей в России стремительно растет. Каждый третий житель России является пользователем Интернета, а каждый седьмой посещает Интернет ежедневно [1].

Среди пользователей Интернета в России наиболее широкой является аудитория молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет, то есть подростки и юноши. Интернет воспринимается молодежью в качестве основного средства коммуникации. Однако длительное использование информационных технологий приводит к отрицательным последствиям, среди которых сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир и развитие зависимости [1]. Таким образом, сегодня проблема раннего предупреждения Интернет-зависимости представляется нам особенно актуальной. В образовательной среде должна быть организована эффективная система предупреждения формирования зависимостей, в том числе компьютерной и Интернет-зависимости.

Достаточно длительное время в России проблема Интернет-зависимости молодежи не привлекала к себе особого внимания психологов. Однако сегодня количество пользователей интернетом стремительно увеличивается, возникают более новые и привлекательные компьютерные программы для виртуального общения. При этом в нашей стране отсутствует концепция комплексных мер по профилактике интернет-зависимости молодежи.

Одно из первых исследований феноменов зависимости от Интернета было проведено клиническим психологом К. Янг. В 1994 году К. Янг разработала специальный опросник для изучения степени зависимости от сети Интернет. Также следует отметить работы психиатра И. Голдберга, предложившего в 1996 году термин «Интернет-зависимость» для описания неоправданно долгого, возможно патологического, пребывания в Интернете. Американская исследовательница и медик М. Орзак является одной из первых, кто выделил признаки, характерные для патологического использования компьютера, которые возникают не только при использовании Интернета, но и при зависимости от компьютера в целом. Р. Девисом была предложена когнитивно-поведенческая модель использования Интернета. Гипотеза о том, что Интернет-аддикция может формироваться на базе различных форм использования Интернета, была выдвинута М. Гриффитс. Дж. Морэйхан-Мартин предложит различать Интернет-аддикцию, зависимость от Интернета, и излишнее применение Интернета, как разные явления. Сходства и различия между химическими зависимостями, Интернет-зависимостью проанализированы М. Фенишелом. М. Шоттон разработала типологию зависимости от компьютера.

В России данный феномен изучается в основном психологами, в частности, А.Е. Жичкиной, Н.В. Чудовой, А.Ю. Егоровой, Ц.П. Короленко. В исследованиях Т.С. Спиркиной было установлено, что люди, склонные к Интернет-зависимости, социально и эмоционально дезадаптированы, фрустрированы [2]. В работах А.Е. Войскунского рассматривается общение в локальной сети в сравнении с реальным общением. Интернет-зависимость определяется как «навязчивое (компульсивное) желание выйти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из Интернета, будучи on-line» [3].

Исследователи приводят различные критерии Интернет-зависимости. Признаками сформировавшейся Интернет-аддикции, согласно К. Янг, являются следующие критерии:

- всепоглощенность Интернетом;
- потребность проводить в Сети все больше и больше времени;
- повторные попытки уменьшить использование Интернета;
- возникновение симптомов отмены, причиняющих беспокойство при прекращении пользования Интернетом;
- проблемы контролирования времени;
- проблемы с окружением (семья, школа, работа, друзья);
- ложь по поводу времени, проведенного в сети;
- изменение настроения посредством использования Интернета [4].

Анализ причин роста числа интернет-зависимых подростков приводит к необходимости рассмотрения возрастных особенностей подростков, которые могли бы обусловить такой рост. Одной из причин зависимости от сети интернет могут явиться особенности межличностных отношений подростков. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме психологического развития в подростковом возрасте позволяет сделать вывод о том, что одной из основных причин возникновения межличностных проблем в среде старшеклассников являются индивидуально-психологические особенности общения. Межличностное общение является необходимым условием жизнедеятельности человека, без которого невозможно полноценное формирование личности.

Основой межличностных отношений в подростковом возрасте является общение. Общение является чрезвычайно важным специфическим каналом передачи информации. Содержанием потребности в общении является стремление к признанию и уважению среди сверстников. Проблема становления и развития межличностных отношений привлекает внимание, как психологов, так и педагогов. Большое число теоретических и эмпирических исследований посвящено этой теме. Разработке проблемы коллективов и межличностных отношений в коллективе посвящены работы Н.Н. Обозова, В.М. Бехтерева, Л.С. Выготского, Б.Ф. Ломова, работы Н.И. Шевандрина, И.А. Ильина и Б.Ф. Поршнева, Я.Л. Коломинского и А.В. Петровского, А.М. Матюшкина, Т. Лири. В трудах А.Н. Леонтьева, В.Н. Мясищева, Б.Г.

