

**И. В. Ткачев**

УДК 159.99

Кафедра социальной и организационной психологии, факультет философии и социальных наук, Белорусский государственный университет, Минск, Республика Беларусь

## ИССЛЕДОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ БЕЛОРУССКИХ СТУДЕНТОВ

Представлены результаты эмпирического исследования интернет-зависимости белорусских студентов. Проанализированы различия в показателях в зависимости от пола, возраста и профиля специальности студентов. Выявлена связь интернет-зависимости с эмоциональной устойчивостью и экстраверсией.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость, студенты, эмоциональная устойчивость, экстраверсия.

**Образец цитирования:** Ткачев, И. В. Исследование интернет-зависимости среди белорусских студентов / И. В. Ткачев // София: электрон. науч.-просветит. журн. – 2022. – № 2. – С. 80–84.

**I. Tkachov**

## A STUDY OF INTERNET ADDICTION AMONG BELARUSIAN STUDENTS

The paper presents the results of an empirical study of Belarusian students' Internet addiction. Differences in the indicators depending on the gender, age and profile of the specialty of students were analyzed. The relationship of Internet addiction with emotional stability and extraversion was revealed.

**Keywords:** Internet addiction, students, emotional stability, extraversion

**For citation:** Tkachov I. A study of Internet addiction among Belarusian students. *Sophia*. 2022;2;80–84. Russian.

**Автор:****Иван Валентинович**

Ткачев – аспирант кафедры социальной и организационной психологии факультета философии и социальных наук БГУ.

[tkachovivan13@gmail.com](mailto:tkachovivan13@gmail.com)

**Author:**

**Ivan Tkachov** – PhD at the Department of Social and Organizational Psychology, Faculty of Philosophy and Social Sciences, BSU.



Сегодня сложно представить себе жизнь без использования сети интернет. В рамках виртуального пространства можно удобно и быстро удовлетворять огромное количество потребностей, поэтому использование интернета для большинства современных людей – это повседневная часть жизни. В Беларуси 85,1 % людей от общей численности населения являются интернет-пользователями [4], что указывает на распространение интернет-технологий практически на все слои населения. Однако особенно сильно они востребованы среди молодежи – современные технологии стали частью их жизни с раннего возраста. В связи с этим стали актуальными исследования того, как использование интернета влияет на молодежь. В частности, большое количество работ, посвященных феномену интернет-зависимости, обнаруживает, что он связан с межличностными проблемами, депрессией, тревогой, воспринимаемым стрессом, психологической неустойчивостью, психологической негибкостью, избеганием опыта, эмоциональной нестабильностью и другими переменными [5]. Кроме того, в научной литературе наблюдается консенсус по поводу связи интернет-зависимости с возрастом. В группу интернет-зависимых чаще всего попадают более молодые люди по сравнению с людьми группы, не имеющих проблем с использованием интернета [6].

Целью данного исследования является выявление показателей интернет-зависимости среди белорусских студентов.

Для измерения индикаторов интернет-зависимости использовался адаптированный на русский язык опросник «Шкала Чен» [3]. Он позволяет измерять пять показателей: «Межличностные проблемы и проблемы со здоровьем» (CIAS IH), «Симптомы отмены» (CIAS Wit), «Симптомы толерантности и компульсивные симптомы» (CIAS TC), «Проблемы с управлением временем» (CIAS TM), а также общий показатель интернет-зависимости.

Под межличностными проблемами и проблемами со здоровьем понимается показатель, отражающий поведение, при котором использование субъектом интернета продолжается, несмотря на знание о том, что оно вызывает у него физические проблемы или проблемы со взаимоотношениями с другими людьми.

К симптомам отмены относятся проявления, при которых у субъекта при пребывании вне Сети возникают негативные эмоции, связанные с желанием войти в интернет.

Симптомы толерантности указывают на то, что субъекту через определенный период нужно проводить больше времени в интернете, чтобы получать такое же удовлетворение, что и раньше.

