

## Оглавление

<u>Введение</u>	3
<u>1. Теоретические основы исследования удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью</u>	7
<u>1.1. Понятие и специфика удовлетворенности браком как предмета психологического исследования</u>	7
<u>1.2. Психологическая характеристика молодых семей</u>	12
<u>1.3. Интернет-зависимость: понятие и специфические особенности</u>	18
<u>Выводы по главе 1</u>	29
<u>2. Эмпирическое исследование удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью</u>	31
<u>2.1. Организация и планирование эмпирического исследования удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью</u>	31
<u>2.2. Анализ результатов эмпирического исследования удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью</u>	34
<u>2.3. Рекомендации по результатам эмпирического исследования</u>	54
<u>Выводы по главе 2</u>	62
<u>Заключение</u>	63
<u>Список использованной литературы</u>	66
<u>Приложение</u>	66

## **Введение**

Актуальность исследования. Удовлетворенность браком – это залог крепкой семьи, а этот момент имеет выраженное социальное значение, так как благополучие семьи влияет на благополучие общества и государства в целом. Неудовлетворенность браком ведет к конфликтам, что часто приводит семью к распаду. У многих специалистов вызывает озабоченность рост разводов в последние годы. Проблема удовлетворенности браком чрезвычайно интересна с исследовательской точки зрения, так как позволяет выявить важные закономерности и особенности общения людей. Недаром считается, что семья (как и человек) – это мир в миниатюре, познавая семью, познаем мир. То есть, изучая данную проблему, исследователь может выйти на важные обобщающие выводы. Немаловажное значение имеют вопросы особенностей условий и факторов удовлетворенности браком в условиях современной социокультурной действительности.

В настоящее время все большее внимание исследователей привлекают вопросы проникновения в жизнь каждого человека информационных технологий и всеобщая «цифровизация» собственного общества. Жизнь современного человека уже нельзя представить в отрыве от той коммуникативной среды, в которой он оказывается, благодаря современным информационным технологиям. Проникновение информационных коммуникативных технологий в жизнь человека оказывает существенное влияние на жизнь человека, его представления, ожидания. Несмотря на множество положительных эффектов, проникновение информационных технологий в жизнь человека имеет также и отрицательные последствия. Растущая вовлеченность в виртуальное взаимодействие в сети интернет может приводить к сужению круга интересов, замене реального взаимодействия виртуальным, а также может приводить к поведенческим нарушениям, психологическим проблемам и заболеваниям. В настоящее время практически отсутствуют исследования, в которых анализируются

вопросы современной молодой семьи и интернет-зависимости, практически не исследованными являются вопросы влияния информационных технологий и виртуального общения на семейное благополучие. Вместе с тем, ввиду прогресса в информационных технологиях, все больше проникновения в их жизнь, вопросы соотношения удовлетворенности браком и интернет-зависимости супругов будут иметь высокий уровень актуальности и значимости.

Таким образом, высокий уровень значимости вопросов исследования удовлетворенности браком и супружескими отношениями в молодых семьях с одной стороны и недостаточный уровень проработанности влияния интернет-зависимости супругов на семейные отношения обуславливает значимость обращения к теме «Удовлетворенность браком в молодых семьях с интернет зависимостью».

Цель эмпирического исследования – определить особенности удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью.

Объект исследования – удовлетворенность браком.

Предмет исследования – удовлетворенность браком в молодых семьях с интернет-зависимостью.

Гипотезы исследования:

1. В современных молодых семьях интернет - зависимости больше подвержены девушки, постоянно прибывающие в социальных сетях
2. Наличие интернет - зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнёров
3. Интернет - зависимость связана с избегающим типом привязанности.

Задачи исследования:

1. Определить понятие и специфику феномена удовлетворенности браком как предмета психологического исследования.
2. Проанализировать особенности молодых семей.
3. Охарактеризовать сущность интернет-зависимости как психологической категории.

4. Спланировать и осуществить эмпирическое исследование, направленное на определение особенностей удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью.

5. Выполнить анализ полученных в ходе эмпирического исследования данных и сформулировать соответствующие рекомендации.

Теоретико-методологические основы исследования: теоретические представления относительно семьи, брака, а также удовлетворенности браком (Т.В. Андреева, Т.В. Валента, Л.Я. Гозман, Н.Н. Обозов, Н. Пезешкиан, Б.Г. Херсонский и др.), теоретические представления о интернет-зависимости (С.В. Бондаренко, А.Е. Войскунский, Д.А. Лукашевич, Г.Г. Почепцов, Е.Н. Юдина, К. Янг и др.)

Методы исследования:

1. Теоретические методы исследования: анализ и обобщение данных научной, учебной и методической литературы по проблеме исследования.

2. Методы психологической диагностики: опрос и тестирование. В исследовании были использованы следующие диагностические средства:

– Опросник привязанности к близким людям (Н. В. Сабельникова, Д. В. Каширский).

– Тест-опросник Удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко).

– Тест интернет-зависимости С. Чена в адаптации В.Л. Малыгина.

3. Методы математико-статистического анализа данных: методы первичной описательной статистики, а также метод сравнительного анализа (критерий Манна-Уитни) и корреляционного анализа (коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Выборка исследования: участниками исследования являются 30 семей, представители которых, мужчины и женщины в возрасте от 20 до 35 лет. В исследовании приняли участие представители молодых семей, 30 мужчин и 30 женщин, соответственно, находящиеся в браке не более шести лет без

детей. В исследовании принимали лица, не имеющие на воспитании детей и не ожидающие рождения ребенка.

Практическая значимость исследования заключается в получении данных относительно соотношения удовлетворенности браком, интернет-зависимости, а также типа привязанности. Полученные в исследовании данные могут быть использованы специалистами психологического профиля в обеспечении психологического сопровождения молодых семей, а также предупреждении и коррекции интернет-зависимости у молодежи.

Структура исследования соответствует цели и задачам и включает введение, две главы, заключение, список использованной литературы, а также приложение.

# **1. Теоретические основы исследования удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью**

## **1.1. Понятие и специфика удовлетворенности браком как предмета психологического исследования**

Значение семьи в современном обществе сложно переоценить, в течение большого периода времени семья являлась предметом научного интереса философов, социологов, историков, демографов. Семья является предметом научного интереса также и в психологической науке. Такая ситуация обуславливается исключительно высокой значимостью семьи для каждого человека, а также для общества и, соответственно, государства, в целом. Вместе с тем, вопросы семьи и семейной проблематики наряду с их высокой значимостью являются одними из самых сложных и значимых. Междисциплинарный аспект исследования проблемы семьи, семейных взаимоотношений, а также различных аспектов их значимо не только само по себе, но также для обеспечения наиболее успешного развития общества и государства.

В современной психологической науке семья рассматривается как первичная социальная группа, первый социальный институт, актуальное состояние и здоровье которого обеспечивает успешное функционирование различных общественных институтов и всего общества в целом [2, 29].

Семейные ценности можно рассматривать как то, что формируется и развивается в семье. Ценность достижения успеха, например, при повышенном уровне выраженности, может способствовать формированию перфекционизма, то есть ярко выраженной ориентации на достижение высоких стандартов в профессиональной деятельности и в жизни. Такие ценности, когда они формируют жизнь и деятельность семьи, способствует, вместе с тем, также повышению риска развития депрессии у членов семьи в тех случаях, когда поставленные цели не достигаются. Тогда именно

ценности можно рассматривать как основной предмет для целенаправленной психотерапевтической деятельности [24].

Гармоничность в семейных отношениях, в контексте личных параметров, можно определить такими элементами, как: эмоциональная сторона семейных отношений, уровень межличностной привязанности, наличие сходства в семейных представлениях и взглядах на организацию семейного быта и досуга, представления о самом себе и партнере, наличием сходства в предпочитаемых моделях общения, а также в поведении. Немаловажное значение для успешности и гармоничности семейных отношений имеет также степень психофизиологической и сексуальной совместимости, общий культурный уровень супругов, их социальная и психическая зрелость, а также совпадение ценностных ориентаций и представлений [34].

Наибольший уровень значимости в семейных отношениях придается исследователям психофизиологической, а также ценностно-ролевой совместимости. Иные варианты совместимости могут изменяться в течении жизни ввиду совместной адаптации супругов друг к другу. Психофизиологическая и ценностно-ролевая совместимости достаточно сложны для коррекции и практически невозможны [26].

Жизненный цикл семьи определяется объективными событиями, а также осуществляется в рамках возрастных изменений всех членов семьи. Возрастно-психологические изменения, которые относятся к личности членов семьи, оказывают также существенное влияние на функционирование семьи, а также влияют на социальный статус семьи. Все существующие в настоящее время периодизации развития семьи основываются на критерии изменения места детей в семье.

Проблема удовлетворенности браком в зарубежной и отечественной психологической науке является предметом исследования уже более трех десятилетий в рамках исследования особенностей качества брака. За это время выявлено множество различных факторов, которые указывают на многоаспектность данного феномена. Вместе с тем, несмотря на долгую

историю изучения, проблема удовлетворенности браком является исключительно актуальная ввиду того, что институт семьи претерпевает существенные изменения и преобразования.

В отечественной науке проблемы удовлетворенности браком рассматривали В.А. Сысенко, а также С.И. Голод. Как отмечает В.А. Сысенко, понятие удовлетворенность браком является чрезвычайно широким и включает в себя степень удовлетворения всех жизненных потребностей. Для каждого из супругов в браке должен быть достигнут какой-то минимальный уровень удовлетворения потребностей, за пределами которого формируется дискомфорт, а также закрепляются негативные эмоции и чувства.

Т.Ф. Велента, обращаясь к вопросам удовлетворенности браком, характеризует данный феномен как субъективное восприятие супругами эффективность функционирования семейной системы в контексте удовлетворения их индивидуальных потребностей [6].

Л.Я. Гозман и Ю.Е. Алешина отмечают тот факт, что понятие «удовлетворенность браком» несет в себе психологический смысл и его нельзя подменять другими понятиями, например, понятием «стабильность брака». Психологическое содержание понятия «удовлетворенность браком» проблематично – устойчивость неблагополучной и благополучной семей отличаются существенным образом и определяются действием разного рода факторов [11].

