

*На правах рукописи*

**КОРЯГИНА ТАТЬЯНА МАКСИМОВНА**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ  
СТУДЕНТОВ**

Специальность: 19.00.01 – Общая психология,  
психология личности, история психологии

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Москва  
2019

Работа выполнена на кафедре социальной и дифференциальной психологии филологического факультета Российского университета дружбы народов

**Научный руководитель:** доктор психологических наук, профессор  
**ЕРШОВА Регина Вячеславовна**

**Официальные оппоненты:** доктор психологических наук (19.00.07), профессор **АРШИНОВА Виктория Викторовна**, профессор кафедры социальной психологии ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет»;

кандидат психологических наук (19.00.01), доцент **БОГАЧЕВА Наталия Вадимовна**, доцент кафедры педагогики и медицинской психологии Института психолого-социальной работы ФГАОУ ВО «Первый Московский государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова Минздрава России» (Сеченовский Университет).

**Ведущая организация:** ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».

Защита диссертации состоится «27» декабря 2019 года в 10.00 часов на заседании постоянно действующего диссертационного совета ПДС 0500.004 при Российском университете дружбы народов по адресу: 117198, г.Москва, ул.Миклухо-Маклая, д.6, зал №1.

С диссертацией можно ознакомиться в Учебно-научном информационном библиотечном центре (Научной библиотеке) Российского университета дружбы народов.

Автореферат диссертации размещен на сайтах <http://vak2.ed.gov.ru> и <http://dissovet.rudn.ru>.

Автореферат диссертации разослан «22» ноября 2019 года.

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
доктор педагогических наук, доцент

В. Б. Куриленко

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

### **Актуальность исследования.**

Актуальность проблемы интернет-зависимости подтверждается не только колоссальным количеством научных работ по всему миру, но и запросами практики. С 2000 до 2015 года удельный вес пользователей интернета увеличился почти в 7 раз. В настоящий момент в России насчитывается 87 миллионов интернет-пользователей, что составляет 71% от населения страны (данные 2018г.). Из них 62 миллиона человек выходят в сеть ежедневно, проводя там в среднем 91-124 минут в сутки. А использование интернета среди молодежи (16-29 лет) близится к предельному значению – 97%. При этом, по данным Российских исследований, распространенность интернет-зависимости среди подростков достигает 4,3%, а злоупотребление интернетом было выявлено в 29,3% случаев.

Несмотря на интенсивность изучения проблемы, в науке до сих пор отсутствует четкое представление о природе и базовых характеристиках интернет-зависимости. Можно утверждать, что окончательно не определен даже научный термин для обозначения данного поведенческого расстройства, которое одни именуют Internet dependency [Anderson, 1998], другие – Internet addiction [Egger, 1996; Thompson, 1996; Young, 1996] или pathological Internet use (паталогическое использование интернета) [Morahan-Martina & Schumacherb, 2000].

В науке допускается рассмотрение интернет-зависимости как самостоятельной аддикции, так и средства для достижения аддиктивного контента. Её определяют как пристрастие непосредственно к интернету и к каким-то конкретным его функциям [Davis, 2001]; патологическое увлечение интернетом, нарушение контроля влечения нехимического генеза [Young, 1996]; «доброкачественное расстройство», направленное на компенсацию недостатков поведения в реальной жизни [Hall & Parsons, 2001]; серьезное расстройство, имеющее не только психологические, но и физиологические последствия [Orzack, 1998]. Имеются результаты исследований, указывающие не только на патогенность интернет-пространства, но и на его саногенную функцию.

Стремительный рост распространенности чрезмерного использования интернета требует от современной психологической науки глубокого изучения природы и факторов интернет-зависимости для получения сведений о механизмах формирования, а также путях преодоления и профилактики. Однако, в настоящее время в науке все еще не сложилось единого мнения в отношении феномена интернет-зависимости, а спектр точек зрения широк: от полного отрицания специфичности интернет-аддикции (в сравнении с другими видами аддиктивного поведения) до максимальной аггравации ее последствий.

**Состояние научной разработанности проблемы.** В настоящее время в психологии достаточно широко представлены теоретические и практические данные, раскрывающие суть и содержание интернет-зависимости. Изучаются природа, сущность, диагностические признаки интернет-зависимости [Goldberg, 1996; Suler, 1996; Brown, 1993; Griffiths, 1996; Chen, 2005; Войскунский, 2000; Лоскутова, 2004; Пережогин, 2006; Егоров, 2007], а также психологические особенности интернет-зависимой личности [Morahan-Martin, 1999; Ahn, 2012; Yen, 2007; Leung, 2007, Hardie and Tee, 2007; Kim & Davis, 2009; Чудова, 2002; Малыгин, 2009; Кузнецова, Чудова, 2009; Радионова, Спиркина, 2009]. Имеются исследования, ориентированные на изучение роли интернета как фактора совладания с проблемами в реальной жизни [Rheingold, 1994; Reid, 1994; Atwood &

Schwartz, 2002]. Анализируются психологические факторы развития интернет-зависимости [Young, 2004; Шаталина, 2009; Малыгин, 2016]. При этом до сих пор в исследованиях отсутствует базирующееся на системном подходе представление о структурно-содержательных характеристиках, детерминантах, закономерностях, механизмах и условиях формирования интернет-зависимости, что ограничивает возможности диагностических и коррекционных мероприятий, снижая их продуктивность. Результаты подобных исследований позволят разработать научно обоснованные методические рекомендации для коррекции интернет-зависимого поведения, а также повысить эффективность психологического сопровождения лиц, имеющих данное поведенческое расстройство.

**Проблема исследования** заключается в необходимости преодоления фрагментарного подхода к анализу факторов формирования интернет-зависимости за счет комплексного изучения предикторов интернет-зависимости психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок. Полученные данные станут основой для разработки научно-обоснованных методических рекомендаций для профилактики и коррекции интернет-зависимости.

**Цель исследования** – изучить и описать систему предикторов интернет-зависимости психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок у студентов.

**Объект исследования** – интернет-зависимость как форма аддиктивного поведения.

**Предмет исследования** – предикторы интернет-зависимости психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок у студентов.

**Гипотезы исследования:**

1. Интернет-зависимость – это форма аддиктивного поведения, связанного с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

2. Интернет-зависимость негативно сказывается на физическом здоровье личности, приводит к множеству психологических и социальных проблем.

3. В качестве психологических предикторов интернет-зависимости студентов выступают психологические характеристики психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок.

4. На разных этапах формирования интернет-зависимости предикторы психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок вносят разный вклад в её структуру.

Для достижения поставленной цели в рамках выдвинутых гипотез решались следующие **задачи**:

– осуществить анализ зарубежной и отечественной литературы для уточнения понятия «интернет-зависимость»;

– проанализировать имеющиеся в науке результаты исследований о влиянии интернет-зависимости на физическое здоровье, психологическую и социальную сферы личности;

– провести эмпирическое исследование предикторов интернет-зависимости психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок у студентов;

– путем эмпирического исследования определить вклад психологических предикторов в структуру интернет-зависимости на разных этапах её сформированности;

– разработать научно-обоснованные методические рекомендации по профилактике и коррекции интернет-зависимости.

