

В. В. Выдровская

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины, Республика Беларусь, г. Гомель
 Научный руководитель: О. А. Короткевич

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕННОЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ И ПЕРЕЖИВАНИЯ СЧАСТЬЯ ПОДРОСТКАМИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

Информационные технологии являются одновременно и средством познания окружающего мира, и инструментом воздействия на человека, в том числе на его когнитивные процессы (восприятие, воображение, память, внимание мышление) и эмоциональную сферу [1]. Проблема развития эмоциональной сферы в условиях повсеместного распространения информационных технологий требует поиска нового в теории и практике образования, новых подходов к дальнейшему совершенствованию содержания, форм, методов и способов обучения.

В связи с этим актуальна проблема оценки воздействия информационных технологий на эмоциональную сферу человека, и, в частности, на жизненную удовлетворенность и уровень счастья молодых людей.

Сущность проблемы влияния информационных технологий на жизненную удовлетворенность и уровень счастья человека заключается в том, что на современном этапе развития общества все более и более частой является проблема чрезмерного использования и зависимости людей от современных информационных и компьютерных технологий. Все чаще и чаще можно услышать высказывания о том, что современные компьютерные и другие информационные технологии негативно влияют на психоэмоциональное состояние человека и, в частности, на уровень счастья.

В исследовании принимали участие 130 человек подросткового возраста, средний возраст которых 15 лет. Тестирование производилось с помощью методик: Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость, Опросник «Удовлетворенность жизнью» (Н. Н. Мельникова), Методика Оксфордский опросник счастья (Майкл Аргайло).

Было проведено исследования уровня счастья в зависимости от силы Интернет-зависимости, для этого нами использованы тест Кимберли-Янг на Интернет-зависимость и Оксфордский опросник счастья (Майкл Аргайло). Результаты исследования представлены на рисунке 1.

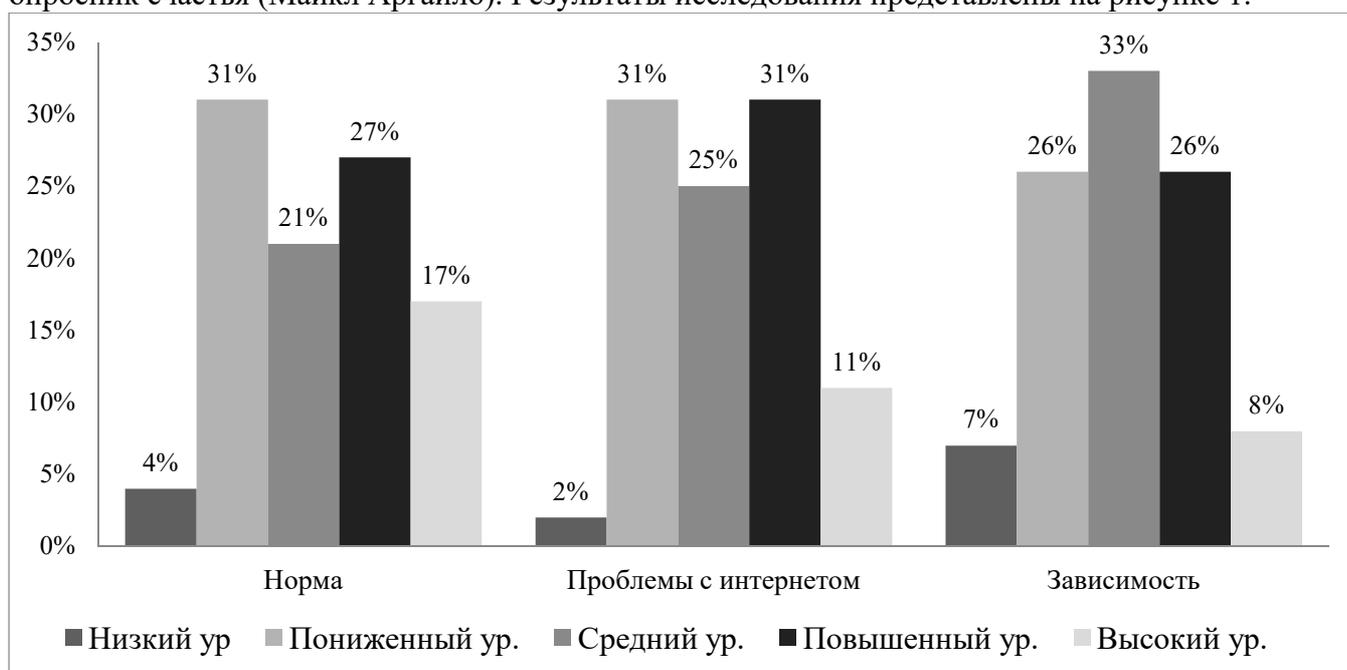


Рисунок 1 – Результаты исследования счастья в зависимости от силы Интернет-зависимости

Согласно данным рисунка 1 мы можем утверждать следующее.