Большое число исследований посвящено определению внутрисупружеских и личностных факторов удовлетворенности браком. Наибольший интерес представляют вопросы сходства – различия супругов применительно личностных характеристик и особенностей, ценностных и ролевых ориентаций. Большинство ученых говорят о том, что большое значение имеет сходство супругов для удовлетворённости браком. Ученые обращаются к вопросам исследования особенностей сходства установок супругов в первую очередь применительно семейных ролей, а также удовлетворенности браком. Большой вклад в разработку данной проблемы

был внесен И.Н. Обозовым, а также А.Н. Обозовой. Было показано, что несовпадение позиций супругов относительно функций семьи, особенностей реализации семейных ролей, а также их распределения могут привести к дезорганизации семьи, а также к ее распаду. Учеными было показано, что не только совпадение мнений супругов относительно данных вопросов оказывает непосредственное влияние на удовлетворенность супругов браками, но также подобие совместных мнений [25].

В работе В.В. Матиной и Н.Ф. Федотовой было показано, что с удовлетворенностью браком непосредственным образом взаимосвязаны такие показатели, как [16]:

1. Наличие сходства ролевых ожиданий у мужа и жены.
2. Ролевое соответствие жены и мужа.
3. Степень понимания ролевых ожиданий у каждого из супругов.

Феномен удовлетворенности браком непосредственным образом связана с тем, каким образом ведут себя супруги в разнообразных жизненных ситуациях. В работе Л.С. Шиловой было показано, что существует взаимосвязь между особенностями проведения досуга супругами и особенностями удовлетворенности браком. Удовлетворенные браком супруги проводят гораздо больше времени вместе, чем неудовлетворенные браком. Важными показателями семейных внутрисемейных отношений выступает наличие у них общих друзей [16].

Отдельные ученые рассматривают удовлетворенные супружеские отношения через призму потребностей. О.Э. Зусткова, а также В.П. Левкович указывают на то, что удовлетворенность взаимоотношениями супругов определяется удовлетворением в браке основных потребностей супругов, таких, как потребности в общении, защиты, развитии Я-концепции, взаимопонимания и т.п.). Степень эмоционально-психологической стабильности брака существенным образом зависит от особенностей удовлетворения таких потребностей, как потребности во взаимопомощи, поддержке, уважении чувства собственного достоинства. Брак может рассматриваться как

достаточно стабильный тогда, когда супружеское общение несет в себе положительный заряд. Во взаимоотношениях между супругами может быть сформирована такая ситуация, когда один из супругов становится помехой для удовлетворения потребностей другого супруга. В качестве более сложного аспекта удовлетворенности браком может выступать, по мнению В.А. Сысенко, степень неудовлетворенности человека самим собой.

Достаточно интересным является то обстоятельство, что удовлетворенность браком является феноменом межличностного восприятия. В рамках исследования Г.М. Андреевой было показано, что неудовлетворенность браком и супружескими отношениями является характеристикой восприятия членами группы особенностей эффективности функционирования самой семьи [2].

О.А. Карабанова, в рамках деятельности обобщения работ по теме исследования, говорит о наличии четырех категорий факторов, оказывающих непосредственное влияние на удовлетворенность супругов собственными взаимоотношениями. Осуществим краткую характеристику данных факторов [16].

1. Социальные факторы, функционирующие на уровне общества. Данную группу факторов составляют такие, как урбанизация, индустриализация, миграции, снижение общего уровня материально-экономических условий жизни, снижение социального престижа семьи, а также обострение межнациональных отношений.
2. Социально-экономические факторы включают в себя демографические факторы, которые функционируют на уровне семьи. Данную группу факторов составляют такие, как социальное положение, образование, особенности трудовой стабильности, материальное благополучие, наличие детей, общий стаж семейной жизни и др.
3. Социально-психологические факторы, которые функционируют на уровне семьи. Данную группу составляют особенности влияния восприятия супругами их родительских семей, степень общности взглядов, интересов,

ценностей партнеров, особенности ролевой адекватности супругов, адекватность осуществления семейных обязанностей, особенности совместного проведения досуга, уважительное отношение супругов друг к другу, особенности психологической поддержки, а также способность учитывать мнения и интересы друг друга.

4. Факторы, которые связаны с личностными особенностями супругов. Данную группу составляют такие факторы, как воспитанность, социальный опыт, терпимость, личная ответственность за семью, внимательность, эмпатичность, навыки конструктивного общения, степень этнического самосознания, социальная активность, степень нравственной зрелости.

Таким образом, можно говорить о том, что удовлетворенность браком формируется как результат адекватной реализации представления о семье, сложившегося в сознании человека под воздействием встреч с разного рода событиями, которые составляют его опыт в данной сфере деятельности.

## **1.2. Психологическая характеристика молодых семей**

Молодой семьей является семья с момента заключения брака и до момента рождения ребенка. Молодая семья понимается расширенно – она включает в себя браки от 0 до 4 лет стажа, а также молодые браки со стажем от 5 до 9 лет. Многими учеными считают, что начальный период развития семьи – это первые два года совместной жизни. На значимость данного периода существования семьи указывает то обстоятельство, что именно в данное время распадается от пятой до третьей частей всех семей.

Характеризуя специфику семейных отношений в молодой семье, можно отметить ее специфические аспекты:

1. Формальный аспект взаимоотношений членов семьи (семейная иерархия). Данный аспект включает вопросы доминирования, взаимосвязи и взаимоотношений между супругами, между представителями различных поколений в семье (в том числе и в расширенном виде семьи). Также

формальный аспект взаимоотношений членов семьи предполагает анализ особенностей распределения обязанностей и ролей в семье.

2. Неформальный аспект взаимоотношений (семейные порядки). Характеризуя неформальную сторону семейных отношений, можно говорить о таких социально-психологических процессах и явлениях, как проявление понимания между членами семьи, особенности конфликтности конструктивности общения в ней. Также неформальный аспект взаимоотношений в семье предполагает рассмотрение особенностей привязанности, доверия членов семьи друг к другу, а также характер доверия.

3. Существующие в семье установки. В рамках анализа данного аспекта семейных установок, можно говорить о наличии определенных представлений членов семьи относительно характера и особенностей взаимоотношений в семье ее членов. Также семейные установки включают в себя используемые членами семьи семейные сценарии поведения, семейные нормы, а также наставления.

В современной психологической науке существует множество позиций относительно функций семьи. Так, Н.М. Римашевская выделяет репродуктивную функцию как самую важную, указывая, что деятельность семьи непосредственным образом связана с ее функциями, которые направлены на воспроизводство населения [28].

А.Г. Вишневский выделяет две основные демографические функции семьи, такие, как жизнеохранительная и прокреативная. Он отмечает, что на семье лежит основная ответственность за поддержание уровня рождаемости, который достаточен для обеспечения непрерывности человеческого рода. Выполнение семьей прокреативных функций характеризуется числом рожденных детей, порядком и интервалом рождения, а также здоровьем детей. Жизнеохранительная функция направлена на сохранение жизни и здоровья рожденных детей, а также предполагает заботу о членах семьи.

С.С. Фролов указывает, что существует ряд базовых функций семьи, такие, как обеспечение репродукции, сексуального регулирования, эмоционального

удовлетворения, социализации, статусной маркировки, экономическая функция, а также функция обеспечения защиты [33].

Учитывая то обстоятельство, что каждая из выполняемых функций семьей непрерывно связана с ее структурой, возникает необходимость исследования функций семьи в контексте отношений к детям, взаимодействия с супругами, а также их родителями и т.п.

Обратимся подробнее к характеристике основных функций применительно молодой семье.

В первую очередь отметим, что одной из основных функций выступает функция деторождения, то есть воспроизводства населения. Даже внебрачное рождение ребенка формирует семью, пусть и неполную. Не вызывает также сомнения факт значимости семьи относительно общества с позиции воспроизводства населения, продолжения рода, а относительно личности с позиции удовлетворения потребностей супругов в детях. Выполнение данной функции актуально для молодой семьи, а также для семьи среднего супружеского возраста.

Вторая функция, воспитательная функция, теснейшим образом связана с функцией репродукции, когда речь идет о социальном воспроизводстве населения. Так, семья обеспечивает первичную социализацию индивида, ребенка, а также учит его общественной жизни, прививает ребенку основы определенных идейно-политических взглядов, установок. Именно в семье формируются нравственные нормы, первичные навыки и образцы поведения у ребенка, а также шлифуются индивидуальные психологические особенности и характеристик. Именно семья закладывает фундамент для физического здоровья, а также психического развития ребенка.

Отметим также, что в данном контексте следует упомянуть также о выполнении воспитательной функции по отношению к молодой семье более зрелой, родительской семьей.

Третьим моментом является то, что выполнение системы экономических функций предполагает производство средств к жизни, обеспечению материального благосостояния семьи.

Четвертым моментом является сексуальная функция. Известно, что удовлетворение семейной жизнью зависит не только от указанных функций, но также и от удовлетворения сексуальной жизнью супругами.

Пятым моментом является то, что досуговая деятельность имеет не меньшую роль в деле обеспечения жизнедеятельности молодой семьи. Применительно досуговой деятельности отметим, что под данной деятельностью понимается организация семьей собственного свободного времени.

Отечественными психологами было проведено множество исследований, посвященных проблемам и особенностям молодых семей. Анализ этих исследований позволил Т.В. Андреевой выделить такие основные социально-психологические особенности молодых семей как: идеализация партнера, психологическая и бытовая адаптация, распределение семейных ролей, социально-психологическая интеграция [1].

Т.В. Андреева определяет идеализацию партнера как специфическое искажение восприятия возлюбленного, находящее свое отражение в слепом превознесении его позитивных качеств и полном отрицании существования негативных сторон. Идеализация, по мнению ученой, всегда несет негативные последствия для развития отношений между партнерами, так как способствует выработке неадекватных требований человека к своему партнеру, которым он не всегда может соответствовать. В конечном счете, это приводит к разочарованию в партнере и полному его обесцениванию [2].

