

2. Бозыкова А.Н. Нервно-психическая устойчивость врачей – терапевтов и фтизиатров в Республике Хакасия / А.Н. Бозыкова, Т.В. Пфау // РЕМ: Psychology. Educology. Medicine. – 2013. – №1–2. – С. 75–79.

3. Рыбников В.Ю. Экспресс-методика «Прогноз-2» для оценки нервно-психической неустойчивости кандидатов на учебу в ВУЗ / В.Ю. Рыбников // Тез. докл. на I всеарм. совещании. М.: Воениздат. – 1990. – С. 132-135.

4. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции в произвольной активности человека / В.И. Моросанова // Психол. журн. – 1995. – № 4. – С. 2635.

УДК 159:9.072.43

**Пякина Ю.Н., Вершинина Т.С.**  
**ДЕТЕРМИНИРОВАННОСТЬ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ**  
**НАПРЯЖЕННОСТИ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ: НА ПРИМЕРЕ**  
**СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ**

Кафедра клинической психологии и педагогики  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Pyakina, Y.N., Vershinina, T.S.**  
**DETERMINATION OF MENTAL NERVOUS-PSYCHIC TENSION AND**  
**INTERNET ADDICTION: ON THE EXAMPLE OF PUPILS OF THE FIRST**  
**YEAR**

Department of clinical psychology and pedagogy  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: pyakinaula@mail.ru

**Аннотация.** В данной статье представлено пилотное исследование детерминированности нервно-психической напряженности и интернет-зависимости у студентов-первокурсников.

**Annotation.** This article presents a pilot study of the determination of neuro-psychoic tension and Internet addiction among students of first-year students.

**Ключевые слова:** детерминированность, нервно-психическая напряженность, интернет-зависимость.

**Key words:** determination, neuro-psychoic tension, Internet addiction.

**Введение**

Вследствие прогрессирующей гаджетизации современного поколения, с одной стороны, увеличивающей количество скоростных программ общения, с

другой, - снижающей непосредственную коммуникацию, в обществе возникает такой патологический феномен, как интернет-зависимость, который приводит к различным формам девиантного поведения. В их числе нарушение социализации и социальной адаптации молодежи, развития коммуникативных навыков; различные расстройства структурной организации личности, снижение культурного уровня молодого поколения. Одна из причин актуальности изучения данного явления заключается в том, что социум лишается высокоспециализированных трудовых кадров, так как зависимость от Интернета значительно снижает мозговую активность, а имея широкое распространение на данный момент, подтверждает необходимость выявления зависимых личностей, изучение специфики их психологических характеристик.

В широком понимании, интернет-зависимость (Internet addiction) определяется как «нехимическая зависимость от пользования Интернетом» (Griffits, 1996). Это "навязчивое желание войти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из Интернета, будучи on-line" (Жичкина А. Социально-психологические аспекты общения в Интернете, 1999).

Современная литература не даёт единого определения «интернет-зависимости», не присуждает ей статуса официального диагноза, однако освещает некоторые аддикции, касающиеся данного психологического феномена (контроль времени, проводимого в Интернете, лабильность настроения в процессе пользования Интернетом), отмечая, что интернет-зависимость часто является как симптомом, так и результатом личностных проблем (депрессия, трудности в общении).

В данном исследовании интернет-зависимость рассматривается как разновидность технологических зависимостей, формирующихся на базе различных форм использования Интернета в соответствии с динамикой, свойственной аддиктивному процессу за счет смещения целей аддиктивно-предрасположенной личности в виртуальную реальность для восполнения недостающих сфер жизни путем создания идеализированной виртуальной личности и замещения реальной жизнедеятельности «компьютерной».

Обсуждение данного феномена началось в 1994 г., с разработки и размещения на web-сайте специального опросника, на который вскоре было получено почти 500 ответов (автор К. Янг), 400 респондентов были признаны, согласно выбранному критерию, интернет-зависимыми людьми. В 1997-1999 гг. были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические web-службы по проблематике IAD (Internet addiction). В 1998-1999 гг. опубликованы первые монографии по данной проблеме.

