

Подросток в интернет-среде: показатели благополучия и безопасности

Е. В. Алексеева¹, О. Р. Веретина¹, А. В. Орлова¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена,
191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, 48

Сведения об авторах:

Алексеева Елена Вячеславовна

e-mail: al-lev@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 4773-7712

Веретина Ольга Рэмовна

e-mail: olgaveretina@rambler.ru

SPIN-код РИНЦ: 1211-1798

Орлова Анна Валерьевна

e-mail: anyaorlova@list.ru

SPIN-код РИНЦ: 5898-4969

Финансирование:

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 18-013-00241/18.

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Жизнь в информационной среде создает много преимуществ, но одновременно с этим создает и опасности, в том числе и психологические, которые необходимо предвидеть и предупреждать. Современная интернет-среда изменила как способы передачи информации, так и формы общения. Это обстоятельство имеет фундаментальный характер, поскольку затронуло все стороны жизни подростков. Психологическое благополучие подростка в Интернет-среде оказывается условием позитивного функционирования и развития его личности. Изучение особенностей и преобразований психических процессов под влиянием интернета становится все более актуальной задачей научных исследований в связи с активным использованием информационных технологий подростками и молодежью. В то же время, исследований, которые бы в полной мере отражали показатели психологического благополучия подростков при использовании информационной среды, недостаточно.

В статье рассматриваются характеристики эмоционального и когнитивно-оценочного компонентов психологического благополучия

подростков в Интернет-среде. В исследовании использовалась анкета, цель которой состояла в изучении погруженности подростков в Интернет-среду. Результаты эмпирического исследования 583 школьников 12–17 лет Санкт-Петербурга показали, что с возрастом повышается уверенность и совершенствуются навыки подростков как интернет-пользователей. Переживания подростков в связи с использованием Интернет-пространства характеризуются положительными эмоциями: интерес, радость, удовольствие. Доля подростков, использующих интернет для изменения своего эмоционального состояния, с возрастом сокращается, при этом снижается раздражение при отрыве от интернета. Несмотря на то, что девочки знакомятся с интернетом на несколько лет позже, чем мальчики, и чувствуют себя менее уверенными интернет-пользователями, они чаще, чем мальчики, используют его для того, чтобы уйти от проблем или избавиться от плохого настроения, испытывают трудности в том, чтобы контролировать время, проведенное в интернете. Мальчики статистически значимо чаще, чем девочки, заботятся о безопасности в интернете и проверяют благонадежность источников программного обеспечения.

Ключевые слова: подростковый возраст, Интернет-среда, психологическое благополучие, информационно-психологическая безопасность.

Adolescents in the Internet environment: Indicators of well-being and security

E. V. Alekseeva¹, O. R. Veretina¹, A. V. Orlova¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia,
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors:

Alekseeva Elena V.

e-mail: al-lev@mail.ru

SPIN: 4773-7712

Veretina Olga R.

e-mail: olgaveretina@rambler.ru

SPIN: 1211-1798

Orlova Anna V.

e-mail: anyaorlova@list.ru

SPIN: 5898-4969

Funding:

This research was funded by the Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project No. 18-013-00241/18.

Copyright:

© The Authors (2019).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Living in the information environment creates many advantages, but at the same time creates dangers, including psychological ones, that must be foreseen and prevented. The modern Internet environment has changed both the ways how the information is transferred and types of communication. It has affected all aspects of the adolescents' lives. A teenager's psychological well-being in the Internet environment became a condition for the positive functioning and development of his/her personality. The study of the features and transformations of psychological processes under the Internet influence is becoming even more urgent for scientific research regarding the active use of information technologies by adolescents. At the same time, studies that would fully describe the indicators of adolescents' psychological well-being in Internet environment are not numerous.

The article considers the characteristics of emotional and cognitive components of adolescents' psychological well-being in the Internet environment. In the research we used a questionnaire, the purpose of which was to study the immersion of adolescents in the Internet environment. The results of the empirical assessment of 583 students aged 12–17 from Saint Petersburg have shown that adolescents' confidence and skills as Internet users are increasing with age. The teenagers' experience regarding the use of the Internet is characterized by positive emotions: interest, joy, pleasure. The number of adolescents who

use the Internet in order to change their emotional state decreases with age, while the irritation while not using the Internet is reduced. Despite the fact that girls start using the Internet a few years later than boys, and consider themselves less confident Internet users, they are more likely than boys to use it to avoid problems or get rid of a bad mood. They also have difficulty in controlling the time spent on the Internet. Statistically boys are more likely than girls to care about the Internet security and check if software sources are reliable.