Для подростков, у которых отсутствуют признаки зависимости от интернета низкий уровень счастья характерен в 4 % случаев, пониженный уровень счастья выявлен у 31 % опрошенных подростков. Для 21 % респондентов характерен средний уровень счастья. Для 27 % опрошенных характерно наличие повышенного уровня счастья. У 17 % респондентов наблюдается высокий уровень счастья. Для подростков, у которых выявлены проблемы с интернетом низкий уровень счастья характерен в 2 % случаев, пониженный уровень счастья выявлен у 31 % опрошенных респондентов, средний уровень счастья наблюдается у 25 % подростков, повышенный уровень счастья выявлен у 31 % участников опроса, для 11 % характерен высокий уровень счастья. Для подростков, у которых зависимость от интернета низкий уровень счастья характерен в 7 % случаев, пониженный уровень счастья выявлен у 26 % опрошенных подростков. Для 33 % респондентов характерен средний уровень счастья. Для 26 % опрошенных характерно наличие повышенного уровня счастья. У 8 % респондентов наблюдается высокий уровень счастья.

Чем выше уровень счастья подростка, тем более он удовлетворен своей жизнью и окружающей его действительностью, тем более он способен самореализоваться и самораскрыться в процессе жизнедеятельности.

Далее, с целью исследования различий между удовлетворенностью жизнью у испытуемых с разным уровнем Интернет-зависимости, проведем статистический анализ данных с использованием Т-критерия Стьюдента. Результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Значение Т-критерия Стьюдента и значимость различий

Исследуемая шкала	Значение т-критерия Стьюдента	Критическая точка при $p=0.05$	Значимость различий
Группа с отсутствующими проблемами с интернетом и с наличием некоторых проблем			
«Жизненная включенность»	0,291	1,98	Не значимы
«Разочарование в жизни»	0,859		Не значимы
«Усталость от жизни»	0,123		Не значимы
«Беспокойство о будущем»	0,794		Не значимы
Группа с отсутствующими проблемами с интернетом и с Интернет-зависимостью			
«Жизненная включенность»	2,301	1,99	Значимы
«Разочарование в жизни»	3,361		Значимы
«Усталость от жизни»	2,492		Значимы
«Беспокойство о будущем»	4,983		Значимы
Группа с наличием некоторых проблем с интернетом и Интернет-зависимостью			
«Жизненная включенность»	0,879	1,99	Не значимы
«Разочарование в жизни»	0,323		Не значимы
«Усталость от жизни»	0,53		Не значимы
«Беспокойство о будущем»	0,809		Не значимы

В результате статистического анализа данных, целью которого являлось установление статистически значимых различий в уровне удовлетворенности жизнью подростков с разным уровнем Интернет-зависимости нами установлено следующее:

1. Не существует статистически значимых различий между группами подростков с отсутствующими проблемами с интернетом и с наличием некоторых проблем с Интернет-зависимостью ни по одному из исследуемых параметров жизненной удовлетворенности. Также, нами установлено, что не существует значимых различий между группой с наличием некоторых проблем с интернетом и Интернет-зависимостью ни по одному из исследуемых параметров

жизненной удовлетворенности. Эти данные, говорят нам о том, что в целом данные испытуемые группы обладают сравнительно равным уровнем жизненной удовлетворенности.

2. Нами установлены статистически значимые и достоверные различия в уровне всех исследуемых параметров удовлетворенности жизнью у представителей части выборки без Интернет-зависимости и части с наличием Интернет-зависимости. На основании данных, представленных в таблице 1, мы можем заключить, что более высокий уровень жизненной удовлетворенности является особенностью группы подростков без признаков Интернет-зависимости.

В результате проведенной исследовательской работы можно сделать вывод о том, что чем выше удовлетворенность жизнью и уровень счастья подростка, тем меньше вероятности приобрести Интернет-зависимость. Для подростков с высоким уровнем жизненной удовлетворенности характерно отсутствие Интернет-зависимости.

Фактором формирования любого вида зависимости в том числе и Интернет-зависимости является неудовлетворенность своим субъективным психологическим состоянием, поэтому высокий уровень счастья и жизненной удовлетворенности является значимым профилактическим обстоятельством.

Список литературы

1. *Юрьева Л. Н.* Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2006. 196 с.