

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:

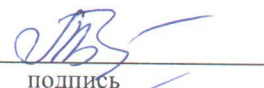
«Различия в показателях физического образа «Я» у подростков с
наличием и отсутствием интернет-зависимости»

Студент


подпись

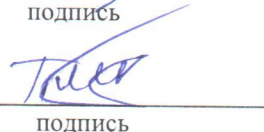
Жулина Маргарита Юрьевна

Руководитель


подпись

Бочкарева Л.П.

Нормоконтролер


подпись

Карманова Т.М.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 07.06.2019 №13)

Заведующий кафедрой


подпись

Медведева И.А.

Работа защищена с отметкой хорошо (протокол заседания ГЭК от 24.06.19 №5)

Секретарь ГЭК


подпись

Тарасова Е.М.

Пенза 2019

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретический анализ проблемы изучения самоотношения физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет- зависимости	
1.1. Понятие «интернет-зависимости», признаки и причины ее возникновения в подростковом возрасте с позиции зарубежной и отечественной психологии.....	6
1.2. Понятие самоотношение к образу физического «Я» в работах отечественных психологов	15
1.3. Влияние интернет-зависимости на здоровье подростков. Профилактика и лечение. Психологические особенности подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости.....	17
Выводы по главе 1.....	18
Глава 2. Эмпирическое исследование различий в показателях физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет- зависимости	
2.1. Описание методов и этапов проведения исследования.....	21
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования.....	26
Выводы	45
Заключение.....	49
Список используемой литературы.....	52
Приложение.....	56

Введение

В настоящее время Интернет стал неотъемлемой частью молодого поколения. С его помощью можно найти любую информацию, друзей, даже возлюбленного или возлюбленную. При этом люди так сильно погружаются в сеть, что порой забывают про существование реальной жизни, часто заменяя общение и прогулки с друзьями виртуальными собеседниками. Многие из них считают, что в интернете они обретают свободу от тех ограничений, которые накладывает на них реальная жизнь.

В России проблемой компьютерной зависимости начали заниматься последнее десятилетие. Проблемой разработки методического инструментария занимались такие ученые как А. Жичкина (шкала Интернет-зависимости), Е. Щепилина, (опросник «Восприятие Интернета») и др. Проблемами зависимости от компьютерных игр занимались И. Бурлаков, О. Генисаретский, Н. Носов. Последние впервые в России упомянули понятие «виртуальная реальность», А.Е. Войскунский, комплексно изучавший Интернет-зависимость и многих других.

Термин «Интернет зависимость» в психиатрическую практику впервые ввел американский психиатр Иван Голдберг еще в 1995 г. Под этим выражением он подразумевал скорее не медицинскую проблему, подобную алкоголизму и наркомании, а поведенческую аномалию, характеризующуюся сниженным уровнем самоконтроля и способную разрушить нормальную жизнь. Интернет зависимость сегодня расценивается как психическое расстройство, выражающееся в неспособности пострадавшего вовремя выйти из сети и постоянным и навязчивым желанием войти туда снова.

Родоначальниками психологического изучения феноменов зависимости от Интернета могут считаться два американца: клинический психолог К. Янг и психиатр А. Голдберг, которые в 1995 г. предложили набор диагностических критериев для определения зависимости от Интернета. В

1997-1999 гг. были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические веб-службы по данной проблематике. В 1998-1999 гг. К. Янг и ряд ученых опубликовали первые монографии

Особенно слабо защищенными по отношению к Интернету оказались подростки, которые наиболее восприимчивы к тому, что они видят на просторах всемирной сети. Все это в итоге приводит к отказу от социального взаимодействия, изоляции, разрушению связей с внешним миром, развитию зависимости.

Цель: исследование различий в показателях самоотношения к образу физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости для разработки рекомендаций педагогам, родителям и практикующим психологам.

Объект: личностные характеристики.

Предмет: различия в показателях самоотношения к образу физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости.

Гипотеза: существуют различия в показателях самоотношения к образу физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости.

Задачи:

- 1) проанализировать литературу по проблеме исследования интернет-зависимости у подростков.
- 2) провести диагностическое исследование показателей физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости.
- 3) провести количественную и качественную обработку данных.
- 4) провести анализ и интерпретацию полученных данных.

Методики:

- 1) Тест на Интернет-зависимость (автор: В.А. Лоскутова)
- 2) Методика «Незаконченные предложения» (разработанная А.Е. Жичкиной и Е.А. Щепиловой).

3) Методика исследования самоотношения к Образу Физического «Я» (А.Г. Черкашина).

4) Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Организационная база данных: в исследование приняли участие 46 подростков из двух классов (25 девочек и 21 мальчик), в возрасте от 14 до 16 лет, учащиеся в МБОУ СОШ №67 г. Пензы.

Глава 1. Глава 1. Теоретический анализ проблемы изучения самоотношения физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости

1.1 Понятие «интернет-зависимости», признаки и причины ее возникновения в подростковом возрасте с позиции зарубежной и отечественной психологии

В последнее время Интернет стал неотъемлемой частью для большинства населения. С его помощью люди находят интересующую их информацию, новые знакомства, работу. Интернет помогает им совершить какую-либо покупку, при этом экономя время на его поиске. Каждый день создаются все новые и новые интернет-магазины, где можно совершить любую покупку, начиная с мелочей и заканчивая крупными сделками.

С недавних пор человек при помощи смартфона может забронировать билет, оплатить такси, найти адрес каких-либо заведений. В результате чего для сегодняшнего поколения Интернет стал основным источником для получения любой информации.

Психологи начинают бить тревогу в плане того, что Интернет кроме положительных свойств оказывает отрицательное воздействие на людей, вызывая зависимость. При нехватке времени зачастую люди предпочитают виртуальное общение реальному, телефонные звонки вместо встреч, эмоции человека превратились в смайлики, его переживания в посты в Интернете. Большинство знакомств происходит через Всемирную сеть, что в итоге не всегда приводит к хорошим последствиям, так как человек может оказаться тем, кем не является на самом деле. Если послушать своих бабушек, дедушек и родителей то они полностью уверены в том, что их детство без Интернета было намного красочнее и интереснее. Им гораздо веселее было проводить время на улице, играя со своими друзьями, получая от этого искренние

эмоции. Они не стремились за новыми моделями телефонов, за лайками в социальных сетях, для них гораздо важнее было живое общение.

Термин «Интернет зависимость» в психиатрическую практику впервые ввел американский психиатр Иван Голдберг еще в 1995 г. Под этим выражением он подразумевал скорее не медицинскую проблему, подобную алкоголизму и наркомании, а поведенческую аномалию, характеризующуюся сниженным уровнем самоконтроля и способную разрушить нормальную жизнь. Интернет зависимость сегодня расценивается как психическое расстройство, выражающееся в неспособности пострадавшего вовремя выйти из сети и постоянным и навязчивым желанием войти туда снова [6, с.15].

Родоначальниками психологического изучения феноменов зависимости от Интернета могут считаться два американца: клинический психолог К. Янг и психиатр А. Голдберг, которые в 1995 г. предложили набор диагностических критериев для определения зависимости от Интернета. В 1997-1999 гг. были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические веб-службы по данной проблематике. В 1998-1999 гг. К. Янг и ряд ученых опубликовали первые монографии. К концу 1998 г. Интернет-аддикция оказалась фактически легализована – не как клиническое направление в узком смысле слова, но как отрасль исследований и сфера оказания людям практической психологической помощи.

Изучением интернет-зависимости занимаются такие психологи как: М. Гриффитс, Дж. Грохол, С. Стерн, Дж. Морэйхан-Мартин. С их точки зрения Интернет-зависимость не является глобальной проблемой, а затрагивает лишь небольшое число людей.

Так Дж. Гриффитс считает, что нужно различать понятия зависимость от Интернета и зависимости применения Интернета, так как большинство тех, кто постоянно проводит время в сети, не находится в прямой зависимости от нее. По его мнению, Интернет является всего лишь питательной средой для поддержки других зависимостей. По мимо этого, Дж. Грохол говорит о том, что использование термина «Интернет-

зависимость» является всего лишь рекламой для развития бизнеса, такого как терапевтические клиники, оказывающими услуги «интернет-зависимым» [7, с.96].

Несмотря на утверждения зарубежных ученых, российские исследователи (А.Е. Войскунский, В.Д. Менделевич, С.Н. Ениколопов и др.) оценивают Интернет-зависимость более категорично. Так, например, В.Д. Менделевич в своих работах указывает, что между Интернет-зависимостью и агрессивными и враждебными действиями существует связь, которая способствует развитию кибертерроризма и киберпреследования. Другие вышеназванные исследователи считают, что Интернет-зависимость ведет к социальной и эмоциональной дезадаптации, а также способствует фрустрации среди людей подверженных данной зависимости. Основываясь на многочисленные исследования отечественных и зарубежных ученых (А.А. Антоненко, В.Л. Малыгин, К. Ким и др.) наибольшему риску подвержены дети в том числе подростки, втянутые в виртуальную жизнь. Психологи все больше и больше констатируют тот факт, что уход в виртуальный мир, это следствие неудовлетворения базовых человеческих потребностей, среди которых наибольшее значение для детей подросткового возраста играют потребности в безопасности, признании и любви, которые порой остаются неудовлетворенными [8, с.76].

Большинство зарубежных специалистов полагают, что если можно говорить об Интернет-зависимости, то она характерна для весьма небольшого числа пользователей Интернета; тем самым они не подтверждают мнения, согласно которым подобный вид зависимости характерен для многих миллионов пользователей.

Зависимость подростков от интернета имеет несколько первопричин и выражается в разнообразных формах. Рассмотрим их более подробно.

Существует 3 стадии развития Интернет-зависимости:

-для первой стадии характерно изучение подростком свойств и возможностей Интернета. В результате чего он занимается поиском

необходимой для него информации, при этом проводя минимальное время за компьютером.

-на втором этапе время, проведенное за компьютером, возрастает. Ребенок все больше и больше погружается в мир виртуальной реальности. Общение с друзьями заменяется на общение в сети. Наблюдается поиск новых друзей и собеседников по своим интересам именно в интернете. Подросток начинает увлекаться компьютерными играми, ощущая себя более комфортно при нахождении в сети виртуальной реальности. Нередко наблюдается, что подростки предпочитают заработок денег при помощи работы в Интернете.

-третья стадия зависимости является хронической стадией заболевания, при которой может потребоваться помощь специалиста. Подростки проводят все свое свободное время в сети, пренебрегает приемами пищи и личной гигиены, перестают следить за своим внешним видом, появляются проблемы с учебой, отношениями с родителями. Зачастую они скрывают время, проводимое ими в сети. На любые попытки родителей ограничить время, проводимое в сети, наступает агрессивная реакция. Подростки становятся вспыльчивыми по отношению к другим, ощущают эйфорию при заходе в сеть. Стараясь избавиться от насущных проблем, погружаются в мир виртуальной реальности [11, с.230].