Keywords: adolescents, Internet environment, psychological well-being, informational and psychological security.

Введение

Информационная среда как пространство социализации современного подростка является новой важной составляющей социальной ситуации его развития. Вместе с тем, в силу своей разнородности,

экспансивности и особой привлекательности для подростка, она неизбежно таит в себе угрозы и риски. Интернет, первоначально являвшийся источником приобретения информации, теперь все больше превращается в средство получения удо-

вольствия и ухода из реального мира, этому способствуют активное развитие индустрии компьютерных игр, погруженность подростка в киберкоммуникацию, ставшую вполне конкурентоспособной по отношению к непосредственному общению со сверстниками, киберспорт и пр. В то же время интернет-среда может выступать богатым ресурсом позитивного развития при условии эффективного использования ее широких информационных возможностей. Поэтому качество взаимодействия подростка с интернет-средой играет важную роль в становлении его личности. Важнейшими характеристиками этого взаимодействия являются информационная безопасность и психологическое благополучие его участников.

Ю. М. Баранова определяет информационно-психологическую безопасность личности через компоненты психологической защищенности от негативных воздействий информационных факторов и технологий, в результате чего сохраняется психологическое здоровье, удовлетворяется потребность в самосохранении; обеспечивается психологическая суверенность и целостность личности, возможность осознанного саморазвития (Баранова 2012). Автором выделяются внешние (группы девиантного поведения, «опасные» материалы, кибербуллинг, сексуальные домогательства) и внутренние (интернет-зависимость, виртуализация личности, эмоциональные и поведенческие нарушения) угрозы. Результатом подверженности внешним угрозам может быть риск появления психологических травм, резкое и болезненное разрушение иллюзий и стереотипов, искажение мировоззрения, снижение нормативности поведения и вероятность деморализации. Внутренние угрозы сказываются на психическом и психологическом здоровье, нарушают целостность «Я», приводят к аномалиям в развитии.

Возникает дилемма: реальные жизненные проблемы побуждают подростка искать либо способы их решения (что не всегда возможно), либо средства отвлечения

и снятия эмоционального напряжения, одним из которых и является Интернет. Примерно половина подростков использует интернет для улучшения настроения или ухода от проблем, что можно рассматривать как способ психологической защиты или неконструктивного совладания, так как сами по себе проблемы никуда не исчезают. Например, в исследовании Е. А. Чугиной (Чугина 2013) было выявлено, что отягощенность проблемами выше у молодежи, играющей в онлайн-игры. Это подтверждает идею о том, что погруженность игроков в виртуальную реальность и даже возможный успех в ней не снижают уровень негативных переживаний, связанных с проблемами в повседневной жизни. Внешними причинами, вызывающими эмоциональную напряженность, могут являться разногласия с родителями, проблемы в школе, неопределенность будущего, неудовлетворенность собой. Внутренними причинами – снижение самооценки и уважения к себе, экстернальный локус контроля и невысокий уровень социальной компетентности.

К. Рифф и Б. Сингер на основании анализа различных концепций и подходов к психологическому (субъективному) благополучию создали модель позитивного психологического функционирования. Оно включает в себя самопринятие, личностный рост, автономию, позитивные взаимоотношения, целеустремленность, компетентность в управлении окружающей средой.

В отечественной литературе психологическое благополучие рассматривается в контексте составляющих здоровья. И. В. Дубровина вслед за А. Маслоу исходит из понимания психологического благополучия как показателя психического и психологического здоровья. «Переживание ситуации, в том числе семейной, школьной или иной как благополучной вызывает положительные эмоции, обеспечивает психологический комфорт, она обладает развивающим эффектом, способствует развитию у ребенка, школьника чувства дове-

рия к себе, к окружающему миру» (Дубровина 2019, 15).

Психологическое благополучие подростка при взаимодействии с информационной средой выступает важнейшим условием его нормативного развития. Изучение особенностей информационной среды и преобразований психических процессов и функций под влиянием интернета становится все более актуальной задачей научных исследований в связи с ранним освоением и активным использованием детьми информационных средств. В то же время, исследований, которые бы в полной мере характеризовали качество взаимодействия с ней и позволяли обеспечить безопасность и психологическое благополучие подростка как интернет-пользователя, недостаточно.

Материалы и методы

Для изучения характеристик эмоционального и когнитивно-оценочного компонентов психологического благополучия подростков в Интернет-среде было опрошено 583 школьника 12–17 лет, проживающих в Санкт-Петербурге.