Еще одной важной стороной развития в молодой семье является психологическая адаптация. И.В. Гребенников определяет адаптацию как процесс приспособления брачных партнеров друг к другу и тем обстоятельствам, в которых находится молодая семья [2].

С.В. Ковалев рассматривает семейную адаптацию в молодой семье как процесс взаимоуподобления супругов друг другу, согласования ценностей,

мыслей, чувств и поведенческих паттернов [18]. Т.В. Андреева отмечает, что адаптация происходит во всех сферах супружеской жизни, в частности материально-бытовой, нравственно-психологической, интимно-личностной сферах [2].

Под материально-бытовой адаптацией понимается взаимное согласование прав и обязанностей брачных партнеров в вопросах, касающихся выполнения домашних дел, а также в формировании модели планирования и распределения семейного бюджета, которая могла бы удовлетворить обоих супругов.

Нравственно-психологическую адаптацию рассматривают как процесс совмещения идеалов, ценностных установок, мировоззренческих позиций, интересов, ориентаций, личных особенностей супругов. Важно отметить, что у каждой пары существует собственный уровень нравственно-психологической совместимости, выше которого они не могут переступить.

Интимно-личностная адаптация рассматривается как процесс достижения партнерами сексуального соответствия, предполагающее их взаимное физическое и моральное удовлетворение интимными отношениями.

С.В. Ковалев предлагает разделять супружескую адаптацию на первичную и вторичную, согласно двум первым стадиям становления семьи («совсем молодая семья», «молодая семья»). При этом адаптация, по мнению ученого, имеет три основных аспекта: аффективный (эмоциональное измерение отношений супругов), когнитивный (интеллектуальный уровень взаимодействия супругов), поведенческий (стратегии реализуемые супругами непосредственно в поведении) [18].

Первичная адаптация предполагает ролевое и межличностное согласование отношений между супругами.

Основой формирования ролевого поведения супругов в семье являются бессознательные мотивы и цели вступления в брак. С.В. Ковалев выделяет четыре ведущих мотива создания семьи: хозяйственно-бытовой,

нравственно-психологический, семейно-родительский и интимно-личностный.

Таким образом, можно говорить о том, что супружеские отношения в молодой семье можно рассматривать как включающие в себя формальный аспект отношений между членами семьи (характер доминирования, особенности распределения обязанностей в семье), неформальный аспект (неконфликтность процесса общения членов семьи, а также степень взаимного понимания), а также систему семейных установок (семейные сценарии, семейные наставления).

Таким образом, можно говорить о том, что семья и супружеские отношения предполагают как наличие формальной стороны членов семьи, неформальную сторону отношений, а также семейные установки. В семье реализуется различные функции, направленные на обеспечение гомеостаза, а также развитие.

### **1.3. Интернет-зависимость: понятие и специфические особенности**

Проблема зависимостей и зависимого поведения являлась предметом исследований с середины XX века. Т.Е. Тагинцева пишет, что чрезмерное бесконтрольное увлечение ими делает человека зависимым от всемирной паутины. Он постоянно ощущает дискомфорт при отсутствии возможности пользования Интернетом. Данный дискомфорт отражается на всех сферах жизни человека [31].

Длительное пребывание за компьютером вызывает разнообразные болезни органов зрения. Поиск информации в Интернет уменьшает степень и частоту использования людьми своего творческого мышления, не заставляет их размышлять над своей проблемой. Использование Интернета с целью провести время за онлайн-играми приводит к замедлению у человека умственного развития и даже к изменению его характера [31]. Также существуют негативные влияния пребывания в социальных аддиктивного характера.

На английском языке болезненные пристрастия называют addiction, отсюда возникает термин «аддиктивное поведение» [12]. Термин «аддикция» отечественный ученый А. Ю. Егоров использует как синоним термина «зависимость» [12]. Согласно данному подходу, аддиктивное поведение – зависимое от каких-либо факторов. Термин «аддиктивное поведение» – относительно новое понятие, и в настоящее время среди психологов не существует единого мнения в его определении. Так, Е. П. Ильин понимает под аддиктивным поведением – поведение, обусловленное наличием вредных привычек, прежде всего у подростков и юношей [15].

Большинство авторов, стоявших у истоков разработки проблематики зависимого поведения (Ц. П. Короленко, А. Ю. Акопов, А. С. Тимофеева, В.Ю. Завьялов и др.), рассматривают аддиктивное поведение как форму деструктивного поведения, то есть причиняющего вред человеку и обществу [19]. Психолог Л.В. Куликов рассматривает зависимое поведение как поведение риска, то есть такое поведение, которое ведет или содержит значительную опасность, которая может привести к разрушению отдельных подструктур личности, психическим и соматическим заболеваниям и даже к смерти [19].

Наиболее исчерпывающее определение аддиктивного поведения является определение отечественного ученого С.Ф. Смагина, который считает, что аддиктивное поведение выражается в стремлении личности к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния. При этом данный уход достигается различными способами, среди которых фармакологические (прием веществ, воздействующих на психику) и нефармакологические (концентрация на определенных предметах и активностях, которая сопровождается развитием субъективно положительных эмоциональных состояний) [30].

Определяющее значение для понимания интернет-зависимости имеет определение активности в виртуальном пространстве. Учитывая современный уровень развития телекоммуникационного оборудования и

информационных технологий в целом в качестве определяющей активности в виртуальном пространстве можно рассматривать общение. В самом общем виде общение в психологии рассматривается как сложный и многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, который порождается потребностями осуществления некоторой совместной деятельности и включающий в себя коммуникацию, интеракцию, а также социальную перцепцию. Данное определение также справедливо и применительно процессов общения в сети Интернет. В расширенной трактовке коммуникативное поведение также предполагает адаптацию пользователя к пространству Интернет-общения [22], связанный с социально-психологическими особенностями пользователя.

Характеризуя особенности коммуникативного поведения в Интернет-среде А.И. Лучинкина указывала на то, что в процессах общения в данной среде можно выделить два основных вида направленности – девиантную и нормативную. Девиантная направленность Интернет-общения предполагает использование пользователем деструктивных форм активности, в ряду которых онлайн-мошенничество, «троллинг», реализация потребности в доминировании, а также все возможные варианты общения, связаны с реализацией противозаконной деятельности, в первую очередь, террористической. Нормативные варианты взаимодействия предполагают реализацию социально-одобряемых или нейтральных форм коммуникативной деятельности [23].

Следует отметить, что взаимодействие в пространстве Интернета многообразно, достаточно сложно для классификации и категоризации, что порождает закономерные сложности в процессе исследования. Специфика Интернет-общения также способствует формированию новых представлений относительно субъекта деятельности в коммуникативном поведении. В целом, характеризуя Интернет-общение, можно отметить, что оно включает не только психологические особенности субъектов процесса взаимодействия, но также и отражает психолингвистические, социокультурные их

особенности, что позволяет рассматривать процессы Интернет-общения в рамках междисциплинарного подхода, с учетом семиотических, социологических, филологических, культурологических и философских аспектов.

Обращаясь к анализу особенностей Интернет-общения, О.Н. Фаблиновой отмечается, что его можно рассматривать как имеющее различные формы выражения. Так, ученым отмечалось, что общение в сети может иметь как активный характер, предполагающий создание какого-либо контента, например, создание новостей, их обсуждение, ведение разного рода дискуссий, так и пассивный характер, предполагающим просто чтение или просмотр новостей. Помимо указанных форм поведения в Интернет-среде, ученым отмечалось, что следует также говорить о безопасном поведении, которое предполагает адекватное взаимодействие участников процесса коммуникации, так и о опасном поведении, которое направлено на причинение определенного морального вреда участниками процесса общения [37].

Коммуникативное поведение личности в Интернет-пространстве включает в себя медиа-поведение и информационное поведение [37]. Ученый отмечает, что информационное поведение можно рассматривать как поиск информации человеком, который может носить как пассивный, так и активный характер, который опосредуется межличностной коммуникацией. Медиа-поведение предполагает, напротив, наличие определенного сформированного отношения к новостному контенту.

Как информационно-коммуникативное поведение в Интернет-среде рассматривает Г.Г. Почепцов. Ученый отмечает, что информационно-коммуникативное поведение является вариантом взаимоотношений, которое предполагает непосредственное взаимодействие субъектов коммуникативного процесса. В процессе общения стороны общения взаимодействия и это взаимодействие приводит к определенного рода изменениям личностного или поведенческого плана [27].

Анализируя вопросы поведения человека в виртуальном пространстве, С.В. Бондаренко указывал на то, что тип и характер общения личности в значительной степени связан с этапом социализации в виртуальном пространстве [5]. Ученый отмечает, что на архитектурном этапе социализации у человека формируется определенная субъективная реальность и представления относительно виртуального пространства. Это происходит за счет осуществления человеком первых коммуникативных актов в сети Интернет. На основании этого пользователь получает информацию, которая способствует более уверенному поведению в данной среде межличностного взаимодействия. Так, пользователи усваивают определенные социальные нормы, правила, которые существуют в процессе Интернет-общения [5].

На инструментально-когнитивном этапе социализации в Интернет-среде, по мнению С.В. Бондаренко, человек усваивает определенные ролевые ориентиры, он получает и усваивает навыки взаимодействия с другими людьми в Интернет-пространстве. Общение на данном этапе имеет практически заверченный вид. Это обуславливается тем, что пользователь начинает достаточно уверенно различать нормативны межличностного взаимодействия в Интернет-общении [5].

Процессы общения в сети Интернет существенным образом сказываются на изменении характера деятельности пользователя. Изменения могут охватывать коммуникативную, личностную, а также когнитивную сферу личности, существенным образом изменяя операциональное звено деятельности, модифицируя пространственно-временные характеристики взаимодействия, мотивационную регуляцию деятельности, а также способствуя изменению процессов целеполагания.

Затрагивая специфику общения пользователей в зависимости от степени раскрытия личной информации Д.А. Лукашевич выделяет такие специфические особенности коммуникативного поведения [21]:

1. Полная анонимность. Для данного варианта коммуникативного поведения характерным является полное отсутствие или некоторая минимальность информации о пользователе Интернета.

