

ФЕНОМЕН ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ОДИНОЧЕСТВО

Автор: Н. А. ЦОЙ

ЦОЙ Надежда Алексеевна - психолог Центра по профилактике наркомании и деструктивных воздействий Дальневосточного федерального университета (Владивосток). E-mail: tcoy_nadeshda@mail.ru

Аннотация. Интернет-зависимость стала социальной проблемой, вызывающей обеспокоенность общественности и выступающей предметом специальных исследований. Чувство одиночества, не являясь единственной причиной ее возникновения, оказывается одним из ее факторов. Представлены результаты социологического исследования условий развития интернет-зависимости с точки зрения субъективной оценки качества социальных отношений и удовлетворенности ими. Проведение такого рода исследований позволяет выявить факторы риска возникновения интернет-зависимости.

Ключевые слова: интернет-пользование * социальные отношения * интернет-зависимость * эмоциональное и социальное одиночество

Введение. Мировой интернет-доступ к марту 2011 г. охватил 1.966.514.816 пользователей [Internet usage...]. Быстрый рост интернета породил исследования преимуществ и недостатков расширения онлайн-активности, в частности, продолжает активно обсуждаться феномен компьютерной и интернет-зависимости. На поведенческом уровне такая зависимость проявляется в том, что страдающие от нее люди настолько предпочитают Интернет реальной жизни, что забывают о каждодневных делах и обязанностях. Неумеренное пользование компьютером и интернетом имеет особенно серьезные последствия для детей. Ненормированные зрительные нагрузки, связанные с непрерывным просмотром на экран монитора, увеличивают опасность близорукости, которая чаще всего начинает развиваться в возрасте от 7 до 15 лет. Частое сидение за компьютером ослабляет способность быстро переключаться на другие виды деятельности, вызывает проблемы с концентрацией внимания, ограничивает эмоциональные контакты и общение

с близкими и друзьями, что особенно необходимо детям для их нормальной социализации. Сказанное, разумеется, не означает отрицания позитивных сторон использования интернет-ресурсов, к примеру, для образовательного и интеллектуального развития детей. Существуют сайты для родителей и детей с записями сказок, развивающими он-лайн играми, интерактивными учебниками, уроками рисования, английского языка и т.д. Одним словом, в изучении социального воздействия Интернета следует избегать категоричных суждений и односторонних подходов.

Вопрос об отнесении интернет-зависимости к клиническим расстройствам остается открытым, однако уже предлагается лечение от нее в специально созданных медицинских центрах. При ее обозначении в литературе используются различные термины: Computer Addiction, On-line Addiction, Cyberaddiction, Internet Addiction Disorder (IAD), Netaholic, Интернет-аддикт. Одними из первых к изучению онлайн-аддиктивного поведения приступили в середине 1990-х годов К. Э. Янг (США) [Янг, 2000], Д. Сулер (США), М. Гриффитс (Великобритания) [Griffiths, 1997; Griffiths, 1999], Д. Гринфилд (США) [Greenfield, 1999]. Их исследования позволили выявить предрасполагающие к интернет-зависимости факторы и предложить методы ее профилактики.

Цель исследования и обзор литературы. Задача данного исследования заключается в выявлении корреляции между интернет-зависимым поведением и чувством одиночества. В ходе знакомства с зарубежной литературой я столкнулась с расхождениями трактовок связи между этими двумя социальными явлениями. Встречается немало публикаций, авторы которых склонны полагать, что активное использование Интернета облегчает межличностное общение и в целом ослабляет ощущение одиночества. Вместе с тем, немало авторов отстаивают противоположную точку зрения, полагая, что неумеренное использование компьютера и Интернета усиливает социальную изоляцию индивида и, соответственно, ощущение одиночества.

Согласно результатам, полученным в ходе исследования, проведенного Р. Краут и его коллегами, более интровертированные неумеренные интернет-пользователи оказывались более одинокими, имели больше негативных эмоций и наиболее заниженные самооценки по сравнению с менее интровертированными. Эти авторы отмечают, что чрезмерно активное пользование Интернетом приводит к ослаблению отношений с членами семьи, часто сопровождается усилением депрессии [Kraut et al, 1998]. В последующих публикациях немало авторов выступили с подтверждением тезиса о наличии такой связи - что интернет-зависимые более одиноки и имеют более низкие самооценки, чем не интернет-зависимые. Так, к примеру, шведские исследователи Энгельберг и Шёберг отмечают статистическую связь между частым интернет-пользованием и обострением чувства одиночества, более скудной социальной адаптацией и ослабленными эмоциональными навыками [Engelberg, Sjoberg, 2004]. Исследование Мууди показало, что интернет-зависимое поведение связано с высокими уровнями эмоционального одиночества, но низкими уровнями социального одиночества [Moody, 2001]. Каплан обнаружил, что одинокие индивидуумы могут развить предпочтение онлайн-социального взаимодействия, которое приводит к интернет-зависимости [Caplan, 2003].