Ананьева показано, что межличностное взаимодействие – это система избирательных связей человека с другими людьми. Отдельного внимания заслуживает работа Т.Хустона и Г.Левингера «Межличностная привлекательность и межличностные отношения», в которой авторы проанализировали основные признаки коллектива, исследовали коллективистские взаимоотношения и этапы их формирования. Для понимания феномена межличностных отношений большое значение имеют труды, в которых анализировались многообразные явления социальной перцепции, возникающие в общении и межличностной коммуникации (Г.М. Андреева, А.А. Бодалёв, С.С. Дашкова и др.). Влияние межличностного общения и взаимодействия на психику человека, его характер, его мировоззрение и эмоционально-потребностную сферу раскрыто в работах В.А. Барабанщикова, В.А. Кольцовой и др. [5].

Интернет для подростка, как отмечает М.И. Дрепа, является не только информационным пространством, средством общения, но и зачастую средством ухода от реальности и / или получения удовольствия. Поэтому профилактика Интернет-зависимости в подростковой среде становится особенно актуальной в последнее время, так как в большинстве своём именно среди школьников выявляется наибольшая часть Интернет-зависимых [1].

Нами было проведено исследование, направленное на изучение психологических аспектов межличностных отношений подростков, склонных к аддиктивному поведению. Исследование проводилось в марте 2013 года в МБОУ СОШ № 112 г.о. Самара. В исследовании приняли участие 48 подростков – учащиеся 10-11 классов.

Диагностика психологических характеристик межличностных отношений подростков, склонных к Интернет-зависимости, осуществлялась с помощью комплекса методик:

1) опросник «Восприятие Интернета», разработанный Е.А. Щепилиной, для определения степени принадлежности опрашиваемых к сетевой субкультуре и включающий в себя шкалы, сгруппированные по «факторам зависимости», «особенностям восприятия Интернета» и «последствиям зависимости».

2) тест «Диагностика межличностных отношений», созданный в 1954 году (авторы Т. Лири, Г. Лефорж, Р. Сазек). Данная методика позволяет проанализировать особенности человека, проявляющиеся в межличностном взаимодействии, и предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимной оценке.

3) опросник межличностных отношений (МО) А.А. Рукавишников. Он является русскоязычной версией широко известного за рубежом опросника FIRO, разработанного американским психологом В. Шутцем. Опросник направлен на диагностику различных аспектов межличностных отношений в диадах и группах, а также на изучение коммуникативных особенностей личности.

4) тест Кимберли Янг для выявления уровня Интернет-зависимости. Этот тест К. Янг разработала в 1996 году, с помощью него можно определить степень зависимости от сети Интернет.

Проведенное нами исследование проходило в несколько этапов:

- констатирующий этап эксперимента, включавший выявление старшеклассников, склонных к Интернет-зависимости; психодиагностику показателей особенностей межличностных отношений подростков, склонных к Интернет-зависимости, и подростков, не имеющих такую склонность с их последующим сравнением;

- формирующий этап эксперимента, включавший разработку, апробирование программы профилактики Интернет-зависимости у учащихся в старших классах.

- контрольный этап эксперимента – оценка эффективности программы путем повторной психодиагностики уровня зависимости, показателей особенностей

межличностных отношений экспериментальной и контрольной групп.

На первом этапе для выявления старшеклассников, склонных к Интернет-зависимости, был проведен тест К. Янг. 61% опрошенных респондентов являются обычными пользователями онлайн-ресурсов, которые могут путешествовать по сети сколь угодно долго, т.к. умеют контролировать себя. Они могут порой засиживаться в Интернете, но умеют вовремя остановиться. Традиционные виды отдыха по-прежнему остаются приоритетными для них. У 39% опрошенных подростков есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом. Иногда они испытывают трудности в контроле влияния Интернета на свою жизнь.

