

Янущик Е.А.

ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ КАК ФАКТОР РИСКА РАЗВИТИЯ ДЕПРЕССИИ

*Белорусский государственный медицинский университет,
кафедра гигиены детей и подростков, г. Минск*

Ключевые слова: интернет-аддикция, информационные технологии, депрессия, тест К. Young.

Резюме: В статье представлены результаты анкетного опроса 178 студентов медицинского университета в возрасте 17-23 лет. Проведен анализ связи между интернет-аддикцией и уровнем депрессии.

Resume: The article presents the results of a questionnaire survey of 178 medical university students aged 17-23 years. Spend analysis of the link between internet addiction and depression levels.

Актуальность. Важнейшей составной частью информационной культуры современного человека является коммуникативная культура с использованием современных информационных технологий, развитие которых сделало информационные ресурсы глобальной сети интернет потенциально доступными. Умение получать необходимую информацию из сети становится неотъемлемой частью жизни современного человека, начиная с самого раннего его возраста. В ногу со временем идут и образовательные стандарты, предъявляя все более высокие требования к интенсификации программ и процесса обучения, что в современных условиях возможно лишь при использовании специальных средств обучения, одним из которых являются компьютерные технологии [1].

Широкое внедрение информационных технологий в жизнь современного человека имеет наряду с позитивными, и негативные последствия. Отрицательными последствиями длительного использования компьютерных технологий на организм человека являются: умственная, эмоциональная, статическая и зрительная нагрузки. Эмоциональное перенапряжение, как исход воздействия любого аддиктивного агента, в том числе и интернет-сети, является фактором риска развития стрессового состояния, проявляющегося изменениями настроения, повышением агрессивности, раздражительностью и депрессией [2].

Цель: изучить наличие, степень проявления интернет-зависимости среди современной молодежи на примере студентов медицинского ВУЗа и определить роль аддикции в развитии депрессивного состояния.

Задачи: 1. Дать оценку частоте встречаемости интернет-зависимости среди студентов медицинского университета; 2. Определить признаки и степень выраженности интернет-зависимости; 3. Изучить влияние аддиктивного агента на формирование депрессивных состояний и степень выраженности депрессии.

Материалы и методы. Исследование проведено с использованием анкетно-опросного метода. В анкетировании приняли участие 178 студентов

медико-профилактического, лечебного и педиатрического факультетов учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет» (УО «БГМУ») в возрасте 17-23 лет.

Интернет-зависимость определялась с помощью использования теста К. Young. Сумма баллов менее 20 оценивалась как отсутствие интернет-зависимости, 20-39 баллов – пограничное состояние, 40-59 баллов – средняя степень зависимости и более 60 баллов – сильная интернет-зависимость.

Уровень депрессии оценивался с помощью тест-опросника Бека. Результаты оценивали следующим образом: сумма баллов меньше 9 – отсутствие депрессии, 10-15 баллов – субклиническая депрессия, 16-19 баллов – умеренно выраженная, 20-29 баллов – депрессия средней тяжести, более 30 – тяжелая.

Полученные результаты обработаны с помощью пакета статистических программ Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. По результатам анализа данных теста К. Young, треть опрошенных студентов медицинского ВУЗа – обычные пользователи интернета, не страдающие интернет-зависимостью, остальные две трети – являются интернет-зависимыми с различной степенью проявления аддикции (рис. 1).