2. Анонимность в реальном пространстве. Для пользователей, которые придерживаются данной стратегии характерным является создание определенных, «виртуальных» личностей, которые никаким образом не связаны с статусе или положении человека в реальном пространстве.

3. Отсутствие анонимности. Информация о себе позволяет достаточно легко и четко идентифицировать пользователя в реальном пространстве. Данный тип репрезентации себя в Интернет-общении позволяет воссоздать системы связей человека с другими людьми, которые существуют в реальном мире.

Одним из определяющих факторов, детерминирующих характер поведения в виртуальной среде может рассматриваться мотивация. По мнению О.Н. Арестовой, именно мотивация может рассматриваться как вектор, направляющий поведение человека в процессе коммуникации [3]. В настоящее время выделяются ряд вариантов мотивации Интернет-общения, так А.Е. Войскунским были выделены такие варианты мотивации, как деловая, сотрудничества и рекреационная. Сущность деловой мотивации выражается в использовании Интернет-общения для решения определенного рода профессиональных задач, обмена идеями, обмена знаниями. Особенности мотивации сотрудничества находят выражение в направленности на оказание помощи другим людям [9]. Для лиц, которые характеризуются выраженной мотивацией, направленной на сотрудничество и помощь другим людям характерным является преобладание мотивации аффилиации и самоутверждения в виртуальном пространстве. Рекреационная мотивация выражается в стремлении человека к получению определенных эмоций. Она находит свое выражение в направленности на посещение различных тематических форумов, чатов и блогов. В процессе реализации такого рода мотивов пользователи проявляют мотивы самоутверждения, коммуникативные и познавательные мотивы.

Характеризуя особенности общения в сети Интернет, С.Д. Курочкина акцентировала внимание на том, что, характеризуя особенности общения, можно отметить обусловленность его специфическими особенностями коммуникативного пространства сети Интернет. Так, ученым подчеркивалось, что Интернет-общение характеризуется минимальной выраженностью барьеров в общении, а также выраженной направленностью на самореализацию собственных возможностей. Также ученый подчеркивает приравнивание образа к тесту в процессе Интернет-общения.

В другом исследовании, выполненном коллективом автором было установлено, что общение в Интернет-пространстве существенным образом связано с уровнем зависимости от пребывания в сети [32]. Было определено, что для лиц, которые имеют выраженную склонность к проявлению Интернет-зависимости характерным является более низкий уровень сформированности коммуникативных умений и навыков по сравнению с участниками исследования, которые не имеют такого рода зависимости. Проблемы коммуникативного плана способствуют проявлению более выраженных проблем и трудностей в межличностном взаимодействии и процессах общения.

По мнению А. Е. Войскунского, в виртуальном пространстве социальных сетей и Интернета призрачно удовлетворяются практически все потребности личности иерархии А. Маслоу. Физиологические потребности человека удовлетворяются посредством бурных виртуальных романов, безопасность обуславливается анонимностью, потребность принадлежности, востребованности реализуется за счет примыкания к какой-либо виртуальной группе по интересам, любовь и уважение гарантировано участниками определенного виртуального сообщества. Основная потребность человека в самоактуализации достигается за счет положительной идеальной самопрезентации с актуальной обратной связью от респондентов. Все вышеперечисленное в конечном итоге способствует возникновению зависимости от сети Интернет [8, 9].

По нашему мнению, наиболее исчерпывающей классификацией зависимости от Интернета предложена К. Янгом [39]:

- 1) Компьютерная зависимость - зависимость, характеризующаяся наличием пристрастия к любой работе с компьютером, в частности к программированию, играм или другим видам деятельности.
- 2) Компульсивная навигация в социальных сетях, ее основное отличие - постоянный, навязчивый поиск информации в различных базах данных.
- 3) Перегруженность информацией. Эту зависимость К. Янг определяет как патологическую привязанность к азартным играм в сети Интернет, онлайн-аукционам или покупкам в различных интернет-магазинах.
- 4) Киберкоммуникативная зависимость - это зависимость от общения в социальных сетях, чатах, конференциях, форумах, что способствует замещению и утрате реальных социальных контактов, сведению к минимуму общения с членами семьи и реальными друзьями.
- 5) Киберсексуальная зависимость - зависимость, характеризующаяся постоянным посещением порнографических, сексуальных сайтов в Интернете, обсуждением сексуальной тематики на различных форумах, участием в закрытых группах сексуальной и порнографической направленности.

Также К. Янг определила основные четыре признака киберкоммуникативной зависимости [40]:

- 1) постоянное желание проверить сообщения;
- 2) компульсивное желание следующего выхода в социальные сети;
- 3) претензии и жалобы близких людей и окружающих на то, что человек проводит слишком много времени в социальных сетях и Интернете;
- 4) свидетельства и претензии членов семьи и близких на большие материальные денежные платежи за пользование Интернетом.

Е.Н. Юдиной и С.А. Захаровой было показано, что активное использование сети Интернет для общения с другими людьми способствует выводу межличностного общения на новый уровень. Общение в социальных сетях,

обсуждение значимых жизненных позволяют выражать собственную гражданскую позицию, проявлять активность в общественно значимой деятельности [37].

Психолог М. Орзак из США описала психологические и физические симптомы, определяющие наличие Интернет-зависимости. К психологическим симптомам автор относит: положительное эмоциональное самочувствие (эйфорию) в момент нахождения человека за компьютером; отсутствие возможности прекратить данный вид деятельности; постоянное увеличение количества времени, проводимого в сети Интернет; отсутствие внимания и интереса к семье и друзьям, близким; наличие ощущений раздражения, пустоты, ненужности, возникающих во время любой деятельности, не связанной с работой за компьютером; скрывание от членов семьи, близких, работодателей своего нахождения в сети Интернет; отсутствие положительных тенденций в учебной или профессиональной деятельности [14].

Физические симптомы, выделенные автором, прежде всего, связаны с функционированием органов тела - это сухость в глазах, поражение нервных стволов руки, головные боли, боли в спине, а также нарушения или изменения режимов питания и сна, ухудшение внешнего вида, связанное с пренебрежением личной гигиены [14].

В качестве специфического варианта зависимости от сети Интернет выступает зависимость от социальных сетей. Социальные сети - основная причина, по которой люди все больше времени проводят в Интернете. Психолог С. Поляков считает, что из разряда развлечений социальные сети переросли в настоящую психологическую зависимость. Свое мнение он обосновывает тем, что вместо выполнения должностных, профессиональных обязанностей многие сотрудники, имеющие доступ в Интернет с рабочих компьютеров, тратят рабочее время на нахождение в социальных сетях, в частности, на общение с виртуальными друзьями, просмотр новых сообщений в форумах, контактах. Данная деятельность негативно влияет не

только на производительность труда работника, но и на его психологическое состояние. Конфликт между желаниями виртуального общения и профессиональными обязанностями приводит к появлению устойчивых стрессовых состояний, которые отражаются на физическом здоровье и самочувствии [14].

Исследования Т.Е. Тагинцевой показали, что 94% респондентов пользуются социальными сетями. В среднем на Интернет ими тратится около 5,3 часа в сутки. Из опроса следует то, что большинство людей (52%) пользуются Интернетом для поиска информации, а для общения – 48% опрошенных. Однако всего лишь 27 % опрошенных посчитали себя зависимыми от Всемирной паутины, а 73% респондентов отказались себя таковыми признавать.

При этом автор делает предположение, что 73% респондентов, которые отметили, что не считают себя зависимыми от социальных сетей, просто не могут себе в этом признаться, и только 27% опрошенных четко осознают свою зависимость. Лишь поэтому процент зависимости получился такой низкий [31].

Обобщая вышеизложенное, можно утверждать, что зависимость от социальных сетей – это психическое расстройство, основанное на навязчивом желании выйти в социальную сеть и болезненной неспособности вовремя выйти из нее. На основании анализа исследований по данной проблеме можно выделить основные критерии, характеризующие наличие зависимости от социальных сетей у человека:

- 1) периодичность выхода в социальные сети;
- 2) время, проведенное в них;
- 3) количество контактов (друзей) в социальных сетях;
- 4) наличие друзей вне социальных сетей и частота общения с ними;
- 5) частота реального общения с друзьями из социальных сетей;
- 6) коммуникабельность (умение устанавливать контакты вне социальных сетей, уровень эмоционального общения);

- 7) тревожность при отсутствии доступа к социальным сетям;
- 8) раздражительность, агрессивность при отсутствии доступа к социальным сетям.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в настоящее время зависимости от сети «Интернет» больше всех подвержены представители молодежи. Существует множество причин и факторов, по которым люди стремятся уйти в виртуальный мир.

Интернет-зависимость в настоящее время рассматривается как зависимость от общения в социальных сетях, многопользовательских онлайн-играх, которые приводят к замене реальных отношений отношениями виртуальными.

## Выводы по главе 1

1. Удовлетворенность браком в современной психологии рассматривается как результат адекватной реализации представления о семье, которое формируется в сознании человека под влиянием его жизненного опыта. Удовлетворенность брака – это внутренняя субъективная оценка отношения супругов к собственному браку.

В качестве факторов удовлетворенности браком можно рассматривать социальные факторы, функционирующие на уровне общества, социально-экономические факторы, социально-психологические факторы функционирования на уровне семьи, а также факторы, которые непосредственным образом связаны с личностными особенностями супругов.

2. Молодая семья в психологии – это семья с момента заключения брака и до момента рождения ребенка. В настоящее время границы молодой семьи ограничиваются от 0 до 9 лет. Супружеские отношения в молодой семье можно рассматривать как включающие в себя формальный аспект отношений между членами семьи (характер доминирования, особенности распределения обязанностей в семье), неформальный аспект (неконфликтность процесса общения членов семьи, а также степень взаимного понимания), а также систему семейных установок (семейные сценарии, семейные наставления).

3. Интернет-зависимость в современной науке рассматривается как навязчивое стремление использовать Интернет. Интернет-зависимость предполагает избыточное использование интернета, длительное пребывание в нем, влекущее за собой определенного рода негативные последствия как психологического, так и психофизиологического плана.

