

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет педагогики, психологии
и социальных наук

Кафедра «Прикладная
психология»

Направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология образования»

Бакалаврская работа
на тему:

«Особенности фрустрационных реакций у лиц с разными видами
нехимической зависимости»

Студент



подпись

Сорокина Влада Вячеславовна

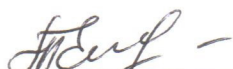
Руководитель



подпись

Проскурина В.И.

Нормоконтролер

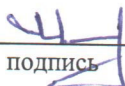


подпись

Тарасова Е.М.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 20.06.2020 № 14)

Заведующий кафедрой



подпись

Медведева И.А.

Работа защищена с отметкой отлично (протокол заседания ГЭК от 22.07.20 № 11)

Секретарь ГЭК



подпись

Карманова Т.М.

Пенза 2020

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Анализ научных источников по проблеме исследования	
1.1. Виды зависимостей нехимического происхождения. Факторы возникновения, симптомы и критерии диагностики.....	7
1.2. Технологические зависимости как формы аддиктивного поведения.....	17
1.3. Возрастные, индивидуально-психологические и этнокультурные аспекты нехимической зависимости.....	26
1.4. Определение фрустрации. Методы диагностики реагирования в ситуациях фрустрации.....	33
Глава 2. Изучение особенностей реагирования в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости	
2.1. Описание процедуры и методов исследования.....	41
2.2. Анализ и интерпретация диагностических данных.....	44
Выводы.....	58
Заключение.....	61
Список используемых источников.....	63
Приложение.....	68

Введение

Начало нынешнего столетия ознаменовано существенными качественными изменениями общества в связи с появлением и развитием новых технологий. Трансформация различных сфер общественной жизни, обусловленная влиянием технических средств, вызывает интерес и внимание исследователей из разных областей научного знания главным образом из-за неоднозначного воздействия и появления как позитивных, так и негативных социальных последствий.

К числу негативных социально-психологических последствий влияния технического прогресса относится так называемый феномен технологической зависимости, который является предметом научных дискуссий на протяжении последнего десятилетия.

Технологические зависимости относятся к нехимическим аддикциям, объектом которых становится поведенческий паттерн, а не психоактивные вещества. В западной литературе эти виды зависимости чаще обозначаются с использованием термина «поведенческие аддикции». Наиболее распространенными среди технологических зависимостей являются интернет-зависимость, телемания, зависимость от мобильного телефона и др.

В теоретической части работы представлен анализ этих форм аддиктивных расстройств, описывается их распространенность, фазы формирования и развития, а также возрастные и этнокультурные аспекты разных видов нехимической зависимости.

Проявлениями поведенческих аддикций являются частота и выраженность психосоматических нарушений, психопатологических симптомов, деструктивных тенденций и признаков личностной деформации.

Проблема поведенческих аддикций многогранна. Она касается не только физического и психологического здоровья людей, но также затрагивает и социальную сферу. Так, разные виды технологической зависимости отрывают человека от непосредственных контактов в обществе,

возникают проблемы в семейной, образовательной и профессиональной среде. Как отмечает один из ведущих исследователей интернет-зависимого поведения К. Янг, степень зависимости определяется не количеством проведенного в виртуальном пространстве времени, а суммой потерь в реальной жизни [52].

Не смотря на широкий интерес к изучению аддиктивных форм поведения, многие из аспектов этого предмета изучения относятся либо к малоизученным, либо наполнены противоречивыми эмпирическими данными, затрудняющими поиск ответа на вопрос о способах коррекции и профилактики поведенческих аддикций.

Для профилактики и коррекции разных видов зависимости основным является вопрос механизма запуска аддикции. Особым фактором, оказывающим существенное влияние на поведение человека, является его личностный профиль, в структуру которого входит так называемый «фрустрационный профиль личности». При устойчивой деструктивной реакции на фрустрирующие ситуации, часто переживаемой неудовлетворенности результатами собственной деятельности или неудовлетворенности обстоятельствами жизни, увеличивая риск возникновения и развития поведенческих аддикций.

Актуальность проведенного нами исследования обусловлена несоответствием стремительных темпов технического развития, постоянно возникающими и видоизменяющимися информационными зависимостями и недостаточностью научного анализа негативных последствий этого развития, а также дефицитом исследований по выявлению связи разных видов нехимической, в том числе технологической зависимости, с различными характеристиками личности, что затрудняет проведение профилактической и коррекционной работы с аддиктами.

Целью исследования стало изучение особенностей фрустрационных реакций у лиц с разными видами нехимической зависимости для использования диагностических данных в работе педагога-психолога по

профилактике поведенческих аддикций, в коррекционно-развивающей и консультативной деятельности с лицами подросткового и юношеского возраста.

Объект исследования - способы реагирования в ситуациях фрустрации лиц с разными видами нехимической зависимости.

Предмет исследования - особенности фрустрационных реакций у лиц с разными видами нехимической зависимости.

Гипотеза: особенности реакций в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости проявляются в направленности, типах, а также в конкретных способах реагирования.

В ходе исследования решались следующие **задачи**:

1. Проанализировать данные исследований по проблеме зависимости; рассмотреть различные виды аддиктивного поведения нехимического происхождения, выделить факторы их возникновения симптомы и критерии диагностики; рассмотреть возрастные, индивидуально-психологические и этнокультурные аспекты нехимической зависимости.
2. Подобрать диагностический комплекс для проверки выдвинутой гипотезы; сформировать выборку исследования.
3. Провести диагностические процедуры, проанализировать полученные результаты, интерпретировать выявленные связи и различия.
4. Сформулировать выводы.

В качестве основного метода исследования был использован диагностический эксперимент с применением методики изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга.

Методика С. Розенцвейга, обладая достаточно объективной процедурой оценки, более доступна статистическому анализу, нежели большинство других проективных методик. Кроме того, с помощью данной методики можно определить общий личностный профиль и личностные проблемы, что важно для понимания картины возникновения и развития разных видов зависимости.

Для формирования выборки исследования были использованы тест Такера на выявление игровой зависимости и тест на зависимость от телевидения. На основе диагностических данных по двум этим методикам были сформированы группы испытуемых с зависимостью от онлайн игр (9 человек) и телевизионной зависимостью (12 человек). В исследовании также принимала участие группа испытуемых, не имеющих рассматриваемых зависимостей (15 человек).

Для математико-статистической обработки данных были использованы метод углового преобразования Фишера и Т-критерий Стьюдента.

Работа включает такие структурные части, как введение, две главы – теоретическую и практическую, выводы, заключение и список используемых источников.

Глава 1. Анализ научных источников по проблеме исследования

1.1. Виды зависимостей нехимического происхождения. Факторы возникновения, симптомы и критерии диагностики

Для современного этапа развития общества характерно наличие большого числа зависимостей, среди которых ведущее место занимают зависимости нехимического происхождения.

Нехимическими называются те зависимости, в которых объектом аддикции является поведенческий паттерн, а не психоактивные вещества. Известен такой термин для обозначения нехимической зависимости, как «поведенческая аддикция».

Известно несколько классификаций поведенческих аддикций. Так, Ц.П. Короленко среди нехимических видов зависимостей выделил такие, как азартные игры, аддикция отношений, сексуальная аддикция, работоголизм, аддикция к трате денег, ургентная аддикция - зависимость от состояния постоянной нехватки времени и пр. Им также были выделены промежуточные аддикции, в которых задействованы биохимические механизмы, например, пищевые аддикции [31].

В.Д. Менделевич рассматривает как одну из форм аддиктивного поведения фанатизм во всех его проявлениях - религиозный, политический, спортивный и др. Если объект увлечения доминирует настолько, что блокирует другие потребности и виды деятельности, то это увлечение входит в состав патохарактерологических типов девиантного поведения [38].

Стремительное технологическое развитие привело к появлению значительного количества других нехимических аддикций: многообразные компьютерные зависимости или интернет-зависимости.

Критерии для диагностирования нехимических зависимостей во многом схожи с химическими видами аддикций:

- побуждение, тяга к контрпродуктивной деятельности и нарастающее напряжение, пока деятельность не будет завершена;
- включенность в данную деятельность сразу же, но ненадолго снимает напряжение;
- симптомы абстиненции - повторяющееся напряжение через определенное количество времени после завершения деятельности.

Предпосылками для развития нехимических зависимостей могут служить различные факторы. Иногда нехимическая зависимость является заместителем химической. Чаще всего зависимости любой этиологии имеют в своей основе расстройства личности, неврозы. Продолжительные невротические состояния способствуют развитию нехимической аддикции, которая становится своего рода механизмом психологической защиты.

Рассмотрим некоторые, наиболее распространенные, виды нехимических аддикций.

- Гемблинг (увлечение азартными играми или лудомания).

Патологическая склонность к азартным играм появляется в часто повторяющемся участии в такого рода играх, что приводит к снижению внимания к социальным, профессиональным, семейным обязанностям [15]. В процессе игры возникают расслабление, снятие эмоционального напряжения, отвлечение от неприятных проблем, и на основе этого механизма постепенно развивается зависимость.

К признакам, характерным для гемблинга как одного из видов аддиктивного поведения, относятся:

- постоянное увеличение времени, проводимого за игрой;
- вытеснение других мотиваций игровой, преобладание в воображении ситуаций, связанных с игровыми ситуациями;
- утрата контроля, неспособность прекратить игру после выигрыша или череды проигрышей;

- психологический дискомфорт, беспокойство, раздражение, снижение настроения во время перерывов в игровой деятельности с труднопреодолимым желанием снова приступить к игре;
- постепенное увеличение количества времени, проводимого в игре, повышающееся стремление к риску;
- нарастающее снижение способности сопротивляться игровой зависимости [33].

Исследователи отмечают, что увлечение азартными играми чаще наблюдается у мужчин, но у женщин этот вид зависимости принимает более тяжелые формы и тяжелее поддается терапии. Различия между мужчинами и женщинами заключались также в том, что азартным играм у женщин чаще сопутствуют депрессивные расстройства, а у мужчин – химические виды зависимости [13].

К факторам, предрасполагающим к гемблингу относятся нарушенные детско-родительские отношения в родительской семье, участие в играх значимых взрослых, завышенная оценка значимости материальных ценностей [19].

В развитии игровой зависимости различают стадию выигрышей, стадию проигрышей и стадию разочарования. Стадия выигрышей представляет собой частые ситуации игры, увеличение размера ставок, частые мысли об игре, крупные выигрыши, оптимизм в отношении предстоящей игры. Для стадии проигрышей характерны размышления только об игре, неспособность остановить игру, сокрытие от близких своей проблемы, уменьшение вовлеченности в другие виды деятельности, состояния раздражительности, утомляемости, большие долги и неспособность их оплатить, тщетные попытки прекратить играть. Стадию разочарования характеризуют такие проявления, как удаление от близких людей, раскаяние, негативные чувства к другим, ощущение безнадежности, уход в себя, переход к химическим видам аддикции [Егоров].

- Трудоголизм.

Термин «трудоголизм» или «работоголизм» появился в начале 70-х годов прошлого века. Первые исследования работоголизма выявили его сходство с некоторыми видами химической зависимости. Как и всякая зависимость, трудоголизм является бегством от реальности посредством изменения своего психического состояния, которое достигается неумеренной фиксацией на работе. Трудоголик не стремится к работе в связи с экономической необходимостью, работа заменяет собой привязанность, любовь, развлечения, другие виды активности [32].

Одной из отличительных характеристик трудоголизма является стремление к постоянному успеху и внешнему одобрению. Работоголик испытывает страх неудачи, боязнь быть обвиненным в некомпетентности, лени, оказаться хуже других. В его психологическом состоянии доминирует чувство тревоги, которое присутствует как во время работы, так и во время непродолжительного отдыха. Отдых не может быть полноценным из-за постоянной фиксации мыслей на работе. Человек с этим видом зависимости настолько фиксирован на работе, что постепенно отчуждается от близких, все более замыкаясь на своих переживаниях, связанных с работой.

Трудоголизм сопровождается характерными личностными изменениями, которые затрагивают, прежде всего, эмоционально-волевую сферу. Развитие этой зависимости сочетается с нарастанием эмоциональной опустошенности, нарушением способности к эмпатии. Межличностные отношения отступают на задний план, воспринимаются как обременение, требующее больших и бесполезных энергетических затрат. Трудоголик уже на уровне подсознания стремится избегать ситуаций, не имеющих отношение к работе, в которых требуется его активное участие. Вместе с тем он убеждает себя и окружающих в том, что он работает ради денег для удовлетворения потребностей своих близких. Такая защита зачастую принимается окружением, в то время, как способ «траты» себя является тупиковым и не реализует потенциальные возможности самого человека.

Работогольная аддикция может смениться другой, чаще химической зависимостью, например, в случае потери работы, должности.

Развитие трудоголизма связано и с внешними факторами. Если организация имеет аддитивные свойства, если она представляет собой закрытую систему, ограничивающую способность к самостоятельному мышлению и восприятию многих явлений, выходящих за рамки концепции этой системы, если в ней доминирует сверхценное отношение к количественным показателям работы, внимание фиксируется на формальной стороне работы - разного вида отчетов, рапортов, показателей - то в такой организации с большой вероятностью у определенной части сотрудников будет развиваться трудоголизм [33].