Несмотря на большой интерес к рассматриваемой теме, исследования интернет-зависимости в России пока немногочисленны и не носят систематизированного характера [Войскунский, 2004]. В первых отечественных работах по этой тематике также фиксируется связь между интернет-зависимостью и дефицитом социального контакта. Результаты исследования Н. В. Чудовой, изучавшей состояние эмоциональной сферы субъектов активного интернет-взаимодействия (использовались проективные методики - тест Люшера), а также уровень их самооценок (методика изучения самооценки Дембо-Рубинштейн) свидетельствуют о том, что у неумеренных интернет-пользователей имеют место "сложности в непосредственном общении", "переживание одиночества и недостаточного внимания к ним со стороны других", а также "склонность к интеллек-

туализации", то есть к уходу от эмоциональных контактов [Чудова, 2002; Егоров и др., 2005]. В недавней работе Н. В. Корытниковой была выделена социальная депривация как негативная сторона влияния Интернета, что проявляется в недостаточности выполнения социальных функций, приводящей к невозможности удовлетворения важных социальных потребностей, к сужению социальных контактов, что в итоге сопровождается десоциализацией и социальной дезадаптацией [Корытникова, 2010].

В то же время многие рассматривают интернет как инструмент преодоления чувства одиночества. Во-первых, человек может легко найти в Интернете собеседника в любое время суток семь дней в неделю для непосредственного общения. При этом преодолеваются физическая отдаленность и чувство дистанции. Интернет расширил социальные сети по всему миру. Во-вторых, онлайн-коммуникация может быть анонимной: во многих случаях человек взаимодействует в сети без показа своей истинной идентичности. В то же время интернет-общение не позволяет восполнить дефицит непосредственного эмоционального общения "лицом к лицу".

Нам представляется ошибочной попытка выявления единственной или основной причины возникновения интернет-зависимости. Чаще всего имеет место совокупность ее причин. С точки зрения различных социологических и социально-психологических концепций существует ряд факторов, вероятно обуславливающих появление и развитие интернет-зависимого поведения: социальная дезорганизация, слабая социальная интеграция, низкий самоконтроль, социальная тревога, низкая самооценка, депрессия, расстройства влечений, злоупотребление психоактивными веществами и т.д. При этом далеко не всегда удается выявить четкую причинно-следственную связь между злоупотреблением Интернетом и сопутствующими ему личными проблемами, такими как одиночество, потеря интереса к учебе, к близким, жизненные и финансовые трудности и т.д.

Наряду с многообразием встречающихся в литературе определений самого понятия "одиночество" разнообразием отличаются типологии одиночества [Тайгулова, 2010]. Широко распространено представление о том, что чем шире круг социальных взаимодействий человека, тем он менее одинок. Это далеко не всегда так, поскольку чувство одиночества определяется не столько количеством, сколько качеством или силой социальных связей индивидуума с другими людьми. Поэтому наиболее удачной, на наш взгляд, характеристикой одиночества является рассмотрение его как фактического или воспринимаемого отсутствия удовлетворяющих человека социальных связей (отношений).

Многие типологии одиночества возникли как попытки определить природу дефицита социальных отношений или выделить характеристики социального положения личности, обуславливающие ее одиночество. Одна из такого рода типологий принадлежит Р. Вейсу. С его точки зрения, одиночество появляется в результате недостаточности социального взаимодействия индивида, которое удовлетворяет основные запросы личности. Изучая социальный контекст типологии одиночества, он в 1973 г. впервые предложил рассматривать две составляющие чувства одиночества - эмоциональную и социальную: "Я убежден, что существуют фактически два эмоциональных состояния, которые люди, переживающие их, склонны расценивать как "одиночество". Я называю эти состояния соответственно эмоциональной изоляцией и социальной изоляцией... Первое, как мне кажется, вызвано отсутствием привязанности к конкретному человеку, а второе - отсутствием доступного круга социального общения" [Вейс, 1989: 119]. Вейс поясняет, что особым симптомом "одиночества, обусловленного социальной изоляцией", выступает "тревожное беспокойство", тогда как "особым признаком одиночества, порожденного социальной изоляцией", обычно оказывается "ощущение намеренного отторжения" [Вейс, 1989: 120].

