

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ

МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ У ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

© 2019 г. Т.В. Левина*

* Студентка, заочное отделение института дистанционного образования, кафедра психологии, ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный технический университет»; 630073, г. Новосибирск, проспект Карла Маркса, 20; e-mail: stereolovers@mail.ru

Поступила в редакцию 5 апреля 2019 г.

Аннотация. Изучалась взаимосвязь интернет-зависимости и характеристик межличностных отношений (дисгармоничность отношений, социально-психологическая дистанция, особенности переживания одиночества). В исследовании приняли участие 176 респондентов (102 женщины, 74 мужчины, средний возраст 27 лет). Респондентам предлагалась батарея, включающая в себя 5 методик: 1) Тест Интернет-зависимости; 2) Модифицированный опросник предпочтения интернета Е. Щепиловой; 3) Методика «Дифференциальный опросник переживания одиночества»; 4) Методика «Определение социально-психологической дистанции»; 5) Методика «Субъективная оценка межличностных отношений». Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью ранговой корреляции Спирмена и критерия различий Манна-Уитни. Показаны различия в выраженности параметров переживания одиночества (изоляция, самоощущения, отчуждения, дисфории, общего переживания одиночества, зависимости от общения), компонентов социально-психологической дистанции (когнитивной, коммуникативной, эмотивной и поведенческой), компонентов дисгармоничности отношений (напряженности, отчужденности, конфликтности, агрессивности) среди независимых, склонных к зависимости и зависимых респондентов. Получены данные о наличии статистически значимых связей между выраженностью компонентов интернет-зависимости и характеристик межличностных отношений во всех изучавшихся группах. Результаты

исследования могут быть использованы для разработки групповых и индивидуальных коррекционных программ по работе с интернет-зависимым поведением.

Ключевые слова: интернет-зависимость, межличностные отношения, одиночество, социально-психологическая дистанция, дисгармония.

ВВЕДЕНИЕ

Развитие современных технологий повлекло за собой повсеместное распространение Интернета (подробнее см.: Нестик, Журавлев, 2016 и др.). В 2018 г. число пользователей Интернета составляло 4,2 млрд. человек, около 55% от общей численности населения мира. Во всех мировых регионах, за исключением Африки и Азии, доля пользователей Интернета превышает 65%, в Европе – 85%, а в Северной Америке достигает 95%. Стоит отметить значительный рост его распространенности за последние 18 лет – более чем на 1000%, особенно в странах Африки и ближнего Востока (Internet World Stats, 2018). В связи со столь стремительной компьютеризацией и информатизацией общества (см., например: Проблемы социальных конфликтов..., 2018; Психологические исследования..., 2018; и др.) встает вопрос о возможной зависимости от использования этой технологии.

В настоящее время проблема *интернет-зависимости* широко исследуется как зарубежными (И. Голдберг, М.Г. Гриффитс, Д. Хиник, К.С. Янг), так и отечественными (В.А. Бурова, С.Н. Варламова, А.Е. Войскунский, А.Ю. Егоров, В.Л. Малыгин, Л.Ю. Соломина) исследователями. *Интернет-зависимость* находится в группе *технологических аддикций*, то есть аддикций не химического происхождения, а поведенческих, связанных с взаимодействием человека и машины. Определение интернет-зависимого поведения включает в себя ряд конкретных поведенческих трудностей: *интернет-гемблинг*, *интернет-трудоголизм*, *интернет-сексоголизм*, *интернет-эротоголизм*, *интернет-шопоголизм*, а также *коммуникационная интернет-аддикция* (Менделевич, 2003). Согласно

концепции С. Чена к симптомам интернет-зависимости относятся *компульсивные симптомы, симптомы отмены, толерантности, внутриличностные проблемы и проблемы, связанные со здоровьем и управлением временем* (Малыгин, 2011). В нашей работе, наряду с перечисленным, будем учитывать и симптом *предпочтения интернета*, при котором человек испытывает желание переместиться в виртуальный мир, воспринимает интернет как более привлекательный, безопасный; имеет значительно большее количество контактов в интернет-среде, нежели в реальном мире (Соломина, 2011).

Согласно модели ACE (Accessibility Control Excitement) влечение к Интернету возникает в результате присутствия трех характеристик: *информационной доступности, анонимности, контролю передаваемой информации, наличию определенных чувств*, стимулирующих доверительное отношение к онлайн-общению (Янг, 2000). К факторам формирования интернет-зависимости на макроуровне относят: *социально-экономические, технико-технологические и социально-политические факторы*. На микроуровне, или личностном уровне: *биологические, психологические, социальные и социально-организационные, экономические факторы*, а также *пользовательский опыт* (Варламова, 2015).

Среди специалистов в последние годы широко обсуждался вопрос, о включении интернет-зависимого поведения в классификацию психических расстройств: DSM-5 и МКБ-10: одни авторы считают интернет-зависимость частью окружающей среды, не признают сходства с другими формами зависимостей, критикуют проведенные исследования; другие считают интернет-зависимость одной из форм поведенческих зависимостей и считают необходимым включить данный феномен в классификацию (Widyanto, 2006; Hinić, 2011). Мы склонны к позитивной оценке включения интернет-зависимости в диагностическую категорию поведенческих зависимостей, в

виду того, что результаты современных исследований подтверждают факт специфического вида психологической дисфункции, сходной с симптомами других форм зависимости.

Помимо этиологических факторов, приведенных выше, внимание ученых привлекает и проблема межличностных отношений. В настоящей работе изучались такие *характеристики межличностных отношений* как *социально-психологическая дистанция, гармоничность/дисгармоничность, а также переживание одиночества.*

Социально-психологическая дистанция проявляется в близости/отчужденности, регулируется внешними факторами, личностными особенностями, активностью взаимодействующих субъектов и состоит из пяти компонентов: *когнитивной, эмотивной, коммуникативной, поведенческой и деятельностной составляющих* (см. также: Купрейченко, Журавлев, 2001; и др.).