Развитию этой аддикции способствует также система постоянного контроля, проверок эффективности, основанных на недоверии к человеку, неуважении к его личности. Трудоголизм снижает возможность истинной самореализации людей. Вместе с тем, специалисты указывают на то, что работоголизм может явиться спасительным механизмом для бывших аддиктов с химическими видами зависимости на этапе реабилитации [13].

- Спортивная аддикция.

В современной науке о спорте различают спортивные занятия для здоровья (физическая культура) и профессиональный спорт (спорт высших достижений). Выделяют также занятия экстремальными видами спорта, которые завоевывают все большую популярность. Именно спорт высших достижений и экстремальный спорт несут в себе наибольший аддитивный потенциал.

В современной научной литературе имеются описания клинических случаев возникновения спортивной аддикции при занятиях разными видами спорта, включая и те физические упражнения, которые мы называем спортом для здоровья. Так, в работе Е. Кьелсас в результате использования специального опросника на аддикцию упражнений было показано, что

существует прямая зависимость между количеством часов в неделю, уделяемых спорту, и риском развития зависимости [13].

Спортивная аддикция, как и любая другая зависимость, может легко поменять форму и перейти в другую, в том числе и химическую. С этим связан высокий показатель алкоголизма и наркомании среди бывших спортсменов.

Экстремальный спорт многими специалистами признан альтернативой химической зависимости. Это возможный путь создания социально приемлемой формы зависимости при проведении профилактической и реабилитационной работы у подростков и взрослых людей с аддиктивным поведением [12].

- Аддикция к трате денег (компульсивный шопинг).

Неконтролируемое влечение совершать покупки упоминалось еще в конце девятнадцатого века в работах Э. Крепелина и Е. Блейера. Научный интерес к этой проблеме начал развиваться в 90-х годах прошлого столетия. Так, Фабер и О'Гуин предложили шкалу из семи пунктов для выявления данной аддикции (1992). Для диагностики аддикции к трате денег выделяют следующие критерии:

- внезапно возникающая озабоченность покупками, ощущаемая как непреодолимое, навязчивое желание;
- регулярное посещение магазинов без определенной, конкретной цели, во время которых совершаются покупки либо не по средствам, либо покупаются ненужные вещи;
- озабоченность покупками сопровождается ярко выраженным дистрессом и неадекватной тратой времени;
- в промежутках между покупками нарастает напряжение, которое может быть ослаблено очередной покупкой, после чего часто возникает чувство вины.

В целом, для людей с аддикцией к трате денег характерен широкий спектр негативных эмоций. Положительные эмоции вплоть до эйфории возникают только в процессе совершения покупки.

Аддикция к трате денег часто сочетается с аффективными расстройствами, химическими видами зависимости, пищевыми аддикциями.

- Ургентная аддикция.

Этот вид нехимической зависимости проявляется в постоянно переживаемом состоянии нехватки времени, а пребывание в каком-то ином состоянии способствует развитию чувства дискомфорта и отчаяния [33].

Такое состояние обусловлено сверхзанятостью, ускорением темпа жизни, общей гиперстимуляцией. Впервые ургентная аддикция была описана в 1993 году Н. Тасси. Им были выделены основные характеристики ургентной аддикции:

- постоянный контроль времени;
- принятие всех требований, касающихся работы;
- потеря способности радоваться настоящему;
- страх будущего;
- фрустрация базовых потребностей [33].

Этот вид нехимической аддикции изучался Е.Л. Шибко. Ею выделены следующие причины ургентной зависимости:

- выдвижение большого числа задач при незавершенности предыдущих;
- частая смена целей, фантазирование и неверные прогнозы развития ситуации.

Автор исследований отмечает, что ургентная аддикция чаще возникает у мужчин в период от 40 до 55 лет; у женщин от 25 до 40 лет.

Различают три типа ургентных аддиктов:

- Планирующий ургентный аддикт, который постоянно занят планированием своей деятельности. Для него характерна тревожность в ситуациях необходимости изменить тактику реализации поставленной цели,

либо изменить что-то в отношениях с людьми. Тревожность повышается в ситуации, когда необходимо решить несколько задач в ограниченное количество времени. Появляется страх не успеть сделать то, что требуется или необходимо.

- Немоделирующий ургентный аддикт или «работоголик». Для этой группы аддиктов характерным является работоголизм, постоянное обдумывание производственных проблем, неудовлетворенность, раздражительность при занятии другими видами деятельности. Такие субъекты отличаются высокой самоорганизацией, способностью к переключению с решения одной задачи на решение другой, они успешно функционируют в разных видах деятельности.

- Негибкий или «торопливый» ургентный аддикт, для которого характерна частая смена целей еще до начала деятельности, фантазирование, а также ошибочные прогнозы в отношении реализации своих действий. Он склонен искать ситуации с уже известной программой действий по предыдущему опыту, чем экспериментировать в новых обстоятельствах, больше внимания уделяет контролю, при возникновении помех проявляет большую настойчивость [50].

- Пищевые аддикции.

Пищевые аддикции - переедание или голодание - относятся к промежуточным аддикциям. К расширенному определению пищевых аддикций относят анорексию и булимию [33]. Некоторые авторы считают, что пищевые расстройства представляют собой исключительно женский вариант аддикции. Расстройства пищевого поведения действительно значительно чаще встречаются у женщин, однако случаи пищевых нарушений встречаются и у мужчин [16].

Нельзя смешивать расстройства пищевого поведения и пищевые аддикции, поскольку нервная анорексия и булимия являются иными психопатологическими феноменами, нежели аддикция к еде.

К причинам нервной анорексии относятся дисморфофобические переживания, связанные с недовольством собственной внешностью, прежде всего, излишним весом. Булимическая форма пищевой аддикции рассматривается как психопатологический симптом в рамках разнообразных психических расстройств, таких, как органические заболевания головного мозга, умственная отсталость, шизофрения и т.д. В основе же пищевой аддикции лежит положительное эмоциональное подкрепление, которое вызывается перееданием или голоданием [16].

Пищевая аддикция возникает, когда еда используется в виде аддиктивного агента, с помощью которого человек уходит от субъективной реальности. В ситуациях фрустрации возникает стремление «заесть» неприятность. Происходит фиксация на вкусовых ощущениях и неприятные переживания на какое-то время вытесняются.

Известно мнение, что пища обладает аддиктивным потенциалом, если в ней содержится повышенное содержание карбонгидрата, который усиливает выработку серотонина в мозгу, тем самым повышая настроение. Переедание является «самолечением» пониженного настроения с помощью карбонгидрата. Кроме того, употребление пищи активирует и эндогенную опиоидную систему. Известны исследования, выявившие, что прием блокаторов опиатных рецепторов снижает аппетит и объем поедаемой пищи. Однако были и исследования, не подтвердившие эти данные [16].

По мере того как еда приобретает все больший аддиктивный потенциал, происходит искусственное стимулирование чувства голода. Чувство голода начинает появляться сразу с падением концентрации глюкозы в крови после очередного приема пищи. Человек начинает есть слишком много и слишком часто. Это приводит к опасным для здоровья последствиям: нарастанию веса, нарушению обмена веществ.

Голодание. Фаза вхождения в голод характеризуется трудностями, связанными с необходимостью подавить аппетит. Но со временем состояние меняется - появляются новые силы, аппетит исчезает, повышается

настроение, усиливается двигательная активность, снижаются невротические проявления. Это состояние нравится и человек стремится его продлить. Однако на уровне достигнутой голоданием эйфории может произойти потеря контроля и человек продолжает голодать даже тогда, когда это становится опасным для его здоровья. По мере голодания появляются признаки физического истощения. Теряется контроль за ситуацией, попытки окружающих повлиять на ситуацию ни к чему не приводят.

Одним из главных психологических механизмов, провоцирующих голодание, является желание выглядеть лучше, в соответствии с модным имиджем. Еще одним механизмом, запускающим голодание, является самостоятельная постановка задачи и возникновение чувства самоудовлетворенности от ее выполнения.

Существует большое число публикаций о негативных проявлениях и последствиях аддиктивного поведения, в то время как для определенной части людей аддикции имеют свою привлекательность, которая заключается в следующем:

- надежный способ изменения настроения;
- позитивный опыт от удовольствия, релаксации;
- растормаживание поведения (в том числе агрессивного);
- механизм преодоления неприятностей и негативных переживаний;
- источник самоидентификации и/или смысла жизни.

По мнению многих специалистов, изучение нехимических аддикций должно помочь в лечении и реабилитации химических видов зависимости. Лечение социально неприемлемой аддикции (наркомании, алкоголизма) во многом сводится к переводу зависимого в социально приемлемую форму аддикции (работогольной, спортивной и т.д.). В наркологии такое состояние называется устойчивой ремиссией, когда происходит закрепление социально приемлемой формы замещающей нехимической зависимости.

Анализ данных по проблеме нехимических видов зависимости показывает, что любой человеческий поведенческий акт таит в себе угрозу

возникновения зависимости к нему и все многообразие нашей жизни - это спектр потенциальных аддикций. Проблема возникает в том случае, если одна из деятельностей начинает доминировать и вытеснять другие. Тогда можно говорить о возникновении сверхценной аддикции, которая полностью заполняет сознание, вытесняет другие мотивы жизнедеятельности. В этом случае аддикция мало поддается коррекции. Сверхценная или доминирующая аддикция имеет признаки, сходные с психопатологическими особенностями сверхценной идеи. Сверхценная идея - доминирующая в сознании человека мысль, определяющая всю направленность его мыслей, поведения и оттесняющая все другие идеи.

1.2. Технологические зависимости как формы аддиктивного поведения

Особенностью технологических аддикций является то, что объект зависимости (компьютер, мобильный телефон, телевизор) в действительности является средством реализации других поведенческих форм зависимого поведения.

Научно-технический прогресс послужил причиной появления компьютера и компьютерных технологий, что стало переломным моментом в развитии многих отраслей промышленности, внесло множество качественных изменений в работу средств массовой информации, систем связи, качественно изменило принцип работы банков и административных учреждений. К сожалению, этим не ограничивается зависимость человека от компьютера. Темпы развития компьютерных технологий превышают темпы развития других отраслей.

Современный человек взаимодействует с компьютером постоянно - на работе, дома, в транспорте, на отдыхе. Компьютеры, внедрившись в нашу жизнь, заняли свое место в сознании. Мы зачастую не осознаем того, что во многом стали зависеть от работоспособности этих технических устройств.

Появившиеся компьютерные игры сразу нашли массу поклонников. Современная компьютерная техника позволяет программистам разрабатывать реалистичные игры с хорошим графическим и звуковым оформлением. Совершенствуясь, игры привлекают все больше людей, любого возраста, любой профессиональной принадлежности. С каждым скачком в области компьютерных технологий растет число «геймеров» (англ. «game» - игра).

Для людей, фанатически увлекающихся компьютерными играми, когда увлеченность близка к патологии, характерны следующие особенности: узость социальных контактов, малая включенность в другие виды деятельности, основная потребность заключается в удовлетворении потребности в игре на компьютере. Разумеется, в полной мере эта характеристика подходит лишь для части людей, но феномен психологической зависимости человека от компьютерных игр имеет место. Поскольку количество людей, попавших эту зависимость, растет с каждым днем, и многие из них нуждаются в психологической помощи, вопрос игровой зависимости требует специального изучения.

Очень часто в основе игромании лежат следующие психологические проблемы: неудовлетворенность собой, утрата смысла жизни, диффузное состояние ценностной сферы, проблемы в личной жизни.

Опасное увлечение не решает этих проблем, привосокупляя к ним множество других. Так, некоторые компьютерные игры провоцируют агрессивное поведение, возвеличивая насилие и экстремизм. К числу негативных последствий компьютерных игр относится также сужение круга интересов человека, стремление к уходу от реальности. Это может привести к социальной изоляции, усугублению трудностей межличностного общения. Негативную картину дополняют соматические нарушения, которые являются прямым следствием «компьютеризации» свободного времени человека [13].

Ролевые компьютерные игры являются одним из способов «аддиктивной реализации» - ухода от реальности. Погружаясь в игру,

человек реализует в виртуальном пространстве большую часть имеющихся потребностей и «убегает» от проблем. В игре ему комфортно, поскольку он сильный, смелый, успешный. В реальной жизни человек испытывает дискомфорт, ощущает себя маленьким, слабым и беззащитным в агрессивной среде.

Динамика развития компьютерной зависимости имеет следующие этапы:

С начала увлечения происходит своего рода адаптации, затем наступает период резкого роста, стремительного формирования зависимости. Со временем величина зависимости достигает максимума. Сила зависимости на какое-то время остается устойчивой, а затем идет на спад, после этого фиксируется на определенном уровне и остается устойчивой в течение продолжительного времени.

