

Специфика эмоционального интеллекта и мотивационной сферы у лиц с интернет – зависимостью

Научный руководитель – Пушкина Татьяна Петровна

Тютрина Алёна Константиновна

Студент (бакалавр)

Новосибирский национальный исследовательский государственный университет,
Новосибирск, Россия

E-mail: alenaat2013@gmail.com

Зависимости неустанно преследуют человека с тех самых времён, как он появился, а их число довольно велико. Более того, с развитием технологий растёт и их видовое разнообразие. Около четверти века назад появилась новая форма, которая именуется интернет-зависимостью. С момента внедрения Интернета в обыденную жизнь прошло лишь около двух десятилетий, но уже сегодня можно констатировать целый спектр как негативных, так и позитивных последствий данного феномена [3]. Актуальность данного исследования особенно высока в связи с тем, что на сегодняшний день нехимические аддикции, в особенности интернет-зависимость, изучены хуже, нежели химические варианты. Эта аддикция породила массу споров между исследователями: кто-то считает её полноценным психическим расстройством, сравнимым с химическими зависимостями, другие же видят в ней лишь симптом иных личностных проблем [1]. Кроме того, ведутся дискуссии не только о том, как классифицировать интернет-зависимость, но и о том, как именно она формируется, а взгляды на механизмы её возникновения разнятся в зависимости от теоретического подхода [5].

Мотивационная сфера - все имеющиеся у человека мотивационные компоненты, а именно: мотивы, цели, интересы, потребности и поведенческие паттерны. Под влиянием виртуальной среды увеличивается число мотивов сиюминутного вознаграждения в ущерб мотивам с отсроченным вознаграждением [2].

Эмоциональный интеллект - способность распознавать, регулировать свои и чужие эмоции, а также верно понимать эмоции окружающих и реагировать на них [4]. В условиях цифровизации роль эмоционального интеллекта в жизни человека становится особенно значимой, так как онлайн коммуникация изменяет традиционные механизмы социального взаимодействия. Влияние Интернета на эмоциональную сферу человека неоднозначно. С одной стороны, виртуальная среда может способствовать социальной адаптации человека, так как интернет предоставляет возможность в поиске друзей, с которыми общение может перейти в офлайн формат, что положительно скажется на эмоциональном состоянии. Интернет предоставляет доступ к множеству информационных ресурсов, в которых можно найти поддержку и ответы на вопросы, что также положительно влияет на эмоциональное состояние пользователя. Без доступа к интонации, жестам и мимике способность точно распознавать эмоции собеседника и контекст сообщения значительно снижается. Человек, излишне погруженный в виртуальный мир, привыкает обращать внимание не на то, что происходит вокруг и не на то, что становится причиной тех или иных эмоций, не на свои внутренние ощущения, а на девайс. Подобное смещение внимания с себя на онлайн-среду приводит к снижению способности понимания своих эмоций, а это может повлиять на трудности саморегуляции в реальном мире, что обуславливает актуальность исследования.

У нас есть основания полагать, что у лиц с высоким уровнем интернет-зависимости мотивационная сфера отличается от тех лиц, у которых наблюдается низкий уровень интернет-зависимости.

Эта гипотеза может быть конкретизирована в следующих положениях:

1. У лиц с высоким уровнем интернет-зависимости в большей степени выражена краткосрочная мотивация, доминируют мотивы, направленные на сиюминутное удовлетворение, в сравнении с контрольной группой.

2. У лиц с высоким уровнем интернет-зависимости в большей степени выражена ориентация на власть.

3. У лиц с высоким уровнем интернет-зависимости в большей степени выражена эгоистическая направленность личности.

4. Чем выше уровень интернет-зависимости, тем ниже общий уровень эмоционального интеллекта в частности: умение распознавать эмоции и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей.

Было проведено исследование среди лиц от 18 до 35 лет. Целью исследования является изучение связи интернет-зависимости с эмоциональным интеллектом и мотивационной сферой. Объект исследования - психические особенности интернет зависимости. Предмет исследования - эмоциональный интеллект и мотивационная сфера.

Мы в работе применили методики, ориентированные на количественный и качественный анализ, дабы всецело рассмотреть особенности эмоционального интеллекта и мотивационной сферы.

Были использованы следующие методики:

- Методика Чена (шкала интернет-зависимости CIAS);

- Методика диагностики социально-психологических установок в мотивационно-потребностной сфере О. Ф. Потемкиной

- Шкала социальной желательности Д. Кроуна и Д. Марлоу;

- Опросник «ЭМИн» Д. В. Люсина;

- Рисованный апперцептивный тест Л. Н. Собчик;

В исследовании приняли участие 250 респондентов (126 женщин, 124

мужчины), средний возраст – 22 года. Основным этапом исследования включал сбор эмпирических данных с помощью сайта «Google формы». Далее на основе шкалы ИЗ Чена были созданы 2 контрастные группы: группа лиц с высокой склонностью к ИЗ (42 человека) и контрольную группу (лиц без склонности к ИЗ - 40 человек).

В результате сравнительного анализа были выявлены высокозначимые различия между контрольной группой и группой с высоким уровнем интернет-зависимости по показателям краткосрочной мотивации ($U = 540,5; p < 0,01$), мотивации на власть ($U = 530,0; p < 0,01$), эгоистической направленности личности ($U = 515,5; p < 0,01$), а также по показателям распознавания эмоций ($U = 548,0; p < 0,01$) и управления своими эмоциями ($U = 556; p < 0,01$).

Таким образом, лицам с выраженной интернет-зависимостью свойственна эгоистическая направленность личности, кроме того, показатели краткосрочной мотивации и ориентации на власть оказались выше, что может отражать особенности мотивационной регуляции при аддиктивном поведении - стремление к немедленному подкреплению. Сниженные показатели распознавания эмоций и управления ими могут свидетельствовать о дефиците эмоционального интеллекта, который затрудняет межличностное взаимодействие и способствует уходу в онлайн-среду.

Источники и литература

- 1) Егоров А.Ю. Интернет-зависимость: клинико-диагностические маркеры и подходы к терапии. Ростов н/Д, 2021. – 240 с.
- 2) Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. — СПб., 2002 — 512 с.

- 3) Светличная, Т. Н. Социальные факторы риска возникновения интернет-зависимости. Череповец, 2018. — 200 с.
- 4) Эмоциональный интеллект: инструменты развития. Самара, 2022. — 82 с.
- 5) Янг К. С. Диагноз – интернет-зависимость //Мир Интернет. – 2000. – №2. – С. 24-29.