Гармония межличностных отношений основывается на соответствующей ситуации межличностной дистанции, превышении достаточно выраженных, но не чрезмерно заостренных сближающих чувств над удаляющими. *Дисгармония* представляет собой несоответствующую ситуации социально-психологическую дистанцию, преобладание удаляющих чувств над сближающими, или чрезмерная заостренность сближающих чувств. Индикаторами дисгармоничности межличностных отношений выступают *напряженность, отчужденность, конфликтность и агрессивность* (Духновский, 2006, 2014). Под *переживанием одиночества* мы понимаем болезненное переживания *отделенности, изолированности от людей*, так и переживания, связанные с *удинением*, которые могут быть позитивными или негативными (Леонтьев, 2013).

Несмотря на повышенный интерес к изучению интернет-зависимости, проблема особенностей межличностных отношений у интернет-зависимых

пользователей по-прежнему остается недостаточно изученной, что демонстрирует необходимость проведения дальнейших исследований в этом направлении.

МЕТОДИКА

Цель исследования состояла в выявлении взаимосвязи интернет-зависимости и характеристик межличностных отношений (дисгармоничности отношений, социально-психологической дистанции, особенностей переживания одиночества).

Объект исследования: межличностные отношения и интернет-зависимость.

Предмет исследования: межличностные отношения у людей с разным уровнем интернет-зависимости.

Гипотезы:

1. Существуют различия в выраженности характеристик социально-психологической дистанции, компонентов субъективной оценки межличностных отношений и переживания одиночества.

2. Существуют различия в структуре взаимосвязей компонентов интернет-зависимости и параметров межличностных отношений между интернет-зависимыми и склонными к интернет-зависимости: в группе склонных к интернет-зависимости преобладают взаимосвязи параметров межличностных отношений с предпочтением интернета; в группе интернет-зависимых преобладают взаимосвязи параметров межличностных отношений с симптомами интернет-зависимости.

Методы и методики исследования

Исследование проводилось с использованием следующих методик:

1) Тест Интернет-зависимости С. Чен (в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова, 2011), с помощью которого определялись следующие

переменные: *компульсивные симптомы* (необходимость в волевом усилии для предотвращения выхода в Интернет, неспособность справиться с зависимостью); *симптомы отмены* (наличие состояния дискомфорта, беспокойства, расстройства и тревоги вне Интернета; чувства утраты чего-то важного без посещения сети); *симптомы толерантности* (отсутствие способности к осознанию собственного состояния, неконтролируемость потребности войти в Интернет; признание необходимости больше времени проводить в Интернете для получения прежнего удовольствия); *внутриличностные проблемы и проблемы, связанные со здоровьем* (сведение к минимуму или отказ от общения с людьми из реальной жизни; физические симптомы интернет-зависимости: физическая усталость, мышечные боли); *проблемы, связанные с управлением временем* (нарушение или утрата способности правильно воспринимать и планировать собственное время). Помимо вышеперечисленных шкал авторы выделяют надшкальные критерии: *Ключевые симптомы Интернет-зависимости*, включающие в себя компульсивные симптомы, симптомы отмены и толерантности; *Негативные последствия использования интернета*, включающие в себя внутриличностные проблемы и проблемы, связанные со здоровьем и управлением временем.

2) Модифицированный опросник предпочтения интернета Е. Щепиловой (в адаптации Л.Ю. Соломиной, 2011), с помощью которого определялась переменная *предпочтения интернета* – это такой симптом интернет-зависимости, при котором человек испытывает желание переместиться в виртуальный мир, воспринимает интернет как более привлекательный, безопасный; имеет значительно большее количество контактов в интернет-среде, нежели в реальном мире.

3) Тест «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев, 2013), с помощью которого определялись следующие переменные: *Изоляция* (отсутствие людей, с которыми возможен

близкий контакт), *переживание одиночества* (восприятие себя, как одинокого человека), *отчуждение* (отсутствие значимых связей с окружающими людьми), *дисфория одиночества* (негативные чувства, связанные с пребыванием в одиночестве), *одиночество как проблема* (негативная оценка одиночества как феномена), *потребность в компании* (переживаемая потребность в общении), *радость уединения* (принятие одиночества и уединения), *ресурс уединения* (нахождение в одиночестве продуктивных сторон), *общее одиночество* (актуальное чувство одиночества), *зависимость от общения*, (неприятие одиночества, неспособность оставаться одному), *позитивное одиночество* (способность находить и использовать ресурс).

4) Методика «Определение социально-психологической дистанции» (С.В. Духновский, 2014), с помощью которой определялись следующие переменные: *когнитивная дистанция* (демонстрирует степень взаимопонимания между испытуемым и другими людьми), *коммуникативная дистанция* (выявляет степень доверия в межличностных отношениях), *эмотивная дистанция* (определяет соотношение сближающих и удаляющих чувств), *поведенческая и деятельностная дистанция* (демонстрирует наличие или отсутствие видов деятельности, которые могут осуществляться совместно).

В виду того, что указанные выше шкалы имеют обратные значения, в целях удобства восприятия в графиках будем использовать противоположный полюс дистанции – близость.

5) Методика «Субъективная оценка межличностных отношений» (С.В. Духновский, 2006); с ее помощью определялись следующие переменные: *напряженность* отношений (при высоких значениях демонстрирует излишнюю сосредоточенность на мыслях об отношениях, дистанцирование от других людей, эмоциональная неустойчивость; при низких значениях - отсутствие размышлений на тему отношений, поверхностность контактов), *отчужденность* в отношениях (при высоких значениях – стремление

дистанцироваться от других людей, отсутствие доверия, осторожность, чувство изолированности; при низких значениях – демонстрация конформности, черты зависимого поведения), *конфликтность* в отношениях (при высоких значениях – противоборство, борьба за свои интересы; при низких значениях – избегание конфронтации, компромиссное поведение), *агрессия* в отношениях (при высоких значениях – стремление к контролю, доминирование над окружающими, проявление резкости, грубости; при низких значениях – демонстрация дружелюбия, гиперсоциальности), *дисгармоничность* (при высоких значениях – наличие дисгармонии в отношениях, отсутствие единства, преобладание удаляющих чувств; при низких значениях – чрезмерное преобладание сближающих чувств, невнимание к трудностям в отношениях).

Использовались методы статистической обработки информации: коэффициент ранговой корреляции Спирмена, U-критерий Манна — Уитни.