Убывание степени зависимости может быть связано с процессом созревания, становления как личности, повышением образовательного уровня и жизненного опыта. Вместе с личностным созреванием происходит переоценка ценностей. Однако, даже после осознания практической бесполезности игровой деятельности, человек не может полностью отказаться от нее, что говорит в пользу довольно высокой устойчивости психологической зависимости от компьютерных игр. Но «глубина» этой зависимости и сила влияния игры на человека после прохождения «кризиса» уже не так существенны [29].

На основании динамики игровой компьютерной зависимости выделяют четыре ее стадии, каждая из которых имеет свою специфику.

- Стадия легкой увлеченности. После нескольких проб ролевой компьютерной игры, человек начинает оценивать компьютерную графику, звук, уровень имитации реальной жизни или каких-то сюжетов. Компьютерная игра позволяет с довольно большой приближенностью к реальности осуществить какие-то мечты, реализовать неосознаваемые потребности в принятии роли. Процесс компьютерной игры вызывает

положительные эмоции. Человек стремится повторить действия, доставляющие удовольствие и удовлетворяющие потребности, поэтому он начинает играть уже не случайным образом, а целенаправленно. Однако игра носит на этой стадии скорее ситуативный, а не систематический характер. Устойчивая потребность в игре еще не сформирована, она пока не является значимой ценностью для человека.

- Следующей является стадия увлеченности. В иерархии потребностей появляется новая - игра в компьютерные игры. Структура этой потребности гораздо более сложная, ее природа зависит от индивидуально-психологических особенностей человека. Стремление к игре - это, скорее, мотивация, детерминированная потребностями ухода от реальности и принятия определенной роли.

Игра в компьютерные игры принимает систематический характер. Если удовлетворение потребности фрустрируется, то человек стремится активными действиями устранить фрустрирующие обстоятельства.

- Стадия зависимости характеризуется сдвигом потребности в игре на базовый уровень пирамиды потребностей, а также изменениями в ценностно-смысловой сфере. Зависимость может оформляться в одной из двух форм: социализированной и индивидуализированной. Социализированная форма игровой зависимости отличается поддержанием социальных контактов с социумом, но чаще с такими же геймерами. В этом случае игровая мотивация носит в основном соревновательный характер. Эта форма зависимости менее пагубна для психики человека по сравнению с индивидуализированной формой.

При индивидуализированной форме игровой компьютерной зависимости нарушаются нормальные человеческие особенности мировоззрения, взаимодействие с окружающим миром. Психика начинает отражать виртуальную реальность, потребность в игре находится на одном уровне с базовыми физиологическими потребностями. Если в течение какого-то времени человек не играет, то начинает испытывать отрицательные

эмоции, вплоть до депрессии. Это образ жизни, ведущий к патологии. По данным исследований от 10 до 15 процентов игроков находятся на стадии психологической зависимости от компьютерных игр [7].

- Стадия привязанности характеризуется угасанием игровой активности человека, сдвигом психологического содержания личности в сторону нормы. на этой стадии человек «держит дистанцию» с компьютером, однако полностью не может оторваться от психологической привязанности к компьютерным играм. Эта стадия может длиться долгое время, ее продолжительность зависит от скорости угасания привязанности. Если человек остановился в формировании зависимости на одной из предыдущих стадий, то зависимость угасает быстрее. Если же пройдены все три стадии развития зависимости от компьютерных игр, то последняя будет длительной. Определяющим здесь является уровень спада величины зависимости после прохождения максимума. Чем спад выраженнее, тем быстрее будет угасать зависимость. Возможно кратковременное возрастание игровой зависимости в случае появления новых интересных игр. После того, как игра «постигается» человеком, сила зависимости возвращается на исходный уровень [11].

Выделение стадий формирования игровой зависимости является важным моментом для исследования феномена киберзависимости, и может послужить основой для дальнейших научных исследований в этом направлении.

Существует также направление изучения игровой зависимости методом построения аналогий с наркотической зависимостью. Ряд исследователей находят этот метод вполне логичным и эффективным, поскольку аналогии действительно есть. Но при этом подходе крайне важно учитывать специфику игровой зависимости, связанную с неизбежностью ее произвольного угасания [12].

На сегодняшний день достаточно хорошо изучена мотивация игровой деятельности. Однако мотивация не является основным фактором формирования зависимости. Механизм формирования игровой зависимости,

по мнению многих исследователей, основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях, таких как уход от реальности и принятие роли. Эти механизмы работают независимо от характера мотивации игровой деятельности, включаясь после более или менее регулярной игры. Независимо от того, чем руководствуется человек, когда он начинает играть в компьютерные игры, включаются механизмы формирования зависимости. В последующем та потребность, на которой основан доминирующий механизм, принимает первостепенное значение в мотивации игровой деятельности [39].

Рассмотрим механизмы формирования игровой зависимости.

Один из основных механизмов связан с потребностью человека в отстранении от проблем, ухода от повседневности, реальности. Это своего рода трансформация потребности в сохранении энергии при погружении в другую реальность - виртуальную.

Ролевая компьютерная игра предоставляет возможность моделирования другого мира или таких жизненных ситуаций, в которых человек никогда не был или не может быть. Это способ оказаться в другой реальности, где нет проблем, нет вынужденных ситуаций. Есть мнение о том, что ролевые компьютерные игры могут служить средством снятия стрессов, выхода из депрессии, т.е. могут быть терапевтическим методом. Однако на практике, люди обычно теряют чувство меры, играя длительное время, из-за чего появляется вероятность не временного, а полного ухода от реальности, формируется выраженная психологическая зависимость от компьютерных игр.

В случаях, соответствующих норме, человек на время погружается в виртуальный мир, чтобы снять стресс, отвлечься от проблем и т.п., а в патологических случаях происходит обратное: человек на время «выходит» из виртуальности в реальный мир, чтобы удовлетворить физиологические потребности. Остальная же часть потребностей сдвинута в виртуальную реальность, а реальный мир начинает казаться враждебным. Постоянный

уход от реальности посредством компьютерных игр приводит к устойчивой потребности бегства от реальности. Здесь просматривается сходство с наркотической зависимостью, когда с каждым сеансом игры зависимость от нее усиливается и человек уже не может обходиться без компьютерной игры.

Другим механизмом формирования игровой зависимости является принятие роли. В основе этого механизма лежит потребность в игре как таковой, что свойственно человеку, а также стремление к принятию роли компьютерного персонажа. Такая роль позволяет игроку удовлетворять те потребности, которые он не может по каким-то причинам удовлетворить в реальной жизни.

Ролевые игры являются частью познавательной деятельности ребенка, механизмом освоения окружающего мира. С возрастом ролевые игры замещаются интеллектуальными, взрослеющий человек не часто имеет возможность принять на себя роль другого человека, хотя подсознательная потребность в этом сохраняется. Нам часто хочется встать на место того, кто более успешен, у кого, по нашему мнению, меньше проблем и т.п. Потребность в познании мира в большинстве случаев частично или полностью не осознается человеком. Однако неосознанность потребности не указывает на ее отсутствие или слабость как мотивирующего фактора, напротив, бессознательные потребности оказывают большее влияние на наше поведение, чем осознаваемые. В процессе ролевой игры удовлетворяется неосознаваемая познавательная потребность, вследствие чего человек получает удовольствие. Поэтому познавательная потребность у человека является достаточно мощным мотивирующим фактором и нередко полностью определяет поведение. Познавательная потребность - основная движущая сила развития личности и источник активности, а ролевая игра - эффективный способ познавательной деятельности.

Механизм образования зависимости основан на потребности в принятии роли. После компьютерной игры человек понимает, что компьютерный персонаж и виртуальный мир позволяют удовлетворить те его

потребности, которые не удовлетворены в реальной жизни. Виртуальный мир позволяет испытать такие ощущения, которые невозможно испытать в реально сложившихся обстоятельствах жизни. Чем больше человек играет, тем все больше он ощущает контраст между собою «реальным» и собою «виртуальным». Игра превращается в средство компенсации жизненных проблем, человек начинает реализовываться в игровом мире.

Два основных психологических механизма образования зависимости от ролевых компьютерных игр - потребность в уходе от реальности и в принятии роли другого - всегда работают одновременно, но один из них может главенствовать по силе влияния на формирование зависимости. Оба эти механизма основаны на процессе компенсации негативных жизненных переживаний. Есть основание предположить, что эти механизмы не будут работать, или будут менее действенны, если человек испытывает удовлетворенность от своей жизни, считает ее счастливой и продуктивной.

К информационным зависимостям относится также зависимость от телевидения, видеопродукции. Некоторые люди могут проводить перед телевизором большую часть времени бодрствования. У них наблюдаются такие симптомы как беспомощность в отношении прекращения просмотра телевизора, использование телевизора, чтобы успокоить нервы, и раздражительность при вынужденном прекращении просмотра телевизора.

Известны результаты эксперимента, в котором ученые, изучая реакцию людей на телевизор, следили за мозговыми волнами с помощью электроэнцефалограммы. У тех испытуемых, которые смотрели телевизор, ЭЭГ показывало меньшую умственную стимуляцию. Было установлено, что и после прекращения просмотра, они оставались расслабленными, поскольку просмотр телевизора вызвал эффект, схожий с приемом транквилизаторов. Отключение от реальной жизни, погружение в экранную жизнь приводит к навязчивому желанию просмотра телевизора.

К опасным явлениям относится то, что сегодня видеопродукция нередко заменяет у детей родителей, общение со сверстниками и

двигательную активность. Школьники проводят за экраном телевизора или монитора все больше времени. А многие взрослые делают из просмотра новостей ежедневный ритуал - ритуал вторжения негативной информации в свое сознание.

Потребители телевизионной продукции нередко переоценивает свой контроль, свое владение ситуацией во время просмотра телепередачи. Привычка к телепросмотрам нарушает чувство времени. Она ослабляет отношения, сокращая, а иногда и устраняя нормальные возможности общения.

Эксперты по проблемам зависимостей пришли к выводу, что телевидение является «мягким орудием зомбирования», так как язык телевидения - язык образов, а язык образов воспринимает только правое полушарие. Правое полушарие на 94% занимается нашим подсознанием и подсознательными мотивами поведения. Это указывает на воздействие телевизора на головной мозг.

У каждого вида телевизионной продукции своя аудитория. Различают заппингоманов - людей, у которых особенная страсть все время переключать каналы, фанатов ток-шоу, фанатов телевизионных игр и викторин и пр. Наиболее глубоко погружаются в телепродукцию зависимые от телесериалов. У таких людей большие проблемы с умением фантазировать и этот недостаток они компенсируют за счет фантазий создателей телесериалов. Индустрия «мыльных опер» «помогает» людям со скудным воображением фантазировать о мыслимых и немыслимых событиях.

Многие ошибочно думают, что телесериалы довольно точно отражают действительность. На самом деле это не так. В сериалах персонажи гибнут значительно чаще от несчастных случаев, от СПИДа, онкологических заболеваний, в результате убийств и т.д. По данным английских исследователей, герои телесериалов гибнут в сто раз чаще, чем в реальной жизни. В «жестоком» сериале выживают только 80% персонажей, а в самом

спокойном 90% персонажей, а реальной жизни выживают 97% людей и то, только среди тех, кто имеет возраст 45 лет и старше [20].

Хотя телемания до сих пор еще не является общепризнанной психологической и медицинской проблемой, но вред её очевиден.

Необходим контроль над содержанием телепродукции, ее униформизм и повторяемость делают телевидение инструментом манипулирования личностью. Телевизионная зависимость «лежит в генезе невротических расстройств, депрессивных состояний, повышения пароксизмальной активности, раздражительности, диссомнических нарушений, хронической усталости» [38].

1.3. Возрастные, индивидуально-психологические и этнокультурные аспекты нехимической зависимости

Принято выделять три группы факторов, в той или иной степени влияющих на возникновение разных видов зависимости в обществе: социальные, психологические и медико-биологические факторы. В значительной степени такое деление условно, поскольку эти аспекты часто тесно переплетены между собой и находятся в постоянном взаимодействии.

Социальные факторы развития зависимости разного генеза можно разделить на макро- и микросоциальные. Макросоциальный фактор включает социум, его исторические особенности, культурные традиции, нравственные ценности, политическую и экономическую ситуации, уровень толерантности в обществе и т.д. Микросоциальный фактор включает непосредственное окружение человека - семья, близкий круг общения, коллеги по работе и т.д.

Рассмотрение медико-биологических факторов значимо в связи с химическими видами зависимости. В настоящее время роль наследственной предрасположенности к химической зависимости не вызывает сомнений. При этом не снимается вопрос о влиянии средового фактора на процесс формирования зависимости.

Особую роль играют индивидуально-психологические особенности, усиливающие или снижающие вероятность возникновения и развития зависимости. К таким особенностям можно отнести повышенную импульсивность, склонность к риску, синдром гиперактивности, но только в том случае, если они не скомпенсированы и не направлены в социально приемлемое русло.

К медико-биологическим факторам относят наличие расстройств аффективного спектра - тревога, депрессия, которые часто рассматривают в качестве предиктора развития аддикций. При этом аффективные расстройства особо значимы при развитии химических видов зависимости.

