

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ  
И СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

**Кафедра социальной работы и реабилитологии**

**КОНОН**  
Анастасия Валерьевна

**КИБЕРКОММУНИКАТИВНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ У ПОДРОСТКОВ  
С АЛЕКСИТИМИЕЙ**

Дипломная работа

Научный руководитель:  
кандидат медицинских наук,  
доцент Е.В. Шиверская

Допущена к защите  
" \_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2016 г.

Зав. кафедрой социальной работы и реабилитологии,  
кандидат медицинских наук, К.Э. Зборовский

Минск, 2016

## РЕФЕРАТ

Дипломная работа 95 с., 15 рис., 12 табл., 52 источника.

КИБЕРКОММУНИКАТИВНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ, АЛЕКСИТИМИЯ, ИНТЕРНЕТ-ПОВЕДЕНИЕ, АДДИКЦИЯ, СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ, ВИРТУАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ.

**Объект исследования:** интернет-зависимость и феномен алекситимии.

**Цель:** определить взаимосвязь между уровнем киберкоммуникативной зависимости и уровнем алекситимии у подростков – пользователей сети Интернет, а также проанализировать влияние алекситимии на формирование склонности подростков к интернет-зависимому поведению, на основе анализа проведенного исследования предложить пути решения проблемы и профилактики данного вида аддикции.

**Методы исследования:** теоретические методы (анализ психолого-педагогической, социальной, научной и методической литературы по проблеме исследования; классификация, систематизация, сравнение, обобщение, аналогия, синтез, интегрирование), эмпирические методы исследования (измерение: анкетирование, тестирование), количественно-качественный анализ всех полученных данных. Данные подвергались статистической обработке с помощью программы SPSS 6.0 for Windows.

Согласно результатам обработки данных, социальные сети оказывают влияние на жизнь 36% респондентов и являются причиной некоторых проблем, у 9 % из которых использование социальных сетей вызывает значительные проблемы в жизни. Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения характерен для 28% подростков, 52% подростков склонны к возникновению интернет-аддикции, а 20% имеют уже выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения.

Корреляционный анализ (по Спирмену) позволил обнаружить статистически значимые корреляции показателей алекситимии с показателями киберкоммуникативной зависимости в частности и интернет-зависимого поведения в общем. В ходе анализа оценивалась достоверность отличий между значениями в группах с различным уровнем алекситимии. При проверке значимости различий с помощью таблицы сопряженности (критерия  $\chi^2$  Пирсона и критерия Фишера) была подтверждена достоверность полученных результатов.

Учитывая результаты исследования, были разработаны и предложены рекомендации для психологов по преодолению киберкоммуникативной зависимости у подростков с алекситимией, а также предложены рекомендации для родителей и самих подростков по профилактике и коррекции аддиктивного поведения в среде Интернет.

## РЭФЕРАТ

Дыпломная праца 95 з., 15 мал., 12 табл., 52 крыніцы.

КИБЕРКАМУНІКАТЫЎНАЯ ЗАЛЕЖНАСЦЬ, АЛЕКСІТЫМІЯ, ІНТЭРНЭТ-ПАВОДЗІНЫ, АДЫКЦЫЯ, САЦЫЯЛЬНЫЯ СЕТКІ, ВІРТУАЛЬНАЯ РЭАЛЬНАСЦЬ.

**Аб'ект даследавання:** інтэрнэт-залежнасць і феномен алексітыміі.

**Мэта:** вызначыць узаемасувязь паміж роўнем кіберкамунікатыўнай залежнасці і роўнем алексітыміі ў падлеткаў – карыстачоў сеткі Інтэрнэт, а таксама прааналізаваць уплыў алексітыміі на фармаванне схільнасці падлеткаў да інтэрнэт-залежным паводзінам, на грунце аналізу праведзенага даследавання прапанаваць шляхі развязка праблемы і прафілактыкі дадзенага выгляду адыкцыі.