Социальное одиночество выражается в глубоком переживании человеком отсутствия доступного круга общения и удовлетворяющих его социальных связей. Такой человек остро переживает разрыв отношений с другими людьми, отсутствие моральной поддержки со стороны первичных групп. То есть социальное одиночество является

причиной недостатка воспринимаемой принадлежности к общей социальной группе. *Эмоциональное (психологическое) одиночество* Вейс рассматривает как переживание отсутствия тесной эмоциональной привязанности, неспособности найти душевный отклик, встретить понимание со стороны других людей. Этот тип одиночества возникает при отсутствии близкого человека, способного разделить чувства. Люди, переживающие подобное одиночество, испытывают чувство глубокого уединения, независимо от того, доступно или недоступно им общество. Другими словами, эмоциональное одиночество является результатом недостатка психологической привязанности индивида к близким людям, таким как родители, супруг или супруга, дети, братья, сестры другие родственники, отсутствие друзей. Очевидно, Вейс имеет в виду как внутренние, так и внешние причины одиночества. Он особо подчеркивает текущие события в жизни личности как ключевой фактор формирования одиночества [Вейс, 1989: 123 - 125].

Типология Вейса получила эмпирическое подтверждение во многих исследованиях одиночества. По мнению Джонг-Гирвельда, одиночество отражает индивидуальную субъективную оценку социальной изоляции как одного из возможных последствий оценки ситуации, в которой индивид имеет малое количество социальных связей. Данное понятие рассматривается как связанное с переживанием индивидом ситуаций, воспринимаемых как нежелательный и неприемлемый для того или иного индивида дефицит определенных отношений в их количественном и качественном измерении. То есть существует различие субъективного чувства одиночества и объективной социальной изоляции индивида [Джонг-Гирвельд, Раадшелдерс, 1989]. Объективная социальная изоляция связана с дефицитом продолжительных межличностных отношений. Одиночество соотносится с манерой восприятия, переживания и оценки индивидом своей изолированности, а также с дефицитом общения индивида с другими людьми [Тайгулова, 2010; 15].

Мне представляется, что подход Вейса, на теоретические предпосылки которого мы опираемся, имеет некоторое преимущество в том, что он дает возможность эмпирически проверить основные положения. Что касается содержания, вкладываемого мною в *интернет-зависимое поведение*, то я никоим образом не приравниваю к нему чрезмерно интенсивное использование компьютера и интернета, хотя оно является одним из симптомов его возникновения. Термин *интернет-зависимость* понимается как отклоняющееся поведение, связанное со злоупотреблением интернет-пользованием но не сводящееся только к нему. Тем самым поддерживается концепция нехимических видов аддикции¹. Как отмечает психотерапевт В. А. Бурова, термин "зависимость" (addiction) был "заимствован из лексикона психиатров для облегчения идентификации проблемы Интернета путем ее ассоциации с характерными социальными и психологическими проблемами. Всего может наблюдаться 10 симптомов, в которые входят чрезмерное время, проводимое в сети, увеличивающееся беспокойство при нахождении в реальном мире, ложь или скрывание количества времени, проведенного в киберпространстве или же вялое функционирование в реальном мире" [Бурова]. То есть, *речь идет о понимании интернет-зависимости как зависимого поведения, навязчивого пристрастия к онлайн-азартным играм, виртуальным знакомствам, к киберсексу, к бесконечным путешествиям по сети, к непрерывному поиску информации по базам данных, поисковым сайтам и т.п.* Результаты исследований К. Янга и Д. Гринфелда частично подтверждают то, что злоупотребление Интернетом нередко приводит к социальной изоляции, увеличивающейся депрессии, распаду семей, неудачам в учебе, финансовому неблагополучию [Янг, 2000; Greenfield, 1999]. На данный момент было бы все же, на мой взгляд, поспешным и неправомерным однозначно квалифицировать зависимость от Интернета как заболевание.

Тем не менее, необходимо исследовать этот феномен и оказывать помощь людям, подверженным интернет-зависимости. В настоящее время среди исследователей нет

¹ Аддиктивное поведение означает уход от реальности посредством изменения психического состояния, что может быть достигнуто как путем приема веществ (химическая аддикция), так и использованием различных активностей (нехимические аддикции).

