

Е. А. Янущик

**ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ КАК ФОРМА НЕХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ
И ЕЕ ВЗАИМОСВЯЗЬ С УРОВНЕМ ДЕПРЕССИИ У СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Научный руководитель: ассист. Е. В. Волох

Кафедра гигиены детей и подростков,

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. В статье представлены результаты анкетирования студентов медицинского университета с целью выявления зависимости от использования компьютерных технологий и определения наличия симптомов депрессии. Установлена прямая корреляционная связь между интернет-аддикцией и формированием депрессии у молодежи.

Ключевые слова: интернет-аддикция, нехимическая зависимость, депрессия.

Resume. The article presents the results of a questionnaire survey of students of a medical university with the purpose of revealing the dependence on the use of computer technologies and determining the presence of symptoms of depression. A direct correlation was established between the Internet addiction and the formation of depression in young people.

Keywords: internet addiction, non-chemical dependence, depression.

Актуальность. В связи с возрастающей компьютеризацией современного общества возросла актуальность проблемы распространенности интернет-зависимого поведения среди населения. По данным доклада Конференции ООН, на сегодняшний день Республика Беларусь занимает 22 место в мире по количеству пользователей интернетом (56,5% населения) и около 15% населения республики страдает интернет-аддикцией [1].

Интернет-ресурсы стали неотъемлемой частью современной жизни, охватывая своим влиянием и все сферы интересов молодежи. Для 70% людей в возрасте от 18 до 19 лет и для 62% в возрасте от 20 до 24 лет главным источником информации и развлечений на сегодняшний день является Всемирная сеть [2].

Интернет-аддикция является одной из форм нехимической зависимости [3] и имеет тенденцию развития эпидемического процесса. Так, для формирования традиционных видов привыкания (курения, наркомании, алкоголизма) требуются годы, для интернет-аддикции этот срок резко сокращается. Так, 25% аддиктов приобретают зависимость в течение полугода после начала работы в интернете, 58% – в течение второго полугодия, а 17% – в среднем через год [4]. Чрезмерное увлечение интернетом приводит к нарушению сна, мыслительных процессов, ухудшению памяти, утрате навыков реального общения, возникновению соматической патологии, эмоциональным нагрузкам [5].

Выделяют ряд факторов способствующих формированию интернет-аддикции, среди которых значительная роль принадлежит свойствам характера личности, таким как повышенная обидчивость, тревожность, низкая стрессоустойчивость, агрессивность, склонность к депрессии. Подобные эмоциональные проявления могут являться коморбидностью либо выступать в качестве возможных последствий [6]. Согласно статистическим данным Всемирной организации здравоохранения, от депрессии в мире страдает более 300 миллионов человек всех возрастных групп, что означает рост более чем на 18% за период с 2005 по 2015 годы. [7].

Цель: изучение распространенности и степени проявления интернет-аддикции среди студентов медицинского университета и установление ее взаимосвязи с развитием 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 депрессии на формирование интернет-зависимого поведения.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 178 студентов медико-профилактического, лечебного и педиатрического факультетов учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет» (УО «БГМУ») в возрасте 17-23 лет.

В работе использован анкетно-опросный метод исследования (тест для определения интернет-зависимости К. Young, тест-опросник депрессии Бека). Результаты обработаны с помощью статистической программы «Microsoft Excel-2013».

С целью изучения взаимосвязи между интернет-зависимостью и депрессивным состоянием применялись методы математической статистики (расчет критерия χ^2 и показателя отношения шансов).

Результаты и их обсуждение. Как показали результаты исследования, около трети опрошенных студентов-медиков – обычные пользователи интернета, не страдающие интернет-зависимостью, остальные две трети – являются интернет-зависимыми с различной степенью проявления аддикции (рисунок 1).