Компульсивные симптомы характеризуют проблемы с контролем поведения, связанным с желанием войти в интернет.

Проблемы с управлением временем указывают на неспособность регулировать количество времени, затрачиваемого на пребывании в Сети [1].

Выборку исследования составили 282 студента (144 женщины и 138 мужчин) шести факультетов БГУ. Средний возраст респондентов –  $19,28 \pm 1,16$  лет. Обучающихся на специальностях социально-гуманитарного профиля – 130, математического – 152. Разбивка по курсам: первый курс – 73, второй – 33, третий – 153, четвертый – 23 студента. Для статистической обработки данных использовался пакет SPSS Statistic 20.

Помимо шкалы Чен в исследовании также применялись шкалы «Экстраверсия» и «Эмоциональная устойчивость» из краткой версии опросника «Большая пятерка» [2].

Средние и стандартные отклонения, полученные по шкалам опросника интернет-зависимости представлены в таблице 1.

Таблица 1. *Средние и стандартные отклонения по шкалам методики*

Значение	CIAS IH	CIAS Wit	CIAS TC	CIAS TM	Общий
M	12,21	10,71	16,78	8,98	48,69
SD	3,52	3,20	4,58	3,35	11,86

Примечание: M – среднее; SD – стандартное отклонение.

В итоге проведенного исследования было выявлено, что 18 студентов (6,38 %) имеют минимальный риск развития интернет-зависимости, 238 студентов (84,40 %) имеют склонность к формированию интернет-зависимости и 26 студентов (9,22 %) проявляют устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения. Таким образом, большинство студентов находятся в зоне риска формирования интернет-зависимости.

Для проверки различий по полу, возрасту и профилю специальности применялся t-критерий Стьюдента для независимых выборок. В результате было обнаружено, что показатели по шкале «Симптомы толерантности и компульсивные симптомы» статистически значимо выше у женщин ( $M=17,81$ ,  $SD=4,40$ ;  $p<0,001$ ), чем у мужчин ( $M=15,72$ ,  $SD=4,54$ ). То же самое обнаружено и по общему показателю интернет-зависимости (женщины –  $M=50,25$ ,  $SD=11,13$ ; мужчины –  $M=47,06$ ,  $SD=12,41$ ;  $p<0,05$ ). Это указывает на то, что женщины в большей степени склонны к интернет-зависимости. При этом они больше, чем мужчины нуждаются в увеличении количества времени, затрачиваемого на пребывание в Сети, чтобы получать такое же удовольствие, что и раньше. Также женщинам сложнее преодолевать свое желание войти в интернет, находясь вне Сети. В нашем исследовании также уточнялся вопрос о количестве времени в день, затрачиваемом на активное использование таких платформ, как электронные социальные сети. Ответы основывались на субъективных ощущениях респондентов. По данной переменной были обнаружены статистически значимые различия ( $p<0,001$ ): студентки активно используют электронные социальные сети в течении суток на 1 час 43 минуты дольше, чем студенты мужского пола. Можно предположить, что более высокие показатели интернет-зависимости, симптомов толерантности и компульсивных симптомов в женской выборке связаны с использованием электронных социальных сетей. При сравнении групп с разными возрастными диапазонами (17–19 лет,  $n=142$ ; 20–23,  $n=140$ ) статистически значимых различий не обнаружено.

