

**Взаимосвязь одиночества и компьютерной зависимости в юношеском
возрасте**

Новикова Екатерина Викторовна

Студент

*ВЛГАФК - Великолукская государственная академия физической культуры и спорта,
Социально-гуманитарный факультет, Великие Луки, Россия
E-mail: new228@rambler.ru*

Актуальность. Проблема одиночества является одной из острейших проблем современности, она волновала человечество во все эпохи. Не случайно этой проблеме уделяли внимание выдающиеся философы, социологи, психологи, писатели, политические деятели. Несмотря на то, что в последнее время неуклонно растет количество работ, посвященных данной тематике, сегодня наблюдается дефицит целостной картины представления об одиночестве [1].

Глубоко одинокие люди, как правило, очень несчастны, у них мало социальных контактов, их связи с другими людьми или ограничены или вовсе разорваны и, порой, единственным «собеседником», помогающим забыться, или измениться является компьютер.

Основным контингентом пользователей компьютером являются молодые люди. Большое количество юношей и девушек предпочитает проведение своего досуга, играя в компьютерные игры и общаясь на интернет-сайтах, активному отдыху или живому общению, так как в виртуальном мире проще реализовать себя, нежели в реальном. В итоге страдают социальные связи реального мира. У юноши могут развиваться следующие эмоциональные состояния: отчаяние, тоска, нетерпение, ощущение собственной непривлекательности, беспомощность, панический страх, утрата надежд. В результате это может подтолкнуть молодых людей к рискованным поступкам, таким как: алкоголь, проституция, разбой и наркомания [2].

Таким образом, в современном обществе весьма остро стал вопрос о роли компьютерной зависимости в решении проблемы одиночества. На решение данного вопроса, на примере юношеского возраста и было направлено данное экспериментальное исследование.

Организация исследования. Цель исследования – определить взаимосвязь чувства одиночества с компьютерной зависимостью.

Гипотеза: мы предполагаем, что чувство одиночество характерно и представителям молодежи, у которых ярко выражена склонность к компьютерной зависимости.

Для изучения данной проблемы использовались следующие диагностические методики: «Методика субъективного ощущения одиночества» (Д. Рассел и М. Фергюсон), «Опросник одиночество» (С.Г. Корчагина), «Тест для диагностики компьютерной зависимости» (Л.Н. Юрьева), «Тест для диагностики интернет-зависимости» (С.А. Кулаков).

Исследование было проведено на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №9» г. Великие Луки. В исследовании приняло участие 18 испытуемых в возрасте 17 – 18 лет.

Результаты исследования и их обсуждение. По результатам исследования было выявлено 89% старшеклассников с низким уровнем субъективного ощущения одиночества и 11% - со средним. Такие показатели свидетельствуют о том, что молодые люди склонны испытывать недостаток коммуникации, или отсутствие значимого для них общения, а так же могут испытывать такие эмоциональные состояния как: внутренняя опустошенность, раздражительность, изоляция, жалость к себе. В исследуемой выборке юношей с высоким уровнем одиночества не было выявлено.

Изучение выраженности общего чувства одиночества показало, что 17% старшеклассников не переживают данное чувство, 78% имеют неглубокое переживание возможного одиночества. Это означает, что у большинства испытуемых, время от времени, проявляется недостаток истинного человеческого общения, недостаток понимания со стороны друзей и близких. Это преходящее чувство одиночества, на какое-то время человек может почувствовать себя действительно одиноким, но стоит ему, например, встретиться с друзьями, или посетить общественное место с развлекательной целью, и от чувства одиночества не остается и следа. 5% респондентов глубоко переживают одиночество, а это значит, что данные испытуемые по-настоящему в данный период жизни испытывают хроническое состояние одиночества. У них отсутствует понимание в межличностных отношениях, присутствует состояние покинутости, невозможность откровенного, тесного общения, имеет место быть давящая зависимость от других людей, переживание собственных неудач, а так же трудности в умении радоваться победам и удачам других. При решении трудных жизненных задач данные испытуемые рассчитывают только на свои силы. Очень глубокого переживания чувства одиночества не было выявлено в исследуемой группе.

Выявление компьютерной зависимости у старшеклассников показало, что 28% не имеют компьютерной зависимости, 44% находятся в стадии увлеченности компьютером, и 28% имеют риск развития компьютерной зависимости. У молодых людей, находящихся на стадии увлеченности увеличивается времяпровождение за компьютером, появляется хорошее настроение, состояние эйфории за компьютером. У юношей имеющих риск развития компьютерной зависимости появляется ощущение пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером, начинаются проблемы с учебой, семьей, друзьями.

Диагностика интернет-зависимости выявила: 89% юношей с низким уровнем интернет – зависимости и 11% - со средним уровнем. Юноши, со средним уровнем интернет – зависимости имеют навязчивое, постоянное стремление войти в интернет, в итоге, теряя контроль за его использованием. Высокого уровня интернет – зависимости выявлено не было.

Для достижения поставленной цели был проведён корреляционный анализ с помощью критерия Пирсона. В результате была обнаружена положительная взаимосвязь между субъективным чувством одиночества и компьютерной зависимостью ($r = 0,479$ при $p < 0,05$). Это говорит о том, что чем более ярко проявляется компьютерная зависимость, тем больше развито субъективное ощущение одиночества у старшеклассников.

Вывод. Таким образом, проведённое эмпирическое исследование показало, что погружение в виртуальный компьютерный мир не является средством борьбы с одиночеством. Уход от реальной ситуации общения в интернет-ресурсы ещё более изолирует молодого человека от социума.

Литература

1. Литература

2. 1.Гримак Л.П. Общение с собой: Начало психологии активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1991. – 320 с.
3. 2.Непопалов В.Н. Психические процессы и личность: учеб. Пособие / В.Н. Непопалов, Е.В. Романина. – М.: Физическая культура, 2009. – 224 с.