В настоящее время выделяют следующие психологические маркеры для диагностики индивидуальной предрасположенности к формированию зависимости:

- эмоциональная нестабильность, повышенная возбудимость, склонность к депрессиям;
- трудный, сложный пубертат на фоне психического инфантилизма;
- дефицит внимания;
- постоянное чувство неудовлетворенности, постоянный поиск новых ощущений.

Исследуя возрастной аспект формирования зависимости, психологи и медики единодушны в том, что пубертатный период является фактором, способствующим развитию разных видов зависимости.

В период полового созревания поведение подростков в значительной степени определяется характерными для этого периода жизни реакциями эмансипации, негативизма, оппозиции. Эти реакции способствуют формированию зависимости, аддиктивного поведения.

Реакция эмансипации заключается в стремлении высвободиться из-под контроля, опеки старших, от установленных ими порядков и правил. При реакции эмансипации регламентированная ранее жизнь подростка сменяется полной свободой, самостоятельностью, которая не соответствует

психосоциальным и личностным возможностям подростка. Подростков привлекает именно то, что ранее запрещалось, было ему недоступно. Такое поведение способствует развитию аддикций с поисковой мотивацией [24].

Реакция увлечения, также характерная для этого возраста, чаще препятствует развитию аддиктивного поведения. Исключением являются информационно-коммуникативные увлечения, когда подростки большую часть времени отдают виртуальному общению, либо неразборчивому поглощению разнообразных сведений, информации, не требующей интеллектуальной переработки. Особую опасность представляет интернет-аддикция.

И.В. Чудова, обобщив результаты разных исследований, выделила следующие черты интернет-аддикта:

- неприятие своего физического «Я»;
- сложности, трудности в непосредственном общении, чувство одиночества, недостатка взаимопонимания;
- эмоциональная напряженность и склонность к негативизму;
- неадекватная самооценка, как завышенная, так и заниженная;
- наличие фрустрированных потребностей;
- склонность к избеганию проблем и ответственности [48].

Исследование личностных особенностей молодых людей с признаками интернет-зависимости показало, что среди интернет-зависимых преобладают лица с шизоидным (30%), истероидным (19%), лабильным и эпилептоидным (по 12%) типами акцентуации. Среди интернет-аддиктов достоверно чаще присутствуют личностные расстройства (психопатия) и социальная дезадаптация [14].

Преобладание шизоидных акцентуантов среди интернет-аддиктов связано с особенностями деятельности в сети - это определенный уход от реальности. Среди интернет-аддиктов встречается достаточно большое число лиц с истероидной акцентуацией. Не смотря на то, что им свойственно стремиться к постоянному нахождению «на виду», где они могут проявлять

свои демонстративные черты, они стремятся к реализации своих истероидных черт в виртуальном мире, если их потребности фрустрированы в реальном мире. С фрустрацией потребностей связана и аддикция к перевоплощению в киберпространстве, в последние годы отмечающаяся все чаще [38].

Подростки с интернет-аддикцией, имея высокую потребность в близком, доверительном общении, не имеют достаточной социальной смелости для установления отношений с окружающими людьми в реальном мире. Их отличает низкая адаптивность и застенчивость. Удовлетворение их аффилиативной потребности смещается из реальной жизни в виртуальное пространство.

Самооценка интернет-аддиктов чаще существенно занижена. За низкой самооценкой могут скрываться два психологических аспекта: чувство неполноценности и «защитная» самооценка, когда приписывание самому себе неумений, отсутствия способностей и т.п. позволяет не прилагать никаких усилий, например, к адаптации к новым условиям, объективно меняющимся обстоятельствам.

Исследователями также установлено, что существуют значимые различия в выраженности интегрального чувства «за»/«против» своего «Я» между интернет-зависимыми и интернет-независимыми респондентами. Показатели интернет-зависимых более низкие, чем у интернет-независимых. Обнаружены и значимые различия по самоинтересу как модальности самоотношения между интернет-зависимыми и интернет-независимыми. Самоинтерес у интернет-зависимых выражен гораздо менее.

В.Д. Менделевич приводит следующие данные, установленные в результате изучения самоотношения интернет-зависимых и интернет-независимых:

- Выявлены значимые различия в выраженности самообвинения как уровня конкретных действий по отношению к себе. У интернет-зависимых более высокие показатели по шкале самообвинения.

- Обнаружены значимые различия между группами по выраженности самоинтереса как уровня конкретных действий по отношению к себе. У интернет-независимых этот уровень значительно выше [38, с. 508-514].

Одним из критериев оценки аддиктивного поведения считается этнокультурный критерий. Это объясняется существованием разнообразных групповых норм и требований по отношению к поведению индивида, которые основаны на национальных, этнических, культуральных и субкультурных традициях. Этнокультурным вариантом аддиктивное поведение считается тогда, когда отклонение от традиционных стереотипов одновременно является и отклонением от общепринятых, существующих в большинстве общественных групп, норм.

Основной вопрос этнокультурных исследований в психологии аддиктивного поведения заключается в том, какое влияние оказывают этнические и культурные особенности человека на механизмы возникновения и формирования, проявления и закономерности течения отклоняющихся форм поведения, а также на особенности их коррекции и профилактики.

Индивид, личность - это составная часть этноса. И именно национальные, этнические и культурные стереотипы поведения, выраженные в традициях, обычаях, стиле мышления и ценностной сферы, формируют базовые психологические особенности человека. В связи с этим на фоне невротических расстройств этнокультурные особенности играют существенную роль в формировании девиантного поведения. У представителей разных этнических и культурных групп доминируют специфические формы девиантного поведения и психопатологические симптомокомплексы, основаны на культурных психологических традициях.

Этнокультурная нормативность поведения регистрируется на основании бытующих пословиц и поговорок. В этнопсихологии их относят к индикаторам оценки поведенческой нормы. Так, в нормативное поведение русского человека входят такие параметры, как: обстоятельность,

самоирония, нерасторопность, нерасчетливость, ригидность, склонность к крайностям. Медлительность и нерасторопность и русского человека не может быть признана отклонением, поскольку она отражает народные традиции и этнокультурные стереотипы поведения [38]. В русской культуре существуют собственные архетипы целеполагания и целедостижения, отличные от западноевропейских.

Этнокультурные стереотипы поведения формируются в процессе социализации, что приводит к становлению так называемого национального характера. Этот феномен включает совокупность типичных для лиц определенной национальности черт характера в виде стиля поведения, способов восприятия и осмысления действительности. В процесс социализации в формирование характера включается и формирование значимых для этноса и национальности черт.

Для оценки влияния этнического аспекта на формирование определенных психопатологических синдромов и на частоту их возникновения интересно проанализировать меньшую распространенность алкоголизма среди итальянцев и евреев, чем среди других европейских этнокультуральных групп. У представителей первых этнокультурных групп на фрустрирующую ситуацию принято реагировать не увеличением приема алкоголя, а увеличением приема пищи.

Установлено, что пищевые зависимости в виде нервной анорексии характерны для лиц с высоким культурным уровнем. Для стран с западным психологическим типом взаимоотношений еда и ее количество не является ценностью. На Востоке же гостеприимство подразумевает обильное потребление пищи, угощение ею. Кроме того, известны различия в стандартах внешней привлекательности, которые влияют на пищевые стереотипы. Так, восточный тип красоты подразумевает полноту, а западный - худобу.

Сексуальные аддикции также имеют существенную этнокультурную обусловленность. По мнению И.С. Кона, сексуальное поведение - это

социокультурное, а не биологическое явление, и следовательно, оценка девиаций должна строиться лишь с учетом сексуальной культуры индивида [30].

Так, например, гиперсексуальность более типична для представителей южных народов по сравнению с северными. Оценка сексуальных девиаций зависит также от конфессиональных регламентаций. Выбору гомосексуального поведения нередко способствует и причастность к определенному субкультурному кругу.

Из психопатологических увлечений лишь некоторые имеют этнокультурную специфику. Так, например, считается, что трудоголизм в большей степени характерен для представителей западной психологической культуры (немцам, американцам), а увлечение азартными играми в большей степени свойственно лицам с восточной психологией.

Возникновение коммуникативных аддикций также в определенной мере зависит от этнокультурного понимания нормы коммуникации. Так, представители южноамериканских и африканских государств более экспрессивны и коммуникабельны, чем северяне и жители западных стран. Поэтому границы аутистического поведения и гиперобщительности должны по-разному определяться в различных регионах мира. Этнокультурная специфика влияет и на становление такой коммуникативной девиации, как конформизм.

Для стран с «восточным типом культуры и ценностей» - государств Юго-Восточной Азии, Ближнего Востока, Африки, Латинской Америки - характерны психические проявления, затрагивающие области «контактов». В клинической картине психических заболеваний в этих странах преобладают религиозные, мистические темы, девиантные формы поведения выражаются этнокультурными реакциями на стресс (например, алкоголизация). У жителей стран с типичной «западной культурой» доминирующими являются ипохондрические мотивы в виде «паранойи здоровья», идеи ущерба, нарушения пищевого поведения, аутизация и одиночество [38].

Таким образом, исследования в области теории и практики психотерапии указывают на существенную значимость этнокультурного аспекта. Национальный, расовый и религиозный факторы в большей степени, чем другие, связаны с базисными личностными установками, формирующими потенциальные внутриличностные конфликты, требующими психологической коррекции.

1.4. Определение фрустрации. Методы диагностики реагирования в ситуациях фрустрации

Проблема фрустрации все чаще ставится предметом экспериментальных исследований и теоретического обсуждения. Несмотря на большое число опубликованных работ, в теме фрустраций еще много неясного.

Термин «frustration» означает травмирующую ситуацию, при которой блокируется значимая на данный момент потребность. Человек переживает расстройство планов, замыслов, испытывает состояние переживания неудачи. Большая часть исследователей этой темы склоняются к тому, что фрустрация должна рассматриваться в контексте более широкого подхода к проблеме устойчивости по отношению к жизненным трудностям и реакций на эти трудности.

И.П. Павлов неоднократно высказывался о трудностях жизни, которые вызывают нарушения состояния коры больших полушарий головного мозга. На одной из клинических сред он говорил, что «трудные жизненные положения вызывают то чрезвычайное возбуждение, то депрессию» [35].

Жизненные трудности делятся на две категории. Одни из них вполне преодолимы, хотя и требуют немалых усилий для того, чтобы с ними справиться. Это те трудности, в преодолении которых заключается одно из условий психического и личностного развития человека. Проблема фрустрации к этого рода трудностям не относится, но только до момента,

когда вполне преодолимые трудности субъективно воспринимаются как непреодолимые.

Исследователи фрустрации изучают те трудности, которые являются действительно непреодолимыми препятствиями, оказывающимися на пути к достижению цели, решению задачи, удовлетворению потребности.

Ситуациями, когда деятельность блокируется из-за непреодолимых препятствий, нельзя ограничить сферу фрустрации. Трудность заключается в том, к чему отнести фрустрацию: к внешней ситуации или к реакции, которая вызвана такой ситуацией. На наш взгляд, целесообразно различать фрустратор и фрустрацию - внешнюю причину и его воздействие на субъекта, подобно тому, как при анализе стресса различают психическое состояние от его возбудителя.

Согласно известному исследователю этой проблемы С. Розенцвейгом, фрустрация имеет место тогда, когда организм встречает более или менее непреодолимые препятствия на пути к удовлетворению каких-либо жизненных потребностей. С. Розенцвейг рассматривает фрустрацию как явление, происходящее в процессе приспособления организма к среде. Но очевидно, что определение, ограничивающее фрустрацию биологическим объяснением, совершенно недостаточно, поскольку человек является общественным существом [42].

Фрустрация возникает в ситуациях, когда ожидаемая реакция затормаживается. Возникает конфликт между двумя тенденциями: той, которая относится к типу связи «цель - реакция», и той, которая возникла под влиянием складывающихся обстоятельств. Этим объясняется особая эмоциональность, которая отличается от реакций в других ситуациях.

Наибольшее распространение получило следующее определение фрустрации: это состояние субъекта на объективно непреодолимые (или субъективно так понимаемые) трудности, которые возникают на пути к достижению цели или к решению задачи. Реакция на эти состояния

выражаются в характерных для субъекта особенностях переживаний и поведения.

Известны подходы к изучению фрустрации, в которых это явление возводится в ранг абсолютно закономерных явлений, возникающих в жизнедеятельности человека. Так, Н. Майер считает, что поведение человека зависит от двух потенциалов. К первому относится тот «репертуар поведения», который определяется наследственностью, условиями социализации и приобретаемым опытом. Вторую составляют избирательные процессы и механизмы, которые подразделяются на действующие при мотивированной деятельности и возникающие при фрустрации. Механизмы, действующие при мотивированной деятельности, функционируют в условиях, когда деятельность направлена на достижение цели на основе соответствующих мотивов. Мотивированное и целенаправленное поведение отличается вариабельностью и конструктивностью. При фрустрации действуют совсем другие процессы и механизмы. Они отличаются чертами деструктивности, ригидности, незрелости.