**Метады даследавання:** тэарэтычныя метады (аналіз псіхалага-педагагічнай, сацыяльнай, навуковай і метадычнай літаратуры па праблеме даследавання; класіфікацыя, сістэматызацыя, параўнанне, абагульненне, аналогія, сінтэз, інтэграванне), эмпірычныя метады даследавання (вымярэнне: анкетаванне, тэставанне), колькасна-якасны аналіз усіх атрыманых дадзеных, улучаючы метады матэматычнай статыстыкі. Дадзеныя падпадалі статыстычнай апрацоўцы з дапамогай праграмы SPSS 6.0 for Windows.

Паводле вынікаў апрацоўкі дадзеных, сацыяльныя сеткі ўплываюць на жыццё 36% рэспандэнтаў і з'яўляюцца прычынай некаторых праблем, у 9 % з якіх выкарыстанне сацыяльных сетак выклікае значныя праблемы ў жыцці. Мінімальная рызыка ўзнікнення інтэрнэт-залежных паводзін характэрны для 28% падлеткаў, 52% падлеткаў схільныя да ўзнікнення інтэрнэт-адыкцыі, а 20% маюць ужо выяўлены і ўстойлівы патэрн інтэрнэт-залежных паводзін.

Карэляцыйны аналіз (па Спірмэну) дазволіў выявіць статыстычна значныя карэляцыі паказнікаў алексітыміі з паказнікамі кіберкамунікатыўнай залежнасці ў прыватнасці і інтэрнэт-залежных паводзін у агульным. Падчас аналізу ацэньвалася верагоднасць адрозненняў паміж значэннямі ў групах з розным роўнем алексітыміі. Пры праверцы значнасці адрозненняў з дапамогай табліцы спалучанасці (крытэру  $\chi^2$  Пірсана і крытэру Фішара) была пацверджана верагоднасць атрыманых вынікаў.

Улічваючы вынікі даследавання, былі распрацаваны і прапанаваны рэкамендацыі для псіхалагаў па пераадоленні кіберкамунікатыўнай залежнасці ў падлеткаў з алексітыміяй, а таксама прапанаваны рэкамендацыі для бацькоў і саміх падлеткаў па прафілактыцы і карэкцыі адыкцыйных паводзін у асяроддзі Інтэрнэт.

## RESEARCH PAPER

Thesis work – 95 pages, 15 fig., 12 tables, 52 sources.

CYBERCOMMUNICATIVE DEPENDENCE, ALEKSITIMIYA, INTERNET BEHAVIOUR, ADDIKTION, SOCIAL NETWORKS, VIRTUAL REALITY.

**Object of research:** Internet dependence and phenomenon of aleksitimiya.

**Research objective:** to define interrelation between the level of cybercommunicative dependence and level of aleksitimiya at teenagers – Internet users, and also to analyse influence of an aleksitimiya on formation of tendency of teenagers to Internet dependent behavior, on the basis of the analysis of the conducted research offer solutions of a problem and prevention of this type of addiktion.

**Research methods:** theoretical methods (the analysis of psychology and pedagogical, social, scientific and methodical literature on a research problem; classification, systematization, comparison, generalization, analogy, synthesis, integration), empirical methods of research (measurement: questioning, testing), the quantitative and qualitative analysis of all obtained data, including methods of mathematical statistics. Data were exposed to statistical processing by means of the SPSS 6.0 for Windows program.

According to the results of data processing, social networks have impact on life of 36% of respondents and are the reason of some problems, from which use of social networks causes considerable problems in life in 9%. The minimum risk of emergence of Internet and dependent behavior is characteristic for 28% of teenagers, 52% of teenagers are inclined to emergence Internet addiction and 20% have already expressed and steady pattern of Internet and dependent behavior.

The correlation analysis (across Spirmen) allowed to find statistically significant correlations of indicators of an aleksitimiya with indicators of cybercommunicative dependence in particular and Internet and dependent behavior generally. During the analysis reliability of differences between values in groups with various level of an aleksitimiya was estimated. When checking the importance of distinctions by means of the table of an associativity (criterion  $\chi^2$  Pearson and Fischer's criterion) reliability of the received results was confirmed.