Характеристика выборки. В исследовании приняли участие 176 человек (74 мужчины, 102 женщин). Средний возраст 27 лет (средний возраст мужчин – 28 лет, женщин – 27 лет).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты представлены в виде рисунков, диаграмм, таблиц и анализа полученных результатов.

В качестве критерия для выделения групп использовался общий балл теста интернет-зависимости Чена. В результате было выделено три группы: в первую группу (минимальный риск интернет-зависимости) вошли респонденты, у которых значения по шкале «Общий балл ИЗ» не превышают 42 балла (54 человека); во вторую группу (склонность к интернет-зависимости) – со значениями от 43 до 64 баллов (101 человек); в третью группу (выраженная интернет-зависимость) – со значениями от 65 баллов (21 человек).

Интернет-зависимость распределилась следующим образом (рис. 1): значительно преобладает склонность к интернет-зависимости (52,3 %), чуть выше трети – минимальный риск зависимого поведения (35,8%), и меньшую часть занимает выраженная интернет-зависимость (11,9 %). В целом полученные результаты соответствуют данным о распространенности интернет-зависимости, упоминаемым в рассмотренных ранее источниках.

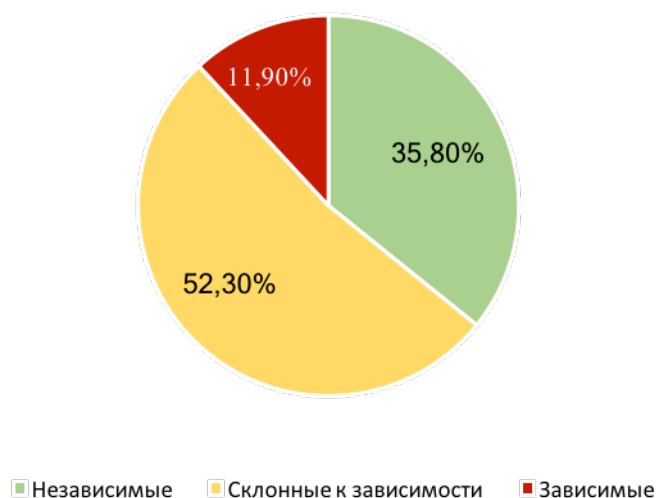


Рис. 1. Процентное соотношение интернет-зависимости по всей выборке (n=176 чел.)

Сравнительный анализ

Были выявлены достоверные различия по уровню переживания одиночества, отчуждения, дисфории, общего переживания одиночества в группах зависимых и независимых и группах склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов; различия в уровне изоляции между зависимыми и независимыми пользователями, различия в выраженности зависимости от общения между склонными к зависимости и независимыми пользователями (табл. 1, рис. 2).

В группах зависимых и склонных к интернет-зависимости уровень общего переживания одиночества, а также его компонентов – изоляции, самоощущения и отчуждения значительно выше по сравнению с независимыми

респондентами. *Общее переживание одиночества* отражает актуальное состояние, включающее в себя отсутствие людей, с которыми возможен близкий контакт, восприятие себя, как одинокого человека, а также отсутствие значимых связей с окружающими людьми. В группах *склонных* к интернет-зависимости и *зависимых* в большей степени, по сравнению с *независимыми* респондентами, преобладают *негативные чувства*, связанные с пребыванием в одиночестве; в группе *склонных* по сравнению с *независимыми* больше зависимость от общения, что говорит о более выраженном восприятии одиночества как негативного феномена, более высокой потребности в общении. По нашему мнению, интернет в данном случае является способом компенсации нехватки близких отношений, высокой потребности в общении, способствуя налаживанию связей в виртуальном мире, посредством использования социальных сетей, форумов и других средств коммуникации, предлагая получение приятных эмоций в противовес дисфорическому настроению, но в тоже время все больше усугубляя разрыв связей с реальностью и усиливая чувство одиночества.

Таблица 1. Результаты сравнительного анализа компонентов переживания одиночества между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов.

Компонент переживания одиночества	М			p	
	Интернет-зависимые (1)	Склонные к интернет-зависимости (2)	Независимые (3)	1/3	2/3
Изоляция	11,2	9,1	8,7	0,001***	0,24
Переживание одиночества	12,6	10,7	9,5	0,001***	0,03*
Отчуждение	14,1	11,9	10,8	0,001***	0,03*
Дисфория	9,1	8,7	7	0,03*	0,001***
Проблемное одиночество	11,6	10,9	10,1	0,06	0,16
Потребность в компании	9,7	9,6	8,8	0,54	0,13
Радость уединения	13,4	12,8	12,2	0,07	0,15

Ресурс уединения	19,5	18,8	18	0,15	0,25
Общее переживание одиночества	37,9	31,8	29	0,0004***	0,03*
Зависимость от общения	30,4	29,2	25,9	0,09	0,02*
Позитивное одиночество	32,9	31,6	30,3	0,12	0,2

Примечание: М – средние значения; «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; «***» – $p \leq 0,001$