В целом, на констатирующем этапе эксперимента было выявлено, что склонные к Интернет-зависимости подростки действительно имеют различия в межличностных отношениях по сравнению с подростками, не имеющими такой склонности. Так, у склонных к Интернет-зависимости подростков уровень включения в общение невысок (социально-дефицитный тип). Их можно назвать необщительными, избегающими контактов с людьми. Сознательно они хотят сохранять дистанцию между собой и окружающими; имеет место страх быть отвергнутым, страх одиночества и изоляции, человек чувствует себя бесполезным, не способным вызвать интерес и внимание окружающих. Они проявляют себя как необщительные, испытывающие трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе. А также наблюдается большой процент склонных подростков, у которых проявляется несдержанность и вспыльчивость, раздражительность и нетерпимость к другим, резкость в оценке других. В то время как не склонные учащиеся показывают стремление к дружелюбным отношениям с окружающими; искренность и непосредственность в отношении с другими, прямолинейность, настойчивость в достижении цели и энергичность; в общении ведут себя уверенно и независимо, выявляют умение быть хорошим наставником и организатором. Они ощущают себя ценными и значимыми личностями, способны искренне интересоваться другими; они одинаково хорошо чувствуют себя в ситуации, требующей тесных эмоциональных связей, и там, где требуется эмоциональная отдаленность. Они способны признать факт неудавшихся отношений спокойно, как результат конкретно складывающихся отношений с конкретным человеком и подсознательно чувствуют, что привлекательны для тех, кто хорошо знает их, что они способны внушить истинную привязанность и любовь. А также можно отметить, что у значительного количества подростков, склонных к Интернет-зависимости, преобладают следующие типы отношений – прямолинейно-агрессивный, в котором они проявляют недружелюбие, несдержанность и вспыльчивость, раздражительность, резкость в оценке других; покорно-застенчивый, где они проявляют склонность подчиняться более сильному без учета ситуации и склонность уступать всем и во всем.

Таким образом, на констатирующем этапе было выявлено, что существует «группа риска» среди учащихся, которые могут быть подвержены интернет-зависимости. Далее нами была разработана профилактическая программа, целью которой является развитие у подростков коммуникативных навыков, ответственности, сплоченности ученической группы. Программа была разработана для группы подростков (10-15 человек) возраста 15-17 лет. Программа включает в себя 7 занятий, каждое длительностью 1-1,5 часа. Перед программой ставились такие задачи, как: развить коммуникативные навыки подростков, поднять самооценку и снизить тревожность склонных к интернет-зависимости подростков.

По окончании формирующего этапа эксперимента, включавшего в себя проведение комплекса развивающих занятий по профилактике интернет-зависимости и разрешению межличностных проблем, была проведена повторная диагностика особенностей межличностных отношений подростков и склонных к интернет-зависи-

мости. Анализируя полученные результаты, можно утверждать, что после проведенных мероприятий наблюдается достоверный сдвиг в сторону уменьшения числа подростков, склонных к Интернет-зависимости.

По результатам методики «Особенности межличностных отношений» А.А. Рукавишников наблюдается увеличение количества испытуемых в экспериментальной группе, у которых преобладающим типом поведения является социально-выровненный вместо социально-дефицитного типа (рис. 1).

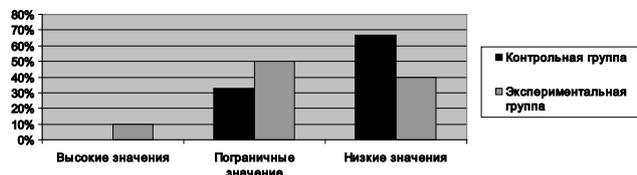


Рис. 1. Процентное соотношение общего объема интеракций по шкале «Включение»

После проведения формирующего эксперимента наблюдаются различия по методике ДМО Т.Лири в показателях испытуемых «до» и «после» проведения программы. Уменьшилось число подростков экспериментальной группы с прямолинейно-агрессивным типом отношений, у которых наблюдалось на первом этапе выраженное недружелюбие и несдержанность по отношению к другим (рис. 2).