Considering results of research, recommendations for psychologists about overcoming of cybercommunicative dependence at teenagers with an aleksitimiya were developed and offered, and also recommendations for parents and teenagers about prevention and correction of addiktive behavior among the Internet are offered.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г.С. Практическая психология: учебник для вузов / Г.С. Абрамова. – М.: Академический Проект, 2001. – 479 с.
2. Азарова, Л.А. Психодиагностика: применение методов математической статистики в социально-психологических исследованиях: метод. рекомендации / Л.А. Азарова, В.А. Сятковский. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2011. – 84 с.
3. Алекситимия / В.М. Проворотов [и др.] // Журнал неврологии и психиатрии имени С.С. Корсакова; Всероссийское общество неврологов, Всероссийское общество психиатров: Научно-практический рецензируемый журнал. – М.: Медиа Сфера, 2000. – №6. – С. 66-67, 70.
4. Алекситимия – нет слов для чувств / Библиотека Живой информации [Электронный ресурс]. – 2010. – Режим доступа: [http://deti.akademiki.biz/biblioteka\\_jivoi\\_informacii/aleksitimiiia\\_net\\_slov\\_dlia\\_chuvstv/](http://deti.akademiki.biz/biblioteka_jivoi_informacii/aleksitimiiia_net_slov_dlia_chuvstv/). – Дата доступа: 25.10.2015.
5. Бабаева, Ю.Д., Войскунский, А.Е. Психологические последствия информатизации / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – М.: Наука, 1998. – №1 С. 89-100.
6. Байкова, И.А. Психосоматика: учебно-методическое пособие / И.А. Байкова, Е.И. Терещук; Министерство здравоохранения РБ, Белорусская медицинская академия последипломного образования, Кафедра психотерапии, медицинской психологии. – Минск: БелМАПО, 2009. – 29 с.
7. Байкова, И. А. Психосоматические расстройства: Классификация, клиника, диагностика, лечение / И. А. Байкова; Бел.гос. ин-т усовершенствования врачей. – Минск: БелГИУВ, 1999. – 33 с.
8. Беличева, С.А. Основы превентивной психологии / С.А. Беличева. – М.: РИЦ Консорциума «Социальное здоровье», 1993. – 220 с.
9. Брынин, Г.Э. Интернет-зависимость учащейся молодежи: сущность и диагностика / Г.Э. Брыгин // Известия Алтайского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. Право. Филология и искусствоведение. Философия, социология и культурология. Экономика. – Барнаул: ВЭБ ИРБИ, 2010. – № 1. – С. 9-13.
10. Бурова, В.А. Социально-психологические аспекты интернет-зависимости / В.А. Бурова // Интернет – поведение и аддикции [Электронный ресурс]. – 2004. – Режим доступа: <http://user.lvs.ru/vita/doclad.htm>. – Дата доступа: 05.10.2015.

11. Бурлаков, И.В. НомoGamer: Психология компьютерных игр / И.В. Бурлаков. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 144с.
12. Былкина, Н.Д. Алекситимия (АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ЗАРУБЕЖНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ) / Н.Д. Былкина // Вестник Московского университета. Серия 14, Психология. Московский гос. университет им. М. В. Ломоносова, Факультет психологии. – М.: Изд. МГУ, 1995. – С. 51.
13. Ванина, О.Е., Чеснокова, Д.Е. Факторы, влияющие на проявление зависимости от социальных сетей в подростковом возрасте // Сборники конференций НИЦ «Социосфера». – Уфа: Аэтерна, 2011. – № 7. – С. 187-198.
14. Войскунский, А.Е. Феномен зависимости от Интернета /А.Е. Войскунский // Гуманитарные исследования в Интернете. – М.: "Можайск-Терра", 2000. – С.11-40.
15. Волман, Т. Психоаналитический подход к психосоматической границе / Т. Волман // Журнал практической психологии и психоанализа [Электронный ресурс]. – 2003. – №3. – Режим доступа: [http://psyjournal.ru/j3p/par.php?id=20030315#\\*/](http://psyjournal.ru/j3p/par.php?id=20030315#*/). – Дата доступа: 10.10.2015.
16. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В.Гоголева. – М.: МПСИ, 2003. – 240 с.
17. Лоянич, А. Двадцать два симптома зависимости от социальных сетей / А. Лоянич // Перевод статьи портала Examiner.com [Электронный ресурс]. – 2010. – Режим доступа: <http://newsland.com/news/detail/id/479853/>. – Дата доступа: 05.10.2015
18. Дорошевич, М. Характеристика белорусской интернет-аудитории / М. Дорошевич // Рост белорусской интернет-аудитории изнутри [Электронный ресурс]. – 2014. – Режим доступа: <http://marketing.by/mnenie/beloruskaya-internet-auditoriya-ne-rastet-no-izmeneniy-proiskhodyat-vnutri-mikhaildoroshevich/>. – Дата доступа: 10.10.2015
19. Ерьсько, Д.Б. Алекситимия и методы её определения при пограничных психосоматических расстройствах / Д.Б. Ерьсько [и др.]. – СПб: Психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева, 2004. – 16 с.
20. Завалишина, О.В. Моделирование педагогической поддержки подростков, склонных к проявлению интернет-зависимости / О.В. Завалишина // Научный электронный журнал КубГАУ. – 2001. – № 70(06). – С. 601-606.
21. Зависимость от социальных сетей / Перевод статьи Social Networking Sites in Our Life [Электронный ресурс]. – 2014. – Режим доступа: [http://today.ru/?l=eng&r=6&t=social\\_networking\\_sites\\_in\\_our\\_life-sotsialnyie\\_seti\\_v\\_nashey\\_jizni-14](http://today.ru/?l=eng&r=6&t=social_networking_sites_in_our_life-sotsialnyie_seti_v_nashey_jizni-14). – Дата доступа: 02.07.2015.