Интернет дает широкие возможности не только в сфере общения, но также и применительно доступа к информационным ресурсам. Одной из особенностей Интернета выступает то, что отсутствует ограничение в поиске любой информации. Вместе с тем, бесконтрольность доступа несет в себе

также и существенные опасности для человека. В сети Интернет существует множество ресурсов, в которых пропагандируются разные формы и варианты насилия, насаждается расизм, мистицизм, сексизм и т.п.

## **2. Эмпирическое исследование удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью**

### **2.1. Организация и планирование эмпирического исследования удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью**

Для исследования особенностей удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью было спланировано и осуществлено эмпирическое исследование.

Цель эмпирического исследования – определить особенности удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью.

Объект исследования – удовлетворенность браком.

Предмет исследования – удовлетворенность браком в молодых семьях с интернет-зависимостью.

Эмпирическое исследование включало в себя следующие этапы:

1. Отбор и обоснование психодиагностического инструментария.
2. Формирование выборки исследования.
3. Осуществление процедуры психодиагностического исследования.
4. Анализ полученных в исследовании результатов и формулирование на основании полученных в исследовании результатов выводов и рекомендаций.

Гипотезы исследования:

1. В современных молодых семьях интернет - зависимости больше подвержены девушки, постоянно прибывающие в социальных сетях
2. Наличие интернет - зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнёров
3. Интернет - зависимости связана с избегающим типом привязанности.

Обратимся к описанию использованных в исследовании психодиагностических средств. В исследовании были использованы следующие диагностические средства:

1. Опросник привязанности к близким людям (Н. В. Сабельникова, Д. В. Каширский).

2. Тест-опросник Удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко).

3. Тест интернет-зависимости С. Чена в адаптации В.Л. Малыгина.

Обратимся к более детальному описанию психодиагностического инструментария, использованного в исследовании.

1. Опросник привязанности к близким людям (Н. В. Сабельникова, Д. В. Каширский). Данная психодиагностическая методика позволяет определить особенности привязанности к близким людям. В методике функционируют такие шкалы, как: «Избегание», а также «Беспокойство». Стимульным материалом методики выступают 30 утверждений, предполагающих оценку степени согласия по 7-балльной шкале Ликкерта.

2. Тест-опросник Удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко). Методика предназначена для оценки степени удовлетворенности или неудовлетворенности браком и супружескими отношениями в целом. Психодиагностическое средство включает в себя 24 утверждения, характеризующих различные аспекты жизни человека. Оценка степени согласия с утверждением оценивается по 7-балльной шкале Ликкерта.

3. Тест интернет-зависимости С. Чена в адаптации В.Л. Малыгина. Методика предназначена для определения степени проявления характера различных аспектов интернет-зависимости. В методике функционируют следующие шкалы: «Компульсивные симптомы», «Симптомы отмены», «Симптомы толерантности», «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем», «Проблемы с управлением временем», также осуществляется расчет интегрального показателя интернет-зависимости. Стимульным материалом методики выступает 26 утверждений, степень согласия с которыми оценивается по 4-балльной шкале Ликкерта.

Участниками исследования являются 30 семей, представители которых, мужчины и женщины в возрасте от 20 до 35 лет. В исследовании приняли участие представители молодых семей, 30 мужчин и 30 женщин, соответственно, находящиеся в браке не более шести лет без детей. В исследовании принимали лица, не имеющие на воспитании детей и не ожидающие рождения ребенка. Статистический анализ результатов исследования был выполнен с использованием средств статистического анализа. В исследовании для определения степени достоверности различий в показателях в группах мужчин и женщин был использован статистический критерий Манна-Уитни. Данный статистический критерий является распространенным и широко используемым методом статистического анализа особенностей и предполагает определение степени выраженности различий признака, которые измеряется количественно. Окончательная версия данного статистического критерия была предложена в 1947 году Х.Б. Манном и Д.Р. Уитни. Сущность критерия заключается в определении зоны перекрещивающихся значений между ранжированными значениями.

Определение характера взаимосвязи удовлетворенности браком и интернет-зависимости был осуществлен с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена, который предназначается для определения меры линейной связи между случайными величинами. Данный метод является ранговым, то есть для оценки степени силы связи между переменными используются не непосредственные числовые значения, а их ранги. Соответственно, использование данного критерия целесообразно и обосновано применительно любых монотонных преобразований шкал.

## **2.2. Анализ результатов эмпирического исследования**

### **удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью**

Обратимся к описанию результатов психодиагностического исследования особенностей типа привязанности у мужчин и женщин, принимавших

участие в исследовании. Результаты диагностики с использованием опросника привязанности к близким людям представлены в таблице 1.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о том, что для участников мужского пола характерным является в целом более высокий уровень показателя по шкале «избегание» (58,80) по сравнению с участниками женского пола (53,80). Вместе с тем, полученные данные позволяют говорить о преимущественно умеренном уровне выраженности данного типа привязанности к близким людям.

Применительно показателей по шкале «Беспокойство» была выявлена противоположная тенденция. Определено, что средний уровень проявления беспокойства в целом выше у участников женского пола (62,73) по сравнению с участниками мужского пола (46,70). Можно говорить о том, что в группе участников женского пола диагностируется в целом более высокий уровень беспокойства как одного из типов привязанности по сравнению с участниками мужского пола, у которых значения имеют сравнительно более низкий уровень.

Соотношение средних значений показателей по шкалам методики представлено на рисунке 2.

Как видно из представленного выше рисунка, для участников исследования мужского пола характерным является несколько более высокий уровень значений по шкале «избегание» по сравнению с участниками мужского пола, тогда как для женщин, которые принимали участие в исследовании, характерным является в целом более высокий уровень проявления беспокойного типа привязанности.

Была осуществлена процедура проверки достоверности различий в изучаемых показателях привязанности в двух группах. Результаты расчета представлены в таблице 2.

Полученные в ходе статистического анализа результаты указывают на наличие статистически достоверных различий по показателям методики; определено, что уровень по шкале «Беспокойство» в группе участников

женского пола достоверно выше ( $U=217,50$ ;  $p<0,01$ ), чем у участников мужского пола. Данные обстоятельства позволяют предположить, что для женщин характерным является более высокий уровень беспокойного типа привязанности по сравнению с участниками мужского пола. Можно говорить о том, что женщины в большей степени, чем мужчины, склонны к переживанию беспокойства и тревоги по поводу межличностных отношений и применительно привязанности к близким людям.

Обратимся к описанию результатов диагностики удовлетворенности браком у участников исследования. Результаты исследования с применением опросника В.В. Столина, Т.Л. Романова и Г.П. Бутенко представлены в таблице 3.

Выявлено, что уровень удовлетворенности браком у участников женского пола в целом выше (49,20), чем у участников мужского пола (44,37). Следует отметить, что степень различий не достигает исключительно высокого уровня, что позволяет говорить о преобладании в выборке исследования лиц с высоким и очень высоким уровнем оценки удовлетворенности браком.

Определено, что 83,3% участников женского пола, а также 53,3% участников мужского пола характеризуют удовлетворенность семейными отношениями и браком в целом на очень высоком уровне. Оценка собственных семей как благополучных даются 26,7% участников мужского и 3,3% участников женского пола. Также отмечается, что 10% мужчин и 16,7% женщин характеризуют собственные семьи в целом как неблагополучные, тогда как низкий и очень низкий уровень удовлетворенности браком имеют по одному участнику мужского и женского пола.

Соотношение показателей по методике представлено на рисунке 3.

Показано, что участники исследования на статистически достоверном уровне не различаются по показателям удовлетворенности браком. Можно говорить о том, что участники исследования мужского пола не имеют уровень удовлетворенности браком выше, чем участники женского пола. Большинство участников исследования, как мужского, так и женского пола

характеризуются высоким уровнем оценки собственной семьи как благополучной.

Обратимся к описанию результатов диагностики особенностей интернет-зависимости у участников исследования. Результаты психодиагностического исследования с применением теста С. Чена представлены в таблице 5.

Результаты психодиагностического исследования позволяют говорить о том, что для участников мужского пола характерным является более низкий уровень выраженности компульсивной симптоматики, более низкий уровень проявления симптомов толерантности, проявления проблем с управлением временем. Также можно говорить о том, что участники мужского пола имеют более низкий уровень проявления ключевых симптомов интернет-зависимости, проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также имеют в целом более низкий уровень проявления интернет-зависимости по сравнению с участниками женского пола.

Обратимся к более детальному анализу полученных в исследовании данных. Показано, что 76,7% участников мужского пола и 70% участников женского пола характеризуются наличием выраженных компульсивных симптомов применительно пребывания в виртуальном пространстве. Можно говорить о том, что эти участники применительно отдельных, наиболее субъективно значимых аспектов склонны к проявлению навязчивости, а также фобий по поводу ограничения пребывания в виртуальном пространстве. Выраженная компульсивная симптоматика диагностируется у 6,7% участников мужского пола, а также у 20% участников женского пола. Эти испытуемые характеризуются наличием навязчивых мыслей, воспоминаний, желаний пребывать в виртуальном пространстве интернета, а также имеют выраженные страхи и опасения по поводу ограничений пребывания в сети Интернет.

Отсутствие выраженности данного симптома диагностируется у 16,7% участников мужского пола, а также у 10% участников женского пола.

Проявления показателей симптомов отмены на уровне минимального риска диагностируются у 50% участников мужского пола, а также у 43,3% участников женского пола. Склонность к возникновению симптомов отмены диагностируются у 50% участников мужского пола, а также у 56,7% участников женского пола. Для этих участников характерными является наличие определенного рода тенденций к проявлению нарушений поведения, снижения общего эмоционального фона, депрессий при долгом отсутствии возможности доступа к виртуальному пространству. Следует отметить, что в выборке исследования отсутствуют лица, которые имеют выраженный на уровне зависимости симптом отмены как таковой.

Результаты диагностики особенностей проявления симптомов толерантности позволяют говорить о том, что минимальный риск к проявлению симптома толерантности диагностируется у 63,3% участников мужского пола, а также у такого же числа участников женского пола. Средний уровень проявления склонности к возникновению симптомов толерантности диагностируется у 30% участников мужского пола, а также у 26,7% участников женского пола.