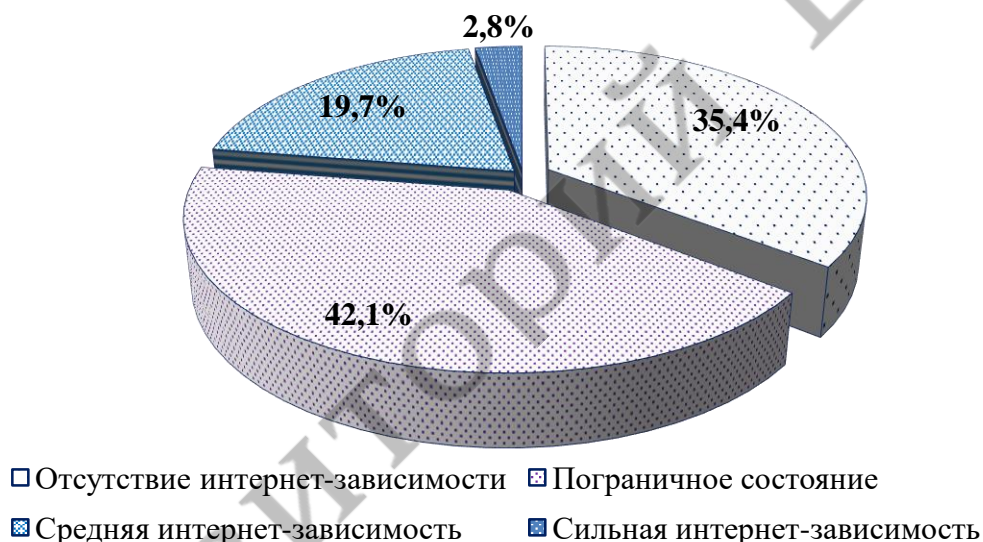


Рисунок 1 – Структура распространенности интернет-зависимости среди студентов УО «БГМУ»

Среди интернет-зависимых молодых людей, студенты с низкой степенью зависимости (пограничным состоянием) составили 65,2%, со средней – 30,4%, с сильной интернет-зависимостью – 4,4%.

В ходе исследования выявлены гендерные особенности интернет-зависимого поведения у студентов медицинского ВУЗа: признаки интернет-аддикции выявлены с одинаковой частотой у обоих полов – у 63,4% девушек и 69,7% юношей, но сильная степень проявления аддикции чаще встречается у лиц мужского пола.

Большинство опрошенных 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 деятель-

ности из-за слишком длительного пребывания в интернете отмечает каждый четвертый из респондентов (78,1%), безуспешные попытки сократить время пребывания в интернете – каждый третий (63,1%).

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%).

По результатам анализа данных тест-опросника Бека, включающего оценку когнитивно-аффективной сферы и соматических проявлений депрессии, установлено, что для большинства опрошенных (53,4%) характерно наличие депрессивного состояния с различной степенью выраженности (рисунок 2).

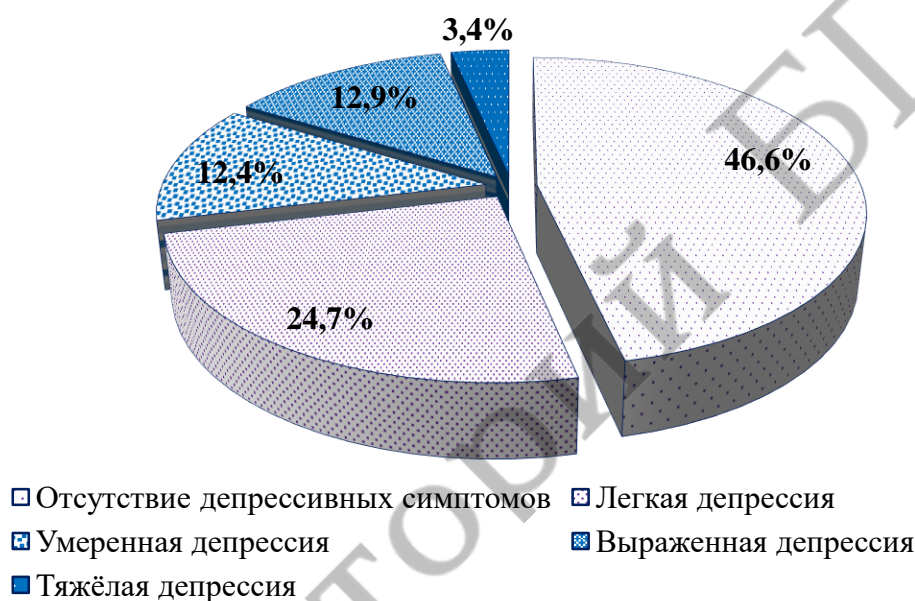


Рисунок 2 – Частота встречаемости депрессии с различной степенью проявления среди студентов медицинского ВУЗа.