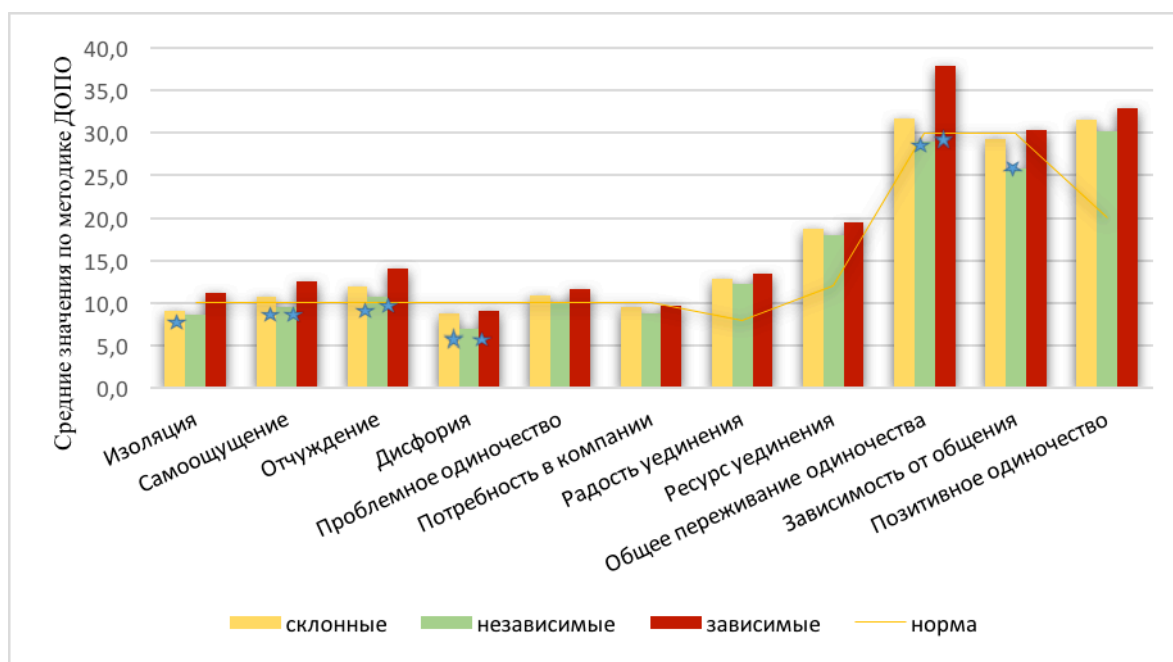


Рис. 2. Различия в выраженности компонентов переживания одиночества между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов

Примечание: ★ – значимые различия по U-критерию Манна-Уитни

Получены достоверные различия между группами независимых и зависимых респондентов (табл. 2, рис. 3) по уровню когнитивной, коммуникативной, эмотивной, поведенческой дистанции, а также между группами склонных к зависимости и независимых респондентов по уровню эмотивной дистанции. Полученные различия говорят о преобладании удаляющих чувств в отношениях, отчужденности и эмоциональной холодности, негативных чувств в адрес партнеров по общению у интернет-зависимых и склонных к зависимости по сравнению с независимыми

респондентами; более выраженном снижении желания совместной деятельности, больших трудностях в осуществлении совместной деятельности.

Таблица 2. Результаты сравнительного анализа характеристик социально-психологической дистанции между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов.

Дистанция	М			p	
	Интернет-зависимые (1)	Склонные к интернет-зависимости (2)	Независимые (3)	1/3	2/3
Когнитивная	35,0	41,0	41,0	0,01**	0,57
Коммуникативная	25,5	32,5	34,5	0,001***	0,43
Эмотивная	30,5	38,0	43,0	0,0003***	0,04*
Поведенческая	33,0	39,0	40,0	0,004**	0,34

Примечание: М – средние значения; «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; «***» – $p \leq 0,001$

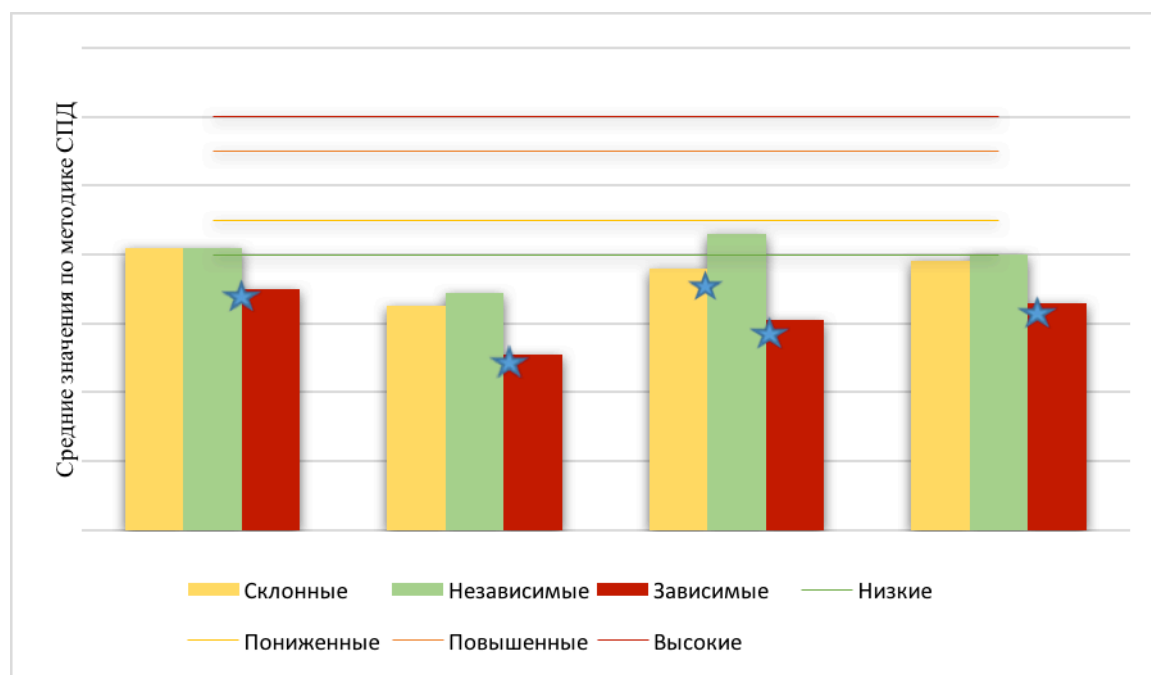


Рис. 3. Различия в выраженности параметров социально-психологической дистанции между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов

Примечание: ★ – значимые различия по U-критерию Манна-Уитни

Выявлены статистически значимые различия по всем компонентам субъективной оценки межличностных отношений между группами *независимых* и *склонных* к интернет-зависимости, а также между независимыми и зависимыми респондентами (табл. 3, рис. 4). Данный результат может говорить о том, что *зависимые* и *склонные* к зависимости пользователи в большей степени по сравнению с *независимыми* воспринимают свои отношения с другими людьми как дисгармоничные с преобладанием удаляющих чувств над сближающими; они склонны в большей степени, чем *независимые*, сосредотачивать внимание на отношениях, дистанцироваться от других людей, демонстрировать осторожность в установлении близких отношений; ориентироваться на собственные интересы, демонстрировать грубость, резкость, стремиться к контролю, больше склонны к демонстрации как косвенной так и прямой агрессии; в большей степени считают свои отношения неустойчивыми, доставляющими беспокойство и дискомфорт, и что доверие в отношениях и их близость менее выражены.