Другие авторы высказывают сомнение по поводу того, что фрустрация ничем не мотивирована. Если под ней понимать внешнюю причину, то при преодолении барьера поведение будет не просто мотивированным, но и мотивированным извне, разумно. Если же барьер вызывает нецелесообразное, деструктивное поведение, то и тогда нельзя сказать, что поведение ничем не мотивировано. То, что оно отнесено к избирательным формам поведения, уже свидетельствует о том, что в нем имеется своя мотивация [46].

Психическое состояние в ситуации фрустрации зависит от типа фрустратора. С. Розенцвейг выделил три типа фрустрирующих ситуаций.

Первый из них вызван отсутствием необходимых средств для достижения цели или удовлетворения потребности. В этом случае фрустратор находится вне самого человека. Второй тип связан с внутренними ограничениями, т.е. фрустратор коренится в самом человеке. К

третьему типу ситуаций относится конфликт, как внешний, так и внутренний.

Приведенная С. Розенцвейгом типология фрустрирующих ситуаций вызывает немало возражений. Психические состояния, испытываемые человеком в первом, втором и третьем случаях, весьма различны. Они также не одинаковы и в определенных типах ситуаций в зависимости от их значимости. Однако, все же можно выделить некоторые типичные для конкретного человека состояния, которые возникают при действии фрустраторов, хотя они и имеют разную форму и содержание.

Особо следует отметить те случаи, когда фрустратор не вызывает фрустрацию. Такое состояние часто обозначается как стресстолерантность - отсутствие глубоких, тяжелых переживаний и резких реакций при наличии фрустратора.

Выделяют разные формы стресстолерантности.

Наиболее желательным следует считать такое психическое состояние, которое характеризуется, несмотря на наличие фрустраторов, спокойствием, рассудительностью, готовностью использовать ситуацию как жизненный урок. Однако стресстолерантность может проявляться не только в спокойном состоянии, но и в известном напряжении, сдерживании импульсивных реакций. Толерантность может демонстрироваться при подчеркнутом равнодушии, внешнем спокойствии, которые тщательно маскируют негативные переживания.

Известно, что стресстолерантность можно формировать, развивать, тренировать. В результате таких тренировок у человека вырабатывается «трезвое», спокойное отношение даже к неразрешимым задачам. Толерантность в отношении непреодолимых барьеров необходима для функционирования здоровой личности. Важно признавать не только их непреодолимость, но их необходимость и полезность. Тем не менее, всякий человек переживает состояние фрустрации. Особенность этих психических состояний зависит от множества факторов.

Состояния в ситуациях фрустрации различны, и эта разность зависит, прежде всего, от индивидуальных особенностей субъекта. Одни и те же фрустраторы вызывают у различных людей разные реакции. В западной, прежде всего американской литературе, распространена тенденция, когда из числа реакций на фрустратор особо выделяют агрессию, или даже всякую агрессию истолковывают как фрустрацию. Сторонники этой позиции акцентируют агрессивные реакции при фрустрации. Большинство отечественных исследователей полагает, что нет оснований считать агрессию единственной реакцией при фрустрации, но отмечают при этом, что агрессивная форма реакции при фрустрирующих обстоятельствах наблюдается очень часто.

В сравнении с фрустрацией, термин «агрессия» имеет более широкое значение. Состояние агрессии может быть как ярко выражено, так и иметь форму скрытого недоброжелательства и озлобленности. А внешне кажущаяся агрессивной реакция может быть на самом деле не такой. Типическое состояние агрессии характеризуется аффективным переживанием гнева, импульсивной активностью, переживанием злости.

При агрессии на первый план выходит потеря самоконтроля, гнев, озлобленность и неоправданные ситуацией агрессивные действия.

Известны попытки связывать агрессию с определенным уровнем развития личности. Так, Г. Андерсон предложил несколько уровней развития личности. Его типология связана с выделением такой дихотомии, как подчинение/доминирование. В основе этой типологии лежит отношение человека к доминированию или власти в обществе. Уязвимым моментом в этой теории является отсутствие необходимых разграничений в том, какое это общество, какова власть и каково доминирование. Теория Г. Андерсона - один из примеров того, что учение о фрустрации и агрессии не должно быть оторванным от конкретных сложившихся социальных явлений и обстоятельств.

Агрессию, являясь одним из активных проявлений фрустрации. Однако активные или стенические проявления фрустрации нельзя свести только к агрессии.

Н. Майер относит фиксацию к типичным выражениям фрустрации. Фиксация, стереотипность, повторность действий в противоположность агрессии - ригидное, консервативное состояние, которое является продолжением прежней деятельности даже когда эта деятельность бесполезна или даже не безопасна.

Однако фиксацию можно рассматривать и как «привязанность» к фрустратору, который занимает все внимание, заставляет воспринимать, переживать и анализировать фрустратор длительное время. В этом проявляется уже не стереотипность действий, а стереотипность восприятия и мышления.

Одной из форм реакции фрустрации является уход в другую, отвлекающую деятельность.

Кроме стенических проявлений фрустрации существуют и астенические реакции на фрустрирующие ситуации и обстоятельства. К ним относятся депрессивные состояния, которые можно рассматривать как противоположные агрессии. Если для фиксации характерна маниакальность, то при депрессии типичны чувство печали, бессилия, безнадежности, а иногда отчаяния на фоне собственного бессилия. Разновидностью депрессии являются состояния апатии, безволия.

К типичным для фрустрации реакциям некоторые исследователи относят также регрессию.

Регрессия - возвращение к более примитивным, а зачастую и к инфантильным формам поведения. К регрессии относится также понижение уровня деятельности. Примитивность в таком типе реакций относится и к переживаниям - например, к потребности, чтобы кто-либо пожалел, посочувствовал.

Так же как и агрессия, регрессия не всегда является результатом фрустрации. Регрессия может возникать и в силу подражания или как преднамеренное поведение, чтобы вызвать жалость и тем самым чего-то добиться.

Одной из характерных особенностей фрустрации является эмоциональность. По данным исследователей, дети при фрустрации проявляют большую эмоциональность, чем взрослые. Это объясняется их меньшими возможностями приспособления.

Иногда ситуация фрустрации создает психическое состояние внешнего или внутреннего конфликта. Однако фрустрация имеет место только в случаях таких конфликтов, когда борьба мотивов исключается из-за безнадежности ситуации или бесплодности усилий, а также когда внутренние противоречия становятся такими тягостными, что выступают в роли фрустраторов. В последнем случае препятствием оказываются сами колебания и сомнения.

Реакции фрустрации отличаются не только по своему содержанию, способу выражения, но и по длительности. Они могут проявляться как в кратких вспышках агрессии, так и в продолжительных депрессивных состояниях.

Фрустрационные реакции отдельного человека могут быть типичными для его характера; нетипичными, выражающими возникновение новых черт характера; эпизодическими. Например, агрессивное состояние более типично для людей несдержанных, доминантных, а депрессия — для людей неуверенных в себе. Однако агрессивные реакции проявляются и у человека сдержанного, но становящегося агрессивным после сильной фрустрации. Однако это состояние не проникает «вглубь» человека, оставаясь лишь ситуационным эпизодом [42].

Изучение реакций фрустрации требует исследования соотношения между состояниями фрустрации и другими психическими состояниями. Особенно это касается состояний тревоги, беспокойства. Важно и то,

настолько человек был подготовлен к встрече с фрустрирующей ситуацией. Так, в утомленном состоянии люди более остро переживают фрустрацию, чем в бодром состоянии.

На основе анализа данных по проблеме фрустрации, мы можем дать следующее определение этому понятию. Фрустрация - негативное психическое состояние, обусловленное невозможностью удовлетворения тех или иных потребностей, которое проявляется в разных формах, от агрессии до депрессии. Эффективность деятельности при переживании фрустрации существенно снижается.

Глава 2. Изучение особенностей реагирования в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости

2.1. Описание процедуры и методов исследования

В исследовании, направленном на изучение способов реагирования в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости, приняли участие 36 человек. Были сформированы три группы испытуемых:

Группа 1 - с зависимостью от онлайн игр (9 человек);

Группа 2 - с телевизионной зависимостью (12 человек);

Группа 3 - испытуемые, не имеющие рассматриваемых зависимостей (15 человек).

Для формирования выборки исследования были использованы тест Такера на выявление игровой зависимости и тест на зависимость от телевидения.

Тест Такера [53] включает девять вопросов, отвечая на которые испытуемый использует следующую шкалу:

- никогда - 0 баллов;
- иногда - 1 балл;
- часто - 2 балла;
- всегда - 3 балла.

Результаты тестирования оцениваются, исходя из суммы баллов:

0-3 балла – нет негативных последствий от компьютерной игры;

4-7 баллов – компьютерная игра является средством развлечения, которое нужно для отвлечения, переключения.

8-27 баллов – человек играет на уровне, ведущим к негативным последствиям. Чем выше балл, тем более высока вероятность формирования патологической зависимости.

Тест на зависимость от телевидения [54] включает 20 вопросов, отвечая на которые, испытуемый использует только два варианта ответов – «да» и «нет».

Подсчитывается количество положительных ответов на вопросы теста. Результаты тестирования оцениваются, исходя из суммы баллов:

0-5 баллов - результат человека «свободного» от телевидения. При этом не исключается возможность наличия другой зависимости, заменяющей телевидение (интернет, работоголизм и др.);

6-10 баллов - результат, свидетельствующий о том, что телевизор для испытуемого является источником сведений или небольшим развлечением, которое нужно для отвлечения, переключения.

11-15 баллов - показатель того, что испытуемый много времени проводит у телевизора, который является для него основным источником информации или средством борьбы с одиночеством.

16-20 баллов - патологическая зависимость от телевизора.

В качестве основного метода исследования был использован диагностический эксперимент с применением методики изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга.

Экспериментально-психологическая методика изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга дает возможность прогнозировать эмоциональные реакции личности на различные трудности и помехи, на ситуации блокирования актуальных для субъекта потребностей.

Сtimульный материал методики состоит из 24 рисунков, на которых изображены разные фрустрационной ситуации. Ситуации представлены на схематическом контурном рисунке, на котором изображены персонажи, занятые еще не законченным разговором. Одно действующее лицо говорит определенные слова другому, ответ которого не приводится. Инструкция требует, чтобы респондент дал первый же ответ, пришедший ему в голову. Методика относится к проективным, поскольку идентификация с каким-либо из персонажей картины поощряется структурой стимула. Для

облегчения проекции специально опущены черты лица и другие выражения характера изображенных действующих лиц.

Стимульные ситуации методики делятся на две группы:

- Ситуации «препятствия», в которых какое-либо обстоятельство каким-то способом блокирует реализацию важной на данный момент потребности. К таким ситуациям относятся 16 стимулов (карточки 1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 18, 20, 22, 23, 24).

- Ситуации «обвинения», в которых субъект служит объектом обвинения, когда блокируется его базовая потребность в принятии и уважении. Такие ситуации представлены в 8 стимулах (карточки 2, 5, 7, 10, 16, 17, 19, 21).

Между этими типами ситуаций может быть связь, поскольку ситуации обвинения нередко предшествует ситуация препятствия. Кроме того, испытуемый может интерпретировать ситуацию обвинения, как ситуацию препятствия, и наоборот.

Ответы испытуемых оцениваются с точки зрения двух критериев: направления реакции и типа реакции.

По направлению реакции делятся на:

- экстрапунитивные реакции (Е) - реакции, направленные на живое или неживое окружение в форме подчеркивания степени фрустрирующей ситуации, в форме осуждения внешней причины фрустрации. К этому направлению относятся также реакции, в которых обязанность разрешить ситуацию вменяется другому лицу;

- интропунитивные реакции (I) - реакции, направленные субъектом на самого себя. При этом испытуемый может принять фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя, принять на себя вину или взять ответственность за исправление данной ситуации;

- импунитивные реакции (М) - реакции, при которых фрустрирующая ситуация рассматривается как малозначащая, как отсутствие чьей-либо вины

или как нечто такое, что может быть исправлено само собой с течением времени.

В методике выделены следующие типы реакций:

Тип реакции «с фиксацией на препятствии» (OD) - реакция, когда в ответах испытуемого либо подчеркивается и всячески акцентируется препятствие, вызвавшее фрустрацию, либо препятствие интерпретируется как своего рода благо, либо описывается как нечто малозначащее.

Тип реакции «с фиксацией на самозащите» (ED) - реакция, в которой проявляются разные варианты защиты своего «Я». Субъект либо порицает кого-то, либо признает свою вину, либо отмечает, что ответственность за фрустрацию никому не может быть приписана.

Тип реакции «с фиксацией на удовлетворении потребности» (NP) - реакция, когда ответ направлен на разрешение проблемы. Субъект либо требует помощи от других лиц; либо сам берется за разрешение ситуации, либо считает, что время и ход событий приведут к ее исправлению.

Методика С. Розенцвейга, обладая достаточно объективной процедурой оценки, более доступна статистическому анализу, нежели большинство других проективных методик.

Для математико-статистической обработки данных были использованы метод углового преобразования Фишера и Т-критерий Стьюдента.

Критерий Фишера предназначен для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости исследуемого эффекта. Этот метод математической статистики оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок, в которых зарегистрирован исследуемый эффект.