На сегодняшний день выделяется 5 основных видов Интернет-зависимости:

1) Бесперывное общение. Это могут быть различные социальные сети, форумы, чаты. При отсутствии общения с окружающими подростки стремятся социализироваться за счет новых знакомств в Интернете. Общаясь в сети, они имеют возможность существовать в образе своих мечтаний, так как общение происходит на расстоянии, и невозможно узнать о том, насколько информация о человеке является действительной, тем самым происходит раскрепощение личности.

Заниженная самооценка, непринятие сверстниками, все это приводит к тому, что подросток проводит свое свободное время на сайтах знакомств, стараясь хоть как-то заполнить эту пустоту. Нередко случается такое, что отношения людей складываются чисто из переписок в социальных сетях.

Невозможность самовыражения, боязнь высказать свое мнение, отстаивать ту или иную точку зрения, также влечет за собой пристрастие к социальным сетям, так как именно там он может высказать о том, что накопилось, при этом, не боясь огласки со стороны окружающих.

2) Информационная Интернет-зависимость. Сопровождается постоянным поиском нужной и ненужной информации. Подросток блуждает по различным сайтам, порой даже запрещенным, читает статьи, записи, комментарии к ним, бесконечно переходя по ссылкам, что в итоге приводит к информационной перегрузке.

3) Игровая зависимость. Данный вид развивается, когда подростки погружаются в мир виртуальной реальности, подсаживаясь на онлайн-игры.

В игре они ощущают свое превосходство, создают персонажей такими, какими они сами этого захотят. Стать победителем в боксе довольно сложно, а вот в игре это сделать вполне даже возможно. В игре под названием «Sims» подростки могут создать свой собственный мир, создать семью.

Многие игроки тратят реальные деньги, чтобы как-то улучшить своих персонажей. При достижении нового уровня, они начинают чувствовать мнимое превосходство, продолжая играть дни, а порой и ночи напролет.

Зачастую подростки втягиваются в игры по той причине, что не хотят выполнять задания по учебе, домашние обязанности, тем самым пытаясь себя чем-то занять, они начинают играть, в результате они постепенно втягиваются и становятся так называемыми «зомби». Также подростков часто привлекает яркая графика, необычные персонажи в игре.

Происходили такие случаи, когда игра приводила к трагичным последствиям. Например, многочасовой онлайн-сеанс игры в World of

Warcraft, в октябре 2005 года довел китайскую школьницу до истощения организма и смерти. А в 2011 году американская домохозяйка, увлекшись игрой в ту же Warcraft, забыла про свою трехлетнюю дочку, которая умерла от недоедания и обезвоживания [14, с.95].

Вот что говорит еще один из разработчиков онлайн-игр Дэвид Вонг (этот человек, работающий на Microsoft и защитивший диссертацию по особенностям работы человеческого мозга, знает как сделать людей разного возраста интернет-зависимыми): «Всякая зависимость возникает из трех составляющих — активности, времени и поощрения, и есть бесчисленное количество приемов, используя которые, эти три фактора возможно объединить друг с другом для того, чтобы игрок показывал тот образец поведения, который задумал разработчик» [15, с.15].

4) Интернет-зависимость, связанная с азартными играми. У подростков зависимость от игр на деньги встречается намного чаще, чем у взрослых. Сейчас при открытии любого сайта появляется ссылка на онлайн-казино, вызывая тем самым соблазн у пользователей. Выигрывая один раз, они постепенно втягиваются, и думают, о том, что им потом также будет везти, и при малейшем промахе у них возникает агрессивная реакция.

5) Киберсексуальное влечение. Такое влечение характеризуется навязчивой тягой к просмотру порнофильмов в сети и занятию киберсексом. Эта зависимость является серьезнейшей проблемой, как для отдельного человека, так и для общества в целом. Сегодня множество семей сталкивается с проблемой того, что один из супругов предпочитает удовлетворение своих сексуальных потребностей с помощью Интернета.

Причинами этой Интернет-зависимости являются сексуальная неудовлетворенность партнерами, ухудшение сексуальных отношений с партнерами, одиночество, что в итоге только способствует возникновению зависимости этого влечения [20, с.65].

В отличие от взрослых у подростков интернет-зависимость развивается в разы быстрее, так их психика еще не до конца сформирована. Дети быстрее

разбираются с новыми информационными технологиями, нежели взрослые, они подобно губкам впитывают все на лету. Некоторых детей настолько увлекает виртуальный мир, что они погружаются в него с головой.

Отсутствие хобби и увлечений в жизни детей влечет за собой то, что они все чаще и чаще проводят свое свободное время в сети. Постоянно претерпевая неудачи, насмешки со стороны своих ровесников они могут погрузиться в виртуальный мир, тем самым на какое-то время избавиться от мысли о своих проблемах. В этом мире они могут почувствовать себя супергероями, которых все любят и нуждаются в них, обрести способность, которая в реальной жизни не может быть реализована. Но самым главным должно является осознание того, что это лишь временная иллюзия и по возвращению в реальный мир, эти проблемы так и останутся нерешенными.

Еще одной немаловажной причиной появления Интернет-зависимости, тесно связанной с предыдущей причиной, является невозможность самовыражения. Человек с трудом высказывающий свои мысли, неспособный настоять на своей точке зрения, испытывающий страх при публичных выступлениях, в сети может высказать все то, чем не может поделиться в реальной жизни, при этом здесь он не боится получить осуждения со стороны [22, с.24].

Многие подростки стараются быть «как все», не являться пятном на белом фоне. Если их ровесники много времени проводят в сети, то они так же должны следовать этому принципу, хотя это ни есть верное решение.

Так же формированием подобной зависимости выступает педагогическая запущенность детей и отсутствие надлежащего контроля со стороны родителей. Попустительский или наоборот слишком авторитарный стиль воспитания, постоянная занятость на работе, неумение родителей применять психологические и педагогические знания в процессе воспитания, отсутствие внимания и ухода [25, с.83].

Развод родителей, либо неполная семья так же сказывается на увлеченности ребенка Интернетом.

Еще одна причина – это постоянная потребность в поиске информации, которая интересует подростка. Часто это приводит к информационному переизбытку.

По каким же признакам мы можем свидетельствовать о том, что у ребенка присутствует интернет-зависимость?

- он перестает выходить на улицу, проводить время с друзьями, заменяя это на проведение времени за компьютером;
- становится агрессивным, вспыльчивым при выходе из сети;
- стремление к постоянному нахождению онлайн;
- часто пренебрегает едой и личной гигиеной;
- у него появляются проблемы в учебе;
- теряется во времени;
- наблюдаются проблемы со зрением и опорно-двигательным аппаратом;
- резко ухудшается сон;
- забывает про свои домашние обязанности;

При попытках указать подростку на изменения, происходящие в его жизни, на его зависимость от интернета идет процесс полного отрицания и агрессия в сторону говорящего [30, с.315].

Проводя большое время за компьютером, подросток длительное время находится без движения. Ребенок, играющий на компьютере, проводит несколько часов, а то и весь день без движения, в результате чего это наносит огромный вред его здоровью, что влечет за собой физические нарушения.

Отсутствие движения приводит к атрофированию мышц спины, влекущее за собой нарушение осанки, появление горбатости. Помимо этого, отсутствие движения вызывает плохое кровообращение и ожирение сердца. Как результат - инсульты, инфаркты и одышка.

При длительном нахождении за компьютером ребенок сталкивается с проблемами зрительной системы. Часто утомляемость зрения приводит к тому, что дети становятся вялыми и раздражительными.

Каждый из этих случаев связан со временем, проведенным за компьютером и близостью расположения.

Первым этапом профилактики является осознание самой проблемы, выяснение причин ее возникновения, а также мотивации к ее разрешению. Если человек сам не в силах справиться с этой зависимостью, то ему необходимо обратиться к психологу или в специализированный центр.

Профилактические меры на этом этапе заключаются в правильном распределении своего времени. Для этого дети могут записаться в различные кружки и секции. Родители должны как можно больше времени проводить с ребенком, организовывать его досуг: поход в кино, театр, поездка на природу. Ведь чем больше ребенок будет получать заботу и внимание со стороны родителей, тем меньше у него будет соблазна сесть за компьютер.

Так же следует следить за тем, чтобы ребенок вовремя кушал, не пренебрегал личной гигиеной. Совершенно запрещать ребенку работу с компьютером тоже не стоит, ведь как говорится «запретный плод сладок», да и на все ваши упреки он будет проявлять агрессию и недовольство, а рациональное его использование еще никому не помешало.

Родителям необходимо следить за тем, чтобы их дети больше общались в реальной, нежели в виртуальной жизни. Кроме этого следует научить детей разрешать ситуации межличностных отношений. В связи с тем, что проблема аддиктивного поведения становится все актуальнее, родителям целесообразно будет отслеживать ресурсы, которые посещает ребенок.

С ребенком рекомендуется проводить воспитательные беседы, разговоры по душам. Родители должны создать в семье добрые и гармоничные отношения, чтобы дети чувствовали себя нужными и любимыми.

Под вторичной профилактикой подразумевается совокупность мероприятий, направленных на выявление заболевания на ранних этапах, и его лечение с целью остановить на начальных стадиях и не допустить хронических, острых форм [27, с.315].

Самое страшное заключается в том, что симптоматика данного заболевания стоит на ряду с такими зависимостями как алкоголизм и наркомания.

Для лечения заболевания используют психоанализ, фармакотерапию и гипноз.

С помощью психоанализа обеспечивается установление причин, которые спровоцировали интернет-зависимость. Этот метод помогает определить комплексы и семейные проблемы пациента, в последующем для разработки программы, направленной на их устранение.

Метод психотерапии помогает подростку понять и осознать проблему. Используются специальные методики, после которых у пациента возникает желание преодоления зависимости. Такие сеансы внушают человеку уверенность в себе и своих силах, повышают самооценку. Если у пациента отмечается открытая депрессия, то ему могут назначить медикаментозную терапию в соответствие с индивидуальными особенностями пациента и степенью тяжести нарушений. С успехом так же используют растительные препараты, которые снижают возбудимость нервной системы и налаживают работу головного мозга.

При индивидуальных сеансах с пациентом может использоваться метод гипноза. Специалист вводит его в транс, и внушает ему то, что он должен стать безразличным к виртуальной жизни. По статистике этот метод является менее эффективным, так как не все пациенты поддаются гипнозу. Симптомы исчезают, но при этом остаются глубинные причины, в следствие чего он может заполнить эту пустоту другим пагубным пристрастием. [33, с.10].

1.2. Понятие самоотношение к образу физического «Я» в работах отечественных психологов

В работах отечественных психологов С.А. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, А.В. Петровского, И.С. Кона, В.В. Столина и др. исследовались

различные стороны «образа Я» в русле изучения самосознания. Изучалось содержание, функции, свойства и механизмы формирования «образа Я».