#### **Теоретической и методологической основой исследования являются:**

– принцип детерминизма, позволяющий изучать психику человека «цифрового общества», как результат взаимодействия внешних (средовых) и внутренних (интраиндивидуальных) условий (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев);

– принцип системности (целостности), с помощью которого был сформирован методологический аппарат исследования, определен комплекс методов, направленных на изучение психических характеристик, в совокупности дающих представление о личности как динамической системе (Б. Г. Ананьев, А. А. Деркач, Б. Ф. Ломов, К. К. Платонов и др.);

– фундаментальные положения общей, возрастной, клинической психологии, психологии личности, психотерапии;

– положения культурно-исторической теории (Л. С. Выготский), отечественные представления о личности и ее структуре (Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев), базовые теории психического развития (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Э. Эриксон);

– исследования в сфере возникновения и развития интернет-зависимости (К. Янг, Р. Роджерс, М. Орзак, С. Каплан, М. Гриффитс, И. Голдберг, А. Е. Войскунский, В. Л. Малыгин, А. Ю. Егоров, В. А. Лоскутова, Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот, Л. О. Пережогин).

**Методы и методики исследования.** В рамках данного исследования использовался комплекс методов, позволяющих всесторонне изучить психологические предикторы интернет-зависимости студентов:

1) Изучение психологической и педагогической литературы по проблеме исследования, включающее концептуальный анализ ранее проведенных исследований с использованием электронных ресурсов: Гугл Академия, онлайн-библиотека Willey, электронная база Киберленинка и др.).

2) Эмпирические методы исследования: опросник на выявление интернет-зависимости (CIAS) (Чен); авторская анкета, направленная на изучение особенностей взаимодействия респондента с цифровыми устройствами и интернетом (составлена на основе материалов Фонда развития интернет и проекта Г. В. Солдатовой «Дети онлайн»); метод бинокулярной синхронной пупиллометрии (пупиллометр “SS@S”); Шкала чувствительности HSPS (Aron&Aron); методика диагностики потребности в поисках ощущений (М. Цукерман); «Локус-контроль» (Дж. Роттер); опросник временной перспективы (ZTPI) (Ф. Зимбардо); опросник «Большая пятерка-2» (BFQ-2) (Е. Н. Осин и др.); Тест на изучение рабочей памяти (Tarnow Unchuncable Test (TUT) (Avalon Business Systems); шкала психологического благополучия (К. Рифф); опросник эмоциональной эмпатии (А. Мехрабиан, М. Эпштейн); ценностный опросник Ш. Шварца.

3) Методы математико-статистической обработки данных (t-критерий Стьюдента, дискриминантный, корреляционный, факторный, регрессионный анализы) – программный пакет IBM SPSS Statistics v.23.

**Эмпирическая база исследования.** На разных этапах в исследовании приняли участие 512 студентов: мужчины и женщины в возрасте от 16 до 23 лет (учащиеся Государственного социально-гуманитарного университета г. Коломны). По итогам первичной обработки данных в исследовательскую выборку вошли 474 студента: из них 323 женщины и 151 мужчина, средний возраст испытуемых 18,4 лет.

**Достоверность и обоснованность результатов** исследования обеспечивались: целостным подходом к реализации цели исследования и решению его задач; опорой на принцип системности; теоретико-методологической обоснованностью теоретических положений исследования; научно обоснованной организацией эмпирического исследования; применением стандартизированного психодиагностического инструментария, подобранного на основании результатов теоретического исследования и в соответствии с поставленными задачами; надежностью и внутренней согласованностью результатов эмпирического исследования; использованием репрезентативной выборки испытуемых; применением современных статистических методов обработки данных.

Личный вклад автора состоит в непосредственном получении всех данных, их апробации, обработке и интерпретации, а также подготовке публикаций по теме исследования.

**Наиболее существенные и новые научные результаты, полученные лично соискателем, и их научная новизна.**

1. Введено уточненное определение понятия интернет-зависимости, которая в диссертационном исследовании трактуется как форма аддиктивного поведения, связанного с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

2. Определены и описаны внешние и внутренние факторы интернет-зависимости, предложена концептуальная модель формирования аддикции, которая строится на их комплексном воздействии на личность. Сформированная под влиянием факторов интернет-зависимость, в свою очередь, приводит к ряду психологических (в когнитивной сфере – нарушения внимания, ухудшение памяти, снижение когнитивного контроля; в эмоциональной сфере – депрессивные состояния, эмоциональная неуравновешенность, враждебность; в волевой сфере – снижение контроля над действиями и временем; в ценностной сфере – подмена реальных ценностей виртуальными; в мотивационной сфере – снижение мотивации к достижениям, противоречивость мотивов) и социальных проблем (снижение мотивации к непосредственному общению, ослаблению социально-значимых связей, утрате социальных навыков, изоляции и др.), а также проблем с физическим здоровьем (повышение риска сердечно-сосудистых заболеваний и патологии опорно-двигательного аппарата; нарушение зрения, нарушение режима сна и отдыха, изменения в структуре мозга и в его функционировании).

3. Эмпирически выявлены психологические предикторы интернет-зависимости студентов психофизического уровня (нарушения работы нервной системы: истощение, стресс и усталость); индивидуально-психологического уровня

(различия в эмоциональной сфере (высокий уровень чувствительности (сензитивности), социальной желательности, нарушения временной перспективы, существенное снижение объема рабочей памяти и внимания); уровня социальных установок (для зависимых от интернета респондентов характерны более низкая самооценка и незаинтересованность в самостоятельном продвижении собственных идей, они подвержены влиянию социальных стандартов и стараются избегать неудачи).

4. На разных этапах проявления интернет-зависимости изменяется структура её предикторов. Для независимых от интернета студентов протектором развития интернет-зависимости являются психофизические показатели: устойчивость, резистентность нервной системы к стрессовым воздействиям, способность быстро восстанавливаться после действия сильных раздражителей, чувствительность обработки сенсорной информации. У склонных к интернет-зависимости студентов её предикторами выступают преимущественно показатели уровня социальных установок: сниженные показатели психологического благополучия, и ценностей заботы о людях и природе, чувства долга и традиции, личной и общественной безопасности, стремления к равенству и защите всех людей. У студентов с уже сформированной интернет-зависимостью на первый план вновь выходят предикторы психофизического уровня в виде угнетенности и истощения нервной системы, задержки реакции на раздражитель в сочетании с её слабостью, поверхностностью и увеличенным периодом восстановления.

5. В процессе эмпирического исследования был обнаружен 51 предиктор интернет-зависимости студентов (15 предикторов психофизического уровня, 15 предикторов индивидуально-психологического уровня, 21 предиктор уровня социальных установок). На психофизическом уровне интернет-зависимость различают 2 переменные шкалы чувствительности (Highly Sensitive Person Scale, HSPS) – легкость возбуждения и интегральный показатель чувствительности, а также 13 переменных синхронной бинокулярной пупиллометрии, среди которых: отклонение от нормы параметров, характеризующих возбужденность и устойчивость нервной системы, особенности амплитуды сокращения зрачка, длительность и активность реакции. На индивидуально-психологическом уровне интернет-зависимость определяют показатели доминантности, динамизма, контроля импульсов, любезности, открытости культуре, открытости опыту, стабильности эмоций, социальной желательности субъектного и социального характера, упорства, эмпатии, а также особенности психологического времени личности. На уровне социальных установок интернет-зависимость определяют параметры психологического благополучия личности, а также некоторые ценностные ориентации: личная безопасность, забота об окружающих, власть посредством владения ресурсами, ценности достижения, межличностный конформизм, скромность, свобода идей и действий, стремление к возбуждению и новизне, приверженность традициям, стремление к равенству, сохранение природы, толерантность.