Среди респондентов выявлено следующее распределение по степени выраженности депрессии: субдепрессия (легкая депрессия) отмечена у 24,7%, умеренно выраженная депрессия – у 12,4%, депрессия средней степени тяжести (выраженная депрессия) выявлена у 12,9%, тяжелая депрессия – у 3,4% студентов.

Установлены гендерные особенности наличия и степени выраженности депрессии среди опрошенных: у юношей с большей долей вероятности встречается легкая (30,3%) и умеренная депрессия (11,7%), депрессия средней степени тяжести с большей долей вероятности распространена среди лиц женского пола.

Основными характерологическими чертами личности с признаками депрессивного состояния являются: снижение самооценки (61,1%), чувства уверенности в себе (44,2%), ощущение вины (50,5%), утрата прежних интересов и способности испытывать удовольствие (55,8%), пессимистическое видение будущего (80%), сниженное настроение (42,1%), раздражительность (47,4%), нарушенный сон (55,8%), повышенная утомляемость и сниженная активность (54,7%).

Вероятность формирования интернет-зависимости достоверно выше среди студенческой молодежи имеющей признаки депрессии ($\chi^2=9,09$, $p<0,01$). Шансы развития интернет-аддикции у лиц с депрессией в 3 раза выше, чем у лиц, не имеющих признаков депрессивного расстройства ($p < 0,05$) (таб. 1).

Таблица 1. Взаимосвязь интернет-зависимости и уровня депрессии среди студентов УО «БГМУ».

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 интернет-зависимости среди студентов медицинского университета. Половая принадлежность на формирование интернет-аддикции не оказывает влияния, но обуславливает степень ее выраженности.

2 Интернет играет значительную 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 В студенческой среде медицинского университета широко распространены проявления депрессии, выраженная ее форма с большей долей вероятности встречается среди девушек по сравнению с юношами.

4 Существенный вклад в формирование интернет-зависимости у студентов УО «БГМУ» оказывает наличие такого фактора риска, как депрессия.

5 Признаки интернет-зависимости подчеркивают нерациональное распределение жизненных приоритетов современной молодежи, что указывает на необходимость проведения профилактической работы в данной целевой группе.

E. A. Yanushchik

INTERNET ADDICTION AS FORM NOT CHEMICAL DEPENDENCE AND ITS INTERRELATION WITH LEVEL DEPRESSIONS AT STUDENTS OF MEDICAL UNIVERSITY

Tutor: assistant E. V. Volokh

*Department of Hygiene of Children and Adolescents,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. Ершова, Р. В. Психологическое благополучие интернет-зависимых студентов / Р. В. Ершова, Т. М. Сёмина // Психология обучения. – 2016. – № 6. – С. 13-21.
2. Бурова, В. А. Интернет-зависимость - патология XXI века? / В. А. Бурова // Научно-практический журнал «Вопросы ментальной медицины и экологии». – 2014. – №1. – С. 11-13.

3. Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств / В. А. Лоскутова. – Новосибирск, 2004. – 22 с.
4. Янг, К.С. Диагноз – Интернет-зависимость / К.С. Янг // Мир Internet. - 2000. - №2. – С. 24-29.
5. Борисова, Т.С. Гигиенические основы компьютеризации обучения: учеб. – метод. пособие / Т.С. Борисова. – Минск.: БГМУ, 2012. – 40 с.
6. Черник, А. В. Взаимосвязь тревожности и интернет-аддикции у студентов / А. В. Черник // Современные научные исследования и разработки. – 2017. – Т. 2 № 1 (9). - С. 511-514.
7. Депрессия: давай поговорим [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2017/world-health-day/ru> (дата обращения 03.05.17).

Репозиторий БГМУ