четкого мнения даже в отношении роли такого индикатора склонности к интернет-зависимости, как количество времени, проводимого в Интернете, как нет четкого представления о том, что понимать под "нормальным" и "патологическим" использованием Интернета [Holmes, 2000]. Отмечается только совпадение в выводах относительно интернет-услуг, частое пользование которыми несет в себе угрозу возникновения интернет-зависимости: IRC (Internet Relay Chat), чаты, просмотр порнографических страниц, онлайн-игры.

Методика исследования. В настоящем исследовании была предпринята попытка установить природу феномена интернет-зависимости путем эмпирического тестирования одного из возможных обуславливающих факторов - чувства одиночества. Исследование носило пробный, локальный и единовременный характер, поэтому его результаты не могут дать основание для обобщающих выводов относительно масштабов распространения интернет-зависимости среди учащейся молодежи даже в пределах региона. Это потребовало бы более обширных исследований с использованием достаточно большой и репрезентативной выборки по ряду городов и сельских населенных пунктов.

Пробное исследование проводилось автором среди студентов ДВФУ (г. Владивосток) весной 2010 г. Использовался специально разработанный опросник, состоящий из трех частей. Первая его часть содержала вопросы об интернет-пользовании респондента. Восемь из них касались информации о виде доступа к сети Интернет, стаже, причинах интернет-пользования и т.д. Девятый вопрос представлял собой тест на степень интенсивности интернет-пользования и состоял из 28 подвопросов (утверждений).

Из этих 28 подвопросов 10 утверждений являются ключевыми для выявления групп пользователей с "низкой", "средней" и "повышенной" активностью пользования Интернетом и разным уровнем риска возникновения Интернет-зависимости. Например: "Я пытался (пыталась) проводить меньше времени в Интернете, но оказалось трудно сократить", "Вне университета (работы, дома) я обычно ищу альтернативные способы доступа в Интернет", "У меня возникли неприятности на учебе/работе из-за нахождения в сети", "Моя успеваемость (эффективность работы) ухудшилась из-за того, что больше времени уходит на интернет-активность", "Бывало, я опаздывал/а на встречи из-за того, что проводил/а время в Интернете" и другие. Ответы на них давались испытуемыми по пятибалльной шкале Лайкерта от 0 (абсолютно неверно) до 4 (совершенно верно). Тест был взят из исследования Ванга [Wang, 2001], переведен на русский язык и адаптирован. Он позволил выделить среди обследуемых интернет-пользователей три группы: 0 баллов - низкие интернет-пользователи с почти нулевой вероятностью интернет-зависимости; 1 - 3 баллов - средние интернет-пользователи с довольно небольшой вероятностью интернет-зависимости; 4 балла и более - высокие интернет-пользователи с риском возникновения интернет-зависимости. Если респондент не выражал согласия ни с одним из предложенных ему 10 утверждений, то есть рассматривал их как не характерные для его интернет-опыта, то у него по тесту интернет-зависимости оказывалось 0 баллов и поэтому он принадлежал к первой группе. Если же респондент отчасти соглашается хотя бы с одним утверждением, считая, что оно в некоторой степени отражает его поведение, то это означало, что такой пользователь скорее всего имеет некоторую невысокую вероятность появления интернет-зависимости. Наконец, при абсолютном совпадении одного из утверждений с действительно присущим респонденту интернет-опытом пользователь квалифицировался как обладающий риском появления интернет-зависимости.

Ванг в своем тесте выделяет следующие индикаторы интернет-зависимости: низкий самоконтроль, социальный эскапизм (уход от реальности), негативные социальные последствия, виртуальная идентичность, физическое продление (увеличение средней продолжительности пребывания в сети Интернет, интернет-активности), виртуальная близость. Признаки интернет-зависимости основываются

на интенсивности желаний непрерывно оставаться в сети Интернет, несмотря на последствия.

Вторая часть опросника состояла из утверждений по Шкале Одиночества Гирвельда, включающей две шкалы для измерения социального и эмоционального одиночества, которые также были переведены и адаптированы к русской социальной среде. Как отмечалось выше, под эмоциональным одиночеством здесь понимается ощущение недостатка в неформальных, близких отношениях, а социальное одиночество рассматривается как ощущение недостатка более широких социальных связей. Было представлено шесть утверждений. Три из них использовались для определения эмоционального одиночества: "Я чувствую себя опустошенным", "Я чувствую себя покинутым", "Мало таких людей, которым я могу полностью доверять". Еще три утверждения служили для выявления социального одиночества (когда ответ оказывался отрицательным): "Мне хватает людей вокруг", "Есть много людей, на которых я могу положиться, когда у меня проблемы", "Достаточно людей, которые мне близки". Респонденты должны были оценить каждое утверждение по следующей шкале ответов: "Неверно" - минус 1 балл, "Отчасти верно" - 0 баллов и "Верно" - плюс 1 балл. Тем самым определялась степень выраженности каждого вида одиночества. В исследовании были использованы три шкалы: шкала эмоционального одиночества (от 0 до 3), шкала социального одиночества (от 0 до -3) и общая шкала одиночества (от 0 до 6). Разработанная Гирвелд измерительная методика и Шкала Одиночества являются надежным и валидным инструментом для исследования многомерного одиночества [Gierveld 2006].