**Теоретическая значимость исследовательской работы** заключается:

– в уточнении и введении в научный оборот понятия интернет-зависимости как формы аддиктивного поведения;

– в систематизации научных данных о влиянии интернет-зависимости на физическое здоровье, психологическую и социальную сферы личности;

– в описании механизмов формирования интернет-зависимости путём обнаружения предикторов психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок, описании их вклада в структуру интернет-зависимости на разных этапах её сформированности;

– в выявлении характеристик психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок, которые могут выступать предикторами интернет-зависимости студентов;

– в подтверждении перспективности дальнейших исследований интернет-зависимости как формы аддиктивного поведения.

**Практическая ценность исследования** заключается в следующем: сформулированы научно-обоснованные методические рекомендации по профилактике и коррекции интернет-зависимости, которые могут использоваться в практической деятельности психологов и психотерапевтов; полученные результаты о психологических особенностях интернет-зависимой личности могут использоваться в психоконсультационной практике, психотерапии и клинической психологии, для своевременного выявления и коррекции интернет-зависимого поведения. Собранные в процессе бинокулярной синхронной пупиллометрии результаты могут быть использованы для разработки аппаратно-программного обеспечения, направленного на диагностику интернет-зависимости по характеру зрачковой реакции; основные теоретические положения и эмпирические результаты исследования могут быть использованы при преподавании курсов «Психология личности», «Общая психология», «Социальная психология».

#### **Исследование проводилось поэтапно.**

*На первом этапе (2014–2015 гг.)* исследования был произведен анализ научной литературы по проблеме исследования, обосновывалась цель, определялись задачи, формулировались гипотезы исследования, подбирались адекватные целям и задачам методы и методики исследования, была разработана анкета для изучения характера деятельности студентов в Сети, составлена программа эмпирического исследования.

*Второй этап (2015–2017 гг.)*. Была сформирована эмпирическая выборка, проведена диагностика интернет-зависимости, исследование особенностей интернет-зависимых студентов психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок, обработаны первичные данные психодиагностики.

*Третий этап (2017–2018 гг.)*. Осуществлялась вторичная обработка полученных эмпирических данных (сравнительный, корреляционный, дискриминантный, факторных и регрессионный анализы) и их качественная интерпретация; обобщены результаты всех этапов исследования, сформулированы его выводы; на основе сделанных выводов были описаны предикторы интернет-зависимости студентов психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок; разработаны методические рекомендации по профилактике и коррекции интернет-зависимости.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Интернет-зависимость – это форма аддиктивного поведения, связанного с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

2. Концептуальная модель формирования интернет-зависимости строится на комплексном воздействии на личность внешних и внутренних факторов. К внешним факторам интернет-зависимости относятся: доступность интернета; особенности воспитания и внутрисемейных отношений; специфические свойства интернета. Внутренние факторы: психофизические (слабость нервной системы и её ригидность, быстрая, повышенная возбудимость и сниженная чувствительность к награде, утомляемость; симптомы СДВГ: невнимательность, гиперактивность, импульсивность); индивидуально-психологические (эмоциональная неустойчивость, низкий самоконтроль, робость, тревожность, возбудимость, неуверенность в себе, низкий уровень агрессии, интровертность); социально-психологические (одиночество, проблемы межличностных отношений). Сформированная под их влиянием интернет-зависимость, в свою очередь, приводит к ряду психологических и социальных проблем, а также проблем с физическим здоровьем.

3. Предикторы интернет-зависимости в студенческом возрасте психофизического уровня: истощение нервной системы; слабость реакций; эмоциональная нестабильность и беспокойство; повышенная чувствительность. Предикторы индивидуально-психологического уровня: отсутствие эгоистической социальной желательности; снижение вежливости в отношении окружающих; ухудшения внимания и памяти; нарушения временной перспективы в виде неприятия своего прошлого; эмоциональная стабильность и эмпатийность. Предикторы уровня социальных установок: замедление темпов личностного роста; слабое осознание жизненных целей и перспектив; неудовлетворенность собой и обстоятельствами собственной жизни; низкий уровень психологического благополучия; стремление к достижению успеха в соответствии с социальными стандартами; влияние посредством контролирования материальных, социальных ресурсов и осуществления контроля над людьми; защита и влияние посредством поддержания публичного имиджа и избегания неудач; наличие высокой ценности безопасности непосредственного окружения, заботы о природе и отсутствием ценности самостоятельного продвижения собственных идей.

4. На разных этапах формирования зависимости от интернета предикторы психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок вносят разный вклад в её структуру. На первых этапах взаимодействия с интернетом своеобразным протектором развития зависимости в первую очередь, являются психофизические показатели: устойчивость, резистентность нервной системы к стрессовым воздействиям, способность быстро восстанавливаться после действия сильных раздражителей. В качестве ведущих предикторов развития зависимости от интернета на этапе его интенсивного использования (этапе склонности к интернет-зависимости) выступают показатели уровня социальных установок, характеризующие психологическое благополучие личности, её ценностно-смысловую сферу, и особенности коммуникации. В первую очередь страдают показатели психологического благополучия личности, затем изменениям подвергается ценностная сфера: ценности заботы о людях и природе, чувства долга и традиции, личной и общественной безопасности, стремления к равенству и защите всех людей. На этапе сформированной интернет-зависимости ведущим её предиктором выступает комплекс психофизических показателей: угнетенность и истощение нервной системы, задержка реакции на раздражитель в сочетании с её слабостью и поверхностностью, увеличенный

период восстановления. Продолжаются начавшиеся на этапе склонности процессы трансформации ценностной сферы личности (снижение роли ценностей достижения, власти, самостоятельности, стимуляции и безопасности).

5. На психофизическом уровне интернет-зависимость различают показатели чувствительности, как темпераментальной характеристики человека: легкость возбуждения и интегральный показатель чувствительности (HSPS), а также некоторые особенности нервной системы: возбужденность, устойчивость, скорость ответа на внешние раздражители, глубина реакции на раздражитель и скорость восстановления (синхронная бинокулярная пупиллометрия).

На индивидуально-психологическом уровне интернет-зависимость определяют такие черты как доминантность, динамизм, контроль импульсов, вежливость, открытость культуре, открытость опыту, контроль над эмоциями, социальная желательность, упорство, эмпатия (BFQ-2); особенности психологического времени личности: ориентация на будущее, гедонистическое настоящее, негативное прошлое, фаталистическое настоящее (ZTP1).

На уровне социальных установок интернет-зависимость определяют параметры психологического благополучия личности: баланс аффекта, личностный рост, осмысленность жизни, позитивные отношения с окружающими, психологическое благополучие, самопринятие, цели в жизни, открытость в контактах с окружающими и открытость опыту (Шкала психологического благополучия Рифф); ценностные ориентации: личная безопасность, забота об окружающих, власть посредством владения ресурсами, ценности достижения, межличностный конформизм, скромность, свобода идей и действий, стремление к возбуждению и новизне, приверженность традициям, стремление к равенству, сохранение природы, толерантность (Ценностный опросник Шварца).