22. Змановская, Е.В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения): учеб.пособие / Е.В. Змановская. – М.: Академия, 2008. – 288 с.
23. Карелина, А.А. Психологические тесты / А.А. Карелина. – М.: Центр ВЛАДОС, 2000. – 322 с.
24. Кирпиченко, А.А. Психиатрия / А.А. Кирпиченко. – 4-е изд., перераб. и доп. – Минск: Выш. шк., 2001. – 606 с.
25. Кодекс РБ об образовании от 13 января 2011 г. № 243-3 [Электронный ресурс] / Нормативно правовое обеспечение Республики Беларусь. – Минск, 2011. – Режим доступа: <http://www.edu.gov.by/main.aspx?guid=14301>. – Дата доступа: 03.10.2015
26. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь [Электронный ресурс] / Нормативно правовое обеспечение Республики Беларусь. – Минск, 2015. – Режим доступа: <http://www.edu.gov.by/main.aspx?guid=14301>. – Дата доступа: 03.10.2015
27. Корнилов, С.А. Психосоматика и алекситимия /С.А. Корнилов // Интернет школа Корнилова С.А. "Твое здоровье в твоих руках" [Электронный ресурс]. – 2015. – Режим доступа: <http://www.kornilov-s-a.ru/arc/html250.html>. – Дата доступа: 15.05.2015.
28. Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. – 1991. – № 1. – С. 9.
29. Короленко, Ц.П., Лоскутова, В.А. Интернет-зависимость в русскоязычном секторе Интернета / Ц.П. Короленко, В.А.Лоскутова // Бюллетень СО РАМН. – 2004. – № 3(113).– С. 45-51.
30. Коростелева, И.С., Ротентберг, В.С. Проблема алекситимии в контексте поведенческих концепций психосоматических расстройств / И.С. Коростелева, В.С. Ротенберг // Психология телесности и психосоматика [Электронный ресурс]. – 2007. – Режим доступа: <http://www.gestaltlife.ru/publications/13/view/121>. – Дата доступа: 10.05.2015.
31. Кутузова, Д.Н. Нет слов для чувств / Д.Н. Кутузова // Медицинский портал [Электронный ресурс]. – 2012. – Режим доступа: <http://medportal.ru/budzdorova/relation/662/>. – Дата доступа: 11.05.2015.
32. Леонова, Л.Г., Бочкарева, Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте: учебно-методическое пособие / Л.Г. Леонова, Н.Л. Бочкарёва, под ред. Ц.П.Короленко. – Новосибирск: НМИ, 1998. – 48с.
33. Личко, А.Е. Подростковая психиатрия / А.Е. Личко. – М.: Просвещение, 1999. – 430 с.