2.2. Анализ и интерпретация диагностических данных

В процессе формирования выборки нами были использованы методики по определению наличия и степени выраженности двух видов нехимической

зависимости - тест Такера на выявление игровой зависимости и тест на зависимость от телевидения.

Были сформированы три группы испытуемых:

Группа 1 - с зависимостью от онлайн игр (9 человек);

Группа 2 - с телевизионной зависимостью (12 человек);

Группа 3 - испытуемые, не имеющие рассматриваемых зависимостей (15 человек).



Рис.1. Распределение результатов диагностики нехимических (технологических) видов зависимости в исследуемой группе

Индивидуальные диагностические данные по определению зависимостей представлены в табл. 1 Приложения.

При оценке результатов тестирования по методике Такера мы исходили из того, что сумма баллов менее 4-х указывает на полное отсутствие зависимости от компьютерных игр, а баллы выше 7 указывают на наличие или вероятность формирования патологической зависимости.

При оценке зависимости от телевидения результаты тестирования до 6 баллов указывают на «свободу» от телевидения, но при этом не исключается возможность наличия другой зависимости, заменяющей телевидение. Суммарный результат до 11 баллов свидетельствует о том, что телевидение для испытуемого является источником сведений или небольшим развлечением, которое используется для кратковременного отвлечения,

ситуативного переключения. Результаты выше 11-ти баллов являются симптоматичными, при этом если суммарный балл выше 15-ти, то диагностируется патологическая зависимость от телевизора. При диагностике зависимости от телевидения мы объединили две оценочные шкалы и отнесли к зависимым всех, у кого результат по этой методике выше 15-ти баллов.

Ниже приведены средние значения диагностических данных в трех группах испытуемых.

Таблица 1

Результаты диагностики игровой зависимости
и зависимости от телевидения

Группы	Результаты диагностики (ср. знач.)	
	зависимость от онлайн игр	зависимость от телевидения
Группа 1	15.33	2.44
Группа 2	4.08	14.58
Группа 3	5.0	6.07

В ходе анализа данных по методике Такера мы сравнили средние диагностические значения в группах, где зависимость от онлайн игр не была продиагностирована. Сравнение показало, что испытуемые, не имеющие технологических зависимостей (Группа 3), несколько чаще проводят время за компьютерными играми по сравнению с испытуемыми, имеющими зависимость от телевидения (Группа 2).

Различия между двумя этими группами по результатам методики были проверены с помощью Т-критерия Стьюдента. Значимых различий обнаружено не было: $T_{\text{эмп.}} = 1.9$.

Критические значения

$T_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2.06	2.79

Вместе с тем, отметим, что для испытуемых, не имеющих технологических зависимостей, компьютерная игра является средством развлечения, способом отвлечения, переключения. Зависимые от телевидения этот способ используют реже.

Что касается результатов диагностики зависимости от телевидения, то они указывают на значимые различия между группами 1 и 3: $T_{\text{эмп.}} = 5.1$.

Критические значения

$T_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2.08	2.83

Такая разность результатов свидетельствует о высокой степени вовлеченности в онлайн игры испытуемых Группы 1. Лица с компьютерной зависимостью отвергают все другие способы и средства развлечения, отвлечения, переключения, поиска информации, общения и т.д.

Перейдем к анализу результатов основного этапа диагностики, который проводился с использованием методики С. Розенцвейга.

Индивидуальные диагностические данные испытуемых с указанием типа и направлений фрустрационных реакций представлены в табл. 3-5 Приложения.

Анализ диагностических данных проводился на основании профиля полученных данных каждого испытуемого. Были составлены три основных «паттерна» - градации реакций испытуемого в порядке частоты их употребления. Первый паттерн определяет доминирующий характер направлений реакций независимо от их типа (Е, I, М). Экстрапунитивные (Е), интропунитивные (I) и импунитивные (М) реакции располагаются в порядке убывания их встречаемости в профиле ответов испытуемого. Второй паттерн выражает доминирующий характер типа реакций независимо от их направления (OD, ED, NP). Третий паттерн выражает относительную частоту

трёх из девяти наиболее часто встречающихся конкретных реакций, отражающий тип и направление ответов (Е*, I*, М*, /Е/, /I/, /М/, е, i, m).

Результаты анализа данных по всем трем паттернам представлены в Приложении в таблицах индивидуальных результатов испытуемых. Два дополнительных паттерна – «чувствительность к обвинению» и «показатель социальной адаптации» в данном исследовании не рассматривались.

Рассмотрим особенности направления реакций испытуемых трех исследуемых групп.

Таблица 2

Результаты диагностики направлений фрустрационных реакций
(выраженность в %)

Группы	Е	I	М
Группа 1	33,3	22,2	44,5
Группа 2	66,7	33,3	-
Группа 3	53,4	33,3	13,3

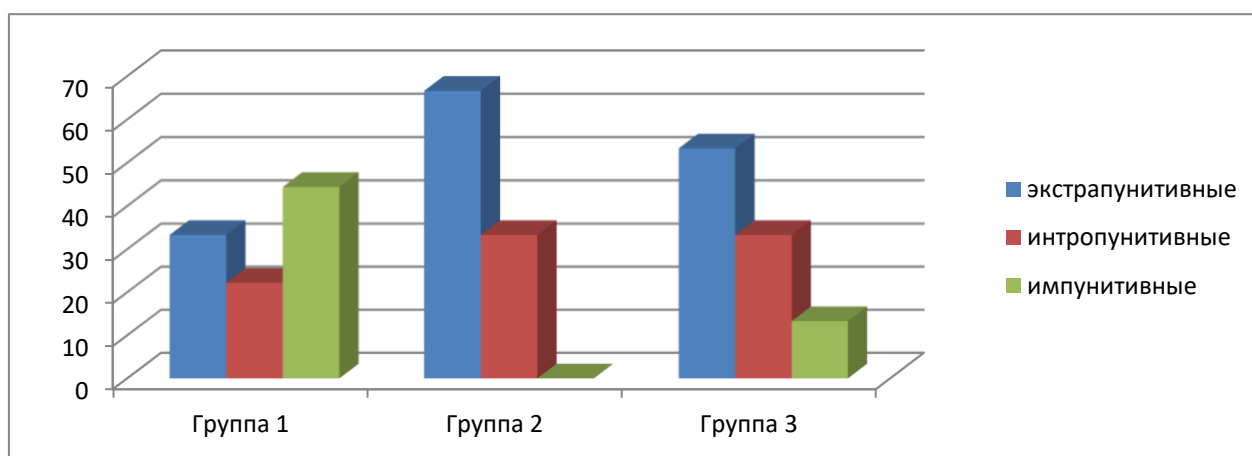


Рис. 2. Распределение показателей направлений фрустрационных реакций

Направления реакции делятся на экстрапунитивные, интропунитивные и импунитивные.

Экстрапунитивные реакции направлены во вне. При этом в сочетании с типом реакций они имеют следующие варианты:

- подчеркивают степень фрустрирующей ситуации, свидетельствуют о фиксации на препятствии;

- имеют характер осуждения внешней причины фрустрации;
- содержат указания другому лицу на необходимость разрешения данной ситуации.

Интропунитивные реакции субъекта направлены на самого себя. В сочетании с типом реакций они имеют следующие варианты:

- принятие ситуации фрустрации как благоприятной для себя;
- принятие вины на себя;
- принятие на себя ответственности по выходу из ситуации, ее исправлению.

Импунитивные реакции свидетельствуют об отрицании фрустрации. Фрустрирующая ситуация может рассматриваться как:

- малозначащая;
- сложившаяся ситуация, в которой никто не виноват;
- нечто такое, что может быть исправлено без вмешательства с чьей бы то ни было стороны, с течением времени, при определенном изменении обстоятельств.

Полученные диагностические данные указывают на то, что в группе испытуемых с зависимостью от онлайн игр преобладают реакции с импунитивной направленностью. Это означает, что испытуемые этой группы склонны к отрицанию фрустрации. По нашему мнению, такой результат соотносится с компьютерной игровой зависимостью. Игровые ситуации легко изменимы, они не относятся к непреодолимым. Частое переживание игровых ситуаций, результатов игры проецируется на реальные ситуации, обесценивает их, вызывая иллюзию того, что все образуется само собой.

Отметим, что преобладание импунитивных реакций характерно только для испытуемых этой группы. В значительно меньшей степени они присутствуют у испытуемых, не имеющих технологических зависимостей. В группе испытуемых с телевизионной зависимостью импунитивные реакции вообще не продиагностированы.

Мы проверили значимость различий по частоте встречаемости импунитивных реакций в группах испытуемых с игровой компьютерной зависимостью и испытуемых, не имеющих технологических зависимостей. Для этого был использован метод математической статистики угловое преобразование Фишера.

Группы	Наличие импунитивных реакций		Отсутствие импунитивных реакций		Σ
	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%	
1	4	44,4	5	55,6	9
3	2	13,3	13	86,7	15

$$\varphi_s = 1.689 \quad \varphi_{кр.} = \begin{cases} 1,64 (\rho \leq 0,05) \\ 2,31 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$

Таким образом, метод математической статистики подтверждает значимость различий по частоте встречаемости импунитивных реакций в группе испытуемых с зависимостью от онлайн игр при $\rho \leq 0,05$.

В двух других группах преобладают реакции с экстрапунитивной направленностью. Следует отметить, что умеренное преобладание экстрапунитивных реакций является нормой и характерно для большинства тестируемых лиц. Реакции этой направленности продиагностированы у испытуемых всех трех групп. Наибольшую выраженность экстрапунитивная направленность реакций имеет у респондентов с телевизионной зависимостью. Мы проверили значимость различий по этому показателю в группах испытуемых с телевизионной зависимостью и зависимостью от онлайн игр. Проверка осуществлялась с помощью углового преобразования Фишера.

Группы	Наличие экстрапунитивных реакций		Отсутствие экстрапунитивных реакций		Σ
	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%	
1	3	33,3	6	66,7	9
2	8	66,7	4	33,3	12

$$\varphi_{\text{э}} = 1.544 \quad \varphi_{\text{кр.}} = \begin{cases} 1,64 (\rho \leq 0,05) \\ 2,31 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$

Полученное эмпирическое значение φ^* находится в зоне незначимости.

Таким образом, экстрапунитивные реакции характерны как для испытуемых с технологическими видами зависимости, так для тех, у кого этих зависимостей нет. Но в сочетании с типами реакций они имеют разные варианты, и мы полагаем, что при анализе конкретных типов реагирования эти различия будут обнаружены.

Что касается интропунитивного направления реакций, то они не являются доминирующими ни в одной из групп.

Интропунитивные реакции субъекта направлены на самого себя и являются отражением потребности в защите собственного «Я».

Это направление реакций характерно для трети респондентов с телевизионной зависимостью и для трети респондентов без технологических зависимостей (по 33,3%). Несколько менее это направление реакций проявилось у испытуемых с зависимостью от онлайн игр.

Такое распределение диагностических данных позволяет нам сделать вывод о том, что у лиц с зависимостью от онлайн игр потребность в защите собственного «Я» выражена в относительно меньшей степени.

Таким образом, анализ данных по направлению реакций испытуемых трех групп указывает на преобладание импунитивных реакций у лиц с зависимостью от онлайн игр; экстрапунитивных реакций – у лиц с телевизионной зависимостью. У лиц, не имеющих технологических зависимостей, направления реакций распределены более равномерно при доминировании экстрапунитивных.

Рассмотрим результаты диагностики типа фрустрационных реакций.

Показатели типов реакций имеют разное содержание, которое требует уточнения путем анализа их сочетаний с показателями направления реагирования.

Таблица 3

**Результаты диагностики типа фрустрационных реакций
(выраженность в %)**

Группы	OD	ED	NP
Группа 1	66,7	11,1	22,2
Группа 2	25,0	58,3	16,7
Группа 3	20,0	40,0	40,0

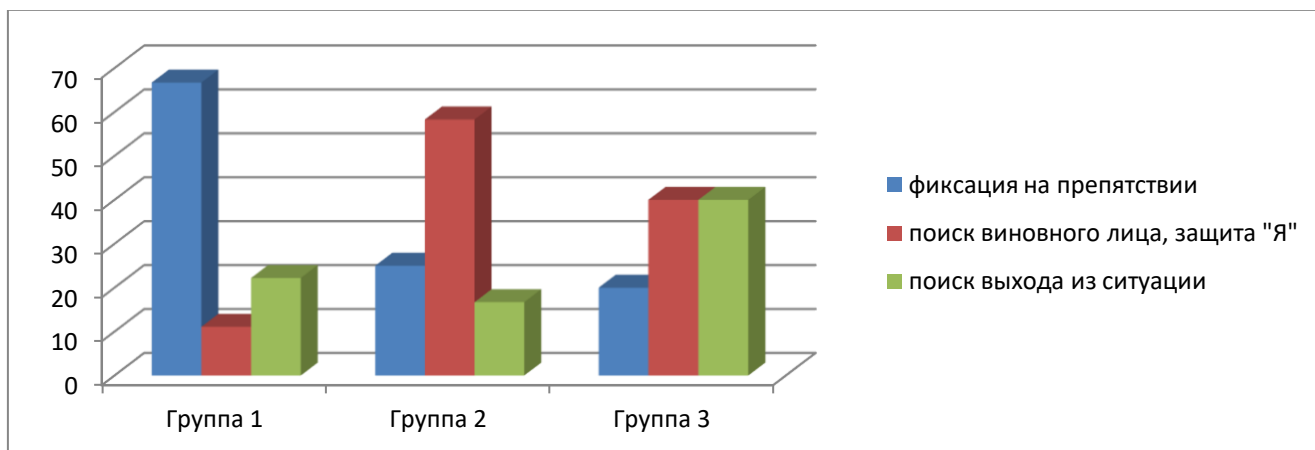


Рис. 3. Распределение показателей типов фрустрационных реакций

Полученные диагностические данные указывают на преобладание в группе зависимых от онлайн игр типа реакций с фиксацией на препятствии (OD).