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные результаты и положения диссертации обсуждались на заседаниях кафедры психологии социально-психологического факультета Государственного социально-гуманитарного университета, а также на следующих научных конференциях: XV Международной научно-практической конференции «Прикладная психология на службе развивающейся личности» (г. Коломна, 2017); Областной межведомственной научно-практической конференции «Формирование здорового образа жизни. Передовой опыт социально-педагогической работы с детьми и семьей» (г. Коломна, 2016); Международной научно-практической конференции «Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека» (г. Коломна, 2016); II-ой Международной научно-практической конференции «Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека» (г. Коломна, 2018); Международной конференции молодых ученых «Актуальные проблемы современных гуманитарных наук» (г. Коломна, 2015).

По теме диссертации опубликовано 13 работ, из них 4 – в ведущих научных рецензируемых изданиях, рекомендованных Ученым советом Российского университета дружбы народов («Положение о присуждении ученых степеней ФГАОУ ВО “Российский университет дружбы народов”», утв. 19.02.2018 г.), Высшей аттестационной комиссией при Министерстве науки и высшего образования РФ, 1 статья – в научном издании, индексируемом в МБД «Scopus».

**Структура и объем диссертации.** Работа состоит из Введения, трех глав, Заключение, списка использованной литературы (216 наименований, в том числе 104 источника на иностранном языке) и 4 приложений. Диссертация

проиллюстрирована 30 таблицами, 10 диаграммами и 5 рисунками. Объем работы составляет 165 страниц.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Во Введении** обосновывается актуальность выбранной темы, определяются объект и предмет исследования, формулируются его цели, задачи и гипотезы, указываются методы исследования, раскрывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы.

**Первая глава «Теоретическое обоснование исследования психологических предикторов интернет-зависимости студентов»** посвящена теоретическому анализу подходов к изучению интернет-зависимости, её природы, симптомов и факторов формирования, а также влияния на различные сферы личности. На сегодняшний день проблема интернет-зависимости не имеет ни устоявшейся терминологии, ни официально признанной аддиктивной природы. В науке допускается рассмотрение интернет-зависимости как самостоятельной аддикции, так и средства для достижения аддиктивного контента. Её определяют как пристрастие непосредственно к интернету и к каким-то конкретным его функциям [Davis, 2001]; патологическое увлечение интернетом, нарушение контроля влечения нехимического генеза [Young, 1996]; «доброкачественное расстройство», направленное на компенсацию недостатков поведения в реальной жизни [Hall & Parsons, 2001]; серьезное расстройство, имеющее не только психологические, но и физиологические последствия [Orzack, 1998]. Имеются результаты исследований, указывающие не только на патогенность интернет-пространства, но и на его саногенную функцию.

Взгляды отечественных и зарубежных исследователей на проявления интернет-зависимости во многом схожи и сводятся к ряду поведенческих характеристик, свойственных людям с данной аддикцией:

- неспособность и полное нежелание даже на короткий промежуток времени оторваться от использования интернета [Cheng, 2003; Обжорин, 2011; Кудрявцев, 2014; Пьянкова, 2014];

- депрессия и чувство раздражения при отлучении от компьютера [Yang, 2000; Мартынова, 2002; Кудрявцев, 2014; Пьянкова, 2014]

- постоянное увеличение времени пребывания в Сети и утрата способности спланировать окончание онлайн сеанса [Kraut, 1998; Cheng, 2003; Кудрявцев, 2014];

- увеличение расходов на интернет [Yang, 2000; Войскунский, 2000; Обжорин, 2011];

- ложь друзьям и членам семьи о деятельности в Сети [Yang, 2000; Войскунский 2000; Кудрявцев, 2014];

- пренебрежение своими делами и обязанностями в реальной жизни дома, на работе или учебе [Kraut, 1998; Yang, 2000; Cheng, 2003; Suler, 2015; Tandoc, 2015; Жичкина, 2004];

- бегство в виртуальную реальность от проблем, забот и чувства беспомощности [Beard, 2001; Обжорин, 2011];

- ощущение физического недомогания, связанного с длительным пребыванием за компьютером [Orzack, 1998; Войскунский 2000; Пьянкова, 2014].

При анализе работ отечественных ученых, посвященных исследованию интернет-зависимости и описанию её симптоматики, наблюдается устойчивая

тенденция к заимствованию опыта зарубежных психологов и отсутствие собственных исследований в данном направлении.

В настоящее время в мире наиболее активно ведется изучение природы интернет-зависимого поведения [Spitzer, 2012; Rief, 2013; Griffiths, 2012; Winkler, 2013; Barak и Grohol, 2011; Kim и др. 2012; Войскунский, 2016; Малыгин, 2016; Ершова, 2016] Научные исследования свидетельствуют о том, что склонность к аддиктивному поведению является проявлением определенного внутреннего состояния личности, которое определяется множеством условий и факторов (рис. 1). Современное состояние разработанности проблемы позволяет нам разделить выявленные факторы формирования интернет-зависимости на внешние и внутренние.

По результатам теоретического анализа литературы были сделаны следующие выводы:

1. Интернет-зависимость – это форма аддиктивного поведения, связанная с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

2. Интернет-зависимость развивается под постоянным воздействием внешних и внутренних факторов и оказывает влияние на все сферы жизнедеятельности человека. К внешним факторам интернет-зависимости относятся: доступность интернета; особенности воспитания и внутрисемейных отношений; специфические свойства интернета.

Внутренние факторы подразделяются на: психофизические (слабость нервной системы и её ригидность, быстрая, повышенная возбудимость и сниженная чувствительность к награде, утомляемость; симптомы СДВГ: невнимательность, гиперактивность, импульсивность); индивидуально-психологические (эмоциональная неустойчивость, низкий самоконтроль, робость, тревожность, возбудимость, неуверенность в себе, низкий уровень агрессии, интровертность); социально-психологические (одиночество, проблемы межличностных отношений).

3. Интернет-зависимость негативно сказывается на физическом здоровье личности, повышая риск сердечно-сосудистых заболеваний и патологии опорно-двигательного аппарата; приводит к нарушению зрения, нарушению режима сна и отдыха, изменениям в структуре мозга и в его функционировании.

Злоупотребление интернетом приводит к множеству социальных проблем, таких как снижение мотивации к непосредственному общению, ослаблению социально значимых связей, утрачиванию социальных навыков, изоляции и др.

Под воздействием интернета формируются психологические проблемы: в когнитивной сфере - нарушения внимания, ухудшение памяти, снижение когнитивного контроля; в эмоциональной сфере - депрессивные состояния, эмоциональная неуравновешенность, враждебность; в волевой сфере – снижение контроля над действиями и временем; в ценностной сфере – подмена реальных ценностей виртуальными; в мотивационной сфере – снижение мотивации к достижениям, противоречивость мотивов.

4. Концептуальная модель формирования интернет-зависимости (рис. 1) строится на комплексном воздействии на личность внутренних и внешних факторов. К внешним факторам формирования интернет-зависимости относятся:

доступность интернета, особенности воспитания и внутрисемейных отношений, а также специфические свойства самого интернета. Внутренние факторы могут быть разделены на психофизические, индивидуально-психологические и социально-психологические. Сформированная под их влиянием интернет-зависимость, в свою очередь, приводит к ряду психологических и социальных проблем, а также проблем с физическим здоровьем.