**Цель исследования** - выявление детерминированности нервно-психической напряженности и интернет-зависимости у студентов-первокурсников было проведено пилотное исследование.

Анализ существующих источников по данной проблеме позволил установить, что психологическое развитие студента на этапе адаптации к новой форме учебного процесса (регулярная пространственная лабильность, повышенный уровень требуемой дисциплины) носит критический характер,

выражающийся в развитии внутреннего конфликта между личностью студента и предлагаемыми социальными ролями. В свою очередь, это столкновение сменяется кризисом интимности вкупе с формированием психологической изоляции[2].

### **Материалы и методы исследования**

В исследовании приняли участие 43 студента I курса ФГБОУ ВПО Уральского государственного медицинского университета и ФГБОУ ВПО Воронежского государственного университета (27 студентов медико-профилактического факультета УГМУ и 16 студентов факультета медицинской биохимии ВГУ). Из них 45% юношей и 55% девушек. Средний возраст составляет 18,4 года.

Для решения задач в рамках пилотного исследования были использованы следующие методы:

- наблюдение, ранжирование, методы статистической обработки.
- тестирование (методики К. Янг, В.В. Бойко).

В ходе исследования использовались методика диагностики интернет-зависимости Кимберли Янг, состоящая из 20 вопросов; методика диагностики уровня «эмоционального выгорания» В.В. Бойко, состоящая из 84 вопросов[3,4]. Выбор данных методических разработок заключается в их взаимной «сочетаемости», так как проблема «эмоционального выгорания» как стратегия защитного поведения, у современной молодежи носит природу зависимости, в частности, интернет-зависимости[5].

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Анализ результатов показал, что подавляющая часть испытуемых является обычными пользователями сети Интернет (63%), то есть пользуются виртуальным пространством в целях необходимости.

Но для 37% обучающихся Интернет занимает значимую позицию в жизни, студенты зачастую превышают лимит времени в сети, пренебрегая реальными занятиями (общение с родителями, помощь по дому, саморазвитие и т.д.), чем вызывают массу недовольств у окружающих, что свидетельствует об отсутствии самоконтроля.

У респондентов, демонстрирующих интернет - зависимость, дополнительно было проведено исследование на выявление синдрома «эмоционального выгорания». Результаты методики показали, что у подавляющего числа студентов преобладает фаза «Истощение» (44%), характеризующаяся эмоциональным дефицитом, личностной отстраненностью, выражающимися в общем снижении энергетического тонуса, ослабление нервной системы[5].

Фаза «Резистентность» выявлена у 31% респондентов. Для данного показателя характерны: стремление человека к психологическому комфорту посредством сопротивления внешним обстоятельствам (учебному процессу), «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», то есть выборочное исполнение требуемого от окружающих, интерпретируемое как неуважение к их личности (переход в плоскость нравственности); симптом

«расширения сферы экономии эмоций» – постепенного замыкания, начинающегося по градации от учебного заведения до дома[8].

Фаза «Напряжение» доминирует лишь у 25% студентов. Это состояние выступает предшествующим этапом, запускающим механизм «эмоционального выгорания». Характеризуется симптомом «переживания психотравмирующих обстоятельств», постоянной неудовлетворенностью собой, в результате которой действует механизм «эмоционального переноса» – энергия эмоций направляется не столько вовне, сколько на себя симптомом «загнанности в клетку», возникающего в результате проявления беспомощности к психотравмирующим обстоятельствам[3].