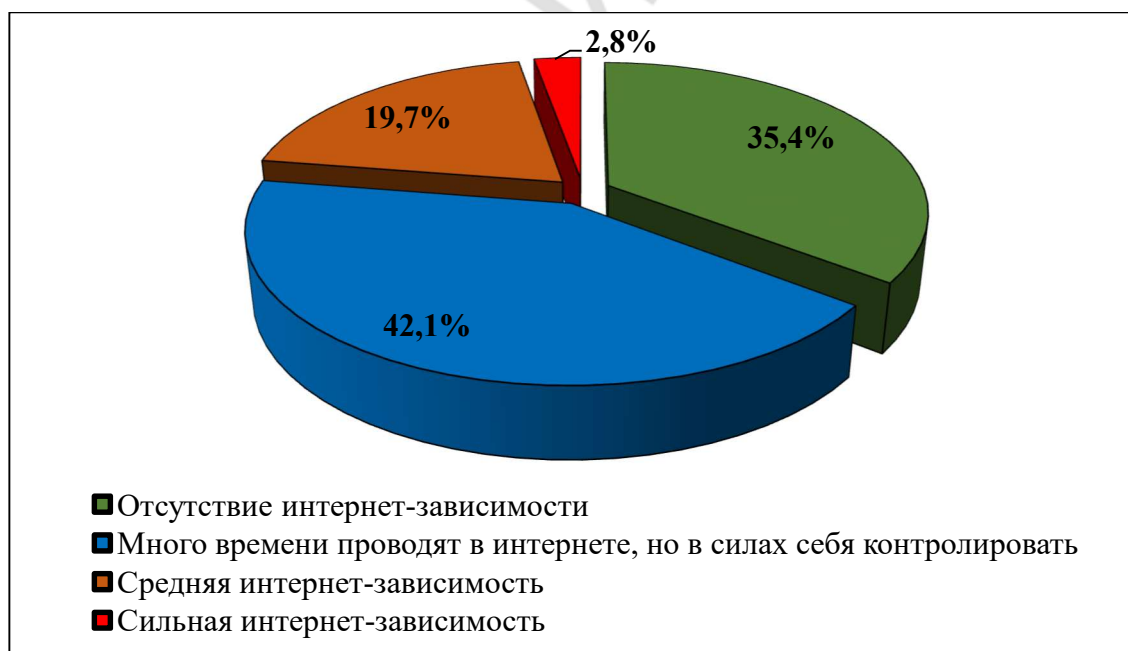


Рис. 1 Распространенность интернет-зависимости среди студентов медицинского ВУЗа.

В ходе исследования было установлено, что большая часть студентов УО «БГМУ» отмечают, что провели в интернете больше времени, чем планировали (94,3 %); сначала проверяют свою электронную почту и только потом приступают к другим делам (86 %); прежде чем выйти из интернета, задерживаются в Сети «еще несколько минут» (96,1 %); ущерб учебной или

трудовой деятельности из-за слишком длительного пребывания в интернете отмечают 78,1 % респондентов.

Одним из важнейших негативных последствий интернет-зависимости является ущерб не только учебной деятельности, но и социальной активности. Аддиктивная реализация в интернете становится суррогатом межличностных контактов, нарастает минимизация общения в реальной жизни. Интернет-зависимые лица часто заводят новые знакомства с другими пользователями Сети (73,1 %).

Диагностика уровня депрессии, с использованием когнитивно-аффективной субшкалы и субшкалы соматических проявлений депрессии, показала, что для большинства респондентов (53,4 %) характерно наличие депрессивного состояния различной степени его выраженности (рис. 2).



Рис. 2 Частота встречаемости депрессии среди студентов медицинского ВУЗа

Математическая статистика данных позволила установить, что вероятность формирования депрессии достоверно выше у аддиктивных личностей ($\chi^2=9,09$; $p<0,01$). Шансы развития депрессивного состояния у лиц с интернет-зависимостью в 3 раза выше, чем у лиц, не имеющих признаки интернет-зависимости. Выявленная корреляция является статистически значимой, при вероятности безошибочного прогноза не менее 95,0 % (таб. 1).

Таблица 1. Взаимосвязь интернет-зависимости и уровня депрессии среди студентов медицинского ВУЗа

Интернет-зависимость (% респондентов)	Депрессия как фактор риска (% респондентов)	
	Отсутствие фактора риска	Наличие фактора риска
Наличие зависимости	13,5%	39,9%

Отсутствие зависимости	21,9%	24,7%
------------------------	-------	-------

Выводы: 1. Полученные данные свидетельствуют о достаточно высоком уровне распространенности среди студентов медицинского университета интернет-зависимости; 2. Интернет играет важную роль в жизни современной молодежи, что подтверждается стремлением проводить в интернет-сети больше времени, неспособностью спланировать время окончания онлайн-сеанса, склонностью забывать о домашних делах, учебе и преуменьшать продолжительность и частоту пребывания в интернет-сети, стремлением избавиться от тревожных мыслей о собственной жизни, заменяя их мыслями о пребывании в сети; 3. Длительное воздействие аддиктивного агента у интернет-зависимых достоверно повышает вероятность развития депрессивных расстройств личности.

Литература

1. Борисова, Т.С. Гигиенические основы компьютеризации обучения: учеб. – метод. пособие / Т.С. Борисова. – Минск.: БГМУ, 2012. – 40 с.
2. Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств / В. А. Лоскутова. – Новосибирск, 2004. –22 с.