

## Компьютерная и интернет-зависимость: анализ и систематизация подходов к проблеме

Зарецкая О.В.,

магистрант кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, ovzaretskaya@mail.ru

Проводится теоретический анализ современных научно-исследовательских работ по проблеме компьютерной и интернет-зависимости. Выделяются основные особенности различных подходов. Предпринимается попытка систематизировать проведенные исследования и классифицировать научные подходы к проблеме интернет-зависимости. Автор выделяет нозологический, когнитивно-бихевиоральный, социально-психологический и диалектический подходы. Обосновывает необходимость использовать подход, соответствующий сути, целям и задачам социальной психологии в области исследования как проблемы интернет-зависимости, так и зависимого поведения в целом. Таковым, по мнению автора, является диалектический подход, который интегрирует опыт исследований в рамках социально-психологического подхода и сосредотачивается на обнаруженных противоречиях феномена интернет-зависимости – компенсаторном характере интернет-деятельности, когда увлекающиеся Интернетом люди находятся в неблагополучной жизненной ситуации.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость, компьютерные игры, онлайн-игры, интернет-деятельность, психологическая зависимость, зависимое поведение, психология зависимости.

### Для цитаты:

Зарецкая О.В. Компьютерная и интернет-зависимость: анализ и систематизация подходов к проблем [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2017. Том 9. № 2. С. 145–165 doi: 10.17759/psyedu.2017090213

### For citation:

Zaretskaya O.V. Computer and Internet Addiction: Analysis and Classification of Approaches [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru* [Psychological Science and Education PSYEDU.ru], 2017, vol. 9, no. 2, pp. 145–165 doi: 10.17759/psyedu.2017090213. (In Russ., abstr. in Engl.)

Интернет-зависимость – относительно молодая проблема в науке. История ее изучения с момента постановки насчитывает чуть более 20 лет. Несмотря на это психологи накопили уже достаточное количество теоретического и практического опыта для того, чтобы можно было предпринять попытку его систематизации.

Различные взгляды на проблему обнаруживают существенные противоречия, а иногда и ставят под сомнение сам факт ее существования. Тем не менее в исследовательских работах последнего времени прослеживаются определенные тенденции, которым нельзя не уделить внимание. Например, компенсаторный характер интернет-деятельности позволяет использовать интернет-пространство для социализации и актуализации людей с ОВЗ.

Однако избыточная интернет-активность характерна не только для тех, кто не имеет возможности вести активный образ жизни. Множество физически здоровых людей

проводят дни напролет, например, в компьютерных онлайн-играх. Говорить о зависимости в классическом понимании этого термина по отношению к такому времяпрепровождению сегодня уже кажется поспешным. В первую очередь потому, что большинство критериев, характеризующих зависимое поведение алкоголиков, наркоманов или гемблеров, попросту не подходит для игроков и других интернет-пользователей, а некоторая физиологическая симптоматика и вовсе вызывает сомнения.

Все это свидетельствует о необходимости разобраться в накопленном опыте и определить актуальные тенденции и направления исследований в области социальной психологии зависимого поведения.

### **Первые исследования компьютерной зависимости**

В первом исследовании, организованном М. Шоттон [54] в конце 1980-х гг., приняли участие более 100 профессиональных программистов и обычных пользователей. Некоторое время данное исследование считалось наиболее тщательным среди всех когда-либо проводившихся исследований феномена компьютерной зависимости. С применением стандартных психологических тестов, интервьюирования и специально разработанных опросников были исследованы те, кто испытывал зависимость от компьютера, и две контрольные группы.

В исследовании было выявлено, что компьютерную зависимость чаще других проявляют высокообразованные мужчины. Средний возраст выборки составлял около 30 лет. Зависимые испытуемые обычно работали в областях, связанных с наукой или техникой. Процент женатых и имеющих детей в группе зависимых был несколько ниже, чем в контрольной группе. Оказалось, что у компьютерно-зависимых испытуемых – высокий уровень интеллектуального развития, многие из них состоят в сообществе людей с высоким уровнем интеллекта «Менса». Большинство испытуемых, по результатам опроса, проявляли высокий теоретический и практический интерес к технике и электронике еще до того, как получили возможность работать с компьютером. Задача, которую ставят перед собой эти люди при работе с компьютером, заключается в том, чтобы добиться полного подчинения от последнего. Установление контроля над компьютером позволяет им в какой-то мере компенсировать невозможность осуществления контроля или отсутствие контроля в других сферах жизни, как правило, в социальных отношениях. Многим из испытуемых представляется крайне важным контролировать поступки и слова других, в том числе и близких, людей, что, естественно, не удается.