Таблица 3. Результаты сравнительного анализа параметров субъективной оценки межличностных отношений между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов.

Параметр межличностных отношений	М			р	
	Интернет-зависимые (1)	Склонные к интернет-зависимости (2)	Независимые (3)	1/3	2/3
Напряженность	51	43,7	35,8	0,0001***	0,0001***
Отчужденность	50	43,6	37,4	0,0002***	0,002**
Конфликтность	34,9	32,7	29,8	0,03*	0,01**
Агрессия	37,5	34,8	31,8	0,03*	0,03*
Дисгармоничность	43,3	38,7	33,7	0,0002***	0,001***

Примечание: М – средние значения; «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; «***» – $p \leq 0,001$

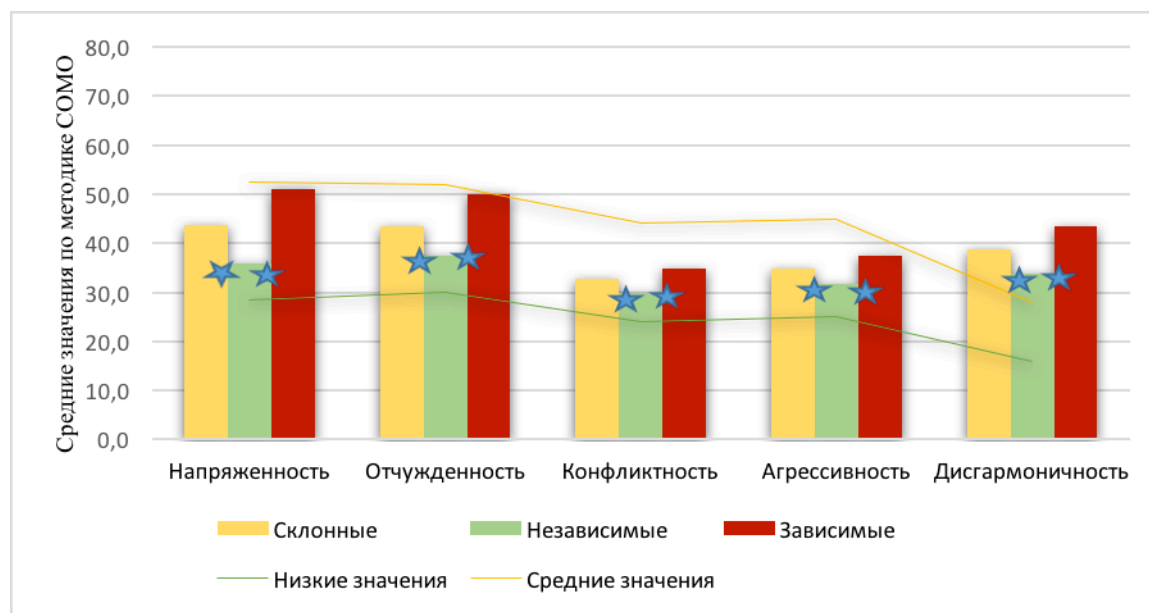


Рис.4. Различия в выраженности параметров субъективной оценки межличностных отношений между группами зависимых, склонных к интернет-зависимости и независимых респондентов

Примечание: ★ – значимые различия по U–критерию Манна-Уитни

Корреляционный анализ

В группе *склонных* к интернет-зависимости выявлены связи между компонентами интернет-зависимости и характеристиками социально-психологической дистанции: обратная связь между предпочтением интернета и когнитивной, коммуникативной, эмотивной, поведенческой дистанцией.

В группе *зависимых* установлены связи между компонентами интернет-зависимости и характеристиками социально-психологической дистанции: обратная связь между когнитивной дистанцией и синдромами толерантности, обратная связь между коммуникативной дистанцией и общим баллом интернет-зависимости, обратная связь между эмотивной дистанцией и предпочтением интернета(табл.4).

Таблица 4. Взаимосвязь параметров интернет-зависимости и характеристик социально-психологической дистанции среди склонных к интернет-зависимости и интернет-зависимых респондентов.

	Предпочтение	Синдромы	Общий балл ИЗ
--	--------------	----------	---------------

Дистанция	интернета		толерантности			
	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ
Когнитивная	-0,23*	-	-	-0,51*	-	-
Коммуникативная	-0,25*	-	-	-	-	-0,43*
Эмотивная	-0,33**	-0,51*	-	-	-	-
Поведенческая	-0,2*	-	-	-	-	-

Примечание: «» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; Скл. – склонные к зависимости; ИЗ – интернет-зависимые*

В полученных данных видны различия в структуре взаимосвязей у зависимых и склонных к интернет-зависимости. В группе респондентов, склонных к интернет-зависимости, наблюдается взаимосвязь всех характеристик социально-психологической дистанции с выраженностью предпочтения интернета; в группе интернет-зависимых пользователей можно наблюдать взаимосвязь каждой из характеристик социально-психологической дистанции с конкретным компонентом интернет-зависимости.

Можно говорить о том, что при дальнейшем росте предпочтения интернета у склонных к интернет-зависимости уменьшается взаимопонимание в отношениях, увеличиваются сложности в понимании и интерпретации поведения, уменьшается доверие по отношению к партнеру и его субъективная ценность, в отношениях начинают преобладать удаляющие чувства, нарастает их холодность, снижается желание совместной деятельности, а трудности при ее осуществлении нарастают. Для зависимых характерно уменьшение понимания партнера по общению, отдаление от него на эмоциональном уровне и снижение доверия в отношениях.

В группе *склонных* к интернет-зависимости выявлены связи между компонентами интернет-зависимости и характеристиками социально-психологической дистанции: прямая связь между предпочтением интернета и напряженностью, отчужденностью, агрессией и дисгармоничностью; прямая связь между проблемами, связанными с интернет-зависимостью, проблемами со временем в частности и напряженностью.

В группе зависимых выявлены связи между компонентами интернет-зависимости и характеристиками социально-психологической дистанции: прямые связи между предпочтением интернета и напряженностью, проблемами, связанными с интернет-зависимостью, общей выраженностью интернет-зависимости; отчужденностью и предпочтением интернета, компульсивными симптомами, внутриличностными проблемами и проблемами со здоровьем, выраженностью интернет-зависимости; конфликтностью и внутриличностными проблемами, проблемами со здоровьем, выраженностью интернет-зависимости; агрессией и проблемами, связанными с интернет-зависимостью, и, в частности, с проблемами со временем; дисгармоничностью и компульсивными симптомами, внутриличностными проблемами и проблемами со здоровьем, проблемами, связанными с интернет-зависимостью, выраженностью интернет-зависимости (табл. 5).