Содержание человеческого «Я» выделяет С.Л. Рубинштейн. Он включает в него 3 компонента: 1) тело, которым постепенно овладевает человек, и органы становятся первыми орудиями воздействия на мир; 2) внешний облик, в котором отражается склад жизни и стиль деятельности; 3) психическая сфера, к которой человек относит способности, особенности характера, темперамента.

А.В. Петровский представляет «анатомию» «Я образа» и выделяет в нем три стороны. Первая сторона – когнитивная, является результатом познавательного процесса и включает в себя представления человека о своих способностях, умениях, внешности, социальной значимости. Вторая сторона «образа Я» - эмоциональная, включает в себя наличие или отсутствие самокритичности, самоуважения, себялюбие, самоуничтожение и т.д. Третья сторона – «волевое начало», проявляется в стремлении завоевать симпатии, уважение, повысить свой статус, рискуя проверить свои возможности, или же наоборот – желание остаться незамеченным, уклонившись не только от критики, но и вообще от какой-либо оценки, желание скрыть свои недостатки и слабости.

И.С. Кон сформулировал уровневую концепцию «образа Я», используя понятие установки. Основания для этой концепции он находит в теории диспозиционной регуляции социального поведения В.А. Ядова. Понимание «образа Я» в качестве установочной системы представляет его структуру как некую систему когнитивных, эмоциональных, поведенческих признаков. Как установочная система, «образ Я», по мнению И.С. Кона, выполняет те функции, которые осуществляет социальная установка адаптации индивида к социальной среде.

В.В. Столин выделяет в содержании «образа Я» две образующих. Во-первых, представления о себе, которые проявляются в знаниях индивида о характеристиках, объединяющих его с другими – присоединяющая

образующая (система – самоидентичности); и в знаниях выделяющих его в сравнении с другими – дифференцирующая образующая. Во-вторых, самоотношение в виде устойчивого переживания, пронизывающего «образ Я». Эти образующие, по мнению В.В. Столина, указывают на механизмы формирования «образа Я».

1.3. Психологические особенности подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости

Проблема Интернет-зависимости особенно актуальна для подростковой среды, зачастую она приводит как к изменениям в поведении, так и к разрушению личности в целом.

Предрасположенность к Интернету – зависимости у подростков, проявляется у тех, у кого есть определенный фон, т.е. некие личностные особенности, способствующие формированию собственно аддиктивно зависимой личности, либо аддиктивной реализации с помощью интернета у сформировавшегося уже аддикта.

За проявлениями зависимости от интернета нередко скрываются другие аддикции либо психические отклонения. Интернет – зависимость не считается официальным диагнозом и часто является симптомами других серьёзных проблем в жизни подростка (например, депрессия, трудности общения с противоположным полом, проблемы с родителями, плохая успеваемость и т.д.).

Основной чертой Интернет – зависимых подростков, является их неспособностью говорить о своих чувствах, но при этом спонтанность проявления их в ситуации общения. Эта особенность формируется в том случае, когда родители совершенно не обращают внимания на своего ребенка, не интересуются его делами, чувствами, переживаниями. На задаваемые ими вопросы родители лишь машут рукой, за свои старания они не получают никакой похвалы. В результате чего дети чувствуют себя

изолированными, ненужными, у них возникают сложности в построение общения со сверстниками. Из-за этого они начинают испытывать одиночество [33, с.10].

Для пользователей, склонных к Интернет – зависимости, характерна повышенная чувствительность к социальным ограничениям: в ситуациях, когда необходимо подчиняться жестким правилам, они испытывают сильный стресс. Но без внешних ограничений их поведение теряет целенаправленность – они забывают о своих намерениях, теряют контроль над происходящим, часто не знают, чего хотят. Интернет – зависимый подросток, живет в постоянном ожидании чего – то хорошего и интересного, как будто в следующий момент из сети выплывают именно то, о чем он мечтал всё это время.

Кроме того, подростки, зависимые от Интернета, обычно враждебно относятся к другим людям. Выражают жестокость, недоброжелательность в отношениях с взрослыми. В реальной жизни они не всегда могут получить поддержку со стороны, а вот в виртуальном мире им это сделать намного проще [34, с.220].

Выводы по главе 1

В последнее время Интернет стал неотъемлемой частью для большинства населения. С его помощью люди находят интересующую их информацию, новые знакомства, работу. Интернет помогает им совершить какую-либо покупку, при этом экономя время на его поиске. Каждый день создаются все новые и новые интернет-магазины, где можно совершить любую покупку, начиная с мелочей и заканчивая крупными сделками.

Психологи начинают бить тревогу в плане того, что Интернет кроме положительных свойств оказывает отрицательное воздействие на людей, вызывая зависимость.

Термин «Интернет зависимость» в психиатрическую практику впервые ввел американский психиатр Иван Голдберг еще в 1995 г. Под этим выражением он подразумевал скорее не медицинскую проблему, подобную алкоголизму и наркомании, а поведенческую аномалию, характеризующуюся сниженным уровнем самоконтроля и способную разрушить нормальную жизнь. Интернет зависимость сегодня расценивается как психическое расстройство, выражающееся в неспособности пострадавшего вовремя выйти из сети и постоянным и навязчивым желанием войти туда снова.

На сегодняшний день выделяется 5 основных видов Интернет-зависимости:

- 1) Бесперывное общение
- 2) Информационная интернет-зависимость
- 3) Игровая зависимость
- 4) Интернет-зависимость, связанная с азартными играми
- 5) Киберсексуальное влечение

Психологи выделяют перечень признаков в поведении подростков, свидетельствующих о том, что у него присутствует интернет-зависимость:

- подросток перестает выходить на улицу, проводить время с друзьями, заменяя это на проведение времени за компьютером;
- подросток становится агрессивным, вспыльчивым при выходе из сети;
- присутствует стремление к постоянному нахождению онлайн;
- часто пренебрегает едой и личной гигиеной;
- у подростка появляются проблемы в учебе;
- подросток теряет время;
- наблюдаются проблемы со зрением и опорно-двигательным аппаратом;
- резко ухудшается сон.

Однако, самое страшное заключается в том, что симптоматика интернет-зависимости стоит на ряду с такими аддикциями как алкоголизм и наркомания.

Для лечения интернет-зависимости в психотерапии используют такие методы как психоанализ, фармакотерапию и гипноз.

С помощью психоанализа обеспечивается установление причин, которые спровоцировали интернет-зависимость. Этот метод помогает определить комплексы и семейные проблемы пациента, в последующем для разработки программы, направленной на их устранение.

Метод психотерапии помогает подростку понять и осознать проблему. Используются специальные методики, после которых у пациента возникает желание преодоления зависимости. Такие сеансы внушают человеку уверенность в себе и своих силах, повышают самооценку. Если у пациента отмечается открытая депрессия, то ему могут назначить медикаментозную терапию в соответствие с индивидуальными особенностями пациента и степенью тяжести нарушений. С успехом так же используют растительные препараты, которые снижают возбудимость нервной системы и налаживают работу головного мозга.

При индивидуальных сеансах с пациентом может использоваться метод гипноза. Специалист вводит его в транс, и внушает ему то, что он должен стать безразличным к виртуальной жизни. По статистике этот метод является менее эффективным, так как не все пациенты поддаются гипнозу. Симптомы исчезают, но при этом остаются глубинные причины, в следствие чего он может заполнить эту пустоту другим пагубным пристрастием.

Психологи начинают бить тревогу в плане того, что Интернет кроме положительных свойств оказывает отрицательное воздействие на людей, вызывая зависимость.

Глава 2. Эмпирическое исследование различий в показателях физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости

2.1. Описание методов и этапов проведения исследования

С целью выявления различий в показателях физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости, наше исследование проводилось в несколько этапов. В качестве эмпирической базы исследования выступила МБОУ СОШ №67 г. Пензы. Выборку составили 46 учащихся 8 и 10 класса, в возрасте 14-16 лет, из них 25 девочек и 21 мальчик.

На первом этапе мы провели анализ литературы по проблеме исследования и подборе диагностических методик.

На втором этапе нашего исследования, были проведены психодиагностические процедуры по сбору, обработке и систематизации полученных результатов исследования.

На третьем этапе проводился анализ полученных результатов.

Для проведения исследования нами были выбраны следующие методики.

1) Тест на Интернет-зависимость (автор: В.А. Лоскутова). Целью данного теста является определение уровня интернет-зависимости. Испытуемые получают бланк теста, который состоит из 2 частей. Первая часть теста представляет собой 20 вопросов, и 5 вариантов ответа из которых испытуемые должны выбрать один вариант ответа:

- 1-никогда;
- 2-иногда;
- 3-регулярно;
- 4-часто;
- 5-всегда.

Затем выполняется 2 часть теста, которая так же представляет собой 20 вопросов, но дается уже 2 варианта ответа (либо-да, либо-нет), из которых испытуемые так же выбирают один вариант ответа. После чего подсчитывается общая сумма баллов по двум частям, и определяется уровень интернет-зависимости. Чем больше суммарный балл, тем выше уровень зависимости и проблем, которые возникают из-за использования Интернета. Тест имеет общую шкалу оценки для объяснения результатов:

0 - 49 баллов: минимальное количество времени, проводимого в сети Интернет (низкий уровень);

50 - 79 баллов: средний пользователь сети (средний уровень);

80 - 100 баллов: зависимость от сети Интернет (высокий уровень).

2) Методика выявления отношения к Интернету «Незаконченные предложения» (А.Е. Жичкина, Е.А. Щепилина). Целью данной методики является выявление субъективного отношения испытуемых к Интернету. Испытуемым предлагается 33 незаконченных предложения. Каждое из которых нужно внимательно прочитать и продолжить его. Не стоит долго думать над каждой фразой, следует записывать первую пришедшую в голову мысль. Длина и строение фразы не имеют значения. Задание необходимо выполнять как можно быстрее. Затем эти предложения ранжируются по 6 шкалам, и каждое предложение имеет свою оценку^

+2 -сильно положительное отношение;

+1 -положительно отношение;

0 -нейтральное отношение;

-1 -отрицательное отношение;

-2 -сильно отрицательное отношение.

Затем подсчитывается общее количество баллов по каждой шкале, и выносится общая оценка.

3) Методика исследования самоотношения к Образу Физического «Я» (А.Г.Черкашина). Параметрами исследования в данной методике выступают анатомические, функциональные и социальные характеристики «Образа

Физического Я» в контексте субъективного отношения. Такое субъективное отношение исследуется в двух подсистемах глобального самоотношения: системе «Я в сравнении с другими» или самооценки, и в системе «Я-Я» или эмоционально-ценностного отношения к себе.

В Анатомические характеристики включены 4 группы элементов: лицо в целом, фигура, руки, ноги. Каждый из этих элементов имеет определённое число признаков:

1. Лицо в целом: волосы (густота, фактура, цвет, качество), кожа (качество, цвет), овал лица, форма лба, брови, глазной ареал, нос, губы, зубы, подбородок, ушная раковина, лицо в профиль.