В исследовании использовался разработанный нами опросник «Индекс погруженности в интернет-среду», цель которого состояла в изучении качества жизни подростков в интернет-пространстве – как формальных (стаж знакомства с интернетом, уверенность использования, предпочитаемые сервисы и пр.), так и качественных (пользовательская компетентность, оценка безопасности Интернет-ресурсов, эмоциональная насыщенность взаимодействия с интернет-средой) характеристик. Опросник состоит из трех шкал:

Шкала 1. «Цифровое потребление». индикаторы: время, проводимое в Интернете (включая наличие ограничений со стороны родителей); оснащенность устройствами с доступом в Интернет.

Шкала 2. «Цифровая компетентность». Индикаторы: стаж пользования Интернетом, общая самооценка компетентности, самооценка прикладных знаний и умений.

Шкала 3. «Мотивация и эмоционально-ценностное отношение к цифровой информационной среде». Индикаторы: эмоциональное отношение к Интернету, зависимость самочувствия от факта использования Интернет, мотивы использования Интернет.

Результаты и их обсуждение

Результаты исследования позволили выявить характеристики психологического благополучия подростков в интернет-среде, а также возрастно-половые особенности ее использования подростками. Выявлено влияние фактора возраста и пола на такие характеристики взаимодействия подростков с интернет-средой как пользовательская активность, самооценка компетентности интернет-пользователя, эмоциональная вовлеченность и симптомы зависимости (Регуш и др. 2019).

Результаты эмпирического исследования показали, что большинство подростков (90 %) чувствует себя в сети достаточно уверенно, причем, с возрастом уверенность повышается, и совершенствуются навыки подростков как интернет-пользователей.

Однако можно заметить, что если «достаточная степень уверенности (3 балла)» с возрастом усиливается, то «безусловная уверенность (4 балла)» имеет нелинейное изменение. Наибольшее количество «очень уверенных пользователей» (в процентном выражении) обнаруживают 13-летние, затем их число несколько снижается, что может объясняться, с одной стороны, некоторой самоуверенностью, свойственной подросткам в период кризиса, а с другой стороны, возрастающим осознанием различных возможностей, предоставляемых интернет-средой, несводимых только к играм и киберкоммуникации. Согласно полученным данным, с возрастом можно отследить статистически достоверный рост ($p < 0,01$) процента подростков, делающих публикации в социальных сетях и использующих возможности интернета для обучения и работы.

Интересы подростков в сети концентрируются преимущественно на поиске различного рода контента (91 %), учебной информации (81 %), использовании мобильных приложений (80 %), публикациях собственного контента (75 %) и взаимодействии с другими пользователями и интернет-сообществами (74 %). Девочки чаще, чем мальчики ($p < 0,01$), используют социальные сети и специальные сервисы для размещения собственного контента и статуса, отмечают («чек-инятся») в тех местах, где находятся, используют различные мобильные приложения. Вероятно, эмоциональному благополучию девочек способствует погружение в виртуальное общение, получение социальной (информационной и эмоциональной) поддержки от других пользователей. Мальчики чаще заботятся о безопасности в интернете, проверяя благонадежность источников программного обеспечения ($p < 0,01$), вероятно, им более, чем девочкам, свойственно принимать на себя ответственность за качественную работу программ и оборудования. Таким образом, сетевые технологии предоставляют возможности для самопрезентации и самовыражения, коммуникации, развития и обучения. Можно констатировать, что Интернет становится для подростков одной из главных сфер жизни, где они удовлетворяют свои потребности в познании, общении, получают новый практический и эмоциональный опыт, развлекаются, находят новых друзей, то есть вполне могут почувствовать себя полноценно существующими и благополучными.

Переживания подростков в связи с использованием Интернет-пространства характеризуются преимущественно положительными эмоциями: интерес (82 %), радость (60 %), удовольствие (56 %). Статистически значимые различия по полу и возрасту ($p < 0,01$) присутствуют в проявлениях интереса: больший интерес к интернету проявляют девочки (87 %) (мальчики – 76 %). Девочки значимо чаще, чем мальчики, используют интернет для того, чтобы уйти от проблем или избавиться от

плохого настроения ($p < 0,05$), а также проводят больше незапланированного времени в интернете ($p < 0,01$). С возрастом интерес к интернету возрастает, наибольшее проявление интереса зафиксировано у 15-летних подростков (88 %). Таким образом, при взаимодействии с цифровой информационной средой у подростков преобладают позитивно-окрашенные когнитивные эмоции, что вполне естественно связано с богатством и разнообразием предоставляемой информации и возможностей.