С целью исключения влияния переменной пола, сравнение в зависимости от профиля специальности проводилось отдельно для мужской и женской выборок. В результате было обнаружено, что у студенток-гуманитариев ( $n=89$ ) показатель по шкале «Симптомы толерантности и компульсивные симптомы» выше ( $M=18,46$ ,  $SD=4,54$ ), чем у студенток математического профиля обучения ( $n=55$ ;  $M=16,75$ ,  $SD=3,97$ ;  $p<0,05$ ). То же самое обнаружено по общему показателю интернет-зависимости (социально-гуманитарный профиль –  $M=51,69$ ,  $SD=11,21$ ; математический профиль –  $M=47,93$ ,  $SD=10,70$ ;  $p<0,05$ ). Статистически значимых различий в мужской выборке между студентами

социально-гуманитарного ( $n=41$ ) и математического профиля обучения ( $n=97$ ) не обнаружено. Полученный результат указывает на актуальность изучения проблемы интернет-зависимости студентов в контексте различных образовательных субкультур.

При помощи коэффициента корреляции Спирмена были обнаружены статистически значимые отрицательные связи показателей интернет-зависимости с эмоциональной устойчивостью (ЭУ) и экстраверсией (ЭКС) (табл. 2).

Таблица 2. *Результаты корреляционного анализа*

Шкалы	CIAS IN	CIAS Wit	CIAS TC	CIAS TM	Общий
ЭУ	-0,22***	-0,18**	-0,37***	-0,22***	-0,32***
ЭКС	-0,14*	-0,13*	0,01	-0,05	-0,10

Примечание: \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$ .

Таким образом, как и в предыдущих исследованиях, в нашем обнаружилось, что интернет-зависимость отрицательно связана с эмоциональной устойчивостью [5]. Причем она коррелирует со всеми шкалами методики. Экстраверсия имеет слабую отрицательную связь с проблемами, связанными со здоровьем и межличностными отношениями при использовании интернета, а также с симптомами отмены. Можно предположить, что коммуникабельность экстравертов и их направленность на внешний мир позволяют им избегать конфликтов и негативных эмоций, связанных с использованием интернета.

Результаты проведенного исследования подтвердили актуальность изучения проблемы интернет-зависимости среди белорусских студентов. Более 80 % процентов респондентов имеют склонность к формированию интернет-зависимости. При этом она связана с чертой эмоциональной неустойчивости, что указывает на то, что интернет может выступать как пространство для эскапизма и способ регуляции эмоций. Результаты исследования также указывают на важность изучения связи интернет-зависимости с конкретными формами интернет-активности. Так, в нашем исследовании было обнаружено, что студентки тратят больше времени на активное использование электронных социальных сетей, чем студенты мужского пола. При этом в женской выборке симптомы толерантности и компульсивные симптомы, общий показатель интернет-зависимости выражены сильнее, чем в мужской. Найденные различия в показателях симптомов толерантности и компульсивных симптомов, общего показателя интернет-зависимости в выборке женского пола в зависимости от профиля получаемой специальности указывают на важность исследования переменных, связанных с различными образовательными субкультурами и их связей с интернет-зависимостью.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: учеб. пособ. / В. Л. Малыгин [и др.]. – М.: МГМСУ, 2011. – 32 с.
2. *Корнилова, Т. В.* Апробация краткого опросника Большой пятерки (ГПИ, КОБТ) / Т. В. Корнилова, М. А. Чумакова // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9. – № 46. – С. 5.
3. *Трусова, А. В.* Психометрические свойства и валидизация русскоязычной версии шкалы интернет-зависимости CIAS в выборке молодых взрослых / А. В. Трусова, Д. С. Шумская, А. О. Кибитов // Вопросы наркологии. – 2021. – №. 7. – С. 34–54.
4. Digital 2022: Belarus [Electronic resource]: DataReportal – Global Digital Insights. – Mode of access: <https://datareportal.com/reports/digital-2022-belarus>. – Date of access: 14.09.2022.
5. *Lozano-Blasco, R.* Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review / R. Lozano-Blasco, A. Q. Robres, A. S. Sánchez // Computers in Human Behavior. – 2022. – Vol. 130 (107201). – P. 1–10.
6. *Tran, B. X.* Vietnamese validation of the short version of internet addiction test / B. X. Tran et al. // Addictive behaviors reports. – 2017. – Vol. 6. – P. 45–50.