Высокий уровень проявления симптома толерантности диагностируется у 6,7% участников мужского пола, а также у 10% участников женского пола. Можно говорить о том, что эти участники стремятся все больше и больше прибывать в виртуальном пространстве вплоть до ущерба для собственной реальной жизни.

Определено, что 90% участников мужского пола, а также 83,3% участников женского пола характеризуются наличием склонности к возникновению симптома «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем». Эти участники отмечают наличие определенного рода проблем, обусловленных чрезмерным пребыванием в виртуальном пространстве, вместе с тем, они еще не оказывают существенного влияния на жизнь и деятельность

участников. Выраженный повышенный уровень проявления данного симптома зависимости проявляется у 13,3% участников женского пола. Можно говорить о том, что эти участники характеризуются наличием определенных проблем личностного плана, обусловленных чрезмерным пребыванием в виртуальном пространстве.

На наличие проблем с управлением временем указывают 63,3% участников мужского пола, а также 76,7% участников женского пола. Эти участники характеризуются наличием выраженной склонности к возникновению проблем с управлением временем. Можно говорить о том, что эти участники характеризуются определенного рода сложностей в управлении собственным временем, вместе с тем, не оказывающих существенного влияния на жизнь и деятельность участников. Высокий уровень проявления проблем с управлением временем выявлен у 13,3% участников мужского пола, а также у 23,3% участников женского пола. Эти участники имеют выраженные проблемы в управлении собственным временем, что негативным образом сказывается на реальной жизни, а также осуществляемой деятельности. Иными словами, чрезмерное увлечение виртуальными видами активности сказывается негативным образом на жизнедеятельности человека.

Определено также, что 56,7% участников мужского пола, а также 63,3% участников женского пола характеризуются склонностью к возникновению симптомов интернет-зависимости. Минимальный риск возникновения данных симптомов диагностируется у 40% участников мужского, а также у 30% участников женского пола. Наличие выраженных ключевых симптомов интернет-зависимости диагностируется у одного участника мужского пола (3,3%), а также у двух участников женского пола (6,7%).

Полученные в ходе исследования данные указывают на то, что большинство испытуемых характеризуются наличием тенденций к формированию интернет-зависимости.

Полученные в ходе исследования данные позволяют говорить о том, что 80% участников мужского и женского пола характеризуются наличием склонности к возникновению проблем, обусловленных интернет-зависимости. Выраженные проблемы диагностируются у 3,3% участников мужского пола, а также у 20% участников женского пола. Отсутствие проблем, связанных с интернет-зависимостью диагностируется у 16,7% испытуемых.

Полученные в ходе исследования данные указывают на то, что 30% участников мужского пола и 6,7% участников женского пола не имеют выраженных проблем с интернет-зависимостью. Тенденции к возникновению интернет-зависимости диагностируются у 60% участников мужского пола, а также у 73,3% участников женского пола. Можно говорить о том, что участники исследования с наличием склонности испытывают определенного рода проблемы, обусловленные интернет-зависимостью, вместе с тем, не имеющих достаточно высокого уровня, чтобы драматическим образом изменить образ жизни испытуемых.

Соотношение показателей представлено на рисунке 11.

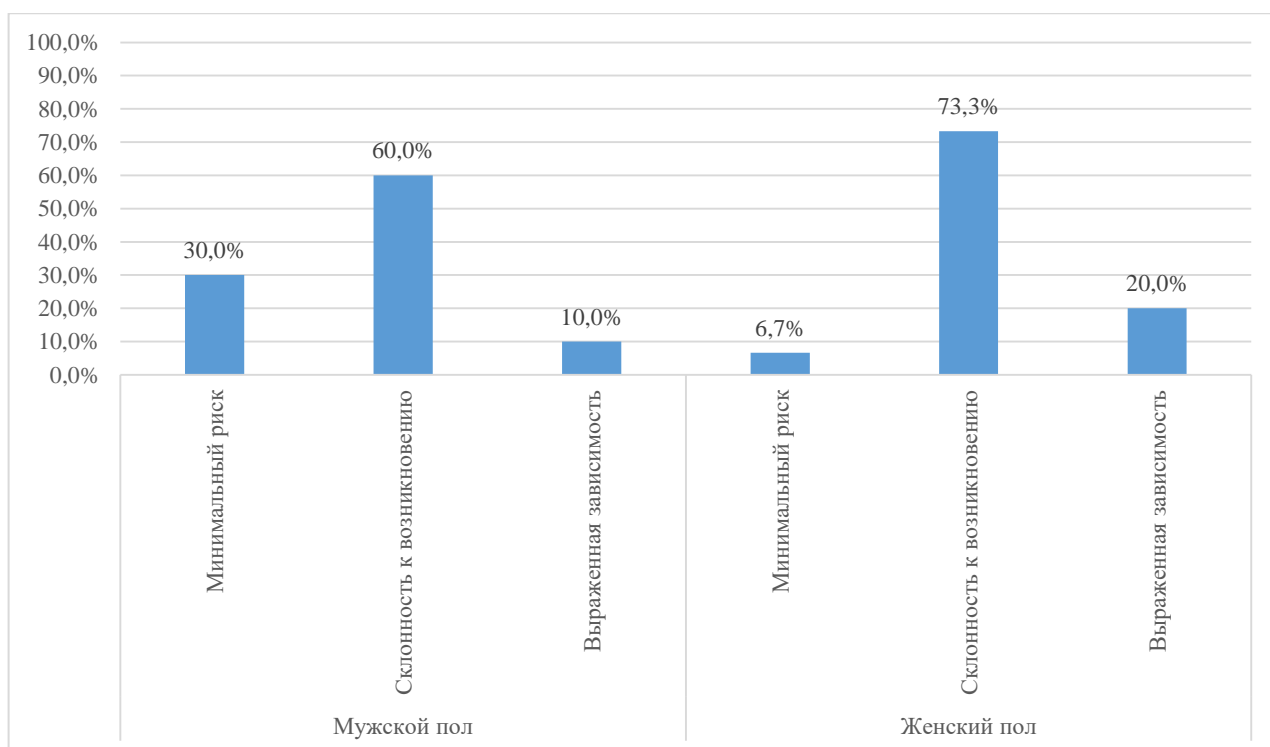


Рисунок 11. Соотношение числа участников с различными уровнями общего показателя по тесту интернет-зависимости

Таким образом, полученные в ходе исследования данные позволяют говорить о том, что существуют особенности проявления различных аспектов интернет-зависимости, а также интегральных показателей зависимого поведения. Наиболее выраженные различия диагностируются по показателям проблем с управлением временем, проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также общему показателю интернет-зависимости.

Соотношение показателей представлено на рисунке 6.

Таблица 6.

Результаты проверки достоверности различий по показателям теста  
интернет-зависимости С. Чена в адаптации В.Л. Малыгина

	Сумма рангов, мужчины	Сумма рангов, женщины	U	p
Компульсивные симптомы	809,00	1021,00	344,00	0,11
Симптомы отмены	938,50	891,50	426,50	0,73
Симптомы толерантности	850,50	979,50	385,50	0,33
Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	822,00	1008,00	357,00	0,17
Проблемы с управлением временем	<b>678,50</b>	<b>1151,50</b>	<b>213,50</b>	<b>&lt;0,01</b>
Ключевые симптомы интернет-зависимости	841,00	989,00	376,00	0,27
Проблемы, связанные с интернет-зависимостью	<b>678,50</b>	<b>1151,50</b>	<b>213,50</b>	<b>&lt;0,01</b>
Общий показатель	<b>699,50</b>	<b>1130,50</b>	<b>234,50</b>	<b>&lt;0,01</b>

Результаты статистического анализа позволяют говорить о том, что две группы исследования различаются на статистически достоверном уровне по показателям шкал «проблемы с управлением временем» ( $U=213,5$ ;  $p<0,01$ ), «проблемы, связанные с интернет-зависимостью» ( $U=213,5$ ;  $p<0,01$ ), а также по интегральному показателю интернет-зависимости ( $U=234,5$ ;  $p<0,01$ ). Полученные в ходе исследования данные позволяют говорить о том, что для участниц исследования характерным является достоверно более высокий уровень выраженности проблем с управлением временем, более высокий уровень выраженности проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также характерным является достоверно более высокий уровень интернет-зависимости в целом. Также имеются тенденции (не достигающие статистически достоверно уровня) к различию по показателям шкалы «компульсивные симптомы», а также «внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем». Полученные в ходе статистического анализа данные позволяют принять основную гипотезу исследования, то есть в

современных молодых семьях интернет - зависимости больше подвержены девушки, постоянно прибывающие в социальных сетях.

В качестве следующего этапа исследования выступает процедура корреляционного анализа показателей удовлетворенности браком, особенностей проявления типа привязанностей, а также различных аспектов интернет-зависимости. Учитывая специфику данных, а также наличие достоверных различий в изучаемых показателях в группах участников мужского и женского пола, процедура корреляционного анализа была осуществлена отдельно в каждой из групп.

Полученные в ходе корреляционного анализа данные позволили заключить, что существуют взаимосвязи показателей интернет-зависимости и удовлетворенности браком у супругов. Так, было определено, что существуют корреляции между показателями интернет-зависимости, в частности «симптомов отмены» и удовлетворенности браком у женщин ( $r=-0,55$ ), «симптомов толерантности» и удовлетворенности браком у мужчин ( $r=-0,62$ ). Также существуют корреляции ключевых симптомов интернет-зависимости и показателей удовлетворенности браком у мужчин ( $r=-0,60$ ), а также удовлетворенности браком у женщин ( $r=-0,43$ ). Также показаны корреляции между общим показателем интернет-зависимости и показателей удовлетворенности браком у мужчин ( $r=-0,41$ ), а также удовлетворенности браком у женщин ( $r=-0,37$ ). Наличие отрицательных корреляций между изучаемыми показателями позволяют говорить о том, что те мужчины, которые характеризуются высоким уровнем проявления ключевых симптомов интернет-зависимости, а также интернет-зависимости в целом вероятнее всего будут отмечать низкий уровень удовлетворённости браком на фоне аналогичных оценок брака супругой. Также можно говорить о том, что у мужчин, которые характеризуются высоким уровнем проявления

симптомов толерантности применительно интернет-зависимости, вероятнее всего будет проявляться низкий уровень удовлетворенности браком. С другой стороны, у мужчин, которые имеют выраженные симптомы отмены применительно интернет-зависимости, супруги будут отмечать низкий уровень удовлетворенности браком. Иными словами, существует корреляция удовлетворенности браком мужчин и показателей проявления симптомов толерантности мужчин, а также существует корреляции симптомов отмены мужчин и удовлетворенности браком у женщин.