**Рис. 1. Концептуальная модель формирования интернет-зависимости**

Во второй главе «Методологические основы изучения психологических предикторов интернет-зависимости студентов» представлены основные методы исследования интернет-зависимости в отечественной и зарубежной науке, план и методы исследования, описание методик и общая характеристика испытуемых.

Популярность проблемы интернет-зависимости привела к появлению огромного количества некачественного диагностического материала - 45 методик. Проверке психометрических свойств более одного раза подвергались всего 17. В настоящее время в России авторитетом пользуются 3 диагностические методики: методика диагностики зависимости от интернета К. Янг в адаптации В. А. Лоскутовой (Буровой), шкала интернет-зависимости С. Чена (CIAS) в адаптации В. Л. Малыгина и К. А. Феклисова, способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости Л. Н. Юрьевой и Т. Ю. Больбот. Исследование, проведенное А. Е. Войскунским, О. В. Митиной, А. А. Гусеновой и Н. Э. Рустамовой, показало, что наиболее надежной методикой является шкала интернет-зависимости С. Чена.

Основное преимущество методики заключается в возможности выявить наличие ключевых симптомов интернет-зависимости (компульсивность, толерантность, синдром отмены), а также негативные последствия (внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем, проблемы контроля времени). Интегральный показатель определяет наличие/отсутствие интернет-зависимости или имеющуюся склонность к ней.

На разных этапах в исследовании приняли участие 512 студентов: мужчины и женщины в возрасте от 16 до 23 лет (учащиеся Государственного социально-гуманитарного университета г. Коломны). По итогам первичной обработки данных в исследовательскую выборку вошли 474 студента: из них 323 женщины и 151 мужчина, средний возраст испытуемых 18,4 лет.

В исследовании были использованы методики, охватывающие все сферы влияния интернет-зависимости: психофизическую, индивидуально-психологическую сферы и сферу социальных установок.

В третьей главе «Эмпирическое исследование психологических предикторов интернет-зависимости студентов» представлены результаты эмпирического исследования: основные аспекты пребывания в Сети зависимых и независимых от интернета студентов; дискриминантный анализ предикторов интернет-зависимости; статистический, факторный и регрессионный анализы психологических предикторов интернет-зависимости психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок; а также рекомендации по профилактике и коррекции интернет-зависимости. Ниже отображены результаты распределения испытуемых по уровню интернет-зависимости на основе Шкалы интернет-зависимости С. Чена (CIAS) (рис.2).

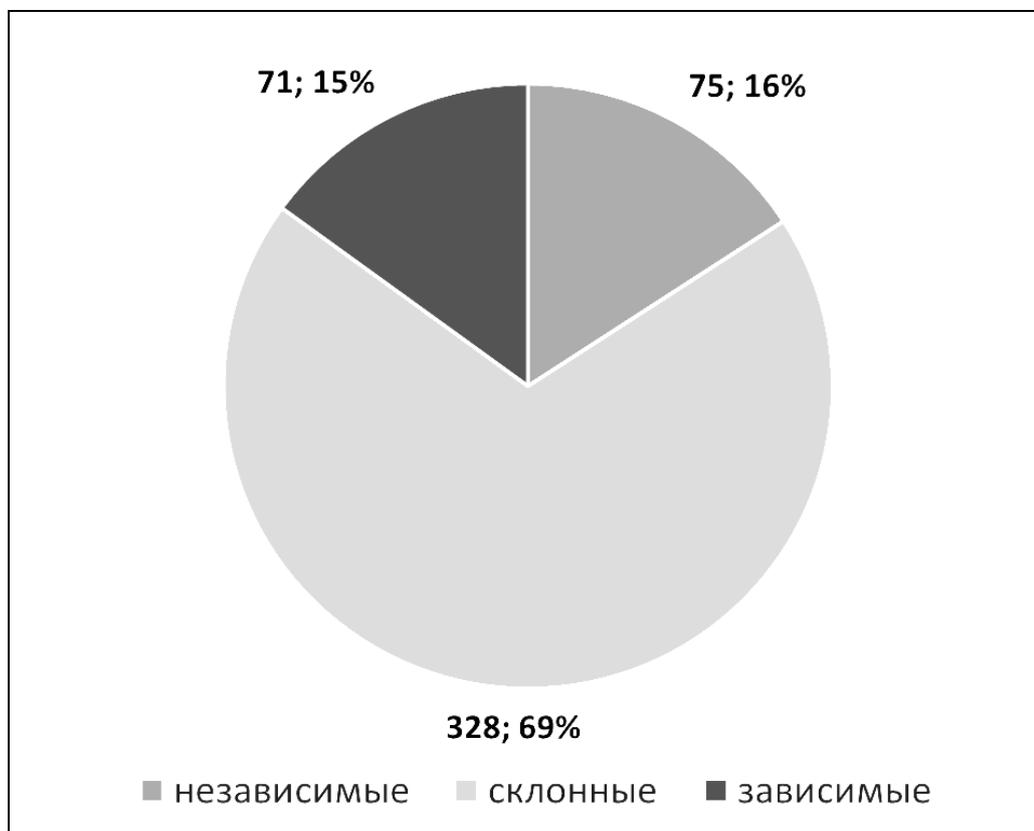


Рис. 2. Распределение испытуемых по уровню интернет-зависимости

Проведенное нами эмпирическое исследование позволило получить следующие результаты.

Анализ результатов авторской анкеты позволил сделать вывод о том, что чрезмерное использование интернета влияет на такие сферы жизнедеятельности студентов как трудоустройство (число работающих студентов в группе чрезмерно использующих интернет ниже, чем в группе независимых от интернета), и проведение досуга (зависимые от интернета студенты делают выбор в пользу интернет-серфинга, социальных сетей и компьютерных игр). Зависимые студенты в среднем начали пользоваться компьютером на 0,8 года раньше независимых, а интернетом на 0,3 года раньше; отношение родителей к увлечению своих детей гаджетами не оказывает существенного влияния на формирование интернет-зависимости.

Использованные на первом этапе статистической обработки данных методы количественного анализа позволили обнаружить значимые различия в показателях трех исследуемых групп психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок.

Значимые различия психофизических показателей в группах зависимых и независимых от интернета студентов были обнаружены по 11 из 14 пупиллометрических параметров для слабой вспышки (зрачковая реакция на слабые вспышки дает представление о чувствительности нервной системы): *Alat*, %*Contr*, *CrLPhS* ( $p \leq 0,03$ ); *Para*, *UGlat* ( $p \leq 0,01$ ); *Plato*, *Cr70*, *Para2*, *Symp1*, *Symp2*, *Symp3* ( $p \leq 0,001$ ) и по 8 из 14 параметров для сильной вспышки (сильная вспышка позволяет выявить более серьезные заболевания, стресс и уровень истощения нервной системы): *Wide* ( $p \leq 0,05$ ), *Tlat*, *Para2* ( $p \leq 0,03$ ), *Symp1*, *Symp2* ( $p \leq 0,01$ ); %*Contr*, *Para*, *Symp3* ( $p \leq 0,001$ ). Различия между группами выявлены также по всем шкалам сензитивности (HSPS): легкость возбуждения, низкий порог чувствительности, интегральный показатель чувствительности ( $p \leq 0,001$ ).