Третья часть опросника включила социально-демографические данные респондента: пол, возраст, семейное положение.

Участие в исследовании носило анонимный и добровольный характер. Было распространено 800 экземпляров опросника среди студентов разных курсов и институтов, чаще всего опросники распространялись с помощью старост групп. Количество возвращенных заполненных опросников составило 702 анкеты (возврат 87,7%) из них 168 были исключены по следующим причинам: некорректно или не полностью заполнены, неправдоподобная или противоречивая информация. Окончательный объем выборки составил 534 человека. Анализ данных проводился с помощью статистического пакета SPSS.

Состав выборки. Из 534 респондентов 288 (53,9%) женского пола, 246 (46,1%) мужского пола в возрасте от 16 до 28 лет, средний возраст 19 лет (S.D. = 1,73; Mode = 19). Семейный статус был представлен следующим образом: "женат/замужем, нет детей" - 2,4%; "женат/замужем, с детьми" - 0,7%; "разведен/а" - 0,6%; "холост/не замужем, но в длительных отношениях" - 31,5%; "не состою ни в каких отношениях" - 50,9%; "не заинтересован/а в отношениях" - 5,7%; "другое" - 8,8%. 21,9% опрошенных учатся на первом курсе; 25,3% - на втором курсе; 40,1% - на третьем курсе; 11,2% - на четвертом курсе; 1,5% - на пятом курсе. Большинство студентов (90,3%) имеют доступ к сети Интернет через свой персональный компьютер, 44,2% пользуются Интернетом с помощью мобильного телефона. Другие способы доступа к сети используются в меньшей степени (компьютерный класс, компьютеры друзей, в библиотеке, на работе, интернет-кафе). Опыт пользования интернетом составляет в среднем 5,2 лет.

Результаты исследования. В день более получаса испытуемые посвящают следующим видам интернет-активности: скачивание, файлообменные сети, поисковые системы, социальная сеть, электронная почта и онлайн-игры; от 10 до 30 минут посвящается чатам, группам новостей, интернет-конференциям, форумам, сетевым играм, интернет-магазинам и другим видам интернет-активности; и до 10 минут - ведение блога и электронные платежные системы.

По итогам тестирования 17% испытуемых оказались отнесены к группе пассивных пользователей Интернетом с близким к нулю риском интернет-зависимости; 24% вошли в группу умеренных пользователей с низким риском возникновения зависимости от Интернета, 59% оказались имеющими реальный риск попадания в интернет-зависимость (часть из них - интернет-зависимые, но четких способов выявления зависимых от Интернета нет, и оценить их количество непросто). Затем опрошенные были разделены на две группы: первая - *общая проблемная группа*, включающая две последние группы, и вторая - *группа пассивных пользователей*. С помощью U-теста по методу Манна и Уитни были выявлены значимые различия между этими группами в количестве времени, уделяемого определенным формам интернет-активности: группа интернет-активных (умеренно и повышено) значимо больше времени, чем группа интернет-пассивных, проводят на блогах ($p = 0,013$), в работе с электронной почтой ($p = 0,005$), форумами ($p = 0,003$), файлообменными сетями ($p = 0,001$). Значимых различий в возрасте и опыте интернет-пользования между обеими группами обнаружено не было.

На выбор респондентам был дан перечень из 15 причин (включая "другое"), по которым они выходят в сеть Интернет. Для всех студентов "Общение с друзьями", "Нахождение ресурсов для университета" и "Обучение" оказались наиболее частыми причинами выхода в Сеть, что совпало с основными причинами выхода в Интернет, зафиксированными в исследованиях, проведенных среди австралийских и американских студентов. Наименее выбираемыми причинами оказались "Азартные игры", "Киберсекс и ресурсы для взрослых" и "Другое". В исследовании Ванга наименее популярными были такие причины как "Делиться идеями и фантазиями", "Азартные игры" и "Эмоциональная поддержка". Для проверки связи какой-либо определенной причины с группами "пассивные интернет-пользователи", "умеренные пользователи" и "интенсивные пользователи". С помощью применения Хи-квад-рат были выявлены значимые различия между общей группой "активных и умеренных" и группой "пассивных". Первые значимо чаще, чем вторые, выходят в Интернет для: "общения с друзьями", "знакомства с новыми людьми", "общения с людьми с общими интересами", "сбора программного обеспечения", чтобы "делиться идеями и фантазиями", для "эмоциональной поддержки" и "отдыха, расслабления, развлечения".