Также в ходе корреляционного анализа было определено наличие корреляций между показателями типа привязанности и проявлением симптомов интернет-зависимости. Так, были выявлены корреляции избегающего типа привязанности и показателей симптомов отмены ( $r=0,40$ ), симптомов толерантности ( $r=0,42$ ), проблем с управлением собственным временем ( $r=0,55$ ), ключевых симптомов интернет-зависимости ( $r=0,46$ ), проблем связанных с интернет-зависимостью ( $r=0,48$ ), а также интегральным показателем интернет-зависимости ( $r=0,56$ ). Полученные данные позволяют говорить о том, что мужчины с избегающим типом привязанности вероятнее всего будут характеризоваться более выраженными проявлениями симптомов отмены и симптомов толерантности применительно интернет-зависимого поведения. Также можно говорить о том, что мужчины с избегающим типом привязанности будут иметь более выраженные проблемы с управлением собственным временем, чем мужчины, которые имеют низкий уровень проявления избегающего типа привязанности. Иными словами, те мужчины, которые имели в опыте взаимоотношений со значимым взрослым негативные переживания, травмирующие ситуации и насилие; те мужчины, которые имеют негативное восприятие себя, а также одновременно стремящиеся к близости и испытывающие страх отвержения вероятнее всего будут склонны к зависимому поведению. В данном случае

зависимое поведение может рассматриваться как способ ухода от близких отношений, а также способ совладения с собственными переживаниями.

Таким образом, полученные в ходе корреляционного анализа в мужской выборке данные позволяют говорить о том, что характер переживания интернет-зависимости коррелирует с показателями, как избегающего типа привязанности, так и уровня удовлетворенности браком и супружескими отношениями в целом.

В ходе корреляционного анализа были выявлены достоверные корреляции между показателями выраженности удовлетворенности браком и показателей интернет-зависимости. Существуют корреляции с показателями выраженности компульсивной симптоматики ( $r=-0,37$ ), симптомов отмены ( $r=-0,40$ ), симптомов толерантности ( $r=-0,55$ ), а также интегрального показателя ключевых симптомов интернет-зависимости ( $r=-0,50$ ), а также общего показателя интернет-зависимости ( $r=-0,43$ ). Данные обстоятельства указывают на то, что женщины, которые имеют высокий уровень удовлетворенности браком вероятнее всего будут иметь низкий уровень проявления компульсивных симптомов, симптомов отмены, симптомов толерантности, ключевых симптомов интернет-зависимости, а также проявлений интернет-зависимости в целом.

Также в ходе корреляционного анализа выявлены корреляции между показателями выраженности избегающего типа привязанности и показателей компульсивных симптомов интернет-зависимости ( $r=0,48$ ), симптомов толерантности ( $r=0,52$ ), внутриличностных проблем со здоровьем ( $r=0,46$ ), ключевых симптомов интернет-зависимости ( $r=0,62$ ), а также интегрального показателя интернет-зависимости в целом ( $r=0,62$ ). Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о том, что у

женщин, которые имеют выраженный избегающий тип привязанности вероятнее всего будут характеризоваться наличием компульсивных симптомов, симптомов толерантности, будут иметь выраженные внутриличностные проблемы со здоровьем, а также будут характеризоваться повышенным уровнем проявления интернет-зависимости в целом. Иными словами, высокий уровень выраженности избегающего типа привязанности вероятнее всего будет способствовать формированию у женщин симптомов интернет-зависимости.

Таким образом, результаты проведенного исследования, а также проведенной процедуры статистического анализа позволяют принять вторую и третью гипотезы исследования, в частности: наличие интернет-зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнеров, а также интернет-зависимость связана с избегающим типом привязанности.

### **2.3. Рекомендации по результатам эмпирического исследования**

На основании проведенного исследования мы можем предложить ряд рекомендаций по оптимизации семейных взаимоотношений, формирования благоприятного психологического климата в семье, предупреждению конфликтов, а также формированию общей удовлетворенности семейными отношениями и предупреждению интернет-зависимости. В качестве теоретической базы для данного рода рекомендаций выступает аксиологический подход. Рекомендации, ввиду специфики объекта, имеют

два блока: направленные на повышение удовлетворенности браком; направленные на предупреждение и коррекцию зависимого поведения.

Обращаясь к рекомендациям относительно формирования благоприятных отношений в браке, в рамках аксиологического подхода к обучению, социализации и индивидуализации необходима ориентация на формирование востребованных обществом ценностей в семейном воспитании: любви и верности, здоровья, достатка, почитания родителей, заботы о старших, заботы о продолжении рода и т. д.

Именно с позиций аксиологического подхода имеет смысл обратиться к инновационным концепциям педагогической поддержки и педагогического сопровождения. По форме педагогическая помощь семье в процессе семейной жизни может быть:

1. педагогической поддержкой (О. С. Газман, Е. Ю. Шлюбуль и др.);
2. педагогическим сопровождением (Е. А. Александрова, Н. Н. Лебедева, И. А. Паншина и др.);
3. педагогическим содействием (Т. А. Федорова).

Их объединяет то, что во всех трех формах «это деятельность профессионалов педагогов, кураторов, психологов по оказанию превентивной и оперативной помощи в решении их индивидуальных проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, деловой и межличностной коммуникацией, с успешным продвижением в обучении, с жизненным и профессиональным самоопределением».

О. С. Газманом считает, что постановка вопроса о педагогической поддержке семьи является инновационной, т. к. никогда ранее не рассматривалась как подсистема целого. Психологическая поддержка и педагогическое сопровождение должны осуществляться на основе личностно-ориентированного подхода в условиях доброжелательного сотрудничества,

взаимопонимания, взаимоуважения и сопровождаться совместной разработкой и реализацией индивидуальной траектории семейной жизни человека, цель которой заключается воспитании в качестве счастливого семьянина, творца своей семейной жизни.

Как показано в настоящем исследовании, психологические проблемы и удовлетворенности браком имеют сложную природу и сопряжены с целым комплексом условий, составляющих социальную ситуацию развития. Главная профессиональная задача практического психолога в связи с этим состоит не только в диагностике причин и факторов, способствующих возникновению конфликтов в семье, но и в оказании специальной коррекционной и психотерапевтической помощи семьям, по преобразованию проблемной ситуации в способствующую развитию личности..

Психологическое сопровождение семьи давно зарекомендовало себя как одно из эффективнейших направлений психолого-педагогической помощи. Под психологическим сопровождением родителей мы понимаем процесс оказания своевременной психологической помощи семье и систему корректирующих воздействий на сложившиеся взаимоотношения между ее членами на основе постоянного отслеживания изменений в процессе взаимоотношений.

По-нашему мнению, целью работы психолога с семьей в сторону большей адекватности, соответствия реальным потребностям партнеров, увеличения удовлетворенности от процесса взаимодействия. Основными задачами этой коррекционной работы с родителями являются:

- увеличение взаимной открытости;
- развитие способности сотрудничать друг с другом;
- развитие у родителей эмпатии и способности оказывать поддержку;
- усиление взаимного интереса и принятия;

- развитие конструктивных способов взаимодействия;
- усиление чувства тепла и доверия к партнерам;
- обеспечение безопасной атмосферы, в которой супруги могут работать с собственными проблемами.

Цикл занятий предназначен для взрослых, которые хотят научиться активной позиции и стать более компетентными в решении стоящих перед ними жизненных задач. Деятельность включает в себя три раздела: личностный, коммуникативный, обучение приемам конструктивного разрешения конфликтов.

Первый раздел - личностный - направлен на осознание супругами своих личностных особенностей, убеждений, установок, целенаправленное самоопределение, личностный рост, подготовку к взаимодействию с детьми и формирование активной родительской позиции. Человек лучше понимает других, когда он находится в ладу с самим собой, воспринимает себя и свои особенности адекватно. Для развития процессов самопознания целесообразно дополнительно использовать методы семейного консультирования Э.Г. Эйдемиллера и В. Юстицкиса. Особое внимание следует уделить тренингам личностного роста Э. Берна и А.С. Прутченкова, направленным на расширение границ самосознания и объективизации, анализ жизненного пути, исследования семейных ценностей, глубинных целей, исследование личности.

Немаловажное значение для обеспечения психологической совместимости и удовлетворенности браком супругов имеют элементы психотерапии, проработанные в концепции Х. Хендрикса. На основании принципов Х. Хендрикса могут формироваться основы деятельности в рамках коммуникативного раздела целенаправленной формирующей деятельности.

Второй раздел - коммуникативный - был посвящен развитию навыков общения. Способность эффективно общаться, получая при этом радость не только от результатов, но и от самого процесса общения, - это настоящее искусство, для овладения которым необходимо не только знание законов коммуникации, но и освоение приемов общения

В ходе психологического сопровождения развития гармоничных отношений в семье, а именно, его коммуникативного компонента, на наш взгляд, целесообразными могут оказаться следующие приемы:

- пожелание: «я предлагаю сделать вам следующее ...»;
- фантазии: «представьте себе...», «закройте глаза и опишите, что вы видите, что слышите, что чувствуете», «опишите ваш идеальный день, идеальную работу»;
- знакомство родителей с тремя состояниями «Я», описанными Э. Берном (родитель, взрослый, ребенок) [7];
- гештальт-метод «горячего кресла»: «говорите со своими детьми - они сидят в этом кресле, а сейчас пересядьте в это же кресло и ответьте за них»;
- языковые замены: «замените «хочу» на «желательно», «нельзя» на «нежелательно», другие словесные изменения.

