

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №1, Том 8 / 2020, No 1, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-1-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/20PSMN120.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Многосмылова А.А. Взаимосвязь копинг-стратегий и интернет-зависимости человека // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/20PSMN120.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Mnogosmyslova A.A. (2020). Relationship between coping style and Internet addiction. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 1(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/20PSMN120.pdf> (in Russian)

УДК 159.96

ГРНТИ 15.21.61

Многосмылова Анастасия Алексеевна

ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет
(национальный исследовательский университет)», Челябинск, Россия

Заведующий учебной лабораторией кафедры «Психологии развития и возрастного консультирования»

E-mail: kolmogortcevaaa@susu.ru

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-6425-2122>

Взаимосвязь копинг-стратегий и интернет-зависимости человека

Аннотация. Данная статья посвящена изучению взаимосвязи доминирующих копинг-стратегий и интернет-зависимости человека. Интернет-зависимость трактуется как навязчивое (компульсивное) желание использования Интернета, приводящая к негативным последствиям в профессиональной деятельности, семейной сфере, социальном взаимодействии. Одним из направлений исследований зависимого поведения является изучение взаимовлияния совладающего и зависимого поведения. Была выдвинута гипотеза о существовании различий в выборе доминирующих копинг-стратегий между респондентами с интернет-зависимостью и респондентами с отсутствием интернет-зависимости, а также о наличии обратной связи между разрешением проблем и интернет-зависимостью и прямой связи между избеганием проблем и интернет-зависимостью.

С целью проверки данной гипотезы было проведено эмпирическое исследование (N = 289). Методы исследования: «Шкала интернет-зависимости Чена» в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова, методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана, в адаптации Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского. По результатам методики «Шкала интернет-зависимого поведения Чена» выборка испытуемых была разделена на 3 группы: контрольную группу (N = 104), группу риска (N = 113) и группу с интернет-зависимостью (N = 72). Выявлены статически значимые различия между группами по показателям копинг-стратегий. В группе лиц с интернет-зависимостью показатели по шкале «Разрешение проблем» ниже, чем в контрольной группе и группе риска; по шкале «Избегание проблем» выше, чем в контрольной группе и группе риска. Корреляционный анализ показал, что чем ниже показатель по шкале «Разрешение проблем», тем выше показатель по шкале интернет-зависимости ($r = -0,632$, $p = 0,001$). Также выявлена умеренная положительная связь ($r = 0,562$, $p = 0,001$) между показателем по шкале «Избегание проблем» и шкалой интернет-зависимости. Таким образом, выдвинутая гипотеза подтвердилась. Чем ниже показатель по шкале «Разрешения проблем» и выше по шкале «Избегание проблем», тем выше показатель по шкале интернет-зависимости. Личность с интернет-зависимостью склонна к уходу в виртуальное пространство как способ

совладания со стрессом. Избегание действий, направленных на разрешение проблемы или конфликтной ситуации, уход от чувства тревоги и возникающего напряжения, дополнительная сенсорная стимуляция, как способ перенаправить внимание, – все это связано с возникновением интернет-зависимости.

Ключевые слова: копинг-стратегии; аддикции; интернет-зависимость; нехимические аддикции; молодость; ранняя зрелость; взаимосвязь

Введение

Интернет был создан с целью ускорения, упрощения и облегчения обмена информацией между пользователями. Со временем экспоненциальный рост использования Интернета в профессиональной и повседневной жизни привел к тому, что специалисты, занимающимися вопросами психического здоровья и психологического благополучия, озадачились вопросом функционального и дисфункционального использования Интернета. В 1996 г. К. Янг, с помощью адаптированной версии критериев патологической склонности к азартным играм, представленных в DSM-IV представила 600 случаев проявления интернет-зависимости [1; 2].

Интернет-зависимость трактуется как навязчивое (компульсивное) желание использования Интернета, приводящая к негативным последствиям в профессиональной деятельности, семейной сфере, социальном взаимодействии [3; 4]. Были выделены критерии интернет-зависимости, к которым относятся: всепоглощенность Интернетом; проблемы контроля времени нахождения в Интернете; ухудшение взаимоотношений с близкими; улучшение настроения посредством использования Интернета; потребность проводить в Интернете все больше времени; возникновение тревоги при отсутствии возможности выйти в Интернет [5].