2. Фигура: рост, вес, гармония пропорций, шея, плечи, область декольте, грудь, талия, живот, бёдра, боковая контрольная линия туловища (в фас), передняя контурная линия туловища (в профиль), спина, ягодицы, задняя контурная линия спины и ягодиц (в профиль).

3. Ноги: форма ног, верхняя часть (до колена), нижняя часть (от колена), щиколотки, ступни, длина ног.

4. Руки: верхняя часть (до локтя), нижняя часть (от локтя), запястье, кисть, пальцы, ногти.

Функциональные характеристики:

1. Выносливость: силовая выносливость, общая выносливость, скоростная выносливость.

2. Сила: сила мышц рук, сила мышц ног, сила мышц спины, сила мышц брюшного пресса.

3. Гибкость: гибкость голеностопного сустава, гибкость позвоночника, гибкость тазобедренного сустава, эластичность мышц и связок.

4. Быстрота: быстрота реакции, быстрота движения.

5. Ловкость: удержание равновесия, походка, выразительность движения.

Социальные характеристики:

1. Одежда: соответствие с модой, сочетание цветовой гаммы с цветом кожи, глаз и волос, комфортность, индивидуальность стиля, соответствие с пропорциями фигуры, соответствие возрасту, соответствие социальной роли.

2. Аксессуары: обувь, головной убор, сумки, зонты, платки, украшения, сочетаемость с одеждой.

3. Косметика: макияж, маникюр, педикюр, духи, причёска, сочетаемость с одеждой, сочетаемость с цветотипом внешности.

Согласно инструкции испытуемые должны оценить приведённые в опросном листе свои индивидуальные особенности внешности по 10-бальной шкале, 10 баллов – самое высокое значение, 1 балл- самое низкое значение.

В столбце №1 испытуемые должны были поставить определённое количество баллов, которые означают самооценку данного элемента внешности в сравнении с другими. А в столбце №2 поставить балл, который означает, насколько самооценка данного элемента внешности значима для самого испытуемого.

4) Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан. Целью данной методики является определение уровня самооценки и уровня притязаний. Испытуемые получают бланки методики, которые содержат инструкции и задание. На бланке изображены 7 шкал, которые имеют два полюса и середину. Каждая шкала носит своё название:

- «здоровье»;
- «ум»;
- «характер»;
- «авторитет у сверстников»;
- «способности»;
- «внешность»;
- «уверенность в себе».

Испытуемым предлагается поставить черточку на каждой шкале там, где они считают, что находятся в данный момент, после этого они должны представить, каким должно быть это качество, сторона личности, что они были удовлетворены собой, чувствовали гордость за себя и поставить на этом месте крестик.

После этого рассчитывается расстояние от «0» до «х» - это будет являться уровнем личностных притязаний. Соответственно, уровень самооценки на конкретной шкале можно измерить от «0» до «-». Затем вычисляется расстояние от «х» до «-», тем самым определяется значение расхождения между уровнем притязания и самооценкой.

В результате всего этого происходит подсчет баллов и определение самооценки.

Уровень самооценки:

1. Адекватная - 45-74 балла. Реалистическое оценивание себя по указанным в методике и другим параметрам.

2. Завышенная - 75-100 баллов. Наблюдаются некоторые проблемы в формировании личностных качеств. Возможно, взрослый человек или ребенок не может правильно оценить свою трудовую деятельность (ее результаты), общение. Наблюдается такое явление, как "закрытость для опыта", то есть человек нечувствителен к замечаниям, советам и оценкам людей.

3. Низкая - менее 45 баллов. Человек имеет большие проблемы в формировании личностного благополучия, это показывает методика Дембо-Рубинштейн. Самооценка слишком низкая может быть результатом проявления двух психологических проблем: действительно неуверенности в собственных возможностях и "защитной" неуверенности. Второе явление наблюдается в случае, если человек сам навязывает себе эту "недооценку", чтобы не напрягаться в решениях и избегать ответственности.

Показатели уровня притязаний:

1. Адекватный - 75-89 баллов. Человек реалистично оценивает свои возможности.

2. Высокий - 90-100 баллов. Нереалистичное отношение к своим возможностям, отсутствие самокритики.

3. Низкий - ниже 60 баллов. Заниженный уровень притязаний. Человек не может нормально развиваться. У него нет стремлений чего-то достигать, так как он уверен, что это заведомо проигрышный вариант.

2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

Проведя тест Лоскутовой В.А. на определение интернет-зависимости мы получили следующие результаты, которые представлены в табл. 1

Таблица 1

Результаты диагностики интернет-зависимости у подростков (%)

	Уровни интернет-зависимости		
	Низкий	Средний	Высокий
Общая группа подростков	63,04	19,56	17,39
Девушки	30,04	8,69	15,2
Юноши	34,78	8,69	2,17

По результатам проведенной методики, мы можем отметить, что большая часть испытуемых, а именно 63,04% имеют низкий уровень интернет-зависимости. При этом количество юношей и девушек в этой группе приблизительно одинаково, с небольшим преимуществом юношей, что характеризует их как обычных пользователей Интернета. Они могут находиться в сети долго, так как умеют контролировать себя.

Средний уровень интернет-зависимости соответствует 19,56% подростков из общей группы, равному количеству юношей и девушек, у этих испытуемых присутствуют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом, если не обращать на это внимания сейчас – в дальнейшем они могут заполнить всю их жизнь.

Высокий уровень интернет-зависимости имеют 17,39% испытуемых, с преобладанием девушек, характеризующийся тем, что использование Интернета вызывает значительные проблемы в их жизни. Им стоит оценить влияние Интернета на их жизнь и немедленно обсудить со специалистом по психическому здоровью проблемы, вызванные их деятельностью как пользователя «Всемирной паутины».

На последующих этапах нашего исследования мы оставили только две группы испытуемых. В первую группу мы включили подростков, у которых выявлена интернет – зависимость. В состав второй группы мы включили подростков, у которых интернет – зависимость не выявлена.

Для углубленной характеристики исследуемых групп, с помощью модифицированной методики «Незаконченные предложения», мы изучили субъективное отношение к Интернету среди подростков, у которых отсутствует и имеется Интернет – зависимость.

Таблица 2

Результаты диагностики подростков с разным субъективным отношением к Интернету, по методике на выявление отношения к Интернету «Незаконченные предложения» (А.Е. Жичкина, Е.А. Щепилина) (%)

Шкалы	Подростки, у которых есть интернет-зависимость			Подростки, у которых отсутствует интернет-зависимость		
	Положит	Нейтрал	отрицат	положит	нейтрал	Отрицат
Восприятие интернета в целом	75	12,5	12,5	44,8	17,24	37,9
Положительные свойства интернета	75	12,5	12,5	51,7	10,34	34,48
Отрицательные свойства интернета	62,5	0	37,5	31,03	24,13	44,8
Люди в интернете	62,5	12,5	25	41,37	20,68	37,9
Информация в интернете	75	12,5	12,5	62,06	10,34	27,58
Я в интернете	50	12,5	37,5	58,6	17,24	24,13

По результатам проведенной методики большинство подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости по шкале «Восприятие интернета в целом» выражают положительное отношение. Интернет они воспринимают как источник полезной информации, возможность знакомства с новыми людьми по всему миру. Нейтральное отношение по шкале «Восприятие интернета в целом» присутствует у 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости и у 17,24% подростков с отсутствием интернет-зависимости. Для этой группы Интернет не является чем-то необычным, они могут спокойно обходиться и без него. Полученные результаты объясняют, почему из первой группы подростков не было выявлено респондентов с нейтральным отношением. Отрицательное отношение по этой шкале наблюдается у 12,5% подростков с наличием и у 37,9% подростков с отсутствием интернет-зависимости. Они считают, что Интернет отнимает у них много времени, отвлекает их от учебы и домашних обязанностей.

Анализируя результаты испытуемых из группы подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости, мы можем сказать, что большинство из них выражают положительное отношение по шкале «Положительные свойства Интернета». Из таких свойств они выделяют: общение, заработок, просмотр фильмов и обучающих роликов. Среди всех исследуемых признаков были обнаружены те, кто оценивает свое отношение по этой шкале, как нейтральное. К данной категории относится почти равное количество испытуемых, 12,5% из группы подростков с наличием интернет-зависимости и 10,34% подростков с отсутствием интернет-зависимости, они объясняют это тем, что положительные свойства Интернета подвластны не только ему. Отрицательное отношение по этой шкале присутствует у 12,5% подростков с наличием и у 34,48% подростков с отсутствием интернет-зависимости, они считают, что именно эти свойства привлекают людей, что в итоге приводит к зависимости.

Касаемо оценки по шкале «Отрицательные свойства Интернета» положительное отношение наблюдается у 62,5% подростков с наличием и у 31,03% подростков с отсутствием интернет-зависимости. Свое отношение они объясняют тем, что это помогает им избавиться от постоянного пребывания в Интернете. Нейтральное отношение по этой шкале присутствует у 24,13% подростков с наличием интернет-зависимости, так как они считают, что он не отвлекает их от каких-либо обязанностей, и они с легкостью могут выйти из сети, если им это действительно необходимо. У 37,5% подростков с наличием и у 44,8% подростков с отсутствием интернет-зависимости выражается отрицательное отношение по этой шкале, так как их отвлекает то, что в Интернете находится много лишней информации, постоянно всплывающей рекламы. Некоторые из них думают, что за ними следят, часто из-за своей невнимательности они подписываются на вредоносные сайты, что в результате приводит к не очень хорошим последствиям.

По шкале «Люди в интернете» мы видим, что большая часть подростков из группы с наличием и отсутствием интернет-зависимости выражают положительное отношение, так как они считают их: добрыми, общительными, умеющими отстаивать свое мнение, и иметь право на что-либо. Нейтральное отношение по этой шкале мы наблюдаем у 12,5% подростков с наличием и у 20,68% с отсутствием интернет-зависимости. Они считают, что люди в интернете являются обычными, такими же как и в реальной жизни. У 25% подростков с наличием и у 37,9% подростков с отсутствием интернет-зависимости выявлено отрицательное отношение по этой шкале, так как, они думают, что люди полностью зависят от Интернета, являются странными, скучными, а некоторые из них даже мошенниками.

Теперь рассмотрим результаты по шкале «Информация в интернете». У большинства подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости выявлено положительное отношение, они считают, что Интернет помогает им в учебе, поиске интересующих вопросов, а также чего-то нового.

Нейтральное отношение к этой шкале наблюдается почти у равного количества подростков из обеих групп, у 12,5% подростков с наличием и у 17,24% подростков с отсутствием интернет-зависимости, для них поиск нужной информации осуществляется не только с помощью Интернета, но и при помощи различных книг и энциклопедий. Отрицательное отношение по этой шкале мы выявили у 37,5% подростков с наличием и у 24,13% с отсутствием интернет-зависимости, так как они считают, что Интернет содержит вредоносные сайты и не всегда достоверную информацию.