Таблица 5. Взаимосвязь параметров интернет-зависимости и субъективной оценки межличностных отношений в группах склонных к интернет-зависимости и интернет-зависимых.

Параметры	Предпочтение интернета		Компульсивные симптомы		Проблемы со временем		Внутриличностные проблемы/здоровье		Проблемы, связанные с ИЗ		Общий балл ИЗ	
	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ
Напряженность	0,37**	0,5*	-	-	0,22*	-	-	-	0,21*	0,52**	-	0,52*
Отчужденность	0,36**	0,45*	-	0,53*	-	-	-	0,48*	-	-	-	0,47*
Конфликтность	-	-	-	-	-	-	-	0,58**	-	0,79**	-	-
Агрессия	0,34**	-	-	-	-	0,46*	-	-	-	0,55*	-	-
Дисгармония	0,38**	-	-	0,45*	-	-	-	0,46*	-	0,62**	-	0,45*

Примечание: «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; Скл. – склонные к зависимости; ИЗ – интернет-зависимые

В полученных данных (табл. 5) мы видим различия в структурах взаимосвязей у интернет-зависимых и склонных к интернет-зависимости. В группе респондентов, склонных к интернет-зависимости, наблюдается взаимосвязь всех компонентов межличностных отношений (за исключением конфликтности) с выраженностью предпочтения интернета, а также взаимосвязь компонентов интернет-зависимости с напряженностью; в группе интернет-зависимых пользователей можно наблюдать взаимосвязь каждого компонента субъективной оценки межличностных отношений с несколькими компонентами интернет-зависимости.

Можно говорить о том, что как для склонных к интернет-зависимости, так и для интернет-зависимых при увеличении предпочтения интернета реальной жизни, усилении проблем, связанных с интернет-зависимостью, таких как внутриличностные проблемы, проблемы со здоровьем и управление временем, возрастает поглощенность мыслями об отношениях, повышается озабоченность ими. При усилении предпочтения интернета увеличивается желание дистанцироваться от других людей, в отношениях начинают преобладать удаляющие чувства и уменьшаются понимание, близость и доверие.

Для склонных к интернет-зависимости при возрастании предпочтения интернета характерно усиление тенденции к контролю над окружающими, увеличение проявлений агрессивного поведения и уменьшение гармоничности отношений.

Для интернет-зависимых характерно следующее: при увеличении потребности в волевом усилии для выхода из интернета, при усилении внутриличностных проблем, проблем со здоровьем, повышении собственно зависимости от интернета уменьшаются близость и доверие в отношениях, преобладают удаляющие чувства над сближающими; при усилении проблем, связанных с интернет-зависимостью и внутриличностных проблем нарастают

противоречия и конфликты в отношениях, человек в большей степени ориентируется на свои интересы, склонен навязывать собственное мнение; при возрастании компульсивных симптомов, внутриличностных проблем, проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также усилении проявлений интернет-зависимого поведения в общем, снижается гармоничность отношений, уменьшается единство, ослабляются позитивные эмоциональные связи.

В группе склонных к интернет-зависимости выявляются связи между компонентами интернет-зависимости и характеристиками социально-психологической дистанции: прямые связи между изоляцией и предпочтением интернета, симптомами толерантности; самоощущением и предпочтением интернета, ключевыми симптомами интернет-зависимости, симптомами толерантности в частности; отчуждением и предпочтением интернета; проблемным одиночеством и симптомами отмены; радостью уединения и предпочтением интернета; общим переживанием одиночества и предпочтением интернета, симптомами толерантности.

В группе интернет-зависимых выявляются связи между компонентами интернет-зависимости и параметрами переживания одиночества: прямые взаимосвязи между отчуждением и предпочтением интернета; обратная связь между дисфорией и компульсивными симптомами, прямая - с проблемами со временем; обратные связи между проблемным одиночеством и ключевыми симптомами интернет-зависимости, синдромами отмены в частности; прямая связь между радостью уединения и компульсивными симптомами; обратные связи между зависимостью от общения и ключевыми симптомами, компульсивными симптомами в частности (табл. 6).

Таблица 6. Взаимосвязь параметров интернет-зависимости и параметров переживания одиночества в группах склонных к интернет-зависимости и интернет-зависимых.

Параметры	Предпочтение интернета		Компульсивные симптомы		Симптомы отмены		Симптомы толерантности		Проблемы со временем		Ключевые симптомы ИЗ	
	Скл.	ИЗ	Скл	ИЗ	Скл.	ИЗ	Скл.	ИЗ	Ск л.	ИЗ	Скл.	ИЗ
Изоляция	0,21*	-	-	-	-	-	0,23*	-	-	-	-	-
Переживание одиночества	0,22*	-	-	-	-	-	0,31*	-	-	-	0,22*	-
Отчуждение	0,28**	0,47*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Дисфория	-	-	-	0,47*	-	-	-	-	-	0,51*	-	-
Проблемное одиночество	-	-	-	-	0,21*	0,56**	-	-	-	-	-	0,5*
Радость уединения	0,2*	-	-	0,46*	-	-	-	-	-	-	-	-
Общее переживание одиночества	0,29**	-	-	-	-	-	0,21*	-	-	-	-	-
Зависимость от общения	-	-	-	0,45*	-	-	-	-	-	-	-	0,48*

Примечание: «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; Скл. – склонные к зависимости; ИЗ – интернет-зависимые

Как для интернет-зависимых, так и независимых при возрастании предпочтения интернета характерно дистанцирование от окружающих людей, как физически, так и эмоционально.

С увеличением предпочтения интернета возникает необходимость проводить в нем больше времени для получения прежнего удовольствия, уменьшается количество близких, значимых людей в жизни человека, склонного к интернет-зависимости, происходит усиление чувства одиночества,

в то же время человек становится способен в большей степени находить в одиночестве положительные стороны, вероятно, в силу возрастания возможностей для интернет-деятельности. При увеличении негативных эмоций и физических ощущений при прерывании интернет-деятельности нарастает и восприятие одиночества как негативного феномена, что может говорить о том, что основной деятельностью в интернете для склонных к зависимости является интернет-коммуникация.