Проведено немало исследований отечественными и зарубежными учеными, посвященных изучению феномена интернет-зависимости. Ряд исследователей выделяют в качестве предикторов физиологические аспекты формирования интернет-зависимости, другие опираются на связь с психическими заболеваниями, третьи базируются на выявлении индивидуально-психологических особенностей личности (эмоционально-волевая, мотивационная сферы, ценностно-смысловые ориентации и пр.) [6].

Одним из направлений исследований зависимого поведения является изучение взаимовлияния совладающего и зависимого поведения. Модель копинг-поведения, разработанная Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским показывает, что при неадаптивном использовании когнитивных способов совладания, люди нередко прибегают к употреблению психоактивных и алкогольных веществ, что является неадаптивной формой избегания стрессовой ситуации [7; 8]. Принимая во внимание, что интернет-зависимость как вид нехимической аддикции, соответствует тем известным шести компонентам, универсальным для всех вариантов аддикций, целью нашего исследования стало изучение взаимосвязи копинг-стратегий и интернет-зависимости. Мы предположили, что существуют различия в выборе доминирующих копинг-стратегий между респондентами с интернет-зависимостью и респондентами с отсутствием интернет-зависимости, а также выдвинули предположение о наличии обратной связи между разрешением проблем и интернет-зависимостью и прямой связи между избеганием проблем и интернет-зависимостью.

Организация исследования

В исследовании приняли участие 289 человек в возрасте от 18 до 38 лет ($X = 23,7$; $SD = 5,26$), из них 137 женщин (47,4 %) и 151 мужчина (52,6 %). Выбор возрастного диапазона испытуемых объясняется тем, что исследования, посвященные интернет-зависимости, проводились ранее на выборках, состоящих из школьников и студентов. Более поздний возрастной период (молодость, ранняя зрелость) оставался пока вне поля зрения исследователей.

Для оценки выраженности интернет-зависимого поведения, испытуемым было предложено ответить на вопросы методики «Шкала интернет-зависимого поведения Чена», в адаптации В.Л. Малыгина и К.А. Феклисова. Опросник состоит из 26 утверждений, на которые даны 4 варианта ответа («совсем не подходит», «слабо подходит», «частично подходит», «полностью подходит»). Методика включает следующие шкалы: шкала компульсивных симптомов; шкала симптомов отмены; шкала толерантности; шкала внутриличностных проблем и проблем, связанных со здоровьем; шкала управления временем. Оценка шкал производится путем суммирования всех пунктов шкалы. Общий балл рассчитывается суммированием всех шкал. Нормативные интервалы теста: от 27 баллов до 42 – отсутствие интернет-зависимого поведения; от 43 баллов до 64 – склонность к возникновению интернет-зависимого поведения; от 65 баллов и выше – наличие интернет-зависимого поведения [9].

Для диагностики доминирующих копинг-стратегий была использована методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана, в адаптации Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского. Методика позволяет выявить три группы стратегий: стратегия «Разрешение проблем», стратегия «Поиска социальной поддержки», стратегия «Избегание проблем». Опросник состоит из 33 утверждений, на каждое из которых предлагается 3 варианта ответов («полностью согласен», «согласен», «не согласен»). Ответы испытуемого сопоставляются с ключом и подсчитывается сумма баллов по шкалам. Нормативные интервалы теста по шкале «Разрешение проблем»: менее 16 баллов – очень низкий уровень; от 17 до 21 балла – низкий уровень; от 22 до 30 баллов – средний уровень; более 31 балла – высокий уровень. Нормативные интервалы теста по шкале «Поиск социальной поддержки»: менее 13 баллов – очень низкий уровень; от 14 до 18 баллов – низкий уровень; от 19 до 28 баллов – средний уровень; более 29 баллов – высокий уровень. Нормативные интервалы теста по шкале «Избегание проблем»: менее 15 баллов – очень низкий уровень; от 16 до 23 баллов – низкий уровень; от 24 до 26 баллов – средний уровень; более 27 баллов – высокий уровень [10].

В качестве методов математической обработки данных использовались первичные описательные статистики, непараметрический метод сравнения выборок Н-критерий Краскела-Уоллиса, коэффициент ранговой корреляции г-Спирмена. Математическая обработка данных проводилась с применением стандартизованного пакета программ IBM SPSS Statistics 17.0.