Полученные в ходе исследования данные показывают, что 14,4% респондентов испытывают эмоциональное одиночество и 44,9% - социальное одиночество. Выявлена статистически значимая связь между социальным одиночеством и разными типами интернет-пользования ($G = 0,236$, $p = 0,010$). Почти половина (48%) умеренных и активных пользователей испытывают социальное одиночество, среди них 73 (58,9%) из 124 респондентов женского пола, и 77 (66,4%) от 116 умеренных и активных пользователей - соответственно, мужского пола. Если взять за 100% общее количество респондентов с социальным одиночеством, то доля опрошенных с наиболее явными его признаками среди активных пользователей в среднем составляет 11%. Примерно столько же (11,6%) составляет доля респондентов с явными признаками общего чувства одиночества среди пассивных пользователей. Выявлена также статистически значимая связь между разными группами интернет-пользования и общим одиночеством ($G = 0,214$, $p = 0,016$). Связи между эмоциональным одиночеством и интернет-пользованием выявлено не было. В ответах на вопрос о причинах выхода в сеть сравнивались две группы: респонденты, испытывающие общее одиночество, сравнивались с респондентами, которые не испытывают такое состояние (использовался критерий Хи-квадрат). Но между ними значимых различий не обнаружено.

Выявленные проблемы. Средний интернет-пользователь, согласно полученным данным, имеет доступ к сети Интернет через персональный компьютер, его средний стаж интернет-пользования около 5 лет. Опрошенные были разделены для упрощения обработки данных на две группы: первая - *группа умеренных и активных интернет-пользователей*, и вторая - *группа пассивных пользователей*. С помощью U-тест по

методу Манна и Уитни были выявлены значимые различия между этими группами в количестве времени, уделяемого определенным формам интернет-активности. Первая группа значимо больше времени, чем вторая, проводят на блогах ($p = 0,013$), в работе с электронной почтой ($p = 0,005$), форумами ($p = 0,003$), файлообменными сетями ($p = 0,001$). Значимых различий в возрасте и опыте интернет-пользования между обеими группами не обнаружено.

Согласно полученным результатам, активные интернет-пользователи значительно больше времени, чем пассивные пользователи, посвящают социальным видам интернет-активности. Мотивы интернет-пользования у них также преимущественно социального характера, то есть они ориентированы на формирование, продолжение, расширение социальных контактов в Интернете. Выявлена статистически значимая связь между интернет-активностью и социальным одиночеством ($p = 0,010$), а также общим одиночеством ($p = 0,016$), связи с эмоциональным одиночеством не выявлено.

Сравним полученные данные с результатами других исследований. В он-лайн-исследовании Харди и Минг Йи Ти были обнаружены различия в эмоциональном одиночестве ($p = 0,05$) у разных групп интернет-пользователей. Средние интернет-пользователи имели низкие уровни эмоционального одиночества, проблемные и патологические пользователи - высокие [Hardie, Tee, 2006]. Схожие результаты получены в исследовании Муди, в котором выявилась корреляция между интернет-пользованием и эмоциональным одиночеством: чем выше уровень интернет-пользования, тем выше эмоциональное одиночество. Но у Харди никаких различий не выявилось среди групп относительно социального одиночества ($p = 0,05$). Все три группы имели у него средний уровень социального одиночества независимо от уровня интернет-пользования, что не совпадает с данными исследования Муди, в котором обнаружилась отрицательная корреляция между активным интернет-пользованием и социальным одиночеством [Moody, 2001].