Обучение приемам конструктивного разрешения конфликтов – заключительная стадия в нашей коррекционно-развивающей работе.

Необходимо помнить, что каждый участник конфликта – человек; следовательно, к каждому нужно относиться достойно и с уважением. Противоречия успешно разрешаются в том случае, когда каждый понимает, что именно включают в себя эти этапы процесса. Используя все указанные этапы решения конфликта, супруги могут избежать многих других проблем, связанных с конфликтом.

Последние занятия посвящаются знакомству группы с шестью шагами беспронигрышного метода решения конфликтов по Томасу Гордону. Эти шаги связаны с ключевыми моментами, о которых супруги должны знать и применять, чтобы избежать излишних трудностей, хотя некоторые конфликтные ситуации могут разрешаться и без прохождения всех шести шагов.

Важным является использование принципов Х. Хендрикса применительно к формирования конструктивных супружеских отношений:

1. Смириться с тем, что ваш партнер — это не вы.
2. Защищайте отдельную реальность и потенциал своего партнера.
3. Сделайте свои отношения священным пространством, удали виз них весь негатив.
4. Всегда уважайте границы своего партнера.
5. Практикуйте диалог Имаго до тех пор, пока он не войдет у вас в привычку и вы не сможете снова общаться спонтанно.

При таком подходе становится возможным отношение к конфликту как к противоречию, требующему конструктивного общения, поиска альтернативных вариантов выхода из проблемной ситуации. Выражается это в качественном изменении запроса взрослых по поводу направления решения проблемы: от внешне обвинительных эмоционально-деструктивных реакций родителей до конструктивного устремления к гармоничным отношениям с собой, с другими. Иными словами, увеличивается доля самостоятельности и продуктивность взрослых в разрешении трудных ситуаций. И это существенно: непрерывность психологического сопровождения дает широкий диапазон психологических средств для саморазвития, социальной адаптации в сочетании с сохранением и реализацией собственной уникальности.

Применительно деятельность относительно интернет-зависимости можно говорить о необходимости формирования у супругов адекватного отношения к пребыванию в социальных сетях, тематических форумах, онлайн-играх, а также стимулировать адекватное отношение к виртуальному общению как фактору адаптации, важным является развитие у супругов знаний относительно здорового времяпрепровождения в виртуальном пространстве, а также предупреждению зависимого поведения. Такого рода деятельность предполагает устранение когнитивных факторов риска формирования зависимого поведения, а также неадекватного влияние чрезмерного пребывания в социальных сетях и сети Интернет в целом.

Основными методами профилактики зависимого поведения можно рассматривать информационные методы. В ряду таких методов выступают методы демонстрации, объяснения, рассказа. Целью профилактической деятельности в данном случае выступает твердое убеждение в негативных последствиях чрезмерного пребывания в сети Интернет. В качестве основных направлений деятельности по предупреждению зависимого поведения может рассматривать деятельность по определению иррациональных убеждений и представлений, разрушение неадекватных представлений и убеждений, а также стимулирование развития адекватных представлений, стимулирующих рациональное поведение. Работа в данном направлении может вестись по типу формирования знаний и представлений относительно влияния действий и предметов, которые стимулируют формирование зависимости, а также обеспечения возможностей для своевременной выявления их и избегания. Также немаловажным является деятельность по формированию представлений у супругов относительно существенных изменений личности зависимых, а также о связанных с зависимостью от Интернета проблемах.

Немаловажное значение имеет также деятельность по формированию и развитию социальной компетентности у супругов. Такого рода деятельность способствует формированию адекватного отношения к себе, собственным качествам и особенностям, а также обеспечивают возможность для адекватной самопрезентации в сети Интернет. Работа по формированию социальной компетентности предполагает работу с ближайшим социальным окружением, а также формирование у супругов адекватных навыков и умений межличностного взаимодействия, стимулирование развития социального интеллекта.

Деятельность формирования социальной компетентности предполагает использование активных методов социально-психологического обучения, методов групповой и коллективной работы. Групповая деятельность обеспечивают не только формирование навыков социального взаимодействия у супругов, а также своевременное их проработку в непосредственном взаимодействии. Групповая работа также позволяет человеку почувствовать себя членом коллектива, оценить конкретную ситуацию и поделиться с другими людьми собственными взглядами и представлениями, позволяет наладить отношения в коллективе, а также обеспечить возможности для принятия совместных решений.

Помимо указанных направлений деятельности важным является также активизация работы по развитию эмоциональной сферы супругов. Неадекватному поведению в виртуальном пространстве подвержены лица, которые имеющие выраженную дисгармонию в развитии личности. Одними из наиболее значимых факторов риска можно рассматривать неадекватную неустойчивую самооценку и эмоциональная нестабильность. Профилактическая деятельность должна основываться на методах, которые способствуют формированию адекватной самооценки и самоуважения.

Эффективная профилактическая работа в рамках данного направления должна строиться на основе повышения чувства психологического благополучия, самоуважения и формирования адекватной самооценки у супругов в браке. Неадекватная самооценка способствует повышению тревожности, колебаниям настроения, а также стрессу.

Таким образом, для формирования адекватного отношения к Интернету, а также стимулирования конструктивной самопрезентации в виртуальном пространстве рекомендуется организация деятельности по следующим направлениям:

1. Формирование и развитие знаний и представлений относительно специфики Интернета, а также негативных факторов, способствующих негативным явлениям.
2. Работа по развитию социальной компетентности и навыков эффективного межличностного взаимодействия и коммуникации.
3. Деятельность по развитию эмоциональной сферы личности.

## **Выводы по главе 2**

1. В ходе диагностики было определено, что для участников женского пола характерным является более высокий уровень проявления беспокойного типа привязанности по сравнению с участниками мужского пола. Также выявлено, что женщины характеризуются более высоким уровнем выраженности симптомов интернет-зависимости. Показано, что женщины характеризуются достоверно более высоким уровнем выраженности проблем в управлении временем, более высоким уровнем проблем личностного и соматического плана, связанных с интернет-зависимостью. Также показано, что женщины имеют достоверно более высокий уровень интернет-зависимости, чем мужчины.

2. В ходе корреляционного анализа было определено, что существуют достоверные взаимосвязи корреляции между показателями удовлетворенности браком, особенностей интернет-зависимости, а также типа привязанности. В исследовании было выявлено, что наличие интернет-зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнеров, а также интернет-зависимость связана с избегающим типом привязанности.

## **Заключение**

В ходе анализа научных источников было определено, что удовлетворенность браком в современной психологии рассматривается как результат адекватной реализации представления о семье, которое формируется в сознании человека под влиянием его жизненного опыта. Удовлетворенность брака – это внутренняя субъективная оценка отношения супругов к собственному браку.

В качестве факторов удовлетворенности браком можно рассматривать социальные факторы, функционирующие на уровне общества, социально-экономические факторы, социально-психологические факторы функционирования на уровне семьи, а также факторы, которые непосредственным образом связаны с личностными особенностями супругов.

Молодая семья в психологии – это семья с момента заключения брака и до момента рождения ребенка. В настоящее время границы молодой семьи ограничиваются от 0 до 9 лет. Супружеские отношения в молодой семье можно рассматривать как включающие в себя формальный аспект отношений между членами семьи (характер доминирования, особенности распределения обязанностей в семье), неформальный аспект (неконфликтность процесса общения членов семьи, а также степень взаимного понимания), а также систему семейных установок (семейные сценарии, семейные наставления).

Показано, что интернет-зависимость в современной науке рассматривается как навязчивое стремление использовать Интернет. Интернет-зависимость предполагает избыточное использование интернета, длительное

пребывание в нем, влекущее за собой определенного рода негативные последствия как психологического, так и психофизиологического плана.

Интернет дает широкие возможности не только в сфере общения, но также и применительно доступа к информационным ресурсам. Одной из особенностей Интернета выступает то, что отсутствует ограничение в поиске любой информации. Вместе с тем, бесконтрольность доступа несет в себе также и существенные опасности для человека. В сети Интернет существует множество ресурсов, в которых пропагандируются разные формы и варианты насилия, насаждается расизм, мистицизм, сексизм и т.п.

Для исследования особенностей удовлетворенности браком в молодых семьях с интернет-зависимостью было спланировано и осуществлено эмпирическое исследование. Участниками исследования являются 30 семей, представители которых, мужчины и женщины в возрасте от 20 до 35 лет. В исследовании приняли участие представители молодых семей, 30 мужчин и 30 женщин, соответственно, находящиеся в браке не более шести лет без детей. В ходе эмпирического исследования были получены следующие результаты:

1. Для женщин характерным является более высокий уровень беспокойного типа привязанности по сравнению с участниками мужского пола. Можно говорить о том, что женщины в большей степени, чем мужчины, склонны к переживанию беспокойства и тревоги по поводу межличностных отношений и применительно привязанности к близким людям.

2. Участники исследования мужского пола не имеют уровень удовлетворенности браком выше, чем участники женского пола. Большинство участников исследования, как мужского, так и женского пола характеризуются высоким уровнем оценки собственной семьи как благополучной.

3. Для участниц исследования характерным является достоверно более высокий уровень выраженности проблем с управлением временем, более высокий уровень выраженности проблем, связанных с интернет-зависимостью, а также характерным является достоверно более высокий уровень интернет-зависимости в целом.

4. В ходе корреляционного анализа было выявлено наличие интернет-зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнеров, а также интернет-зависимость связана с избегающим типом привязанности.

Гипотезы исследования полностью подтверждаются, то есть:

1. В современных молодых семьях интернет - зависимости больше подвержены девушки, постоянно прибывающие в социальных сетях

2. Наличие интернет - зависимости у одного из партнеров взаимосвязано с удовлетворенностью браком обоих партнёров

3. Интернет - зависимости связана с избегающим типом привязанности.

Цель исследования может считаться достигнутой, тогда как задачи исследования могут считаться выполненными. В качестве перспектив дальнейших исследований может рассматриваться работа по дальнейшему анализу особенностей влияния интернет-зависимости на характер внутрисемейных отношений, а также определении возможностей минимизации негативного влияния современных информационных технологий на межличностные отношения на различных возрастных этапах.