Для интернет-зависимых характерно следующее: при усилении навязчивого желания посетить интернет уменьшаются негативные чувства пребывания в одиночестве, увеличивается радость от такого состояния, снижается зависимость от общения. На наш взгляд – это можно интерпретировать следующим образом: пребывая в одиночестве, интернет-зависимому могут мешать в его компульсивной деятельности люди, находящиеся рядом, соответственно для него закономерно уменьшение дисфории одиночества при увеличении компульсивной симптоматики, а также увеличение положительных чувств при пребывании в одиночестве. Чем ниже способность зависимого человека управлять и адекватно воспринимать время, тем более выражены его негативные чувства от одиночества. С усилением стремления свести к минимуму общение с людьми из реальной жизни, с увеличением выраженности физиологической симптоматики, с усилением негативных чувств при прекращении интернет-деятельности снижается восприятие одиночества как негативного феномена. Таким образом, для интернет-зависимого при увеличении вышеперечисленных симптомов на первое место выходит удовлетворение собственной потребности в интернет-деятельности, а не социальной потребности; люди, в данном случае, являются для интернет-зависимого препятствующим фактором для удовлетворения потребности.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование позволило выделить особенности межличностных отношений в группах с разным уровнем интернет-зависимости.

1. Выраженная интернет-зависимость определилась у 11,9% человек, склонность к интернет-зависимости - у 52,3%, минимальный риск зависимого поведения - у 34,8% респондентов.

2. В группе интернет-зависимых, по сравнению с группой независимых выше показатели переживания одиночества: изоляции, самоощущения, отчуждения, дисфории, общего переживания одиночества; выше показатели по уровню социально-психологической дистанции: когнитивной, коммуникативной, эмотивной, поведенческой; выше показатели субъективной оценки межличностных отношений: напряженности, отчужденности, конфликтности, агрессивности, выше общий уровень дисгармоничности отношений.

3. В группе склонных к интернет-зависимых, по сравнению с группой независимых, выше показатели переживания одиночества: самоощущения, отчуждения, дисфории, общего переживания одиночества, зависимости от общения; выше показатели по уровню социально-психологической (эмотивной) дистанции; выше показатели субъективной оценки межличностных отношений: напряженности, отчужденности, конфликтности, агрессивности, выше общий уровень дисгармоничности отношений.

4. Для склонных к интернет-зависимости в большей степени характерна взаимосвязь компонентов оценки межличностных отношений (напряженности, отчужденности, агрессивности, общей дисгармоничности отношений), компонентов социально-психологической дистанции (когнитивной, коммуникативной, эмотивной, поведенческой) с предпочтением интернета; взаимосвязь проблем интернет-зависимости и напряженности отношений. В большей степени характерна взаимосвязь параметров

переживания одиночества (изоляция, самоощущение, отчуждение, проблемное одиночество, радость уединения, общее переживание одиночества) с предпочтением интернета и ключевыми симптомами интернет-зависимости (симптомы отмены и толерантности).

5. Для интернет-зависимых характерна взаимосвязь компонентов оценки межличностных отношений (напряженность, отчужденность, конфликтность, агрессивность) с выраженностью предпочтения интернета, компульсивных симптомов, проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также общей интернет-зависимости; взаимосвязь компонентов социально-психологической дистанции (когнитивной, коммуникативной, эмотивной) с выраженностью предпочтения интернета, симптомов толерантности, выраженностью интернет-зависимости. В большей степени характерна взаимосвязь параметров переживания одиночества (отчуждение, дисфория, проблемное одиночество, радость уединения, зависимость от общения) с предпочтением интернета и ключевыми симптомами интернет-зависимости (компульсивные симптомы, симптомы отмены), проблемами, связанными с управлением временем.

Практическая значимость проведенного исследования заключается в возможности использования полученных данных для разработки групповых и индивидуальных коррекционных программ по работе с интернет-зависимым поведением.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Варламова С.Н., Гончарова Е.Р., Соколова И.В. Интернет-зависимость молодежи мегаполисов: критерии и типология // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2015. №2. С. 165-182.

Духновский С.В. Психология отношений личности: монография. Курган: Изд-во Курганского государственного университета, 2014.

Духновский С.В. Субъективная оценка межличностных отношений. Руководство по применению. СПб.: Речь, 2006.

Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: Учебное пособие / В.Л. Малыгин [и др.]. М.: МГМСУ, 2011.

Купрейченко А.Б., Журавлев А.Л. Психологическая дистанция между личностью и представителями различных социальных категорий // Психология совместной жизнедеятельности малых групп и организаций / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.В. Шорохова. Изд-во «Социум»; «Институт психологии РАН», 2001. С. 36-59.

Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2013. №1. С. 55-81.

Лоскутова В.А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: Автореф. дисс.... канд. мед. наук. Новосибирск, 2004.

Менделевич В.Д., Садыкова Р.Г. Зависимость как психологический и психопатологический феномен (проблемы диагностики и дифференциации) // Вестник клинической психологии. 2003. № 2. С. 153-158.

Нестик Т.А., Журавлев А.Л. Психологические факторы негативного отношения к новым технологиям // Психологический журнал. 2016. Т. 37. № 6. С. 5-14.

Проблемы социальных конфликтов в современной психологии: сущность, детерминанты, регулирование. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.

Психологические исследования глобальных процессов: предпосылки, тенденции, перспективы / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Д.А. Китова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.

Соломина Л.Ю. Методические аспекты психологического исследования интернет-зависимости // Царскосельские чтения. 2011. №3. С. 331-336.

Патяева Е.Ю. Интернет-сообщества как новая социальная реальность: психологические задачи «человека-сетевого» // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2018. Т. 3. № 2. С. 74-109. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document613.pdf> (дата обращения 20.03.2019).

Янг К.С. Диагноз интернет-зависимость // Мир Интернет. 2000. № 2. С. 24-29.

Gregory C. Internet addiction disorder // Remedy Health Media. URL: <http://www.psychom.net/iadcriteria.html> (дата обращения: 17.11.2018).