Анализ результатов исследования

По результатам методики «Шкала интернет-зависимого поведения Чена» выборка испытуемых была разделена на 3 группы. 1 группа (отсутствие интернет-зависимого поведения) – 104 человека, из них 50 женщин и 54 мужчины (далее – контрольная группа «КГ»); 2 группа (склонность к возникновению интернет-зависимого поведения) 113 человек, из них 54 женщины и 59 мужчин (далее – группа риска «ГР»); 3 группа (наличие интернет-зависимого поведения) – 72 человека, из них 33 женщины и 39 мужчин (далее группа с

интернет-зависимостью «ИЗ»). В таблице 1 представлены значения средних по шкалам интернет-зависимого поведения Чена.

Таблица 1

Значения средних по шкалам интернет-зависимого поведения Чена

Шкалы	Группа 1 («КГ»)	Группа 2 («ГР»)	Группа 3 («ИЗ»)
	Средние значения (N = 104)	Средние значения (N = 113)	Средние значения (N = 72)
Шкала компульсивных симптомов	5,92	10,39	14,86
Шкала симптомов отмены	6,95	11,21	14,33
Шкала толерантности	5,86	8,73	12,19
Шкала внутриличностных проблем и проблем, связанных со здоровьем	8,01	12,71	18,26
Шкала управления временем	7,07	11,30	16,40
Общий CIAS балл	33,83	54,33	76,47

Условные обозначения: группа 1 (КГ) – контрольная группа; группа 2 (ГР) – группа риска; группа 3 (ИЗ) – группа с интернет-зависимостью (составлено/разработано автором)

Как видно из таблицы 1, по шкале компульсивных симптомов наибольшее значение средней в группе «ИЗ» ($X = 14,86$), затем в группе «ГР» ($X = 10,39$), в группе «КГ» по данной шкале значение средней ($X = 5,92$).

Компульсивность – склонность к повторяющимся поведенческим актам, реакция на внутреннюю тревогу, когда индивид чувствует себя вынужденным совершать определенные действия, чтобы снизить уровень внутреннего напряжения. Следовательно, высокое значение по данной шкале в группе «ИЗ» говорит о том, что у испытуемых выявлены проблемы с волевым контролем навязчивого побуждения к выходу в Интернет. В группе «ГР» значение по шкале компульсивных симптомов превышает норму, но еще не переходит границы патологического использования. Это группа риска, испытуемые которой подвержены влечению деятельности в сети Интернет, но временами способны справиться с компульсивными желаниями. В группе «КГ» значение средней соответствует норме, что говорит об отсутствии компульсивных симптомов.

По шкале симптомов отмены значение средней в группе «ИЗ» ($X = 14,33$), в группе «ГР» ($X = 11,21$), в группе «КГ» ($X = 6,95$). Симптомы отмены проявляются при прекращении или сокращении времени, проводимого в сети Интернет. Характеризуется тревогой, психомоторным возбуждением, изменением настроения, мечтами или фантазиями об очередном выходе в сеть или очередной сессии игры.

Шкала толерантности подразумевает увеличивающееся количество времени, проводимое в сети Интернет, для достижения удовлетворения. Показатели по данной шкале в группе «ИЗ» ($X = 12,19$), в группе «ГР» ($X = 8,73$), в группе «КГ» ($X = 5,86$). Следовательно, испытуемые группы «ИЗ» проявляют большую толерантность, чем испытуемые группы «ГР» и группы «КГ».

По шкале внутриличностных проблем и проблем, связанных со здоровьем в группе «ИЗ» среднее значение ($X = 18,26$), в группе «ГР» ($X = 12,71$), в группе «КГ» ($X = 8,01$). Вопросы данной шкалы касаются межличностного общения, взаимодействия с семьей, а также физического здоровья.

Шкала управления временем дает возможность оценить способность управлять временем, планировать собственные действия. В группе «ИЗ» значение средней ($X = 16,40$), в группе «ГР» ($X = 11,30$), в группе «КГ» ($X = 7,07$). Испытуемые группы «ИЗ» характеризуются

трудностями управления временем, которые проявляются в нарушении режима дня, неспособностью отследить время, потраченное в сети Интернет.

Общий балл по шкале интернет-зависимого поведения Чена в группе «КГ» – 33,83, что соответствует интервалу от 27 до 42 баллов, в группе «ГР» – 54,33, что соответствует интервалу от 43 до 64 баллов, в группе «ИЗ» – 76,47, что соответствует интервалу более 65 баллов.

Для определения доминирующих копинг-стратегий была использована методика «Индикатор копинг-стратегий». В таблице 2 представлены полученные результаты исследования.