В нашем же исследовании между интернет-активностью и социальным одиночеством была выявлена положительная взаимосвязь. При этом использовалась Гамма - симметричная мера связи [Хили, 2005: 416]. Гамма, равная $-0,236$, означает, что, предсказывая порядок пар наблюдений по интернет-зависимости с учетом порядка пар наблюдений по социальному одиночеству, мы допускаем на 23% меньше ошибок, чем в случае предсказания без учета информации по социальному одиночеству. Показатель Гамма указывает на умеренную по силе отрицательную связь, однако согласно кодировке на порядковой шкале более высокие значения указывают на меньшее количество измеряемой переменной. То есть отрицательная Гамма указывает на положительную связь: переменные изменяются в одном направлении, большие числовые значения интернет-зависимости связаны с большими числовыми значениями социального одиночества, а малые значения - с малыми. При увеличении значения показателей вероятности интернет-зависимости, значения социального одиночества тоже увеличиваются, и наоборот. В итоге мы можем сделать вывод, что респонденты из группы "пассивных пользователей" проявляют меньшее социальное одиночество, чем респонденты из групп "умеренных" и "интенсивных интернет-пользователей", подверженных опасности возникновения интернет-зависимости.

Гамма - мера связи, которая позволяет обнаружить неслучайную связь, дает информацию только о тесноте и направлении этой связи, но эта статистика не может выступать доказательством существования причинно-следственной связи между двумя переменными. Наличие статистической связи между интенсивностью интернет-пользования и одиночеством подтверждает существование зависимости между этими двумя явлениями, но не причинно-следственного отношения. Поэтому социальное одиночество (по меньшей мере, как самостоятельный фактор) не должно рассматриваться в качестве единственной или основной причины появления интернет-зависимости. Наши данные не позволяют судить о том, какая переменная является причиной, а какая следствием, при умеренной по силе связи. Недостаток воспринимаемой принадлежности к общей социальной сети, вероятно, только обуславливает возможность проявления интернет-зависимого поведения.

Учитывая, что у группы наиболее интенсивных пользователей основная функция интернет-пользования - социальная, а социальное одиночество является одним из факторов, обуславливающих формирование интернет-зависимого поведения, можно сделать вывод о том, что социальный вид интернет-активности компенсирует недостаток широких социальных связей в реальной жизни. В отличие от результатов других исследований, связи интернет-зависимости с эмоциональным одиночеством не выявлено.

На наш взгляд, выявленные различия между группами студентов, не склонными к интернет-зависимости и склонными к ней, могут объясняться несколькими факторами. Один из них - социокультурные различия между респондентами. Кросскультурные сравнительные исследования подтверждают, что культура играет важную роль в формировании восприятия человеком переживания одиночества и копинг-стратегий. Восприятие и стратегии могут различительно отличаться, особенно когда две культуры довольно различны в степени индивидуализма и коллективизма [Перлман, Пепла, 1989]. В западной культуре индивидуализм проявляется в большей степени, таким образом, дефицит социальной интеграции в ней развит сильнее. В коллективистских обществах - наоборот, существует дефицит тесной эмоциональной привязанности. Исследователи Рисмен и Слетер связывают свой анализ одиночества с изучением американского характера и одновременно анализируют способность общества удовлетворять потребности его членов. Рисмен и его последователи заявляют, что американцы превратились в личности, "ориентированные вовне". Что они под этим понимают? Имеется в виду то, что индивиды, "ориентированные на других", постоянно стремятся приспособливаться к социальным обстоятельствам и контролируют свое межличностное окружение с тем, чтобы определить линию своего поведения. "Ориентированные вовне" люди обособлены от своего истинного "Я", своих чувств и своих ожиданий. В результате "ориентированная на других" ("направленная вовне") личность может приобрести синдром обеспокоенности и чрезмерную потребность в пристальном внимании к себе со стороны других людей, которая никогда полностью не удовлетворяется [Riesman et al., 1961]. Слетер считает, что все люди стремятся к общению, сопричастности и зависимости. Мы стремимся к доверию и сотрудничеству с другими людьми, к "проявлению ответственности за свои импульсы и жизненные ориентации". Однако эти основные потребности в общении, сопричастности и зависимости недостижимы в американском обществе из-за его приверженности индивидуализму вследствие укоренения веры в то, что каждый должен следовать своей собственной судьбе. Результатом этого становится одиночество [Перлман, Пепла].

Думается, что имеет место взаимообуславливающий характер развития интернет-зависимости и чувства одиночества. При наличии социальных причин интернет-пользования, то есть в целях общения и компенсации социального дефицита, человек все больше использует Интернет. В свою очередь, посвящая больше времени интернет-пользованию, люди игнорируют реальные отношения, не решают важные бытовые и актуальные социальные и жизненные проблемы. При этом происходит постепенная социальная дезадаптация. В таком состоянии возникает необходимость "ухода от проблем" в виртуальный мир, поскольку уже имеется некоторый опыт легкого необременительного общения, удовлетворения коммуникационных, информационных и других потребностей посредством глобальной сети.