В результате сопоставления данных по результатам пилотного исследования, мы предположили, что респонденты, демонстрирующие патологическую зависимость от Интернета, состоят в фазе «Истощение», что свидетельствует о безусловной детерминированности нервно-психологической напряженности и интернет-зависимости. Для этих студентов характерны такие показатели, как повышенный уровень тревожности, раздражительности, агрессии; апатия, нервозность, хронические депрессивность и усталость; сравнительно низкие показатели самодисциплины, уверенности в себе, мотивационной способности к учебному процессу, стрессоустойчивости.

### **Выводы**

Данное пилотное исследование нуждается в продолжении, расширенной разработке профилактических мер. Проведение более масштабного исследования на выявление причинно-следственной связи между интернет-зависимостью и синдромом «эмоционального выгорания» с привлечением студентов различных возрастных групп позволит классифицировать и выявить этапы формирования интернет-зависимости для определения способности к контролю интернет-зависимости и степени влияния различных социальных факторов на её формирование.

### **Список литературы:**

1. Psyker. Интернет-зависимость // HR–Portal. Сообщество и публикации. — 2005. [Электронный ресурс]. URL: <http://hr-portal.ru/article/internet-zavisimost/> (дата обращения: 26.02.2019).
2. Алексеенко В.В. Интернет-зависимость и эмоционально-волевая сфера личности студентов / В.В. Алексеенко // eLIBRARY.ru: научная электронная библиотека — 2013. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22559615/> (дата обращения: 03.03.2019).
3. Глинянников Ю. Методика диагностики уровня "Эмоционального выгорания" В.В. Бойко / Ю. Глинянников // Психологи на b17.ru — 2012. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.b17.ru/article/4338/> (дата обращения: 06.03.2019).
4. Кимберли Янг. Тест на интернет-зависимость // Михайлов М.А. — 2015. [Электронный ресурс]. URL: [http://doctormikhailov.ru/prover-sebya-1/article\\_post/test-kimberli-yang-na-internet-zavisimost/](http://doctormikhailov.ru/prover-sebya-1/article_post/test-kimberli-yang-na-internet-zavisimost/) (дата обращения: 06.03.2019).

5. Global Look Press // MEDdaily. — 26.05.2016. [Электронный ресурс]. URL: [http://meddaily.ru/article/26May2016/intern\\_vigorann/](http://meddaily.ru/article/26May2016/intern_vigorann/) (дата обращения: 02.03.2019).
6. Интернет - зависимость // Информационный портал о профилактике и лечении аддикции. — 2016. [Электронный ресурс]. URL: <http://netaddiction.ru/481/> (дата обращения: 02.03.2019).
7. Шалагинова К.С. Профилактика Интернет-зависимости у студентов / К.С. Шалагинова // Учебные материалы. — 2009. [Электронный ресурс]. URL: <https://works.doklad.ru/view/y511CqaViEI.html/> (дата обращения: 27.02.2019).
8. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко // А. Я. Психология. [Электронный ресурс]. URL: <http://azps.ru/list/107.html/> (дата обращения: 25.02.2019).

УДК 159:922

**Ражева В.С.**

**СРАВНЕНИЕ ЦЕННОСТНОСТИ ЭЛЕМЕНТОВ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И ТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Кафедра клинической психологии и психотерапии  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Razheva V.S.**

**COMPARE OF VALUABILITY OF ELEMENTS EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL ACTIVITY OF STUDENTS OF PSYCHOLOGICAL AND TECHNICAL SPECIALTIES**

Department of clinical psychology and pedagogy  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russia Federation

E-mail: [nikrs29@gmail.com](mailto:nikrs29@gmail.com)

**Аннотация.** В данной статье рассмотрены различия ценностности элементов деятельности у студентов технических и психологических направлений обучения. Полученные результаты могут быть использованы в целях улучшения качества образования и усовершенствования учебного процесса при помощи использования различных подходов к обучению студентов определенных специальностей.

**Annotation.** In this article, differences in the value of the elements of activity among students in several areas of study (technical, creative and psychological specialties) are considered. The obtained results can be used to improve the quality of education and improve the learning process by using different approaches to teaching