34. Морозов, А. Китай догоняет США и лечит интернет-зависимых / А. Морозов // Эхо планеты. – 2005. – № 37. – С. 40-42.
35. Москаленко, В.Д. Зависимость: семейная болезнь / В.Д. Москаленко. – М.: ПЕРСЭ, 2006. – 336с.
36. Николаева, Н.О., Мешкова, Т.А. Нарушения поведения: социальные, семейные и биологические предпосылки. / Н.О. Николаева, Т.А. Мешкова // Вопросы психического здоровья детей подростков. – 2011. – №1 (11). – С. 39–49.
37. Никулина, Д.С. Психолого-педагогические условия преодоления алекситимии у студентов вузов / Д.С. Никулина // Известия ТРТУ. Тематический выпуск. Материалы научно-технической конференции «Медицинские информационные системы – МИС-2004». – Таганрог: ТРТУ, 2004. – № 6 (4). – С. 314-317.
38. О белорусской интернет-аудитории / Белорусское информационное агентство БелаПАН [Электронный ресурс]. – 2015. – Режим доступа: <http://nn.by/?c=ar&i=74323&lang=ru/>. – Дата доступа: 10.10.2015.
39. Ожегов, С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов, под общ. ред. проф. Л. И. Скворцова. – 24-е изд. – М.: Оникс, Мир и Образование, 2007. – 1200 с.
40. Писарев, В.Л. Алекситимия / В.Л. Писарев // Статьи Владлена Писарева [Электронный ресурс]. – 2014. – Режим доступа: <http://www.psynavigator.ru/articles.php?code=1003>. – Дата доступа: 25.09.2015.
41. Пристрастие к социальным сетям влияет на моральную распушенность у подростков / Сводные информационные технологии [Электронный ресурс]. – 2010. – Режим доступа: <http://liberatum.ru/news/pristrastie-k-sotssetyam-vliyaet-na-moralnuyuraspushchennost-u-podrostkov>. – Дата доступа: 25.10.2015.
42. Психиатры: социальные сети искажают восприятие реальности / Статья интернет-редакции [www.gian.ru](http://www.gian.ru) на основе информации РИА Новости и открытых источников РИА Новости [Электронный ресурс]. – 2008. – Режим доступа: <http://ria.ru/society/20080704/113125120.html>. – Дата доступа: 14.09.2015.
43. Семёнова, Н.Д. Возможности психологической коррекции алекситимии / Н.Д. Семёнова // Телесность человека: междисциплинарные исследования. – М.: ФО СССР, 1991. – С. 94
44. Сирота, Е.Ю. Личностные особенности постоянных посетителей сайта [www.vkontakte.ru](http://www.vkontakte.ru) / Е.Ю. Сирота // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2010. – № 3. – С. 115-118.



45. Спиркина, Т.С. Личностные особенности пользователей сети Интернет, склонных к интернет-зависимости / Т.С. Спиркина // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008. – № 60. – С. 473-478.

46. Сятковский, В.А. Психофизиология: учебно-методический комплекс / В.А. Сятковский, Л.А. Азарова, К.Э. Зборовский. – Минск: ФУСТ БГУ, 2003. – 120 с.

47. Теория алекситимии [Электронный ресурс] / Психиатрический портал: психодинамически-ориентированные модели психосоматических расстройств, 2011. – Режим доступа: <http://www.psyportal.net/697/aleksitimiya-r-sifneos/>. – Дата доступа: 26.10.2015.

48. Терещук, Е.И. Алекситимия / Е.И. Терещук, И.А. Байкова. – Минск: БелаМАПО, 2009. – 42 с.

49. Тихонов, М.Н., Богословский М.М. Интернет-аддикция / М.Н. Тихонов, М.М. Богословский // Энергия: экономика, техника, экология. – 2012. – № 3. – С. 74-80.

50. Чухрова, М.Г., Ермолаева, А.В. Интернет-зависимость как вариант аддиктивного поведения / М.Г. Чухрова, А.В. Ермолаева // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 2. – С. 231-234.

51. Юрьева, Л.Н. Больбот, Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196с.

52. Янг, К.С. Диагноз – интернет-зависимость / К.С. Янг // Русский народный сервис против наркотиков [Электронный ресурс]. – 2000. – Режим доступа <http://www.narcom.ru/ideas/common/15.html/>. – Дата доступа: 02.11.2015