По шкале «Я в интернете» мы видим, что большая часть подростков из обеих групп выявили положительное отношение по этой шкале. При заходе в сеть они обычно просматривают ленту, слушают музыку, общаются с друзьями, при этом чувствуют себя комфортно. Почти у равного количества испытуемых наблюдается нейтральное отношение по этой шкале, у 12,5% подростков с наличием и у 17,24% с отсутствием Интернет-зависимости, они считают, что в сети они ощущают себя, так же как и в реальной жизни. И наконец отрицательное отношение выявлено у 37,5% подростков с наличием и у 24,13% подростков с отсутствием интернет-зависимости, так как, в сети и в жизни они ощущают себя совершенно разными людьми.

Для исследования отношения испытуемых к своему Образу Физического «Я» мы использовали методику исследования самоотношения к Образу Физического Я (МИСОФ). Результаты представлены в табл. 3, 4, 5, и 6.

Таблица 3

Результаты диагностики подростков по МИСОФ
«Я в сравнении с другими» (%)

Параметры исследования	Подростки с отсутствием интернет-зависимости			Подростки с наличием интернет-зависимости		
	низкий	средний	высокий	низкий	Средний	Высокий
Анатомические характеристики	23,6	34,2	42,1	62,5	25	12,5
Функциональные характеристики	21,1	52,6	26,3	50	37,5	12,5
Социальные характеристики	15,7	63,2	21,1	75	12,5	12,5

Таблица 4

Результаты математической обработки по U критерию Манна – Уитни и «Я в сравнении с другими»

Параметры исследования	Среднее значение результатов у подростков с отсутствием интернет-зависимости	Среднее значение результатов у подростков с наличием интернет-зависимости	Критерий Манна-Уитни Uэмп
Анатомические характеристики	26,1	11,12	53**
Функциональные характеристики	26	11,6	57**
Социальные характеристики	26,8	7,8	26,5**

** различия значимы при $p \leq 0,01$ ($U_{кр}=71$)

* различия значимы при $p \leq 0,05$ ($U_{кр}=94$)

Проведя сравнительный анализ результатов диагностики, представленные в табл. 3, мы наблюдаем, что 23,6% подростков с наличием интернет-зависимости и 62,5% с отсутствием интернет-зависимости, характеризуются низким уровнем самооценки по такому параметру исследования, как «анатомические характеристики». Средний уровень самооценки по данному параметру присутствует у 34,2% подростков с наличием и 25% подростков с отсутствием интернет-зависимости. Они видят как достоинства, так и недостатки в своем теле. Высокий уровень самооценки «анатомических характеристик» характерен для 42,1% подростков с наличием интернет-зависимости и для 12,5% подростков с отсутствием интернет-зависимости и для 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что эти подростки считают, что выглядят лучше по сравнению с другими.

В табл. 4 мы видим, что среднее значение результатов подростков с отсутствием интернет-зависимости, по параметру «анатомические характеристики» равно 26,1 и находится ближе к высоким значениям. Среднее значение результатов подростков с наличием интернет-зависимости по этому параметру равно 11,12. Данный факт свидетельствует о том, что подростки без интернет-зависимости оценивают свои анатомические

характеристики выше, по сравнению с подростками, у которых есть интернет-зависимость.

Для проверки различий в уровне самооценки анатомических характеристик, мы использовали критерий Манна-Уитни. Рассчитав эмпирическое значение по уровню самооценки параметра «анатомические характеристики» мы получили $U_{\text{мп}}=53$. Сравнив его с критическим ($p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$), $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}}=94$)), мы выяснили, что различия между исследуемыми выборками по данному признаку значимы при $p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$). Различия обусловлены тем, что подростки, у которых присутствует интернет-зависимость меньше обращают внимание на свои внешние данные, так как для них большее значение имеет виртуальный мир нежели реальный.

По параметру «функциональные характеристики» низким уровнем самооценки обладают 21,1% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 50% подростков с наличием интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки из данной категории считают, что они недостаточно сильны и выносливы по сравнению со своими сверстниками. Средним уровнем самооценки обладают 52,6% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 37,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Данные результаты говорят об адекватной оценке своих функциональных характеристик. Остальные 26,3% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости имеют высокий уровень самооценки функциональных характеристик. Возможно, они считают себя более сильными и выносливыми, чем большинство их сверстников.

Средний бал результатов подростков с отсутствием интернет-зависимости равен 26 и находится в диапазоне высоких значений. Средний бал по этому параметру у подростков с наличием интернет-зависимости равен 11,6. Данный факт свидетельствует о том, что самооценка выносливости, силы и быстроты у подростков с отсутствием интернет-

зависимости значительно выше, по сравнению с подростками, у которых присутствует интернет-зависимость.

Для проверки различий в уровне оценки функциональных характеристик мы использовали критерий Манна-Уитни. Рассчитав эмпирическое значение по уровню самооценки параметра «функциональные характеристики», мы получили $U_{\text{эмп}}=57$. Сравнив его с критическим ($p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$), $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}} \leq 94$)), мы выяснили, что различия между исследуемыми выборками по уровню самооценки функциональных характеристик значимы при $p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$). Данный факт мы можем объяснить тем, что подростки с наличием интернет-зависимости свое свободное время чаще всего проводят за компьютером и их функциональные характеристики слабо развиты.

По параметру «социальные характеристики» низким уровнем самооценки обладают 15,7% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 75% подростков с наличием интернет-зависимости. Сравнивая себя с другими, подростки с наличием интернет-зависимости считают, что они недостаточно красиво и модно одеваются, не соответствуют стилю. Подростки с отсутствием интернет-зависимости считают, наоборот. Средний уровень самооценки имеют 63,2% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Высокий уровень самооценки наблюдается у 21,1% подростков с отсутствием интернет-зависимости и у 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Эти подростки считают, что они одеты и ухожены лучше, чем большинство из их окружения.

Средний бал по показателю оценка «социальных характеристик» у подростков с отсутствием интернет-зависимости равен 26,8 и находится ближе к высоким значениям. Средний бал аналогичного показателя у подростков с наличием интернет-зависимости равен 7,8. Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень ценности социальных

характеристик у подростков с интернет-зависимостью ниже, чем у подростков без интернет-зависимости.

Для проверки достоверности различий в уровне самооценки социальных характеристик среди двух групп подростков, мы использовали критерий Манна-Уитни. Рассчитав эмпирическое значение, равное $U_{\text{эмп}}=26,5$, мы сравнили его с критическим ($p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$), $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}}=94$)), что в результате подтвердило наличие значимых различий по этому признаку между 2 исследуемыми группами.

Таблица 5

Результаты диагностики подростков по МИСОФ «Я-Я - личностная значимость» (%)

Параметры исследования	Подростки с отсутствием интернет-зависимости			Подростки с наличием интернет-зависимости		
	низкий	Средний	высокий	низкий	Средний	Высокий
Анатомические характеристики	26,3	47,4	26,3	62,5	25	12,5
Функциональные характеристики	15,7	52,7	31,6	50	25	25
Социальные характеристики	15,8	65,8	18,4	70	15	15

Таблица 6

Результаты математической обработки по U критерию Манна – Уитни «Я-Я-личностная значимость »

Параметры исследования	Среднее значение результатов подростков с отсутствием интернет-зависимости	Среднее значение результатов подростков с наличием интернет-зависимости	Критерий Манна-Уитни $U_{\text{эмп}}$
Анатомические характеристики	24,8	17,2	101,5
Функциональные характеристики	23,9	14,25	134
Социальные характеристики	24,2	15	124

** различия значимы при $p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$)

* различия значимы при $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}}=94$)

В табл. 5 и 6 показаны результаты диагностики степени личностной значимости анатомических, функциональных и социальных характеристик для испытуемых. По параметру «анатомические характеристики» низкий

уровень личностной значимости самооценки свойственен 26,3% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 62,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Скорее всего, этих подростков не очень волнует значимость своих внешних данных. Средний уровень личностной значимости анатомических характеристик наблюдается у 47,4% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 25% подростков с наличием интернет-зависимости. Высокий уровень мы наблюдаем у 26,3% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости. Это значит, что для этих подростков важен уровень самооценки своего тела, лица, фигуры.

В табл. 6 указано, что среднее значение показателя ценности анатомических характеристик в группе подростков с отсутствием интернет-зависимости составляет 24,8. Среднее значение данного показателя в группе подростков с наличием интернет-зависимости равно 17,2. Оба показателя находятся в диапазоне высоких значений, это говорит о высоком уровне личностной значимости самооценки «анатомических характеристик».

Для проверки достоверности наблюдаемых различий, мы использовали критерий Манна-Уитни. Полученное эмпирическое значение составило $U_{\text{эмп}}=101,5$, на основании чего мы можем заключить об отсутствии достоверных различий между исследуемыми выборками по данному признаку.

Очень важна значимость таких характеристик как, выносливость, сила, быстрота, ловкость и гибкость для 31,6% подростков с отсутствием интернет-зависимости и для 25% подростков с наличием интернет-зависимости. Средний уровень личностной значимости обозначенных выше характеристик, выявлен у 52,7% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 25% подростков с наличием интернет-зависимости. Для 15,7% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 25% подростков с наличием интернет-зависимости мало значима самооценка функциональных характеристик. Мы можем предположить, что у подростков с отсутствием

интернет-зависимости есть тенденция к более высокой ценности функциональных характеристик.

Среднее значение показателя личностной значимости шкалы «функциональные характеристики» у подростков с отсутствием интернет-зависимости равно 23,9. Среднее значение аналогичного показателя у подростков с наличием интернет-зависимости равно 14,25. В данной выборке мы видим преобладание низкого уровня личностной значимости обозначенных выше характеристик.

Для проверки достоверности наблюдаемых различий мы использовали критерий Манна-Уитни. Полученное эмпирическое значение составило $U_{\text{эмп}}=134$, критические ($p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$), $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}}=94$)), на основании чего мы можем заключить об отсутствии достоверных различий между исследуемыми выборками по данному признаку.

По параметру «социальные характеристики» низкий уровень личностной значимости имеют 15,8% подростков с отсутствием интернет-зависимости и большинство подростков, а именно 70% с наличием интернет-зависимости. Для них малую значимость имеют наличие аксессуаров, сочетания цвета одежды, соответствие с модой, а также наличие макияжа и маникюра. Средний уровень личностной значимости социальных характеристик присутствует у 65,8% подростков с отсутствием интернет-зависимости и у 15% подростков с наличием интернет-зависимости. Большое значение имеет наличие различных аксессуаров, косметики и внешнего вида одежды, а также ее комфортности для 18,4% подростков с отсутствием интернет-зависимости и для 15% подростков с наличием интернет-зависимости.

Среднее значение показателя значимости социальных характеристик у подростков с отсутствием интернет-зависимости составило 24,2 и находится в диапазоне значений выше среднего, что говорит о более высокой значимости косметики, наличия аксессуаров, одежды соответствующе моде для этой группы подростков. Среднее значение показателя личностной

значимости социальных характеристик у подростков с наличием интернет-зависимости равно 15. Полученная тенденция в различиях может быть обусловлена тем, что подростки с Интернет-зависимостью проводя большинство своего свободного времени за компьютером, зачастую пренебрегают личной гигиеной и своим внешним видом.