В то же время от 8 до 12 % подростков всех возрастов указывают на появление при использовании интернета таких эмоций, как страх, отвращение, стыд и гнев, что отчетливо показывает, что интернет является не только источником удовольствия, но и может продуцировать значительную опасность для развития и психологического благополучия личности. Данное исследование не ставило специальной задачи по выявлению источников негативных переживаний в интернет-среде. Столкновение в сетях с негативно-окрашенным и агрессивным контентом естественно вызывает адекватные эмоциональные реакции у подростков, что, однако, само по себе не может считаться свидетельством эмоционального (субъективного) неблагополучия. Согласно концепции эвдемонического благополучия К. Шелдона и А. Уотермена, личностное благополучие отражается балансом положительных и отрицательных эмоций (Водяха 2012). Л. Ю. Овчаренко, рассматривая информационную среду как основную форму и средство социализации подростков, считает подростковый возраст наиболее уязвимым с точки зрения исходящих от нее рисков и угроз (Овчаренко 2017).

Важнейшим условием безопасности подростков в интернете считается оказание им помощи со стороны значимых взрослых (родительской медиации). В то же время, по данным тех же исследователей «при совладании с трудными онлайн-ситуациями дети все реже обращаются к родителям, предпочитая им в роли значимых других друзей и компетентных людей

в онлайн-среде» (Солдатова, Рассказова 2014, 47).

В нашем исследовании получены данные, характеризующие ограничивающую медиацию (родитель создает правила и ограничения пользования интернетом). 82 % подростков-респондентов указали, что родители никак не ограничивают их время и режим пользования интернетом, 16 % – устанавливают временной режим и следят за тем, какие сайты посещаются, и только 2 % родителей не разрешают пользоваться интернетом вообще или просят это делать в своем присутствии. Такое положение дел подтверждает явно недостаточную активность родителей в обеспечении эмоционального благополучия подростков при взаимодействии с интернетом. Однако, трудно не согласиться с доводами Г. У. Солдатовой и Е. И. Рассказовой о том, что подобные действия могут не только препятствовать освоению интернета как психологического «орудия», содержащего и риски, и возможности для совладания, но и мотивировать подростка на активный поиск запрещенного контента (Солдатова, Рассказова 2014).

С возрастом доля подростков, использующих интернет для изменения своего эмоционального состояния, сокращается с 58 до 30 %, при этом снижается раздражение при отрыве от интернета ($p < 0,01$). Можно предположить, что это связано с необходимостью решать встающие перед подростком задачи развития – выбор жизненного пути, личностное и профессиональное самоопределение и др., что совпадает с мнением И. В. Дубровиной о том, что показателем психологического благополучия в подростковом возрасте является, прежде всего, удовлетворение базовой потребности в познании себя и своего внутреннего мира, а в ранней юности – готовность к самоопределению (Дубровина 2019).

Г. У. Солдатова и Е. И. Рассказова (2014) отмечают, что особенности переживания и совладания с рисками онлайн также зависят от доминирующей деятельности подростка в сети. С возрастом пользователи,

как правило, определяются в своих приоритетах контента информационной среды. В исследовании А. В. Черной и Е. И. Погореловой выявлены взаимосвязи между компонентами психологического благополучия и оценочными предпочтениями взаимодействия с интернет-средой у старшеклассников различных возрастных групп. «Взаимодействие старшеклассников 9 и 10 классов с интернет-средой способствует развитию самопринятия, развитию чувства автономии и позитивного отношения к другим людям», а «старшеклассники 11 класса предпочитают в интернет-среде осуществлять поиск информации, удовлетворяющий их потребности, в том числе и в учебной деятельности» (Черная, Погорелова 2013, 117).

Таким образом, психологическое благополучие подростка связано с необходимостью и возможностью решать встающие перед ним задачи развития, а также с дифференциацией пользователей по приоритетам обращения к сети как проявлению активности в формировании зоны своего ближайшего развития.

Выводы

Психологическое благополучие подростка при взаимодействии с интернет-средой и информационная безопасность выступают важными условиями его нормативного развития.

Психологическое благополучие современных подростков в цифровой информационной среде характеризуется активным и уверенным ее использованием, позитивно окрашенным когнитивным отношением и комфортным социальным взаимодействием с другими интернет-пользователями. Интернет-среда предоставляет условия реализации актуальных потребностей подросткового возраста, среди которых к необходимым для психологического благополучия относятся потребность в автономии, компетентности и социальных отношениях.

Выявлены возрастные и половые различия в показателях пользовательской ак-

тивности, цифровой компетентности и мотивационно-эмоционального отношения подростков к интернет-среде, свидетельствующих о психологическом благополучии и безопасности взаимодействия с ней.