Заключение. В связи с быстрым развитием и распространением Интернета возникает проблема интернет-зависимого поведения. Феномен интернет-зависимости представляет собой комплексное социальное явление, развитие которого обусловлено рядом факторов ситуационного и личностного характера. Поскольку с каждым годом понижается возраст приобщения к Интернету, а молодежь составляет большой сегмент российской интернет-аудитории, проблема интернет-зависимого поведения может стать в дальнейшем одной из причин низкой социальной адаптации, слабой интегрированности в социальные отношения наиболее трудоспособной части населения.

Настоящее исследование подтвердило наличие положительной связи между склонностью к интернет-зависимости и социальным одиночеством. Выявлено, что социальная функция Интернета является наиболее востребованной, тем самым обуславливает дальнейшее стойкое развитие чрезмерного интернет-пользования. Необходимы дополнительные исследования данного феномена, поскольку очевидны его негативные социальные последствия: семейные, профессиональные, академические, финансовые проблемы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Бурова В. А. Зависимость от компьютера и Интернета. URL: <http://www.psyline.ru/inzav.htm> (дата обращения 30.06.2011 г.)
- Вейс Р. С. Вопросы изучения одиночества // Лабиринты одиночества: Сб. ст. Пер. с англ. Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989.
- Войскунский А. Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета // Психологический журнал. 2004. N1.
- Джонг-Гирвельд Д., Раадшелдерс Д. Типы одиночества // Лабиринты одиночества: Сборник статей. Пер. с англ. Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989.
- Егоров А. Ю., Кузнецова Н. А., Петрова Е. А. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2005. Т. 5. N2.
- Корытничкова Н. В. Интернет-зависимость и депривация в результате виртуальных взаимодействий // Социол. исслед. 2010. N6 (314).
- Перлман Д., Пепла Н. Э. Теоретические подходы к одиночеству // Лабиринты одиночества: Сборник статей. Пер. с англ. Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989.
- Тайгулова Г. С. Типологии феномена одиночества в современной психологии личности / Под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамишковой // Социокультурные проблемы современного человека: материалы IV Международной научно-практической конференции: Часть I. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2010.
- Хили Дж. Статистика. Социологические и маркетинговые исследования. 6-е изд. / Пер. с англ. Киев: ООО "ДиаСофтЮП"; СПб.: Питер, 2005.
- Чудова И. В. Особенности образа "Я" "жителя Интернета" // Психологический журнал. 2002. Т. 22. N1.
- Янг К. С. Диагноз - Интернет-зависимость // Мир Интернета. 2000. N2.
- Caplan S.E. Preference for online social interaction // Communication Research. 2003. Vol. 30, No 6.
- Engelberg E., Sjoberg L.A. Internet use, social skills and adjustment // CyberPsychology & Behavior. 2004. Vol. 7.
- Gierveld De J. A 6-Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness Confirmatory Tests on Survey Data // Research on Aging. 2006. Vol. 28, N5.
- Griffiths M.D. Internet Addiction An Issue for Clinical Psychology? // Clinical Psychology Forum 1997.
- Griffiths M.D. Internet Addiction: Fact or Fiction? // The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society. 1999. N 12.
- Greenfield D.M. Virtual Addiction: Help for Netheads, Cyberfreaks, and Those Who Love Them. Oakland: New Harbinger Publ., 1999.
- Hardie E., Yi Tee M. Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction // Australian Journal of Emerging Technologies and Society. 2007. Vol. 5, N1.
- Holmes L. What is "normal" Internet use? Mental Health Resources. 2000. March 19.
- Internet usage statistics. The internet big picture. World internet users and population stats // Internet World Stats. March, 2011. URL: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm> (время обращения: 01.06.2011 г.)
- Kraut P., Patterson M., Lundmark V., Kiesler S., Mukopadhyay T., Scherlis W. Internet paradox: a social technology that reduces social involvement and psychological well-being? // American Psychologist. 1998. Vol 53.
- Moody E.J. Internet use and its relationship to loneliness // Cyberpsychology and Behavior. 2001. Vol. 4, No 3.
- Page M.R. High school size as a factor in adolescent loneliness. University of Idaho. 1990. P. 150. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.jstor.org/pss/40364606> (время обращения 01.03.2011 г.)
- Riesman D., Denney R., Glazer N. The lonely crowd: A study of the changing American character. New Haven: Yale University Press. 1961.
- Wang W. Internet dependency and psychosocial maturity among college students // Int. J. Human-Computer Studies. 2001. Vol. 5, N6.