Таблица 2

Результаты исследования копинг-стратегий

Шкала	Уровень	Группа 1 «КГ» N = 104		Группа 2 «ГР» N = 113		Группа 3 «ИЗ» N = 72	
		Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Разрешение проблем	Очень низкий	0	0	5	4,4	31	43,1
	Низкий	4	3,8	60	53,1	24	33,3
	Средний	71	68,3	30	26,6	16	22,2
	Высокий	29	27,9	18	15,9	1	1,3
Поиск социальной поддержки	Очень низкий	9	8,7	1	0,9	9	12,5
	Низкий	25	24,0	17	15,1	30	41,7
	Средний	52	50,0	84	74,3	27	37,5
	Высокий	18	17,3	11	9,7	6	8,3
Избегание проблем	Очень низкий	29	27,9	1	0,9	0	0
	Низкий	57	54,8	41	36,3	17	23,6
	Средний	13	12,5	40	35,4	13	18,1
	Высокий	5	4,8	31	27,4	42	58,3

Составлено/разработано автором

В группе 3 «ИЗ» по шкале «Разрешение проблем» 43,1 % респондентов имеют низкий уровень, 33,3 % – очень низкий, 12,2 % – средний. В группе 2 «ГР» по аналогичной шкале 53,1 % респондентов имеют низкий уровень, 26,6 % – средний, 15,9 % – высокий. В группе 1 «КГ» по данной шкале 68,3 % респондентов имеют средний уровень, 27,9 % – высокий.

По шкале «Поиск социальной поддержки» в группе 3 «ИЗ» средний уровень имеют 37,5 % респондентов, низкий – 41,7 %, очень низкий – 12,5 %. В группе 2 «ГР» 74,3 % респондентов имеют средний уровень, 15,1 % – низкий, 9,7 % – высокий. В группе 1 «КГ» – 50,0 % имеют средний уровень, 24,0 % – средний, 17,3 % – высокий.

В группе 3 «ИЗ» по шкале «Избегание проблем» 58,3 % респондентов имеют высокий уровень, 23,6 % – низкий, 18,1 % – средний. В группе 2 «ГР» по 36,3 % респондентов имеют низкий уровень, 35,4 % – средний, 27,4 % – высокий. В группе 1 «КГ» 54,8 % имеют низкий уровень, 27,9 % – очень низкий, 12,5 % – средний.

Таблица 3

Сравнение доминирующих копинг-стратегий по группам

Наименование показателя	Группа 1 «КГ» N = 104		Группа 2 «ГР» N = 113		Группа 3 «ИЗ» N = 72		Критическое значение Краскела-Уоллиса	Уровень знч.
	Средний ранг	Знч. средних	Средний ранг	Знч. средних	Средний ранг	Знч. средних		
Шкала «Разрешение проблем»	207,70	28,19	133,96	22,87	71,76	18,07	116,255	0,001

Наименование показателя	Группа 1 «КГ» N = 104		Группа 2 «ГР» N = 113		Группа 3 «ИЗ» N = 72		Критическое значение Краскела-Уоллиса	Уровень знч.
	Средний ранг	Знч. средних	Средний ранг	Знч. средних	Средний ранг	Знч. средних		
Шкала «Поиск социальной поддержки»	158,67	22,76	154,19	22,35	110,83	19,63	16,238	0,001
Шкала «Избегание проблем»	80,93	18,73	167,59	24,03	202,09	25,90	103,480	0,001

Составлено/разработано автором

Для выявления различий между группами по уровню доминирующих копинг-стратегий был использован непараметрический критерий Н-критерий Краскела-Уоллиса. В таблице 3 представлены результаты проверки различий между группами.

Установлены неслучайные различия по шкале «Разрешение проблем» между выборками группы 1 «КГ», группы 2 «ГР», группы 3 «ИЗ» ($N = 116,255$, $p \leq 0,001$). Уровень по шкале «Разрешение проблем» в группе 3 «ИЗ» ниже (средний ранг = 71,76), чем в контрольной группе и группе риска. Стратегия разрешения проблем – это активная поведенческая стратегия, при которой человек использует все имеющиеся у него внутриличностные ресурсы для поиска возможных способов эффективного разрешения проблемы. Испытуемые с интернет-зависимостью в основном имеют низкий и очень низкий уровни использования данной стратегии, что говорит об избегании поиска способов эффективного преодоления жизненных трудностей.

