

Безлепкина И. В.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРКОММУНИКАТИВНОЙ
ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ МЛАДШИХ КУРСОВ**

Научный руководитель канд.ист.наук., доц. Акименко Г. В.

Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии

Кемеровский государственный медицинский университет, г. Кемерово

Актуальность. Внедрение информационных технологий в жизнь современного человека, в том числе в систему современного высшего медицинского образования, имеет как позитивные, так и негативные последствия для личности человека. В настоящее время основной группой пользователей Интернета в России являются молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет, обучающиеся в вузе.

Цель: на основе учета устойчивых психологических характеристик личности выявить предрасположенность и определить основные направления психологической профилактики киберкоммуникативной зависимости у студентов педиатрического факультета Кемеровского государственного медицинского университета (КемГМУ).

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 56 человек в возрасте от 18 до 20 лет обучающихся на первом курсе педиатрического факультета КемГМУ.

Для решения поставленной задачи использовался комплекс методов, включавший: анализ отечественной и зарубежной научной литературы по данной проблеме; наблюдение; беседа; тестирование респондентов. Диагностика психологических характеристик личности потенциально интернет - зависимых студентов осуществлялась с помощью теста Р. Кеттелла, методики диагностики показателей форм агрессии А. Басса и А. Дарки, методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества М. Фергюсона и Д. Рассела.

Результаты и их обсуждение. В рамках исследования было установлено, что числу негативных последствий чрезмерно долгого пребывания в Интернете можно отнести: сужение круга интересов; уход от реальности в виртуальный мир и развитие интернет - зависимости. Выявлены критерии формирующейся киберкоммуникативной зависимости. К их числу можно отнести: отсутствие навыков контроля времени, проведённого в Интернете; включённость в различные виды как образовательной, игровой деятельности в сети, так и общение в социальных сетях, при этом пренебрежение деятельностью вне сети; ярко выраженная лабильность настроения респондентов в период пребывания в Интернет сообществах. Психологические характеристики личности потенциально интернет - зависимых студентов проявляются, в первую очередь, в эмоционально-волевой сфере. Они характеризуются высокими показателями личностной тревожности и агрессивности на фоне низких показателей силы воли и стрессоустойчивости. В коммуникативной сфере: они отмечены повышенным уровнем одиночества и внутриличностной конфликтности. В мотивационной сфере характеризуются: выбором стратегии поведения по модели «избегание неудач» любой ценой. Для людей зависимых, в том числе киберкоммуникативно, показательна заниженная самооценка и выраженная неуверенность в себе.

Выводы. Психологическая профилактика потенциальной киберкоммуникативной зависимости у обучающихся в вузе должна представлять собой комплексный процесс развития личности, обеспечивающий её устойчивость к любому виду зависимого поведения с одновременным формированием у них навыков и потребностей здорового образа жизни. Основным направлением психологической профилактики должны стать: развитие стрессоустойчивости; формирование внутриличностных мотивов и системы ценностей, соответствующих здоровому образу жизни; расширение круга альтернативной зависимому поведению деятельности; развитие личностных ресурсов и навыков достижения поставленных целей, а не виртуальной в реальной жизни.