Для проверки достоверности наблюдаемых различий мы использовали критерий Манна-Уитни. Полученное эмпирическое значение составило $U_{\text{эмп}}=124$, критические ($p \leq 0,01$ ($U_{\text{кр}}=71$), $p \leq 0,05$ ($U_{\text{кр}}=94$)), на основании чего мы можем заключить об отсутствии достоверных различий между исследуемыми выборками по данному признаку.

Далее рассмотрим результаты диагностики самооценки и уровня притязаний у зависимых и независимых от Интернета подростков, которые представлены в табл.7.

Таблица 7

Результаты диагностики уровня самооценки у подростков с интернет-зависимостью и ее отсутствием (%)

Группа испытуемых	Самооценка		
	Низкая	Адекватная	Завышенная
Подростки с налич. интернет-завис.	62,5	25	12,5
Подростки с отсутст. Интернет-завис.	17,8	57,14	25

По результатам проведенной методики у 25% подростков, у которых имеется интернет-зависимость и у 57,14% подростков, у которых отсутствует интернет-зависимость наблюдается адекватная самооценка, свидетельствующая о склонности объективно оценивать себя и свои способности, иметь адекватные представления о важности своей личной деятельности среди других людей, собственных качествах и чувствах, достоинствах и недостатках.

Завышенная самооценка присутствует у 12,5% подростков с наличием интернет-зависимости и у 25% подростков с отсутствием интернет-зависимости, которая указывает на определенные отклонения в

формировании личности, может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценивать результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Такая самооценка может показывать существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

У 62,5% подростков с наличием интернет-зависимости и у 17,8% подростков с отсутствием интернет-зависимости наблюдается низкая самооценка, которая свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Такие люди склонны думать о себе плохо, зачастую проявляют нерешительность и трусость, часто сопровождается привычкой постоянно жаловаться на жизнь, обстоятельства, свою беспомощность, невозможность ничего изменить в сложившихся условиях, влечением мысленно называть себя невезучим, плохим, несовершеннолетним и т.п.

Далее более подробно проанализируем результаты самооценивания по шкалам методики Дембо-Рубинштейн, которые представлены в табл.8.

Таблица 8

Результаты диагностики уровня самооценки у подростков с интернет-зависимостью и ее отсутствием по критерию t-Стьюдента (%)

Параметрические оценивания	Группы респондентов		Значения критерия t-Стьюдента		
	Подростки с отсутствием интернет-зависимости	Подростки с наличием интернет-зависимости	t эмп	Критические значения	
				0,05	0,01
Ум	63,07	60	0,4	2,03	2,72
Характер	66,2	39,63	2,8**	2,03	2,72
Авторитет у коллег	62,97	51,88	1,2	2,03	2,72
Внешность	72,63	55,75	2,2*	2,03	2,72
Уверенность в себе	56,13	45,63	1,4	2,03	2,72
Способности	66,42	46,25	2,03*	2,03	2,72

Параметрические оценивания	Группы респондентов		Значения критерия t-Стьюдента		
	Подростки с отсутствием интернет- зависимости	Подростки с наличием интернет- зависимости	t эмп	Критические значения	
				0,05	0,01
Средние значения по всем показателям	64,87	47,83	4,4*	2,31	3,36

Анализируя результаты табл. 8 значимые различия мы наблюдаем среди подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости по шкале самооценивания «Характер». Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента тоже свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки с отсутствием интернет-зависимости оценивают свой характер более твердым, у них присутствует устойчивость при каких-либо стрессовых ситуациях.

Значимые различия так же наблюдаются по шкале самооценивания «Внешность». Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента так же свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем Интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки с наличием интернет-зависимости уделяют меньше внимания своему внешнему виду, в связи с тем, что они большее количество своего времени проводят в Интернете, зачастую пренебрегая личной гигиеной по сравнению с подростками, у которых отсутствует интернет-зависимость.

Выявлены различия по шкале самооценивания «Способности». Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента так же свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости.

На первом этапе исследования мы изучили самооценку у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости. Как уже было ранее описано,

методика Дембо-Рубинштейн включает в себя два взаимосвязанных параметра: уровень притязания и уровень самооценки. Результаты анализа уровня притязаний у подростков с различным уровнем интернет-зависимости представлены в табл. 9.

Анализируя результаты табл. 9, мы можем сделать следующие выводы, по всем исследуемым показателям уровня притязаний наибольшее количество респондентов имеют высокий уровень притязаний по всем критериям оценивания. Остановимся на анализе более детально.

Таблица 9

Результаты диагностики уровня притязаний у подростков с интернет-зависимостью и ее отсутствием (%)

Параметры оценивания	Категории испытуемых	Уровень притязаний					
		Низкий		Адекватный		Высокий	
		%	чел.	%	чел.	%	чел.
Ум	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	25	2	75	6
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	6,89	2	34,48	10	58,6	17
Характер	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	50	4	50	4
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	6,89	2	41,37	12	51,7	15
Авторитет у сверстников	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	37,5	3	62,5	5
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	-	-	41,37	12	58,6	17
Способности	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	-	-	100	8
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	13,79	4	20,68	6	65,5	19
Внешность	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	-	-	100	8
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	10,34	3	48,27	14	41,37	12
Уверенность в себе	подрос. с налич. интернет-завис.	-	-	-	-	100	8
	подрос. с отсут.. интернет-завис.	13,79	4	24,13	7	62,06	18

По шкале «Ум» 75% подростков с наличием интернет-зависимости и 58,6% подростков с отсутствием интернет-зависимости имеют высокий

уровень притязаний. Такой уровень притязаний свидетельствует о чрезмерно завышенных ожиданиях в отношении своих умственных способностей и некритичном отношении к своим возможностям.

У 25% подростков с наличием интернет-зависимости и у 34,48% подростков с отсутствием интернет-зависимости наблюдается адекватный уровень притязания. Данный показатель характеризует оптимальный уровень представлений о собственных интеллектуальных возможностях.

Только среди подростков с отсутствием интернет-зависимости есть 6,89% испытуемых, характеризующихся низким уровнем притязаний по этой шкале. Данное обстоятельство может быть как следствием низкого уровня самооценки исследуемых, так и низкой значимостью данного показателя для данной аудитории.

При оценке желания улучшить собственный характер почти равное количество испытуемых в обеих выборках представили высокий уровень притязания, 50% подростков с наличием интернет-зависимости и 51,4% подростков с отсутствием интернет-зависимости, т.е. они ставят неадекватный уровень задач для своего развития.

50% подростков с наличием интернет-зависимости и 41,37% подростки с наличием и отсутствием интернет-зависимости характеризуются адекватным уровнем притязаний в отношении своего характера.

6,89% подростков с отсутствием интернет-зависимости характеризуются низким уровнем притязаний в отношении своего характера. Это может быть свидетельством как низкой самооценки, так и нежеланием расти «лично».

По шкале «Авторитет у коллег» 62,5% подростков с наличием интернет-зависимости и 58,6% подростков с отсутствием интернет-зависимости оценивают свое желание укрепить свой авторитет среди сверстников слишком высоко. Данный уровень притязаний может свидетельствовать о нереалистичной оценке своих возможностей.

Далее по этой же шкале 37,5% подростков с наличием интернет-зависимости и 41,37% с отсутствием интернет-зависимости имеют адекватный уровень притязаний. Они ставят перед собой реальные профессиональные цели.

По шкале «Способности» 100% подростков с наличием интернет-зависимости и 65,6% подростков с отсутствием интернет-зависимости имеют высокий уровень притязаний. Это возможно говорит о том факте, что многие подростки хотят улучшить свои моторные навыки. Данное обстоятельство может быть вызвано модой и увлечениями на изделия «хендмейд», рукоделие.

20,68% подростков с отсутствием интернет-зависимости по этой шкале имеют адекватный уровень притязаний в отношении развития своей моторики.

Низкий уровень притязаний по этой шкале имеют 13,79% подростков с отсутствием интернет-зависимости, свидетельствующий о том, что у них нет стремлений чего-то достигать, так как они уверены, что это заведомо проигрышный вариант.

По шкале «Внешность» 100% подростков с наличием интернет-зависимости и 41,37% подростков с отсутствием интернет-зависимости имеют высокий уровень притязания, то есть они считают себя очень привлекательными, их оценка по данному параметру неадекватно завышена.

По этой же шкале 48,27% подростков с отсутствием интернет-зависимости имеют адекватный уровень притязаний, т.е. они реалистично воспринимают свою внешность.

Оставшиеся 10,34% подростков с отсутствием интернет-зависимости по этой же шкале имеют низкий уровень притязаний, что свидетельствует о низкой самооценности.

По шкале «Уверенность в себе» 100% подростков с отсутствием интернет-зависимости и 62,06% подростков с наличием интернет-

зависимости имеют высокий уровень притязаний, у этих испытуемых присутствует нереалистичная уверенность в себе.

24,13% подростков с отсутствием интернет-зависимости имеют адекватный уровень притязаний по этой шкале, что благоприятно сказывается на личностном развитии.

13,79% подростков с наличием интернет-зависимости имеют низкий уровень притязаний по этой же шкале, что свидетельствует о заниженной самооценки и нежелании что-либо менять в своей жизни.

Далее мы сравнили значения по каждой шкале для выяснения значимых различий в уровне притязаний, между группами подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости, представленные в табл. 10.

Таблица 10

Результаты диагностики уровня притязаний у подростков с интернет-зависимостью и ее отсутствием по критерию t-Стьюдента (%)

Параметрические оценивания	Группы респондентов		Значения критерия t-Стьюдента		
	Подростки с отсутствием интернет- зависимости	Подростки с наличием интернет- зависимости	t эмп	Критические значения	
				0,05	0,01
Ум	76,5	92,5	2,1*	2,03	2,72
Характер	81,9	87,5	1	2,03	2,72
Авторитет у коллег	78,1	81,88	0,5	2,03	2,72
Внешность	77,07	92,5	5**	2,03	2,72
Уверенность в себе	70,52	93,75	5,5**	2,03	2,72
Способности	72,41	93,75	4,1**	2,03	2,72
Средние значения по всем показателям	76,9	90,31	5	2,23	3,17

Анализируя результаты табл.10 мы видим, что у подростков с наличием интернет-зависимости присутствуют значимые различия в уровне притязаний по шкалам «Ум» ($t_{\text{эмп}} 2,1$, при $p \leq 0,05$), «Внешность» ($t_{\text{эмп}} 5$, при $p \leq 0,01$), «Уверенность в себе» ($t_{\text{эмп}} 5,5$, при $p \leq 0,01$) и «Способности» ($t_{\text{эмп}} 4,1$, при $p \leq 0,01$) по сравнению с подростками у которых отсутствует интернет-зависимость. Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента тоже свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне притязаний между

подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости. Эти различия могут свидетельствовать о том, что у подростков с наличием интернет-зависимости присутствуют чрезмерно завышенные ожидания в отношении к своим интеллектуальным способностям, своего внешнего вида, уверенности в себе и своих возможностей.

