

## Отрывок проекта

### Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация) «Совладающее поведение у лиц с разным уровнем интернет-аддикции»

**Актуальность** проблемы исследования обусловлена тем, что в настоящее время всемирная сеть Интернет является значимым информационным, коммуникативным и развлекательным пространством, которое охватывает почти все сферы деятельности человека и его досуг. Цифровое пространство, как предоставляет широкие возможности для человека, так и несет социальные риски. В последнее время в клинической психологии все чаще звучит проблема интернет-зависимого поведения.

При применении Интернета многим людям свойственна повышенная тревожность. Успешное совладание со стрессом является успешной адаптацией. Копинг – это особый вид поведения человека, которое позволяет справиться с трудной жизненной ситуацией, изменить ее или адаптироваться к ней. Если копинг был неуспешным, - стрессор сохраняется и возникает необходимость дальнейших попыток совладания. Социальная дезадаптация способствует стратегии избегания проблем и выбору соответствующей копинг-стратегии ухода от реальности, что в результате может привести к формированию зависимости.

**Проблема** исследования заключается в том, что до сих пор нет однозначного определения интернет-аддикции, и экспериментально не изучены виды совладающего поведения у лиц с различным уровнем интернет-зависимого поведения. Также не проводилась дифференциация по ведущему типу деятельности в интернете среди людей зрелого возраста. Часто выводы исследователей основаны только на выборке компьютерных игроков. В связи с чем, данное исследование кажется нам актуальным.

**Объект исследования** – интернет-аддикция.

**Предмет исследования** – совладающее поведение у лиц с различным уровнем интернет-аддикции.

**Гипотеза исследования** – существует взаимосвязь между способами совладающего поведения и наличием интернет-аддикции. В частности, копинг-стратегия по типу «бегство-избегание» связана с наличием интернет-аддикции, а копинг-стратегия «планирование решения проблемы» связана с отсутствием интернет-аддикции.

**Цель** – выявить способы совладающего поведения у лиц, с различным уровнем интернет-аддикции, и обосновать рекомендации по психопрофилактике интернет-аддикции.

**Задачи:**

1. Проанализировать теоретические подходы к исследованию интернет-аддикции и совладающего поведения.
2. Подобрать для проведения эмпирического исследования диагностические методики.
3. Провести эмпирическое исследование, направленное на выявление распространенности и выраженности интернет-зависимого поведения, а также на определение способов совладающего поведения испытуемых.
4. Проанализировать виды деятельности испытуемых в сети Интернет.
5. Выявить типы технических средств, используемых респондентами для выхода в Интернет.
6. Определить различие способов совладания между мужчинами и женщинами.
7. Обработать и дать интерпретацию результатам исследования с целью выявления наличия и характера связи между интернет-зависимостью и копинг-стратегиями испытуемых.
8. Составить иерархическую классификацию исследуемых признаков (совладающего поведения и интернет-аддикции), и провести исследование связи этих признаков.

9. Обосновать рекомендации по психологической профилактике интернет-зависимого поведения.

**Этапы работы:**

- Изучение теоретического материала проблемы исследования интернет-аддикции и совладающего поведения.
- Эмпирическое исследование взаимосвязи интернет-аддикции и совладающего поведения.
- Обоснование методических рекомендаций по профилактике и коррекции интернет-аддикции.

**Результаты:**

В теоретической части были проанализированы различные подходы к исследованию совладающего поведения и интернет-аддикции, существующие на сегодняшний день.

В эмпирической части работы была проведена диагностика способов совладающего поведения и определен уровень интернет-аддикции испытуемых.

Доказана психологическая гипотеза о существовании взаимосвязи совладающего поведения и интернет-аддикции, а в частности копинг-стратегия по типу «бегство-избегание» имеет связь с наличием интернет-аддикции, а копинг-стратегия «планирование решения проблемы» имеет связь с отсутствием интернет-аддикции. Поставленная цель изучения способов совладающего поведения у лиц, с различным уровнем интернет-аддикции достигнута. Также предложено обоснование рекомендаций по психопрофилактике интернет-аддикции.

Более подробные результаты, выводы и иллюстрационный материал представлены в полной версии магистерской диссертации.