В рамках статистической оценки переменных индивидуально-психологического уровня в группах независимых и зависимых от интернета студентов было обнаружено значимое различие по шкале негативное прошлое ( $p \leq 0,05$ ) (ZTPI). Наряду с этим было выявлено два различия высокого уровня значимости ( $p \leq 0,001$  и  $p \leq 0,05$ ) по четырем переменным опросника «Большая пятёрка-2» (BFQ-2): скрупулёзность, контроль над эмоциями, эгоистическая и моралистическая социальная желательность. В показателях объема рабочей памяти были обнаружены значимые различия в первой пробе из трех чисел ( $p \leq 0,001$ ), в четвертой пробе из трех чисел ( $p \leq 0,05$ ), во второй пробе из трех чисел ( $p \leq 0,05$ ). Различие на уровне тенденции обнаружено в первой пробе из четырех чисел ( $p = 0,093$ ).

Статистическая оценка различий уровня социальных установок в группах независимых и зависимых от интернета студентов показала значимые различия по переменной баланс аффекта ( $p \leq 0,001$ ) (Шкала психологического благополучия К.Рифф). И по переменным достижение ( $p \leq 0,001$ ); власть: ресурсы ( $p \leq 0,005$ ); власть: доминирование ( $p \leq 0,001$ ); репутация ( $p \leq 0,001$ ), безопасность: личная ( $p \leq 0,001$ ), универсализм: забота о природе ( $p \leq 0,05$ ) (Ценностный опросник Шварца).

Таким образом, первый этап статистической обработки данных позволил сделать выводы о присутствии значимых различий в группах испытуемых с разным

уровнем интернет-зависимости на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

Для прояснения качества вклада различных переменных в формирование интернет-зависимости были проведены факторный и регрессионный анализы. В результате были получены структурные модели предикторов интернет-зависимости на разных этапах её формирования.

Факторным анализом методом главных компонент в группе независимых от интернета студентов было выделено 16 факторов, в группе склонных 17 факторов и в группе зависимых 15 факторов, описывающих 89% дисперсии. Проведенный далее регрессионный анализ позволил отобрать факторы, вносящие наибольший вклад в формирование интернет зависимости (9 факторов в группе независимых от интернета и по 8 факторов в группах склонных к интернет-зависимости и зависимых от интернета).

Нам удалось выяснить, что на разных этапах формирования зависимости предикторы психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок вносят разный вклад в её структуру.

На первых этапах взаимодействия с интернетом своеобразным протектором развития зависимости являются психофизические показатели: устойчивость, резистентность нервной системы к стрессовым воздействиям, способность быстро восстанавливаться после действия сильных раздражителей. Также особую роль играет еще один показатель психофизического уровня – чувствительность обработки сенсорной информации, который вошел в структурные матрицы групп независимых от интернета и склонных к зависимости (таблица 1).

В качестве ведущих предикторов развития зависимости от интернета на этапе его интенсивного использования (этапе склонности к интернет-зависимости) выступают показатели уровня социальных установок, характеризующие психологическое благополучие личности, ее ценностно-смысловую сферу, и особенности коммуникации, что соотносится с имеющимися в литературе данными о том, что первые проявления зависимости оказывают более значимое воздействие именно на социальную жизнь человека.

В первую очередь страдают показатели психологического благополучия личности, затем изменениям подвергается ценностная сфера: ценности заботы о людях и природе, чувства долга и традиции, личной и общественной безопасности, стремления к равенству и защите всех людей (таблица 2).

На этапе сформированной интернет-зависимости ведущим предиктором выступает комплекс психофизических показателей: угнетенность и истощение нервной системы, задержка реакции на раздражитель в сочетании с её слабостью и поверхностностью, увеличенный период восстановления. Продолжаются начавшиеся на этапе склонности процессы трансформации ценностной сферы личности (снижение роли ценностей достижения, власти, самостоятельности, стимуляции и безопасности) (таблица 3).

Таблица 1

**Структурная модель предикторов интернет-зависимости в группе  
независимых от интернета студентов**

	Ф2	Ф3	Ф5	Ф8	Ф10	Ф11	Ф12	Ф13	Ф14
(СБП) Plato_3	,971								
(СБП) Tmin_3	,694								
(СБП) Para_3	,633								
(СБП) Speed_3		,923							
(СБП) Contr_3		,901							
(СБП) Activity		,808							
(СБП) Uglat_3		-,771							
(СБП) Speed_1		,682							
(СБП) Stress		,610							
(СБП) Contr_1		,586							
(СБП) Tlat_3		-,514							
(Ш) Благожелательность - забота			,833						
(Ш) Универсализм - забота о природе			,807						
(Ш) Традиция			,760						
(Ш) Благожелательность - чувство долга			,727						
(З) Позитивное прошлое			,657						
(Ш) Безопасность -личная			,577						
(Ш) Безопасность - общественная			,564						
(СБП) Cr70_3				-,743					
(СБП) Exhaustion				,739					
(BFQ-2) Скрупулёзность					,836				
(Ш) Конформизм - межличностный					,625				
(Ш) Конформизм - правила					,526				
(Ш) Стимуляция						,875			
(HSPS) Легкость возбуждения							,882		
(HSPS) Интегральный показатель							,844		
(HSPS) Низкий порог чувствительности							,560		
(BFQ-2) Открытость культуре								,561	
(З) Гедонистическое настоящее									-,596

*\*Примечание: (СБП) – синхронная бинокулярная пуриллометрия, (Ш) – Ценностный опросник Шварца, (З) – Опросник временной перспективы Зимбардо, (BFQ-2) – Опросник Большая пятерка-2, (HSPS) – Шкала чувствительности.*

Таблица 2

**Структурная модель предикторов интернет-зависимости в группе склонных к интернет-зависимости студентов**

	Ф2	Ф4	Ф5	Ф6	Ф7	Ф8	Ф15	Ф16
(Р) Психологическое благополучие	,969							
(Р) Осмысленность жизни	,934							
(Р) Цели в жизни	,906							
(Р) Управление средой	,898							
(Р) Личностный рост	,863							
(Р) Самопринятие	,851							
(Р) Человек как открытая система	,849							
(Р) Позитивные отношения с окружающими	,784							
(Р) Автономность	,629							
(Ш) Благожелательность - забота		,791						
(Ш) Благожелательность – чувство долга		,771						
(Ш) Универсализм – забота о природе		,722						
(Ш) Безопасность - общественная		,680						
(Ш) Универсализм – забота о других		,668						
(Ш) Традиция		,591						
(BFQ-2) Вежливость		,569						
(BFQ-2) Эмпатия		,554						
(Ш) Безопасность - личная		,516						
(СБП) Plato_3			,775					
(СБП) Cr70_3				-,833				
(СБП) Para_3				,807				
(СБП) Exhaustion				,639				
(HSPS) Интегральный показатель					,918			
(HSPS) Легкость возбуждения					,849			
(HSPS) Низкий порог чувствительности					,837			
(BFQ-2) Контроль над эмоциями					,658			
(3) Негативное прошлое					,518			
(BFQ-2) Моралистическая желательность						,753		
(BFQ-2) Эгоистическая желательность						,700		
(BFQ-2) Динамизм						,620		
(BFQ-2) Упорство						,610		
(3) Фаталистическое настоящее							,740	
(BFQ-2) Доминантность								,670