Также присутствуют значимые различия по шкале «Уверенность в себе» и «Способности» между этими подростками, подтвержденные рассчитанными показателями по критерию t-Стьюдента (среднее значение=93,75). Эти различия показывают на то, что многие подростки хотят улучшить свои моторные навыки, при этом у них наблюдается нереалистическая уверенность в себе.

У подростков с отсутствием интернет-зависимости в большей мере выявлены различия по сравнению с подростками с наличием интернет-зависимости по таким шкалам как: «Характер» и «Авторитет у коллег». Эти различия свидетельствуют о том, что подростки ставят неадекватный уровень задач для своего развития, в связи с нереалистической оценкой своих возможностей.

Выводы

Анализируя результаты диагностических методик, можно сделать следующие выводы.

1. Высокий уровень интернет-зависимости соответствует меньшему количеству всей выборки, в основном девочкам, из этого можно сделать вывод о том, что они более одинокие, обедненные реальным общением, вследствие чего они предпочитают уход в виртуальную реальность.

2. Выявлено различное отношение к Интернету у подростков с низким и высоким уровнем интернет-зависимости. Подростки с наличием интернет-зависимости относятся к нему более положительно, так как ощущают себя там более комфортно нежели в реальной жизни, они зачастую заменяют реальных друзей виртуальными.

3. Выявлены значимые различия у подростков с отсутствием и наличием интернет-зависимости по методике «МИСОФ» в показателях самооценки по параметру «анатомические характеристики». Для проверки различий в уровне изучаемого признака использовали критерий Манна-Уитни, который подтвердил различие между исследуемыми выборками по данному признаку. Различия обусловлены тем, что подростки, у которых присутствует интернет-зависимость меньше обращают внимание на свои внешние данные по сравнению с другими, так как для них в приоритете стоит виртуальный мир нежели реальный.

Также присутствуют значимые различия в уровне самооценки по параметру «функциональные характеристики». При проверке значимых различий в уровне изучаемого признака использовался критерий Манна-Уитни, с помощью которого подтвердились различия между двумя исследуемыми выборками по данному признаку. Эти различия обусловлены тем, что подростки с наличием интернет-зависимости все свое свободное время привыкли проводить за компьютером, их не интересует посещение

кружков и секций, вследствие чего физическое развитие уходит на второй план по сравнению со своими сверстниками.

Выявлены различия подростков с отсутствием и наличием интернет-зависимости по самооценки «социальные характеристики». Для проверки так же использовался критерий Манна-Уитни, который в результате подтвердил наличие различий по этому признаку между 2 выборками. Сравнивая себя с другими, подростки с наличием интернет-зависимости считают, что они недостаточно красиво и модно одеваются, не соответствуют стилю, в первую очередь это может быть связано с заниженной самооценкой этих подростков. Подростки с отсутствием интернет-зависимости наоборот считают, что они одеты и ухожены лучше, чем большинство сверстников.

4. Выявлены значимые различия у подростков с наличием и отсутствием интернет-зависимости по шкале «Характер». Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента тоже свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки с отсутствием интернет-зависимости имеют более твердый характер, у них присутствует устойчивость при каких-либо стрессовых ситуациях.

Значимые различия так же наблюдаются по шкале самооценивания «Внешность». Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента так же свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки с наличием интернет-зависимости уделяют меньше внимания своему внешнему виду, в связи с тем, что они большее количество своего времени проводят в Интернете, зачастую пренебрегая личной гигиеной по сравнению с подростками у которых отсутствует интернет-зависимость.

Выявлены различия по шкале самооценивания «Способности». Значения, рассчитанные по критерию t-Стьюдента так же свидетельствуют о

наличии значимых различий в уровне самооценки между подростками с высоким и низким уровнем Интернет-зависимости. Это свидетельствует о том, что подростки с наличием Интернет-зависимости оценивают свои способности ниже чем подростки с отсутствием интернет-зависимости.

У подростков с наличием интернет-зависимости присутствуют значимые различия по шкале «Ум» и «Внешность» в сравнение с подростками у которых отсутствует интернет-зависимость. Рассчитанные нами значения по критерию t-Стьюдента тоже свидетельствуют о наличии значимых различий в уровне притязаний между подростками с высоким и низким уровнем интернет-зависимости (среднее значение=92,5). Эти различия могут свидетельствовать о том, что у подростков с наличием интернет-зависимости присутствуют чрезмерно завышенные ожидания в отношении к своим возможностям, при этом они считают себя очень привлекательными, их оценка по данному параметру неадекватно завышена.

Также присутствуют значимые различия по шкале «Уверенность в себе» и «Способности» между этими подростками, подтвержденные рассчитанными показателями по критерию t-Стьюдента (среднее значение=93,75). Эти различия показывают на то, что многие подростки хотят улучшить свои моторные навыки, при этом у них наблюдается нереалистическая уверенность в себе.

У подростков с отсутствием интернет-зависимости в большей мере выявлены различия по сравнению с подростками с наличием интернет-зависимости по таким шкалам как: «Характер» и «Авторитет у коллег». Эти различия свидетельствуют о том, что подростки ставят неадекватный уровень задач для своего развития, в связи с нереалистической оценкой своих возможностей.

Выявлены различия в сравнение подростков с низким и высоким уровнем интернет-зависимости по уровню самооценки и притязания. У подростков с наличием интернет-зависимости в значительной степени преобладает низкая самооценка в сочетании с высоким уровнем притязания,

это свидетельствует о том, что при проведении большего времени в сети, подростки становятся более скрытыми, малообщительными, раздраженными. В сетевом общении они находят своего рода отдушину. У них чаще встречается возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает плохо, а также ощущаемые им угрызения совести. Высокий уровень притязания свидетельствует о том, что они хотят, чтобы качества личности в них были выражены намного выше, чем это есть на самом деле. У подростков с отсутствием интернет-зависимости в наибольшей степени наблюдается адекватная самооценка с адекватным уровнем притязания, отражающееся в рассудительном использовании Интернета.

Заключение

Актуальность данной работы связана с тем, что Интернет стал неотъемлемой частью в жизни человека. Особенно слабо защищенными по отношению к Интернету оказались подростки, которые наиболее восприимчивы к тому, что они видят на просторах всемирной сети. Все это в итоге приводит к отказу от социального взаимодействия, изоляции, разрушению связей с внешним миром, развитию зависимости.

В данной работе исследовались различия в показателях самоотношения к образу физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости.

Мы проанализировали основные теоретические подходы к данной проблеме. Затем провели диагностическое исследование для раскрытия проявлений структурных звеньев самоотношения к образу физического «Я» у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости.

В ходе диагностического исследования использовались следующие методики:

- 1) Тест на Интернет-зависимость (автор: В.А. Лоскутова)
- 2) Методика «Незаконченные предложения» (разработанная А.Е. Жичкиной и Е.А. Щепиловой).
- 3) Методика исследования самоотношения к Образу Физического «Я» (А.Г. Черкашина).
- 3) Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Далее мы произвели сравнительный анализ полученных результатов, обобщив выводы, мы можем сказать о следующем:

- высокий уровень Интернет-зависимости соответствует меньшему количеству всей выборки, в основном девочкам;
- у подростков с наличием и отсутствием Интернет-зависимости наблюдаются различия в субъективном отношении к Интернету.

- подростки, у которых присутствует интернет-зависимость меньше обращают внимание на свои внешние данные по сравнению с другими, так как для них в приоритете стоит виртуальный мир нежели реальный. Все свое свободное время они привыкли проводить за компьютером, их не интересует посещение кружков и секций, вследствие чего физическое развитие уходит на второй план по сравнению со своими сверстниками.

-сравнивая себя с другими, подростки с наличием интернет-зависимости считают, что они недостаточно красиво и модно одеваются, не соответствуют стилю, в первую очередь это может быть связано с заниженной самооценкой этих подростков. Подростки с отсутствием интернет-зависимости, наоборот считают, что они одеты и ухожены лучше, чем большинство сверстников.

- подростки с отсутствием интернет-зависимости имеют более твердый характер, у них присутствует устойчивость при каких-либо стрессовых ситуациях.

- подростки с наличием интернет-зависимости уделяют меньше внимания своему внешнему виду, в связи с тем, что они большее количество своего времени проводят в Интернете, зачастую пренебрегая личной гигиеной по сравнению с подростками, у которых отсутствует интернет-зависимость.

- подростки с наличием Интернет-зависимости оценивают свои способности ниже, чем подростки с отсутствием интернет-зависимости. У подростков с наличием интернет-зависимости присутствуют чрезмерно завышенные ожидания в отношении к своим возможностям, при этом они считают себя очень привлекательными, их оценка по данному параметру неадекватно завышена. Они ставят неадекватный уровень задач для своего развития, в связи с нереалистической оценкой своих возможностей.

-выявлены различия в сравнение подростков с низким и высоким уровнем интернет-зависимости по уровню самооценки и притязания. У подростков с наличием интернет-зависимости в значительной степени

преобладает низкая самооценка в сочетании с высоким уровнем притязания. У подростков с отсутствием интернет-зависимости в наибольшей степени наблюдается адекватная самооценка с адекватным уровнем притязания, отражающееся в рассудительном использовании Интернета.

Список используемой литературы

1. Г.С. Абрамова Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов / Н. Н. Абрамова. - 4-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 672 с.
2. Л.К. Аверченко Управление общением. Теория и практикумы для социального работника: Учебное пособие. – Москва–Новосибирск, 1999. – 216 с.
3. А.Е. Айвазова Психологические аспекты зависимости / А.Е. Айвазова. - СПб.: Речь, 2003. -
4. А.Ю. Акопов Свобода от зависимости. Социальные болезни личности / А.Ю. Акопов. - СПб.: Речь, 2008. – 224 с.
5. В.В. Александров Интеллект и компьютер / В.В. Александров. - СПб.: Издательство «Анатолия», 2004. – 285 с.
6. О.Н. Арестова Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия / О.Н. Арестова, Л.Н. Бабанин, А.Е. Войскунский // Вестн. Моск. Ун-та. Психология. - 1996. - № 4. - С. 14-20.
7. Ю.Д. Бабаева Психологические последствия информатизации / Ю.Д. Бабаева, А. Е. Войскунский // Психологический журнал. - 1998.-№1. - С. 89-100.
8. С. Бодкер Взаимодействие человека с компьютером с позиции теории деятельности / С. Бодкер // Психологический журнал. - 1993. - №4.- С. 71-81.
9. В.А. Бузова Механизмы формирования интернет-аддикции / В.А. Бузов, В.И. Есаулов // Материалы XIII съезда психиатров России.- М., 2000. - С. 290-291.
10. А.О. Бухановский Зависимое поведение: клиника, динамика, систематика, лечение, профилактика: Пособие для врачей /А.О. Бухановский,

А.С. Андреева, А.О. Бухановская. - Ростов н/Д: Изд-во ЛИНЦ Феникс, 2002. – 230 с.