Установлены неслучайные различия по шкале «Поиск социальной поддержки» между выборками группы 1 «КГ», группы 2 «ГР», группы 3 «ИЗ» ($N = 16,238$, $p \leq 0,001$). Среднее значение по шкале «Поиск социальной поддержки» в группе 1 «КГ» ($X = 22,76$), в группе 2 «ГР» ($X = 22,35$) и в группе 3 «ИЗ» ($X = 19,63$). Стратегия поиска социальной поддержки – это активная поведенческая стратегия, при которой человек обращается за помощью и поддержкой к окружающей его среде: семье, друзьям, значимым другим. Принимая во внимание, что в группе испытуемых с интернет-зависимостью данная стратегия выражена в основном на низком и среднем уровне, можно предположить, что для этой группы Интернет является той самой социальной средой, которая оказывает поддержку. Безусловно, это не прямое обращение за помощью, а возможность ощутить чувство значимости и принадлежности.

Установлены неслучайные различия по шкале «Избегание проблем» между выборками группы 1 «КГ», группы 2 «ГР», группы 3 «ИЗ» ($N = 103,480$, $p \leq 0,001$). Уровень по шкале «Избегание проблем» в группе 3 «ИЗ» выше (средний ранг = 202,09), чем в контрольной группе и группе риска. Среднее значение по шкале «Избегание проблем» в группе 1 «КГ» ($X = 18,73$), в группе 2 «ГР» ($X = 24,03$) и в группе 3 «ИЗ» ($X = 25,90$). Стратегия избегания проблем – это поведенческая стратегия, при которой человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем. Испытуемые с интернет-зависимостью в основном имеют средний и высокий уровни использования данной стратегии, что свидетельствует об уходе от реального взаимодействия и погружении в виртуальное пространство, как способ совладания со стрессом.

Наиболее эффективным является использование всех трех поведенческих стратегий, в зависимости от ситуации. В некоторых случаях человек может самостоятельно справиться с возникшими трудностями, в других ему требуется поддержка окружающих, в-третьих, он просто может избежать столкновения с проблемной ситуацией, заранее подумав о ее негативных последствиях. При этом стоит отметить, что доминирующей стратегией должна быть стратегия «Разрешения проблем».

Обобщая информацию, можно сделать вывод о том, что стратегия разрешения проблем является доминирующей в группе испытуемых с отсутствием интернет зависимого поведения ($X = 28,19$). В группе с интернет-зависимостью данный показатель находится на низком уровне ($X = 18,07$). Доминирующей копинг-стратегией в группе испытуемых с интернет-зависимостью является стратегия избегания проблем. Стратегия избегания проблем – одна из ведущих поведенческих стратегий при формировании дезадаптивного, псевдосовладающего поведения. Использование этой стратегии обусловлено недостаточностью развития личностно-средовых копинг-ресурсов и навыков активного разрешения проблем.

Для определения взаимосвязи между копинг-стратегиями и шкалой интернет-зависимого поведения был использован коэффициент ранговой корреляции r -Спирмена. Коэффициенты корреляции представлены в таблице 4.

Таблица 4

**Коэффициенты корреляции между
копинг-стратегиями и шкалой интернет-зависимого поведения**

	Шкала интернет-зависимого поведения	Уровень значимости
Стратегия «Разрешение проблем»	-0,632	0,001
Стратегия «Поиск социальной поддержки»	-0,239	0,001
Стратегия «Избегание проблем»	0,562	0,001

Составлено/разработано автором

Значимые корреляции выявлены по всем шкалам. В частности, между переменной «Разрешение проблем» и интернет-зависимым поведением наблюдается умеренная отрицательная связь ($r = -0,609$, $p = 0,001$); между переменной «Поиск социальной поддержки» и интернет-зависимым поведением наблюдается слабая отрицательная связь ($r = -0,239$, $p = 0,001$); между переменной «Избегание проблем» и интернет-зависимым поведением наблюдается умеренная положительная связь ($r = 0,562$, $p = 0,001$). Это означает, что чем ниже показатель по шкале «Разрешения проблем» и выше по шкале «Избегание проблем», тем выше показатель по шкале интернет-зависимости. Следовательно, личность с низкими показателями использования стратегии «Разрешения проблем» и высокими показателями стратегии «Избегание проблем» более предрасположена к возникновению интернет-зависимости.

Выводы

На основании анализа результатов проведенного исследования мы можем сделать вывод, что наша гипотеза о наличии обратной связи между разрешением проблем и интернет-зависимостью и прямой связи между избеганием проблем и интернет-зависимостью получила подтверждение. Чем ниже показатель по шкале «Разрешения проблем» и выше по шкале «Избегание проблем», тем выше показатель по шкале интернет-зависимости. Личность с интернет-зависимостью склонна к уходу в виртуальное пространство как способ совладания со стрессом. Избегание действий, направленных на разрешение проблемы или конфликтной ситуации, уход от чувства тревоги и возникающего напряжения, дополнительная сенсорная стимуляция, как способ перенаправить внимание, – все это связано с возникновением интернет-зависимости.