*\*Примечание: (СБП) – синхронная бинокулярная пуриллометрия, (Ш) – Ценностный опросник Шварца, (3) – Опросник временной перспективы Зимбардо, (BFQ-2) – Опросник Большая пятерка-2, (HSPS) – Шкала чувствительности, (Р) – Шкала психологического благополучия Рифф.*

Таблица 3

**Структурная модель предикторов интернет-зависимости в группе зависимых от интернета студентов**

	Ф1	Ф3	Ф5	Ф6	Ф7	Ф12	Ф13	Ф14
(СБП) UGlat_1	,926							
(СБП) Speed_1	-,889							
(СБП) Plato_1	,888							
(СБП) Contr_1	-,877							
(СБП) Speed_3	-,860							
(СБП) Activity	-,852							
(СБП) Contr_3	-,829							
(СБП) Uglat_3	,787							
(СБП) Tlat_3	,734							
(СБП) Exhaustion	,721							
(СБП) Plato_3	,662							
(СБП) Tlat_1	,655							
(СБП) Para_1		,839						
(СБП) Cr70_1		-,603						
(Ш) Достижение			,886					
(Ш) Власть - ресурсы			,804					
(Ш) Скромность			-,750					
(Ш) Власть - доминирование			,743					
(Ш) Репутация			,644					
(Ш) Самостоятельность – поступки				,830				
(Ш) Безопасность - общественная				,731				
(Ш) Универсализм – забота о природе				,683				
(BFQ-2) Скрупулёзность				,580				
(Ш) Традиция				,563				
(BFQ-2) Моралистическая желательность				,536				
(BFQ-2) Открытость опыту					,811			
(Ш) Стимуляция					,760			
(Ш) Самостоятельность - мысли					,578			
(З) Гедонистическое настоящее						,823		
(З) Фаталистическое настоящее						,818		
(З) Позитивное прошлое						,733		
(З) Будущее						,521		
(Ш) Безопасность - личная							,553	
(BFQ-2) Эгоистическая желательность								,509

*\*Примечание: (СБП) – синхронная бинокулярная пуриллометрия, (Ш) – Ценностный опросник Шварца, (З) – Опросник временной перспективы Зимбардо, (BFQ-2) – Опросник Большая пятерка-2.*

В группах независимых, склонных к зависимости и зависимых от интернета студентов факторы, включающие переменные индивидуально-психологического уровня, показали наименьший вес, что подтверждает сложившуюся в научной литературе точку зрения на то, что лишь ограниченный круг личностных характеристик может способствовать формированию интернет-зависимости.

Дискриминантный анализ позволил выявить 51 предиктор интернет-зависимости, из них: 15 предикторов психофизического уровня; 15 предикторов индивидуально-психологического уровня; 21 предиктор уровня социальных установок.

На психофизическом уровне интернет-зависимость различают показатели чувствительности, как темпераментальной характеристики человека: легкость возбуждения и интегральный показатель чувствительности (HSPS), а также некоторые особенности нервной системы: возбужденность, устойчивость, скорость ответа на внешние раздражители, глубина реакции на раздражитель и скорость восстановления (синхронная бинокулярная пупиллометрия).

На индивидуально-психологическом уровне интернет-зависимость определяют такие черты как доминантность, динамизм, контроль импульсов, вежливость, открытость культуре, открытость опыту, контроль над эмоциями, социальная желательность, упорство, эмпатия (BFQ-2); особенности психологического времени личности: ориентация на будущее, гедонистическое настоящее, негативное прошлое, фаталистическое настоящее (ZTP1).

На уровне социальных установок интернет-зависимость определяют параметры психологического благополучия личности: баланс аффекта, личностный рост, осмысленность жизни, позитивные отношения с окружающими, психологическое благополучие, самопринятие, цели в жизни, открытость в контактах с окружающими и открытость опыту (Шкала психологического благополучия Рифф); ценностные ориентации: личная безопасность, забота об окружающих, власть посредством владения ресурсами, ценности достижения, межличностный конформизм, скромность, свобода идей и действий, стремление к возбуждению и новизне, приверженность традициям, стремление к равенству, сохранение природы, толерантность (Ценностный опросник Шварца).

**В Заключении** обобщаются результаты исследования, излагаются основные выводы, подтверждающие гипотезы и положения, выносимые на защиту, освещаются перспективы дальнейших исследований. Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Проведенное исследование позволило уточнить понятие интернет-зависимости, которая понимается как форма аддиктивного поведения, связанного с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок.

2. Было установлено, что сформированная под воздействием внешних и внутренних факторов интернет-зависимость приводит к ряду серьезных проблем. Она негативно сказывается на физическом здоровье личности, повышая риск сердечно-сосудистых заболеваний и патологии опорно-двигательного аппарата; приводит к нарушению зрения, нарушению режима сна и отдыха, изменениям в структуре мозга и в его функционировании. Злоупотребление интернетом приводит к множеству социальных проблем, таких как снижение мотивации к

непосредственному общению, ослаблению социально-значимых связей, утрачиванию социальных навыков, изоляции и др. Под воздействием интернета формируются психологические проблемы: нарушение внимания, ухудшение памяти, снижение когнитивного контроля, депрессивные состояния, эмоциональная неуравновешенность, враждебность, снижение контроля над действиями и временем, подмена реальных ценностей виртуальными, снижение мотивации к достижениям, противоречивость мотивов. Вышеизложенные данные позволили создать концептуальную модель формирования интернет-зависимости.

3. Данные эмпирического исследования позволили описать три группы предикторов интернет-зависимости в студенческом возрасте. Предикторы психофизического уровня проявляются в виде общего истощения нервной системы, слабости реакций, эмоциональной нестабильности и беспокойства, а также повышенной чувствительности. В группу предикторов индивидуально-психологического уровня входят: отсутствие эгоистической социальной желательности, снижение вежливости в отношении окружающих, ухудшение внимания и памяти, нарушение временной перспективы в виде неприятия своего прошлого, эмоциональная стабильность и эмпатийность. Предикторы интернет-зависимости уровня социальных установок связаны с психологическим благополучием личности (замедление темпов личностного роста, слабое осознание жизненных целей и перспектив, неудовлетворенность собой и обстоятельствами собственной жизни, низкий уровень психологического благополучия) и особенностями системы ценностей (стремление к достижению успеха в соответствии с социальными стандартами; влияние посредством контролирования материальных, социальных ресурсов и осуществления контроля над людьми; защита и влияние посредством поддержания публичного имиджа и избегания неудач; наличие высокой ценности безопасности непосредственного окружения, заботы о природе и отсутствие ценности самостоятельного продвижения собственных идей).

4. Установлено, что на разных этапах формирования зависимости предикторы психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок вносят разный вклад в её структуру. Протектором развития зависимости на первых этапах её формирования выступают психофизические показатели, связанные с устойчивостью и резистентностью нервной системы, а также способностью её быстрого восстановления после воздействия раздражителя. На этапе склонности к интернет-зависимости решающую роль играют предикторы уровня социальных установок – параметры психологического благополучия и ценностно-смысловой сферы личности. На этапе устойчивого интернет-зависимого поведения продолжается трансформация ценностной сферы и выходит на первый план комплекс психофизических характеристик, связанных уже с угнетенностью и истощением нервной системы.