В самом общем смысле этот тип реакций показывает, в какой степени препятствие фрустрирует субъекта. Преобладание OD-ответов указывает на то, что у субъекта доминирует идея оценки ситуации.

У испытуемых двух других групп фиксация на препятствии выражена в меньшей степени. Мы проверили значимость различий по этому типу реагирования у испытуемых с зависимостью от онлайн игр и испытуемых с телевизионной зависимостью.

Группы	Наличие типа реакций OD		Отсутствие типа реакций OD		Σ
	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%	
1	6	66,7	3	33,3	9
2	3	25	9	75	12

$$\varphi_{\text{э}} = 1.959 \quad \varphi_{\text{кр.}} = \begin{cases} 1,64 (\rho \leq 0,05) \\ 2,31 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$

Таким образом, метод математической статистики подтверждает значимость показателя частоты встречаемости типа реакций с фиксацией на препятствии в группе испытуемых с зависимостью от онлайн игр (при $\rho \leq 0,05$).

У испытуемых с телевизионной зависимостью преобладают реакции, направленные на поиск виновного лица (ED).

Этот тип реакций указывает на потребность в защите собственного «Я». У лиц с доминированием ED-ответов в ситуациях фрустрации происходит фиксация на самозащите. Повышение этого типа реагирования означает слабость, уязвимость личности.

Мы проверили значимость различий по этому типу реагирования у испытуемых с зависимостью от онлайн игр и испытуемых с телевизионной зависимостью.

Группы	Наличие типа реакций ED		Отсутствие типа реакций ED		Σ
	Кол-во испытуемых	%	Кол-во испытуемых	%	
1	1	11,1	8	88,9	9
2	7	58,3	5	41,7	12

$$\varphi_{\text{э}} = 2.402 \quad \varphi_{\text{кр.}} = \begin{cases} 1,64 (\rho \leq 0,05) \\ 2,31 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$

Таким образом, полученное эмпирическое значение φ^* находится в зоне значимости. Это означает, что у испытуемых с телевизионной зависимостью значимо чаще проявляются реакции, направленные на поиск виновного лица.

Для испытуемых, не имеющих технологических зависимостей, в ситуациях фрустрации характерны два типа реакций – фиксация на защите своего «Я» и поиск путей преодоления препятствия.

Тип реакций NP направлен на преодоление препятствий, и отражает ту степень, в которой субъект сосредоточен на разрешении фрустрационной ситуации.

Отметим, что этот тип реакции гораздо реже проявляется у лиц с телевизионной зависимостью и не является доминирующим у испытуемых с зависимостью от онлайн игр.

Таким образом, на основе анализа типов реакций испытуемых трех исследуемых групп, мы можем заключить следующее:

- Для лиц с зависимостью от онлайн игр характерна фиксация на препятствии. В ситуациях фрустрации они больше направлены на оценку ситуации.

- Для респондентов с телевизионной зависимостью во фрустрирующих обстоятельствах характерны реакции, направленные на поиск виновного лица, они чаще сосредоточены на защите своего «Я».

- У испытуемых без технологических зависимостей в равной степени проявляется потребность в защите своего «Я» и потребность найти выход из сложившейся ситуации.

В случае анализа индивидуальных данных, при построении фрустрационного профиля наиболее информативным является показатель по конкретному способу выражения реакций.

Рассмотрим, какие конкретные способы реагирования являются наиболее характерными для лиц с разными видами технологических зависимостей, и отличаются ли они от способов реагирования лиц, не имеющих технологических зависимостей.

Результаты диагностики фрустрационных реакций по конкретному способу выражения у лиц с зависимостью от онлайн игр следующие:

/E/ - 3 (33%);

m - 2 (22%);

I* - 2 (22%);

M* - 2 (22%).

Общая картина свидетельствует о преобладании импунитивных реакций - отрицании фрустрации – в группе лиц с зависимостью от онлайн игр. У 22% испытуемых этой группы обнаружено значительное преобладание m-ответов, что отражает их пассивную жизненную установку, пребывание в ожидании такого развития обстоятельств, когда всё устроится само по себе, без личного вмешательства в ход событий.

Отрицание фрустрации также имеет такие варианты, как тенденция не придавать серьёзного значения случившимся затруднениям - М*-ответы, характерные для такого же числа испытуемых этой группы (22%). Отказ от своих претензий с целью не подвергаться стрессу - компенсаторный механизм индивидов с невротическими расстройствами. Механизмы, лежащие в основе предохранения организма от стрессовых воздействий, характерны для людей, недостаточно уравновешенных, подверженных эмоциональным срывам и частым нередким сменам стенических и астенических состояний.

Результаты диагностики фрустрационных реакций по конкретному способу выражения у лиц с телевизионной зависимостью указывают на преобладание у них экстрапунитивных реакций.

Е* - 4 (33%);

/Е/ - 3 (25%);

/И/ - 3 (25%);

І* - 1 (8%);

е - 1 (8%).

Значительная часть испытуемых этой группы имеет в своем фрустрационном профиле Е*-ответы (33%), что означает, что возникшая ситуация препятствия или обвинения является для них неприятной неожиданностью и отражает период дезорганизации, сопровождающийся тревогой. Такой способ реагирования характерен для тревожных индивидов, с повышенными ригидными стереотипами деятельности.

Для половины испытуемых этой группы характерны реакции «с фиксацией на самозащите» - /Е/-ответы (25%) и /Л/-ответы (25%).

Как отмечает автор методики, умеренное преобладание /Е/-ответов является нормой и характерно для большинства людей. Отражая уровень агрессивности, /Е/-реакции свидетельствуют о сильной мотивации человека поддержания на высоте своего индивидуального статуса, о нетерпимости к навязыванию чужой воли, ограничивающей сферу личной свободы. Однако резкое возрастание /Е/-ответов свидетельствует о повышенной раздражительности, эмоциональной нестабильности.

Умеренное преобладание /Л/-ответов - свидетельство гибкости механизмов социальной адаптации, определённой деликатности, вежливости в манере поведения человека, но их резкое преобладание – симптом неуверенности в себе, своих решениях, в поведении.

Результаты диагностики фрустрационных реакций по конкретному способу выражения у лиц без технологических зависимостей имеют следующую картину:

і - 4 (27%);

/Е/ - 3 (20%);

Е* - 3 (20%);

/М/ - 2 (13%);

е - 2 (13%);

/Л/ - 1 (7%).

Как видно из диагностических данных, в профиле реакций испытуемых этой группы достаточно часто встречаются ответы типа NP, что является признаком адекватного реагирования, показателем способности справляться с фрустрационными ситуациями. При этом для 27% испытуемых характерно стремление полагаться на себя, свои силы при поиске путей выхода из трудных ситуаций (і-ответы), а для 13% - склонность к управлению другими лицами с целью выхода из проблемной ситуации (е-ответы).

Также для испытуемых этой группы характерны реакции, направленные вовне. 20% из них фиксируются на оценке проблемной ситуации, другие 20% направлены на поиски виновного в ней.

У 13% респондентов этой группы преобладают /М/-ответы, которые отражают стремление к разрядке потенциально конфликтной ситуации, являются свидетельством благодушия, желания сохранять атмосферу общего согласия, поддерживать ровные дружеские отношения с окружающими.

Результаты диагностики у лиц без технологических зависимостей свидетельствуют о разнообразии конкретных способов выражения фрустрационных реакций.

Таким образом, на основании полученных диагностических данных мы можем заключить, что особенности реакций в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости проявляются в направленности, типах, а также в конкретных способах реагирования.

Выводы

Проведенное исследование было направлено на изучение способов реагирования в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости. В нем приняли участие 36 человек. Общая выборка была разделена три группы:

Группа 1 - испытуемые с зависимостью от онлайн игр (9 человек);

Группа 2 - испытуемые с телевизионной зависимостью (12 человек);

Группа 3 - испытуемые, не имеющие рассматриваемых зависимостей (15 человек).

Для формирования выборки исследования были использованы тест Такера на выявление игровой зависимости и тест на зависимость от телевидения. В качестве основного метода исследования был использован диагностический эксперимент с применением методики изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга.

Для математико-статистической обработки данных были использованы Т-критерий Стьюдента и угловое преобразование Фишера.

В ходе исследования были получены следующие результаты:

1. Из 36 человек, составивших выборку исследования, 25% имеют зависимость от онлайн-игр; 33% - зависимость от телевидения; 42% не имеют технологических зависимостей.

2. Испытуемые, не имеющие технологических зависимостей, несколько чаще проводят время за компьютерными играми по сравнению с испытуемыми, имеющими зависимость от телевидения. Лица с компьютерной зависимостью отвергают все другие способы и средства развлечения, отвлечения, переключения, поиска информации, общения и т.д.

3. В группе испытуемых с зависимостью от онлайн игр преобладают реакции с импунитивной направленностью, что означает склонность к отрицанию фрустрации. Преобладание импунитивных реакций характерно только для испытуемых этой группы. В двух других группах преобладают

реакции с экстрапунитивной направленностью. Наибольшую выраженность экстрапунитивная направленность реакций имеет у респондентов с телевизионной зависимостью. Интропунитивное направление реакций не является доминирующим ни в одной из групп.

4. В группе зависимых от онлайн игр преобладает тип реакций с фиксацией на препятствии. У испытуемых двух других групп фиксация на препятствии выражена в меньшей степени. У испытуемых с телевизионной зависимостью преобладают реакции, направленные на поиск виновного лица. Для испытуемых, не имеющих технологических зависимостей, в ситуациях фрустрации характерны два типа реакций - фиксация на защите своего «Я» и поиск путей преодоления препятствия.

На основе анализа типов реакций испытуемых трех исследуемых групп, мы сделали следующие выводы:

- Для лиц с зависимостью от онлайн игр характерна фиксация на препятствии. В ситуациях фрустрации они больше направлены на оценку ситуации.

- Для респондентов с телевизионной зависимостью во фрустрирующих обстоятельствах характерны реакции, направленные на поиск виновного лица, они чаще сосредоточены на защите своего «Я».

- У испытуемых без технологических зависимостей в равной степени проявляется потребность в защите своего «Я» и потребность найти выход из сложившейся ситуации.

5. Анализ конкретных способов реагирования показал, что в группе лиц с зависимостью от онлайн игр преобладают реакции, которые отражают их пассивную жизненную установку, пребывание в ожидании такого развития обстоятельств, когда всё устроится само по себе, без личного вмешательства в ход событий. Для испытуемых этой группы также характерна тенденция не придавать серьёзного значения случившимся затруднениям, отказываться от своих претензий с целью не подвергаться стрессу, что является компенсаторным механизмом индивидов с невротическими расстройствами.

Для лиц с телевизионной зависимостью характерны реакции, которые означают, что возникшая ситуация препятствия или обвинения является для них неприятной неожиданностью и отражает период дезорганизации, сопровождающийся тревогой. Это указывает на то, среди лиц с телевизионной зависимостью немало тревожных индивидов, с повышенными ригидными стереотипами деятельности.

Результаты диагностики у лиц без технологических зависимостей свидетельствуют о разнообразии конкретных способов выражения фрустрационных реакций. В профиле реакций испытуемых этой группы достаточно часто встречаются ответы, являющиеся признаком адекватного реагирования, показателем способности справляться с фрустрационными ситуациями. Для них характерно стремление полагаться на себя, свои силы при поиске путей выхода из трудных ситуаций, а также склонность к управлению другими лицами с целью выхода из проблемной ситуации. У части испытуемых этой группы проявляется стремление к разрядке потенциально конфликтной ситуации, желание поддерживать ровные дружеские отношения с окружающими.

Таким образом, на основании полученных диагностических данных мы можем заключить, что существуют особенности реакций в ситуациях фрустрации у лиц с разными видами нехимической зависимости, которые проявляются в направленности, типах, а также в конкретных способах реагирования.

Заключение

Технологические зависимости относятся к нехимическим аддикциям, где объектом зависимости становится поведенческий паттерн, а не психоактивные вещества. Наиболее распространенными среди технологических зависимостей являются интернет-зависимость, телемания, зависимость от онлайн игр и др.