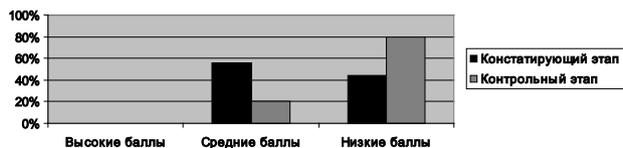


Рис. 2. Сравнение показателей испытуемых по прямолинейно-агрессивному типу отношений на разных этапах эксперимента

Была обнаружена тенденция уменьшения числа подростков с недоверчиво-скептическим типом отношений, испытывающих трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения (рис. 3).

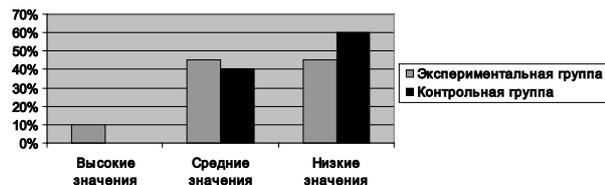


Рис. 3. Сравнение показателей испытуемых по недоверчиво-скептическому типу отношений на разных этапах эксперимента

Произошли изменения в частоте встречаемости социализирующе-конвенционального типа отношений, произошло увеличение количества испытуемых экспериментальной группы, характеризующихся дружелюбным

## INTERPERSONAL RELATIONS OF TEENAGERS INCLINED TO ADDICTIVE BEHAVIOR

© 2013

*D.V. Ivanov*, candidate of psychological sciences, associated professor of the department of «Age and pedagogical psychology»  
Samara State Academy of Social Sciences and Humanities, Samara (Russia)

*Annotation:* In the article the notions of interpersonal relations and Internet addiction are disclosed. The influence of addictive behavior on teenagers' interpersonal relations is shown. The up-to-date state of the problem of addictive behavior is explored. The potentials of application of different methods of psychological prevention of teenagers' Internet addiction are revealed. The results of psychological prevention of addictive behavior of teenagers are presented.

*Key words:* interpersonal relations, deviant activities, addictive behavior, Internet addiction, juvenile age, psychological pedagogical prevention.

отношением к окружающим, стремлением к тесному сотрудничеству с референтной группой (рис. 4).

Таким образом, основными особенностями поведения в межличностных отношениях подростков экспериментальной группы стали: независимость суждений, стремление к общению, к равенству в межличностных отношениях, к достижению познания своего «Я» и успешному развитию своей личности.

Сравнение с помощью критерия Вилкоксона ответов подростков контрольной и экспериментальной групп на вопросы опросника «Восприятие Интернета» Е.А. Щепиловой после проведения формирующего эксперимента показало наличие статистически значимых достоверных различий по шкалам «изменение состояния сознания в результате использования Интернета», «общение» и «стремление перенести нормы виртуального мира в реальный».

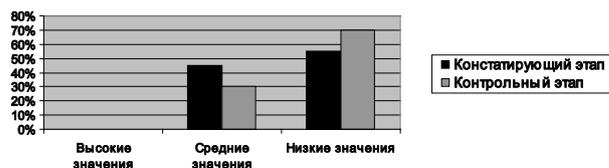


Рис. 4. Сравнение показателей испытуемых по социализирующе-конвенциональному типу отношений на разных этапах эксперимента

Таким образом, полученные результаты показывают, что после проведенной профилактической работы наблюдаются позитивные изменения в сторону уменьшения числа подростков, имеющих склонность к Интернет-зависимости. Произошел рост показателей уровня благополучия взаимоотношений, а также снижение значения показателя индекса агрессивности в экспериментальной группе после проведенной профилактической работы, что говорит об улучшении психологического климата в системе межличностных отношений подростков, о росте их удовлетворенности в общении.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дрепа М.И. Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии // Знание. Понимание. Умение. 2009. № 2. С. 189-193.
2. Спиркина Т.С. Личностные особенности пользователей сети интернет, склонных к интернет-зависимости // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2008. № 60. С. 473-478.
3. Фролов В.А. Педагогические условия профилактики виртуальной аддикции старших школьников. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Московский государственный университет культуры и искусств (МГУКИ). Москва, 2010.
4. Янг К.С. Диагноз – интернет-зависимость // Мир Интернет. 2000. № 2. С. 24-29.
5. Хазанов П.А. Оптимизация межличностных отношений и взаимодействий в системе «учитель-ученик». Автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Московский педагогический государственный университет. Москва, 2006.