5. Анализ эмпирических данных показал, что интернет-зависимость студентов определяется множеством предикторов на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок. В формировании интернет-зависимости играют роль изменения параметров нервной системы; чувствительности, как темпераментальной характеристики; изменения личностных характеристик (доминантность, динамизм, контроль импульсов, любезность, открытость культуре и опыту, стабильность эмоций, социальная

желательность, упорство, эмпатия) и психологическое время личности; особенности психологического благополучия и ценностных ориентаций.

**Приложения** включают: а) опросник «Шкала интернет-зависимости Чена (CIAS)» (С. Чен); б) авторскую анкету, направленную на изучение особенностей взаимодействия респондента с цифровыми устройствами и интернетом; в) данные корреляционного анализа психологических предикторов интернет-зависимости; г) структурные модели предикторов интернет-зависимости.

**Основное содержание диссертационного исследования отражено в следующих публикациях автора:**

1. *Корягина, Т. М. Операционализация шкалы чувствительности (highly sensitive person scale) на российской выборке [Текст] / Т. М. Корягина, Р. В. Ершова, Е. В. Ярмоц, Д. А. Шляхта, Ю. Тарноу // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2018. – Т. 15. – №. 1. – С.22-37 (№423 в перечне рецензируемых научных изданий ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ).*

2. *Сёмина (Корягина), Т. М. Психологическое благополучие интернет-зависимых студентов [Текст]/ Т. М. Сёмина, Р. В. Ершова // Психология обучения. – 2016. – №. 6. – С. 13-21 (№1642 в перечне рецензируемых научных изданий ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ).*

3. *Сёмина (Корягина), Т. М. Пупиллометрические предикторы интернет-зависимости [Текст] / Т. М. Сёмина, Р. В. Ершова, Н. Н. Варченко, К. А. Ганькин, В. П. Новик // Вестник Российского университета дружбы народов. - Серия: Психология и педагогика. – 2016. – №. 1. – С. 42-54 (№423 в перечне рецензируемых научных изданий ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ).*

4. *Корягина, Т. М. Взаимосвязь между интернет-зависимостью и личностными особенностями студентов [Текст] / Т. М. Корягина // Современные исследования социальных проблем. – 2018. – Т. 9. – №. 2. – С. 70-83 (№1813 в перечне рецензируемых научных изданий ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ).*

5. *Koryagina, T. M. A psychometric evaluation of the highly sensitive person scale: the components of sensory-processing sensitivity [Electronic resource]/ Т. М. Koryagina, R. V. Ershova, E. V. Yarmotz, I. V. Semeniak, D. A. Shlyakhta, E. Tarnow // Electronic Journal of General Medicine. – 2018. DOI: <https://doi.org/10.29333/ejgm/100634> (МБД «Scopus»).*

6. *Корягина, Т. М. К вопросу русскоязычной операционализации опросника высокой чувствительности (Highly Sensitive Person Scale, Aron&Aron) [Текст] / Т. М. Корягина, Р. В. Ершова, Е. В. Ярмоц // Прикладная психология на службе развивающейся личности: сборник научных статей и материалов XV Научно-практической конференции с международным участием, 9 – 10 февраля 2017, Коломна / под общ. ред. Р.В. Ершовой. – Коломна, 2017. – С. 74-80.*

7. *Корягина, Т.М. К проблеме изучения феномена интернет-зависимости в отечественной психологии [Текст] / Т. М. Корягина // Формирование здорового образа жизни. Передовой опыт социально-педагогической работы с детьми и семьей. материалы Областной межведомственной научно-практической конференции. – Коломна, 2016. – С. 117-121.*

8. *Корягина, Т. М. Факторы формирования интернет-зависимости [Текст] / Т.М. Корягина // Цифровое общество как культурно-исторический контекст*

развития человека: сборник научных статей и материалов Международной конференции, 14 – 17 февраля 2018, Коломна / под общ.ред. Р.В. Ершовой. – Коломна, 2018. – С.191-194.

9. *Корягина, Т. М.* Феномен десенсбилизации у интернет-зависимых студентов [Текст] / Т. М. Корягина // Прикладная психология на службе развивающейся личности: сборник научных статей и материалов XV Научно-практической конференции с международным участием, 9 – 10 февраля 2017 / под общ. ред. Р.В. Ершовой. – Коломна, 2017. – С. 113-117.

10. *Сёмина (Корягина), Т. М.* The psychological health of russian students [Текст] / Т. М. Сёмина, Р. В. Ершова, Н. Н. Варченко, К. А. Ганькин, Е. В. Омельчанко, М. А. Ерофеева// Пензенский психологический вестник. – 2015. – №. 1. – С. 65-79.

11. *Сёмина (Корягина), Т. М.* Личностные особенности интернет-зависимых студентов [Текст] / Т. М. Сёмина, Р. В. Ершова // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов международной конференции, 11 – 13 февраля 2016, Коломна / под общ.ред. Р.В. Ершовой. – Коломна, 2016. – С. 123-128.

12. *Сёмина (Корягина) Т. М.* Особенности использования Интернета современными студентами [Текст] / Т.М. Сёмина // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов международной конференции, 11 – 13 февраля 2016, Коломна / под общ.ред. Р.В. Ершовой. – Коломна, 2016. – С. 375-379.

13. *Сёмина (Корягина), Т. М.* Психологические особенности интернет-зависимых студентов [Текст] / Т. М. Сёмина, Р. В.Ершова // Актуальные проблемы современных гуманитарных наук: материалы Международной конференции молодых ученых. – М.: РУДН, 2015. – С. 272-276.

**Корягина Татьяна Максимовна (Россия)**

**Психологические предикторы интернет-зависимости студентов**

Предметом диссертационного исследования явились предикторы интернет-зависимости студентов психофизического, индивидуально-психологического уровней и уровня социальных установок. В рамках исследования конкретизируется содержание понятия интернет-зависимости, которая понимается как форма аддиктивного поведения, связанного с неконтролируемым использованием интернета и навязчивым желанием вернуться в виртуальное пространство, и проявляющаяся в виде нарушений на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок. Установлено, что сформированная под воздействием внешних и внутренних факторов интернет-зависимость приводит к ряду психологических и социальных проблем, а также к проблемам с физическим здоровьем; эмпирически выявлены психологические предикторы интернет-зависимости студентов; интернет-зависимость студентов определяется множеством предикторов на психофизическом, индивидуально-психологическом уровнях и уровне социальных установок; на разных этапах формирования зависимости психологические предикторы вносят разный вклад в её структуру.

**Tatyana M. Koryagina (Russia)**

**Psychological predictors of students ' Internet addiction**

The dissertation research is devoted to predictors of students ' Internet addiction psychophysical, individual psychological levels and level of social attitudes. The study concretizes the content of the term Internet dependence, which is understood as a form of addictive behavior, which is associated with uncontrolled use of the Internet and obsessive desire to return to the virtual world and manifested in the form of violations at the psychophysical, individual psychological levels and level of social attitudes. It is established that the Internet dependence formed under the influence of external and internal factors leads to a number of psychological and social problems, as well as to problems with physical health; psychological predictors of students ' Internet addiction were identified empirically; psychological predictors make different contribution to the structure of addiction at different stages of its formation; students' Internet addiction is determined by a variety of predictors at the psychophysical, individual psychological levels and level of social attitudes.