

Княжева Мария Александровна, к.б.н., преподаватель,  
ГАПОУ НСО «Новосибирский машиностроительный колледж», Новосибирск  
Knyazheva Maria Alexandrovna, GAPOU NSO "Novosibirsk Engineering College",  
Novosibirsk

**ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ – ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ИНТЕРНЕТОМ  
PERSONAL CHARACTERISTICS AND BEHAVIORAL ASPECTS  
IN THE PERSONALITY STRUCTURE OF STUDENTS – INTERNET USERS**

**Аннотация.** В статье рассматриваются возможные взаимосвязи между использованием интернета как социально-психологического фактора, подростковой агрессивности и качества сна у студентов - первокурсников.

**Abstract:** The article examines possible relationships between the use of the Internet as a socio-psychological factor, adolescent aggressiveness and sleep quality in first-year students.

**Ключевые слова:** интернет - зависимость, агрессивность, подростковый возраст, качество сна.

**Keywords:** Internet addictions, aggressiveness, adolescence, sleep quality.

Психоэмоциональная сфера человека и возможности ее изучения являются актуальным объектом исследования психологов, педагогов и других специалистов различных областей наук. Современный мир уже невозможно представить без интернета, компьютера и смартфонов. Интернет используют в повседневной жизни люди многих возрастных групп. В последнее время наметилась негативная тенденция значительного увеличения времени, проведенного в сети, в том числе, среди подростков [4]. Многие исследователи проблемы интернет - зависимого поведения выделяют в отдельную категорию зависимость от онлайн - игр. Старшие школьники, студенты и молодежь являются наиболее активными категориями людей, использующими интернет, как в целях поиска необходимой информации, так и для развлечения. С точки зрения возрастной психологии, этот период является, с одной стороны сенситивным для освоения новых навыков, овладением новых компетенций, в том числе, профессионального характера, с другой стороны уязвимым по отношению к развитию разного рода зависимостей, которые, зачастую, способствуют развитию аддикций. Другой личностной характеристикой, также, вносящей вклад в аддиктивное поведение является агрессивность [3]. В большинстве исследований агрессивность рассматриваются как устойчивая личностная черта, проявляющиеся в переживании эмоционального дискомфорта, отрицательных эмоций и деструктивного поведения в конфликтных и опасных ситуациях. Подростковый возраст является самым трудным из всех детских возрастов и важным в развитии нравственности, социальных установок, отношения к себе, к людям, к обществу. И именно в период пубертата агрессивность приобретает устойчивый характер, влияет на психологическую безопасность личности учащихся [1, 2]. Помимо этого, сказывается на взаимодействии с окружающими людьми и, порой, создает трудности в личностном развитии, негативно отражается на процессах социализации и развития личности учащихся в будущем. Именно период подросткового возраста связан с многочисленными стрессами в связи с трудностями становления личности, самосознания, а также в связи с гормональной перестройкой организма. Студенты, относятся к социальной группе, которая в значительной степени сталкивается с проблемами, связанными со сном. Сбитый график сна из-за выполнения учебных заданий и выбора образа жизни, а также сниженный родительский контроль обуславливают повышение частоты распространенности проблем нарушения циркадианных ритмов [5]. Нарушения сна, такие как бессонница и выраженная сонливость, выступают не только как факторы академической неуспеваемости, но и являются установленными факторами риска развития расстройств настроения, психических заболеваний [5,6].



Достаточный сон положительно влияет на процессы обучения и памяти, является важным критерием здоровья для всех категорий людей. Все вышеперечисленное определяет актуальность данного исследования. Цель исследования: изучить уровни агрессивности, степень зависимости от интернета и качества сна у студентов- первокурсников. Предмет – агрессивность, степень зависимости от интернета и качество сна у студентов. Гипотеза исследования состоит в предположении, что интернет - зависимые подростки, обладают более высоким уровнем агрессии и выраженными проблемами качества сна по сравнению с подростками, являющимися обычными пользователями интернета.

### **Методы исследования.**

Методом сбора первичной информации в данном исследовании является опрос в форме анкетирования. При разработке данного исследования была использована выборочная совокупность со стихийной выборкой. Все респонденты являлись студентами - первокурсниками ГАПОУ НСО «Новосибирский машиностроительный колледж» возрастной группы от 16 до 19 лет. Выборка респондентов состояла из 57-64 лиц мужского пола в зависимости от используемой методики. Респонденту гарантировалась анонимность и публикация данных в обобщенном виде. В работе были использованы следующие методики: анкета по выявлению интернет - зависимости Кимберли Янг, адаптированная Лоскутовой В.А., состоящую из 20 вопросов, представляющих собой описание вариантов занятий или описание ситуаций, связанных с интернетом, с пятью возможными вариантами ответов (никогда, иногда, регулярно, часто, всегда). Питтсбургский индекс качества сна (PSQI) - это анкета для самооценки, которая оценивает качество сна за 1-месячный интервал времени. Оценка состоит из 19 отдельных пунктов, образующих 7 компонентов, которые дают один общий балл, и занимает 5-10 минут. Разработанный исследователями из Питтсбургского университета, PSQI задуман как стандартизированный опросник по сну для клиницистов и исследователей, которым можно легко пользоваться, и используется для нескольких групп населения. Для исследования агрессивности лиц подросткового и юношеского возраста применяли адаптированную методику, А. Басса и А. Дарки. Этот опросник состоит из 60 утверждений, на которые испытуемый отвечает «Да» или «Нет».