Griffiths M.G. Internet Addiction: an issue for clinical psychology // Clinical Psychology Forum. 1996. V. 97. P. 32-36.

Hinić D. Problems with «Internet-addiction» diagnosis and classification // Psychiatria Danubina. 2011. V. 23. № 2. P. 145-151

De Argaez E. Internet World Stats // Mini watts de Colombia Ltda. 2018. URL: <http://www.internetworldstats.com/> (дата обращения: 20.12.2018).

Widyanto L., Griffiths M. Internet Addiction: A Critical Review // International Journal of Mental Health Addiction. 2006. №4(1). P.31-51.

BIBLIOGRAFICHESKIJ SPISOK

Varlamova S.N., Goncharova E.R., Sokolova I.V. Internet-zavisimost' molodezhi megapolisov: kriterii i tipologiya // Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i social'nye peremeny. 2015. №2. S. 165-182.

Duhnovskij S.V. Psihologiya otnoshenij lichnosti: monografiya. Kurgan: Izd-vo Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta, 2014.

Duhnovskij S.V. Sub"ektivnaya ocenka mezhlichnostnyh otnoshenij. Rukovodstvo po primeneniyu. SPb.: Rech', 2006.

Internet-zavisimoe povedenie. Kriterii i metody diagnostiki: Uchebnoe posobie / V.L. Malygin [i dr.]. M.: MGMSU, 2011.

Kuprejchenko A.B., Zhuravlev A.L. Psihologicheskaya distanciya mezhdou lichnost'yu i predstaviteleyami razlichnyh social'nyh kategorij // Psihologiya sovmestnoj zhiznedeyatel'nosti malyh grupp i organizacij / Otv. red. A.L. ZHuravlev, E.V. SHorohova. Izd-vo «Socium»; «Institut psihologii RAN», 2001. S. 36-59.

Leont'ev D.A., Osin E.N. Differencial'nyj oprosnik perezhivaniya odinochestva: struktura i svojstva // Psihologiya. ZHurnal vysshej shkoly ekonomiki. 2013. №1. S. 55-81.

Loskutova V.A. Internet-zavisimost' kak forma nekhimicheskikh addiktivnyh rasstrojstv: Avtoref. diss.... kand. med. nauk. Novosibirsk, 2004.

Mendelevich V.D., Sadykova R.G. Zavisimost' kak psihologicheskij i psihopatologicheskij fenomen (problemy diagnostiki i differenciacii) // Vestnik klinicheskoy psihologii. 2003. № 2. S. 153-158.

Nestik T.A., Zhuravlev A.L. Psihologicheskie faktory negativnogo otnosheniya k novym tekhnologiyam // Psihologicheskij zhurnal. 2016. T. 37. № 6. S. 5-14.

Problemy social'nyh konfliktov v sovremennoj psihologii: sushchnost', determinanty, regulirovanie. M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2018.

Psihologicheskie issledovaniya global'nyh processov: predposylki, tendencii, perspektivy / Otv. red. A.L. ZHuravlev, D.A. Kitova. M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2018.

Solomina L.Yu. Metodicheskie aspekty psihologicheskogo issledovaniya internet-zavisimosti // Carskosel'skie chteniya. 2011. №3. S. 331-336.

Patyaeva E.Yu. Internet-soobshchestva kak novaya social'naya real'nost': psihologicheskie zadachi «cheloveka-setevogo» // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya. 2018. T. 3. № 2. S. 74-109. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document613.pdf> (data obrashcheniya 20.03.2019).

Yang K.S. Diagnostika internet-zavisimost' // Mir Internet. 2000. № 2. S. 24-29.

Gregory S. Internet addiction disorder // Remedy Health Media. URL: <http://www.psycom.net/iadcriteria.html> (data obrashcheniya: 17.11.2018).

Griffiths M.G. Internet Addiction: an issue for clinical psychology // Clinical Psychology Forum. 1996. V. 97. P. 32-36.

Hinić D. Problems with «Internet-addiction» diagnosis and classification // Psychiatria Danubina. 2011. V. 23. № 2. P. 145-151

De Argaez E. Internet World Stats // Mini watts de Colombia Ltda. 2018. URL: <http://www.internetworldstats.com/> (data obrashcheniya: 20.12.2018).

Widyanto L., Griffiths M. Internet Addiction: A Critical Review // International Journal of Mental Health Addiction. 2006. №4(1). P.31-51.

FEATURES OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN PEOPLE WITH DIFFERENT LEVELS OF INTERNET ADDICTION

T.V. Levina*

* Student, institute of distance education's extramural branch, desk of psychology, FSFEE HE «Novosibirsk state technical University»; 20, Karl Marx Avenue, Novosibirsk, 630073; e-mail: stereolovers@mail.ru

Summary. The work is devoted to the study of the interrelations of the severity of Internet dependence and the characteristics of interpersonal relations (disharmony of relations, socio-

psychological distance, especially the experience of loneliness). The study involved 176 respondents (102 women, 74 men, average age 27 years). Respondents were asked to fill out a questionnaire, which includes 5 methods: 1) Test Internet addiction Chen (in the adaptation L. Malygina, K.A. Feklisova). 2) Modified the questionnaire Shepelina (in the adaptation of Y.L. Culm). 3) Test «Differential questionnaire of loneliness experience» (E.N. Osin, D.A. Leontiev). 4) Methodology «Determination of socio-psychological distance» (S.V. Dukhnovsky). 5) the Method of «Subjective assessment of interpersonal relations» (S.V. Duchnowski). The data were statistically processed using Spearman's r-test and Mann-Whitney U-test. Data were obtained on the differences in the expression of the parameters of loneliness experience (isolation, self-perception, alienation, dysphoria, General experience of loneliness, dependence on communication), components of socio-psychological distance (cognitive, communicative, emotional and behavioral distance), components of disharmony of relations (tension, alienation, conflict, aggressiveness) among independent, prone to dependence and dependent respondents. Data were obtained on the presence of statistically significant relationships between the severity of the components of Internet dependence and the characteristics of interpersonal relationships in all groups. The results can be used to develop group and individual correctional programs to work with Internet-dependent behavior.

Keywords: internet addiction, interpersonal relationships, loneliness, socio-psychological distance, disharmony.