Использование подростками интернета для улучшения настроения или ухода от проблем можно рассматривать как способ психологической защиты или неконструктивного совладания с психологическими проблемами.

Психологическое благополучие подростка связано с необходимостью формирования эффективных стратегий использования интернет-среды для решения проблем интеллектуального и личностного развития на данном возрастном этапе. Изучение совладающего интернет-поведения в отношении проблем возрастного развития представляется актуальной задачей в обеспечении психологического благополучия современных подростков и безопасности цифровой информационной среды.

Литература

- Баранова, Ю. М. (2012) К вопросу об информационно-психологической безопасности детей и подростков в сети Интернет. *Социальная психология и общество*, № 4, с. 122–129. DOI: 10.17759/sps
- Водяха, С. А. (2012) Современные концепции психологического благополучия личности. *Дискуссия*, № 2 (20), с. 132–138.
- Дубровина, И. В. (2019) *Психологическое благополучие школьников*. М.: Юрайт, 140 с.
- Овчаренко, Л. Ю. (2017) Психологическая защищенность детей и подростков в информационной среде. *Гуманитарные науки*, № 4, с. 113–122.
- Регуш, Л. А. и др. (2019) Возрастно-половые характеристики погруженности подростков в Интернет-среду. *Письма в Эмиссия.Оффлайн (The Emissia.Offline Letters)*, №6 (июнь), art. 2737. [Электронный ресурс]. URL: <http://emissia.org/offline/2019/2737.htm> (дата обращения 28.08.2019).
- Солдатова, Г. У., Рассказова, Е. И. (2014) Безопасность подростков в интернете: риски, совладание и родительская медиация. *Национальный психологический журнал*, № 3 (15), с. 39–51.
- Черная, А. В., Погорелова, Е. И. (2013) Психологические особенности взаимодействия в интернет-среде в подростковом возрасте. *Педагогическое образование в России*, № 4, с. 113–118.
- Чугина, Е. А. (2013) *Копинг-поведение и механизмы психологической защиты у юношей и девушек, играющих в онлайн игры*: магистерская диссертация. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 75 с.

References

- Baranova, Y. M. (2012) K voprosu ob informacionno-psihologicheskoy bezopasnosti detej i podrostkov v seti Internet [Psychological Aspects of Information Safety of Children and Adolescents on the Internet]. *Social'naya psihologiya i obshchestvo [Social psychology and society]*, no. 4, pp. 122–129. DOI: 10.17759/sps (In Russian)
- Chernaya, A. V., Pogorelova, E. I. (2013) Psihologicheskie osobennosti vzaimodejstviya v internet-srede v podrostkovom vozraste [Psychological peculiarities of interaction in the internet by teenagers]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii [Pedagogical Education in Russia]*, no. 4, pp. 113–118. (In Russian)
- Chugina, E. A. (2013) *Coping-povedenie i mekhanizmy psihologicheskoy zashity u yunoshej i devushek, igrayushchih v onlajn igry [Coping-behavior and mechanisms of psychological*

- protection of boys and girls playing online games*]: master's dissertation. St. Petersburg, Herzen University, 75 p. (In Russian)
- Dubrovina, I.V. (2019) *Psichologicheskoe blagopoluchie shkol'nikov [Psychological well-being of students]*. M.: YUrajt, 140 p. (In Russian)
- Ovcharenko, L. Y. (2017) Psichologicheskaya zashchishchennost' detej i podrostkov v informacionnoj srede [Psychological Protection of Children and Adolescents in Information Environment]. *Gumanitarnye nauki [The Humanities]*, no. 4, pp. 113–122. (In Russian)
- Regush, L. A. et al. (2019) Vozrastno-polovye harakteristiki pogrzhennosti podrostkov v Internet-sredu [Age and sex characteristics of immersion teenagers in the information environment]. *Pis'ma v Emissiya.Offline [The Emissia.Offline Letters]*, no. 6 (July), art. 2737. [Online]. Available at: <http://emissia.org/offline/2019/2737.htm> (accessed 28.08.2019). (In Russian)
- Soldatova, G. U., Rasskazova, E. I. (2014) Bezopasnost' podrostkov v internete: riski, sovladanie i roditel'skaya mediaciya [Adolescent security on the Internet: risks, coping and parental mediation]. *Nacional'nyj psichologicheskij zhurnal [National Psychological Journal]*, no. 3 (15), pp. 39–51. (In Russian)
- Vodyaha, S. A. (2012) Sovremennye koncepcii psichologicheskogo blagopoluchiya lichnosti [Modern conceptions of the individual psychological prosperity]. *Diskussiya [Discussion]*, no. 2 (20), pp. 132–138. (In Russian)