Полученные эмпирические данные были обработаны с использованием статических процедур в программе Statistica 10.0. Были использованы следующие статистические процедуры: Критерий Колмогорова-Смирнова для определения нормальности распределения шкал; U-критерий Манна-Уитни для определения различий между выделенными группами. Для математической статистики был использован непараметрический коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

### **Результаты и обсуждение.**

При оценке уровня интернет - зависимости (выборка 64 человека) получены следующие результаты: низкая степень интернет - зависимых студентов у 9%, 67% являются обычными пользователями сети, но с общей тенденцией к повышению показателей (крайние значения соответствующие среднему уровню зависимости), 21% интернет - зависимые студенты.

По результатам анкетирования опросника, определяющего индекс качества сна (выборка 61 человек) только 10% опрошенных спят около 7-8 часов в сутки, тогда как 78% спят меньше нормы, 50% из них спят менее 5 часов в сутки. Среднее время отхода ко сну составляет 01.34+17. Анализ оценки качества сна (Шкалы 5-19) показал следующее распределение: у 29% опрошиваемых «хорошее» качество сна, у 25%- «среднее», для 46% исследуемой выборки этот показатель был определен как «плохое».

Анализ результатов общего уровня агрессивности (выборка 57 человек) выявил низкий 33%, средний 57,80%, высокий 8,70% процент распределения этой личностной характеристики, при этом среди шкал из которых формируется показатель «Общая агрессивность» наблюдались следующие значения: по шкале «Физическая агрессия» на



низком уровне у 36,80% студентов, на среднем у 43,80%, на высоком у 19,30%. Проценты по шкале «Гнев»: у 26%- низкий уровень, 63% средний уровень, 10,5% высокий; по шкале «Враждебность» низкий уровень выявлен у 39,7% учащихся, средний у 52%, высокий у 8,3%.

Сравнительный анализ в группах респондентов с выраженной интернет - зависимостью и отсутствием таковой выявил значимые различия по шкалам: «Физическая агрессия», «Гнев» ( $p < 0,05$ ). Из этого следует, что для интернет - зависимых респондентов, свойственны физическая агрессия, гнев. При определении взаимосвязи между зависимостью от интернета и агрессивностью в группе подростков с выявленной зависимостью и шкалой «Физическая агрессия», а также между зависимостью от интернета и шкалой «Гнев» были выявлены высокосignимые положительные взаимосвязи ( $r = 0,352$ ) и ( $r = 0,368$ ) соответственно, что свидетельствует о более высокой выраженности агрессивности в структуре личности учащихся с интернет - зависимостью. При изучении взаимосвязи между зависимостью от интернета и нарушениями сна учащихся, значимые различия определялись в группе с выявленной зависимостью и «плохое» качество сна ( $p < 0,005$ ), при дальнейшей статистической обработке была получена отрицательная взаимосвязь ( $r = 0,455$ ) между исследуемыми параметрами.

Таким образом, можно утверждать, что у студентов с выраженной интернет - зависимостью имеются различными нарушениями сна, которые по- видимому, связаны с длительным пребыванием в виртуальном пространстве, кроме того, обладают более высоким уровнем агрессивности. Выявленные взаимосвязи вызывают некоторую обеспокоенность, так как демонстрируют наличие социально значимой проблемы у обследуемой группы подростков и требуют дальнейшего динамического наблюдения.

#### *Список литературы:*

1. Ермакова, А. А. Диагностика агрессивности у подростков / А. А. Ермакова // Становление психологии и педагогики как междисциплинарных наук: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции, Магнитогорск, 08 ноября 2018 года. – Магнитогорск: Общество с ограниченной ответственностью "Агентство международных исследований", 2018. – С. 30-33. – EDN WGGEJB.
2. Карнеев, Р. К. Особенности тревожности и агрессивности как показателей психологической безопасности подростков, обучающихся в образовательных организациях разного типа / Р. К. Карнеев, О. А. Карнеева, Е. Н. Лысенко, А. П. Сухонос // Антропологическая дидактика и воспитание. – 2023. – Т. 6, № 1. – С. 79-91. – EDN UQBRPJ.
3. Курочкина, И. А. Взаимосвязь агрессивности подростков с увлечённостью компьютерными играми / И. А. Курочкина // Академический журнал Западной Сибири. – 2014. – Т. 10, № 1(50). – С. 95. – EDN SASJVN.
4. Шейнов, В. П. Личностные свойства зависимых от смартфона учащихся колледжа / В. П. Шейнов // Системная психология и социология. – 2021. – № 1(37). – С. 50-60. – DOI 10.25688/2223-6872.2021.37.1.4. – EDN CDCFSG.
5. Carone C.M.M. Factors associated with sleep disorders in university students / C.M.M. Carone et al. // Cadernos de Saúde Pública. – 2020. – Vol. 36. – DOI: 10.1590/0102-311X00074919.
6. Durán-Agüero S. Sleep disorders and anthropometric measures in Chilean university students / S. Durán-Agüero , M. Guerrero-Wyss, R. Sepulveda // Revista Española de Nutrición Humana y Dietética. — 2019. — Vol. 23. – № 3. — с. 153-161.