ЛИТЕРАТУРА

1. Young, K. The evolution of Internet addiction // *Addictive Behaviors*. – 2017. – V. 64. – P. 229–230.
2. Griffiths, M.D. et al. The evolution of Internet addiction: A global perspective / M.D. Griffiths et al. // *Addictive Behaviors*. – 2016. V. 53. P. 193–195.
3. Егоров, А.Ю. Интернет-зависимость: клинические, биологические, генетические и психологические аспекты / А.Ю. Егоров, А.О. Кибитова, А.В. Трусова // *Вопросы наркологии*. – 2019. – № 2 (173). – С. 22–47.
4. Руководство по аддиктологии / под ред. проф. В.Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. – 768 с.
5. Войскунский А.Е. Концепции зависимости и присутствия применительно к поведению в Интернете // *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* – 2015. – N 4(33). – С. 1–10 [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 14.12.2019).
6. Колмогорцева, А.А. Прогностическая модель структуры личностных особенностей субъектов с интернет-зависимостью // *Интернет-журнал «Мир науки»* 2017, Том 5, №3 <http://mir-nauki.com/PDF/30PSMN317.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.
7. Ялтонский В.М. Современные теоретические подходы к исследованию совладающего поведения [Электронный ресурс] // *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* 2010. N 1. URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 18.12.2019).
8. Молчанова Л.Н. Влияние копинг-стратегий совладающего поведения на склонность к интернет-зависимости студентов медицинского вуза // *Региональный вестник*. – 2019. – № 20 (25). – С. 55–57.
9. Малыгин, В.Л. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики: учеб. пособие / В.Л. Малыгин, К.Л. Феликсов, А.С. Искандирова и др. – М. МГСМУ, 2011. – 32 с.
10. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана (адаптированный Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским), URL: <https://psylab.info/> (дата обращения: 02.09.2019).

Mnogosmyslova Anastasia Alekseevna

South Ural state university (national research university), Chelyabinsk, Russia
E-mail: kolmogortcevaaa@susu.ru

Relationship between coping style and Internet addiction

Abstract. This article is devoted to the study of the relationship of the coping style and the Internet addiction. Internet addiction is treated as obsessive (compulsive) desire Internet use leads to negative consequences in their professional activities, family sphere, social interaction. One of the areas of research of addictive behavior is the study of the interaction of coping and addictive behavior. It has been hypothesized the existence of differences in the choice of the dominant coping style among respondents with Internet addiction and respondents with no Internet addiction, as well as the presence of feedback between the resolution of concerns and Internet addiction and a direct connection between the avoidance of problems and Internet addiction.

To test this hypothesis was conducted an empirical study (N = 289). Research methods: «Chen Internet Addiction Scale» in adaptation V.L. Malygin, K.A. Feklisov, the method of "Indicator coping strategies" J. Amirkhan, in the adaptation of N.A. Sirota and V.M. Yaltonskiy. According to the results of the method «Chen Internet Addiction Scale» the sample subjects were divided into 3 groups: control group (N = 104), risk group (N = 113) and the group with Internet addiction (N = 72). Revealed statically significant differences between the groups in terms of the coping strategies. In the group of persons with Internet addiction indicators on a scale of «resolution of problems» is lower than in the control group and the risk group; on a scale of «avoiding problems» is higher than in the control group and the risk group. Correlation analysis showed that the lower index on a scale of «resolution of problems», the higher on the scale of Internet addiction ($r = -0,632$, $p = 0.001$). Also revealed moderate positive correlation ($r = 0,562$, $p = 0.001$) between the rate on a scale of «avoiding problems» and the scale of Internet addiction. Thus, the hypothesis was confirmed. The lower the index on a scale of «resolution of problems» and above on a scale of «avoiding problems», the higher on the scale of Internet addiction. A person with Internet addiction tend to care in a virtual space as a way of coping with stress. Avoidance of action to resolve problems or conflicts, avoiding the feelings of anxiety and resulting stress, additional sensory stimulation as a way to redirect their attention – all this is associated with the emergence of Internet addiction.

Keywords: coping style; addiction; Internet addiction; non-chemical addiction; youth; early maturity; relationship