11. А.В. Бенедиктова Исследование интернет-аддикции и ее социально-психологической значимости в студенческих группах / А.В. Бенедиктова // Психологическая наука и образование. - 2007. - № 5. - С. 228-236.

12. Виртуальная реальность: философские и психологические проблемы / Под. ред. Н.А. Носова. - М.: Центр виртуалистики ИЧ РАН, 1997. – 200 с.

13. Виртуальные реальности в психологии и психопрактике / Под ред. Н.А. Носова и О.И. Генисаретского. - М.: Центр виртуалистики ИЧ РАН, 1995. – 181 с.

14. А.Е. Войскунский Актуальные проблемы зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. - 2004. - № 1. - С. 90-100.

15. М.Ю. Говорухина Виртуализация современного мира: раздвоение реальности / М.Ю. Говорухина. - Екатеринбург, 2004. - 15 с.

16. Ж. Годфруа Что такое психология. В 2-х томах. Т.2. – М.: « Мир», 1992. – 496 с.

17. А.В. Гоголева Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В. Гоголева. - 2-е изд., стер. - М.: Московский психолого- социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. – 240 с.

18. Л.П. Гурьева Психологические последствия компьютеризации: функциональный, онтогенетический и исторический аспекты / Л.П. Гурьева//Вопросы психологии. - 1993. - № 3. - С. 5-16.

19. М.И. Дрепа Психологическая профилактика Интернет-зависимости у студентов. / Дрепа М. И. – 2010 – 193 с.

20. А.Ю. Егоров Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) / А. Ю. Егоров // Аддиктология. - 2005. - № 1. - С. 65-77.

21. А.Ю. Егоров Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. -СПб.: Речь, 2007. – 190 с.

22. А.Ю. Егоров 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.
23. В.О. Жилкин понятии «информационная субкультура» / В. О. Жилкин // Высшее образование в России. - 2004. - №10. - С. 152-153.
24. А.Е. Жичкина О возможностях психологических исследований в сети Интернет / А.Е. Жичкина // Психологический журнал.- 2000. - № 2. - С. 75-78.
25. А.Е. Жичкина Пространство, населенное Другими / А.Е. Жичкина // Планета Интернет. - 1999. - № 16. - С. 76-81.
26. Е.В. Змановская Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.В. Змановская. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 288 с.
27. Е.П. Ильин Психология воли. — СПб., 2000. — 315 с.
28. Как справиться с компьютерной зависимостью / С.В. Краснова, Н.Р. Казарян, В.С. Тундалева и др. -М.: Эскмо, 2008. — 224 с.
29. К. Керделан Дети процессора: как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых / К. Керделан, Г. Грезийон; пер. с фр. А. Луцанова. - Екатеринбург: У - Фактория, 2006. — 272 с.
30. В.К. Калинин Волевая регуляция деятельности. — Тбилиси, 1989. — 85 с.
31. В.Л. Кислов Субъективное ощущение одиночества, как одна из актуальных проблем современного общества. // Вестник психологии СОРАН. —2007. №3. — с. 17-26
32. Г.И. Колесникова Девиантное поведение : учеб. пособие / Г.И. Колесникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 218 с.
33. Ц.П. Короленко Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко // Обзор психиатрии и медицинской психологии. - 1991. - № 1. - С. 8-15.

34. Ц.П. Короленко Семь путей к катастрофе. Деструктивное поведение в современном мире / Ц.П. Короленко, Т.А. Донских. - Новосибирск: Наука, 1990. -224 с.

35. А.В. Котляров Другие наркотики или Homo Addictus: Человек зависимый / А.В. Котляров. - М.: Психотерапия, 2006. – 225 с.

Приложение

Таблица 1

Индивидуальные значения по тесту на определение интернет-зависимости

№ испытуемого	Кол-во баллов
1	36
2	35
3	34
4	89
5	62
6	56
7	32
8	36
9	50
10	52
11	80
12	31
13	40
14	51
15	50
16	40
17	38
18	33
19	39
20	31
21	32
22	80
23	85
24	36
25	36
26	46
27	82
28	42
29	81
30	43
31	37
32	45
33	40
34	34
35	80
36	25
37	40
38	48
39	86
40	41
41	54
42	40
43	59
44	32
45	64
46	31

Таблица 2

Результаты диагностики подростков с разным субъективным отношением к Интернету, по методике на выявление отношения к Интернету «Незаконченные предложения» (А. Е. Жичкина, Е. А. Щепилина) (%)

№ испытуемого	Воспр. интернет а в целом	Положительны е св-ва интернета	Отрицательны е свойства интернета	Люди в интернет е	Информаци я в интернете	Я в интернет е
1	4	-6	-7	0	0	7
2	0	-6	-3	-1	5	4
3	-3	-2	-6	-4	4	3
4	2	1	3	-2	2	-2
5	-3	5	1	0	1	8
6	0	-2	-5	5	3	-3
7	3	2	2	4	0	6
8	4	-3	-4	0	-5	4
9	0	4	5	-3	-1	8
10	2	6	4	-4	3	-5
11	-1	3	2	5	3	0
12	0	2	-1	-1	-2	-4
13	6	5	3	-3	0	3
14	-1	-3	-3	-2	2	6
15	7	4	-6	0	-4	-1
16	-4	3	5	3	5	5
17	-2	-2	-7	0	2	8
18	6	-1	-2	2	-3	-2
19	0	0	2	3	5	1
20	-2	-1	1	-1	-2	0
21	-3	3	0	5	-4	0
22	0	5	-2	0	-1	1
23	1	0	-3	-1	0	7
24	3	2	-1	0	7	4
25	-6	-4	0	-2	3	0
26	3	5	-6	0	-1	4
27	2	1	-6	4	3	7
28	4	2	-2	0	4	1
29	5	-2	1	2	3	-1
30	3	-3	0	-2	-4	6
31	-6	2	-1	3	2	0
32	-3	-3	0	1	1	-5
33	2	1	-2	-3	4	2
34	0	6	0	1	3	-1
35	7	5	1	2	4	-2
36	-3	4	0	4	-2	3
37	-2	-3	0	5	7	-5
38	8	0	-1	-2	4	-3
39	1	1	5	3	5	2
40	6	7	1	-4	6	4
41	-2	1	4	6	3	-1
42	0	2	1	7	2	4
43	-4	3	4	5	0	2
44	1	5	3	-2	1	0
45	5	-1	7	3	5	-3
46	-2	0	1	1	2	-4

Таблица 3

Результаты диагностики подростков по МИСОФ

«Я в сравнении с другими» (%)

№ испытуемого	Характеристики		
	Анатомические характеристики	Функциональные характеристики	Социальные характеристики
1	350	75	129
2	355	111	139
3	285	107	145
4	345	109	138
5	343	116	137
6	205	80	140
7	364	115	131
8	342	130	145
9	243	119	144
10	345	85	142
11	351	99	130
12	250	132	135
13	382	110	132
14	334	150	140
15	376	108	95
16	216	109	146
17	350	90	136
18	283	103	133
19	352	126	130
20	243	140	100
21	360	104	129
22	324	110	120
23	325	119	138
24	210	120	115
25	307	134	132
26	235	116	129
27	290	105	130
28	285	115	134
29	340	140	65
30	221	98	135
31	284	115	118
32	310	149	70
33	345	100	140
34	231	98	80
35	291	105	124
36	296	126	74
37	288	110	146
38	344	148	122
39	286	60	60
40	235	130	40
41	202	64	45
42	284	100	115
43	210	102	50
44	340	72	132
45	200	105	58
46	199	68	66

Таблица 5

**Результаты диагностики подростков по МИСОФ «Я-Я - личностная
значимость» (%)**

№ испытуемого	Характеристики		
	Анатомические характеристики	Функциональные характеристики	Социальные характеристики
1	360	106	125
2	340	111	130
3	282	115	135
4	270	80	140
5	345	76	145
6	212	120	152
7	360	148	139
8	349	132	95
9	338	107	132
10	245	90	129
11	244	148	140
12	255	103	138
13	260	108	100
14	310	110	105
15	340	116	140
16	250	120	120
17	300	132	129
18	358	125	115
19	299	109	70
20	244	133	140
21	250	138	80
22	231	120	105
23	291	140	146
24	300	135	140
25	286	99	136
26	312	85	130
27	256	105	128
28	250	110	134
29	247	132	118
30	305	105	70
31	250	106	136
32	382	104	95
33	340	110	80
34	324	115	74
35	250	126	148
36	240	110	40
37	246	135	60
38	266	64	55
39	270	140	101
40	240	90	55
41	200	92	140
42	253	100	60
43	208	75	80
44	313	95	95
45	198	64	99
46	190	105	102

Таблица 7

Результаты диагностики подростков с разным уровнем самооценки, по тесту на исследование самооценки Дембо-Рубинштейн (%).

№ испытуемого	Уровень самооценки
1	Адекватная
2	Низкая
3	Адекватная
4	Низкая
5	Адекватная
6	Низкая
7	Завышенная
8	Низкая
9	Адекватная
10	Завышенная
11	Низкая
12	Адекватная
13	Завышенная
14	Адекватная
15	Завышенная
16	Адекватная
17	Завышенная
18	Адекватная
19	Адекватная
20	Адекватная
21	Адекватная
22	Низкая
23	Низкая
24	Завышенная
25	Адекватная
26	Завышенная
27	Адекватная
28	Низкая
29	Завышенная
30	Адекватная
31	Завышенная
32	Адекватная
33	Адекватная
34	Завышенная
35	Низкая
36	Адекватная
37	Адекватная
38	Адекватная
39	Адекватная
40	Низкая
41	Завышенная
42	Адекватная
43	Адекватная
44	Адекватная
45	Низкая
46	Адекватная

Таблица 9

Результаты диагностики подростков с разным уровнем притязаний, по тесту на исследование самооценки Дембо-Рубинштейн (%).

№ испытуемого	Уровень притязаний
1	Адекватный
2	Низкий
3	Адекватный
4	Высокий
5	Адекватный
6	Низкий
7	Высокий
8	Низкий
9	Низкий
10	Высокий
11	Высокий
12	Адекватный
13	Высокий
14	Адекватный
15	Высокий
16	Адекватный
17	Высокий
18	Высокий
19	Адекватный
20	Адекватный
21	Адекватный
22	Адекватный
23	Высокий
24	Высокий
25	Высокий
26	Адекватный
27	Адекватный
28	Высокий
29	Высокий
30	Адекватный
31	Высокий
32	Высокий
33	Адекватный
34	Адекватный
35	Высокий
36	Адекватный
37	Высокий
38	Адекватный
39	Адекватный
40	Низкий
41	Высокий
42	Высокий
43	Адекватный
44	Адекватный
45	Адекватный
46	Высокий