Эти виды зависимости имеют разную степень распространенности в зависимости от возрастных, этнокультурных, профессиональных и других характеристик личности. Но общими для всех лиц с технологическими зависимостями являются психосоматические нарушения, деструктивные тенденции и признаки личностной деформации.

Проблема поведенческих аддикций многогранна. Она касается не только физического и психологического здоровья людей, но также затрагивает и социальную сферу.

Для профилактики и коррекции разных видов зависимости основным является вопрос механизма запуска аддикции. Особым фактором, оказывающим существенное влияние на поведение человека, является его личностный профиль, в структуру которого входит так называемый «фрустрационный профиль личности». При устойчивой деструктивной реакции на фрустрирующие ситуации, часто переживаемой неудовлетворенности результатами собственной деятельности или неудовлетворенности обстоятельствами жизни, увеличивая риск возникновения и развития поведенческих аддикций.

В реальной жизни, когда перед человеком возникает неожиданная преграда, он реагирует на неё в зависимости от своего функционального состояния и от величины и значимости преграждающего стимула. Если эти переменные величины будут находиться на среднем, не превышающем порог фрустрационной толерантности уровне, то индивид отреагирует в соответствии со сформированными у него эмоциональными стереотипами,

которые выражаются в форме различных по направленности и типам фрустрационных реакций. У каждого человека какие-то из этих типов и направлений являются доминирующими, т.е. ему присущ определенный «профиль фрустрационных реакций».

В ходе исследования нами получены данные, указывающие на особенности реагирования лиц с разными технологическими зависимостями на ситуации фрустрации. Данные проведенного исследования могут использоваться для прогнозирования наиболее вероятного поведения в ситуациях фрустрации лиц с разными видами нехимической (технологической) зависимости, а также для профилактики и коррекции деструктивных форм поведения.

Результаты исследования могут быть использованы в работе педагога-психолога по профилактике поведенческих аддикций, в коррекционно-развивающей и консультативной деятельности с лицами подросткового и юношеского возраста.

Список используемых источников

1. Акопов А.Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности / А.Ю. Акопов. - СПб.: Речь, 2008. - 224 с.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания - СПб.: Питер, 2002. - 288 с.
3. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа - М.: «Смысл», ИЦ «Академия», 2002. - 416 с.
4. Асмолов А.Г. Психологическая модель Интернет-зависимости личности / Асмолов А.Г., Цветкова Н.А., Цветков А.В. // Мир психологии. - 2004. - № 1. - С. 179-192.
5. Бабаева Ю.Д. Психологические последствия информатизации / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский // Психологический журнал. - 1998.-№1. -С. 89-100.
6. Бенедиктова А.В. Исследование интернет-аддикции и ее социально-психологической значимости в студенческих группах / А. В. Бенедиктова // Психологическая наука и образование. - 2007. - № 5. - С. 228-236.
7. Бурова В.А. Механизмы формирования интернет-аддикции / В.А. Буров, В.И. Есаулов // Материалы XIII съезда психиатров России.- М., 2000. - С. 290-291.
8. Бухановский А.О. Факторы предрасположения к патологическому гемблингу / А.О. Бухановский, В.А. Солдаткин, И.В. Баранова // Журн. неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2008. - Т. 108, № 10. - С. 20-25.
9. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. - 2004. - Т. 25, №1. - С. 90-100. - (Психология и Интернет).
10. Говорухина М.Ю. Виртуализация современного мира: раздвоение реальности / М.Ю. Говорухина. - Екатеринбург, 2004. - 15 с.

11. Джолдыгулов Г.А., Гусманов Р.М., Шевченко Ю.С. К вопросу о механизмах формирования чрезмерной увлеченности компьютерными играми // Дискуссионные вопросы наркологии: профилактика, лечение и реабилитация: Мат-лы Российской научно-практической конференции/ Под общ. ред. проф. А.В. Худякова. Иваново. 2005. - С. 111-112.
12. Егоров А.Ю. К вопросу о новых теоретических аспектах аддиктологии // В кн.: Наркология и аддиктология. Сб. науч. тр./ Под. ред. проф. В.Д. Менделевича. - Казань: Школа. - 2004. - С. 80-88.
13. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. - СПб.: Речь, 2007. - 190 с.
14. Егоров А.Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.А. Петрова // Вопросы психологического здоровья детей и подростков. - 2005. - №2. - С. 20-27.
15. Егоров А.Ю. Патологическое влечение к азартной игре как модель нехимической зависимости / А.Ю. Егоров // Журн. неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2006. - Т. 106, № 5. - С. 63-70.
16. Егоров А.Ю. Пищевые аддикции / А.Ю. Егоров // Журнал неврологии и психиатрии имени С.С. Корсакова. - 2010. - Т. 110, N 5, вып. 2. - С. 88-92.
17. Ениколопов С.Н. Психологические проблемы патологического влечения к азартным играм / С.Н. Ениколопов, Д. А. Умняшкина // Вопросы психологии. - 2007. - № 3. - С. 82-99.
18. Жилкин В. О понятии «информационная субкультура» / В.О. Жилкин // Высшее образование в России. - 2004. - №.10. - С. 152-153.
19. Зайцев В.В., Шайдулина А.Ф. Как избавиться от пристрастия к азартным играм. - СПб.: Изд. дом «Нева». - 2003. - 128 с.
20. Зайцева А.В. Статьи о зависимостях и зависимом поведении <http://www.gestaltlife.ru/publications/10/view/176>

21. Змановская Е.В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. - М.: Академия, 2004. - 288 с.
22. Ильин Е.П. Психология воли. - СПб., 2000. - 315 с.
23. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: Питер, 2001. - 752 с.
24. Кабанов М.М., Личко А.Е., Попов Ю.В. Саморазрушающее поведение у подростков. - М., 1991. - 141 с.
25. Как справиться с компьютерной зависимостью / С.В. Краснова, Н.Р. Казарян В.С. Тундалева и др. - М.: Эскмо, 2008. - 224 с.
26. Кекелидзе З. И. Особенности формирования патологического влечения к азартным играм / З.И. Кекелидзе, Н.В. Шемчук // Рос. психиатр. журн. - 2008. - №3. - С. 24-28.
27. Керделан К. Дети процессора: как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых / К. Керделан, Г. Грезийон; пер. с фр. А. Луцанова. - Екатеринбург: У - Фактория, 2006. - 272 с.
28. Кислов В.Л. Субъективное ощущение одиночества, как одна из актуальных проблем современного общества. // Вестник психологии СОРАН. -2007. №3. - С. 17-26.
29. Колесникова Г.И. Девиантное поведение: учеб. пособие / Г.И. Колесникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 218 с.
30. Кон И.С. Ребенок и общество. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 336 с.
31. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. - 1991. - № 1. - С. 8-15.
32. Короленко Ц.П. Работоголизм - респектабельная форма аддиктивного поведения// Обзорение психиатрии и медицинской психологии. - 1993. - № 1. - С. 17-29.

33. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Социодинамическая психиатрия. - М., Академический Проект, Екатеринбург, Деловая книга. - 2000. - 460 с.
34. Кулаков С.А. Психотерапия и психопрофилактика аддиктивного поведения у подростков / С.А. Кулаков. - М.-СПб.: Гардарики, 2003. - 470 с.
35. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии, 1967. - № 6. - С. 2-15.
36. Либерман Л. Осторожно: игровая наркомания / Л. Либерман // Воспитание школьников. - 2003. - №5. - С. 64
37. Лоскутова В.А. Интернет-зависимость - патология XXI века? / В.А. Лоскутова // Вопросы ментальной медицины и экологии. - 2000.-№1, - С. 11-13.
38. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: Учебное пособие / В.Д. Менделевич. - СПб.: Речь, 2005. - 445 с.
39. Менделевич В.Д., Садыкова Р.Г. Зависимость как психологический и психопатологический феномен (проблемы диагностики и дифференциации)// Вестник клинической психологии. - 2003. - Т.1. - № 2. - С. 153-158.
40. Мехтиханова Н.Н. Психология зависимого поведения: учеб. пособие / Н.Н. Мехтиханова. - 2-е изд. - М.: Флинта: МПСИ, 2008. - 160 с.
41. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Саморегуляция и самосознание субъекта // Психологический журнал. - 2008. - Т. 29. - № 1. - С. 14-22.
42. Первин Л., Джон О. Психология личности: теория и исследования / перевод с английского М.С. Жамкочьян под ред. В.С. Магуна - М.: Аспект Пресс, 2000. - 607 с.
43. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2000. - 712 с.
44. Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В.Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. - 768 с.

45. Фадеева С.В. Психолого-педагогические аспекты компьютерной зависимости подростков / С.В. Фадеева // Воспитание школьников. - 2009. - № 10. - С. 23-25.
46. Фрустрация: Понятие и диагностика: Учеб.-метод. пособие: Для студентов специальности «Психология» / Сост. Л.И. Дементий. - Омск: Изд-во ОмГУ, 2004. - 68 с. <http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/705/27705/10888>
47. Хьелл Л. Теории личности (Основные положения, исследования и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. - СПб.: Питер, 1999. - 608 с.
48. Чудова И.В. Особенности образа «Я» «Жителя Интернета» // Психологический журнал. 2002. Т. 22. № 1. - С. 113-117.
49. Шабалина В.В. Психологическая зависимость и ее образ / В.В. Шабалина // Мир детства. - 2002. - № 2. - С. 32- 35.
50. Шибко О.Л. Типология стилей саморегуляции произвольной активности у лиц с ургентной аддикцией // Философия и социологические науки. - Минск, 2007. № 1. - С. - 71-75.
51. Якунин В.А. История психологии: учебное пособие / В.А. Якунин. - СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2001. - 378 с.
52. Янг К. Диагноз - интернет-зависимость / К. Янг // Мир Интернет. - 2000. - № 2. - С. 24-29.
53. https://infourok.ru/testy_i_ankety_dlya_diaagnostiki_kompyuternoy_zavisimosti-133733.htm Тесты и анкеты для диагностики компьютерной зависимости
54. <http://azps.ru/tests/kit/kit1000.html> Тест на зависимость от телевидения // А-Я Психология (azps.ru)

Таблица 1

Результаты диагностики игровой зависимости и зависимости от телевидения

№ п/п испытуемого	Зависимость от онлайн игр	Зависимость от телевидения
1	12	4
2	4	7
3	3	15
4	15	2
5	6	4
6	4	14
7	4	8
8	7	3
9	3	6
10	2	7
11	6	13
12	5	6
13	12	3
14	4	15
15	6	4
16	6	7
17	5	8
18	17	1
19	5	14
20	4	8
21	5	6
22	4	13
23	4	15
24	6	4
25	5	7
26	3	16
27	5	12
28	14	5
29	2	17
30	5	16
31	21	0
32	15	2
33	7	5
34	4	15
35	19	1
36	13	4

Таблица 2

**Результаты диагностики игровой зависимости и зависимости от телевидения
в отдельно выделенных группах**

№ п/п испытуемого	Зависимость от онлайн игр	Зависимость от телевидения
Группа 1		
1	12	4
2	15	2
3	12	3
4	17	1
5	14	5
6	21	0
7	15	2
8	19	1
9	13	4
Группа 2		
1	3	15
2	4	14
3	6	13
4	4	15
5	5	14
6	4	13
7	4	15
8	3	16
9	5	12
10	2	17
11	5	16
12	4	15
Группа 3		
1	4	7
2	6	4
3	4	8
4	7	3
5	3	6
6	2	7
7	5	6
8	6	4
9	6	7
10	5	8
11	4	8
12	5	6
13	6	4
14	5	7
15	7	5

Таблица 3

Результаты диагностики фрустрационных реакций у лиц с зависимостью от онлайн игр

№ п/п испытуемого	Реакции		
	по направлению	по типу	по конкретному способу выражения
1	E	OD	/E/
2	M	ED	M*
3	E	OD	/E/
4	I	OD	I*
5	M	NP	m
6	E	OD	/E/
7	M	NP	m
8	I	OD	I*
9	M	OD	M*

Таблица 4

Результаты диагностики фрустрационных реакций у лиц с зависимостью от онлайн игр

№ п/п испытуемого	Реакции		
	по направлению	по типу	по конкретному способу выражения
1	E	ED	E*
2	I	ED	/I/
3	E	OD	/E/
4	E	ED	/E/
5	I	OD	/I/
6	E	ED	E*
7	I	NP	I*
8	I	OD	/I/
9	E	ED	/E/
10	E	ED	E*
11	E	NP	e
12	E	ED	E*

Таблица 5

Результаты диагностики фрустрационных реакций у лиц, не имеющих
технологических зависимостей

№ п/п испытуемого	Реакции		
	по направлению	по типу	по конкретному способу выражения
1	E	ED	/E/
2	I	NP	i
3	E	NP	e
4	M	ED	/M/
5	E	OD	E*
6	I	NP	i
7	I	NP	i
8	E	NP	e
9	I	ED	/I/
10	E	OD	E*
11	M	ED	/M/
12	E	OD	E*
13	E	ED	/E/
14	I	NP	i
15	E	ED	/E/