Примерно в то же самое время Ш. Текл проводила исследование стадий освоения компьютера детьми, подростками и взрослыми людьми [55]. Она также отмечает, что для многих испытуемых установление тотального контроля над компьютером является очень значимым параметром. Такой стиль работы с компьютером получил название «жесткого стиля». В книге Ш. Текл дается определение и «мягкому стилю», который в отличие от «жесткого» более интуитивен и менее последователен, однако он учитывает индивидуальные склонности, предпочтения, эстетические аспекты деятельности и т. д. Отмечается, что эти названия стилей программирования отчасти соотносятся с общепринятым различием между «software» и «hardware» – программным и аппаратным обеспечением, или «софтом» и «железом».

Таким образом, психологический механизм возникновения компьютерной зависимости у подростков, предпочитающих «жесткий стиль» работы, можно коротко описать так: когда не удается добиться доминирования в личных отношениях, общественной жизни или организационной иерархии, некоторые молодые люди с высоким

уровнем интеллекта делают вполне логичный и рациональный выбор в пользу проведения времени и самореализации за компьютером.

Такой выбор подразумевает отторжение социальной сферы и поглощение новыми технологиями, связанными с применением компьютеров. Возможность освоить множество новых приложений и информационных технологий – это своего рода вызов, на это расходуется много времени и сил. Но, тем не менее, эти труды однажды начинают приносить результаты, и эти результаты можно спрогнозировать, в отличие от проблемных и негарантированных взаимоотношений с другими людьми, поведение которых в сравнении с компьютером выглядит весьма непредсказуемым. Следовательно, такое перемещение интересов в другую область, которая приводит к прогнозируемым и положительным результатам, вполне логично и ожидаемо. В итоге социальная сторона жизни, предполагающая возможные неудачи, вызывает все меньше и меньше интереса, и в основу формирования зависимости ложится стремление к самоуважению и положительным эмоциям.

Однако достижение практического результата интересует испытуемых, исследованных М. Шоттон, гораздо меньше, чем процесс его достижения, что говорит о наличии процессуальной мотивации. Зависимым необходима постоянная позитивная интеллектуальная стимуляция, их интересует одновременно и мифология, и астрономия, и нетрадиционная философия, и различные религиозные течения, и музыка, и литература. Впоследствии в исследовании также было установлено особое пристрастие зависимых испытуемых к любительскому театру, что является для них способом полного самовыражения при четком ограничении рамками роли.

По мнению А.Е. Войскунского, одного из ведущих отечественных исследователей феномена интернет-зависимости, программистов и пользователей, описанных М. Шоттон и Ш. Текл, очень трудно классифицировать как зависимых в традиционном смысле [11]. Скорее это люди с сильно ограниченной сферой интересов, которые искренне увлечены, поглощены работой с компьютером и по каким-то причинам недооценивают другие жизненные сферы. Однако мы все же можем проследить определенные их особенности, которые будут отмечены исследователями и в последующих работах. Например, сложности во взаимоотношениях с другими людьми, вызванные непредсказуемостью и невозможностью контролировать последних.

### Постановка проблемы интернет-зависимости

Первые исследователи проблемы действовали в рамках подхода, который описывал компьютерную и интернет-зависимость как заболевание, через набор симптомов. Условно обозначим его *нозологическим*. В 1994 г. на основании ряда исследований К.С. Янг выделила несколько типов компьютерной и интернет-зависимости по предпочтениям пользователей [34]: киберсексуальная зависимость, пристрастие к виртуальным знакомствам, информационная перегрузка (компульсивный web-серфинг), зависимость от компьютерных игр и т. д. Сам термин «зависимость», как и набор симптомов, предложил А. Голдберг в 1995 г. по аналогии с химическими зависимостями, но впоследствии стало известно, что это была шутка [16].

Следом за ними М. Гриффитс (1997) включил интернет-зависимость в категорию технологических зависимостей, которые, по его мнению, могут рассматриваться как разновидность поведенческих зависимостей и включают в себя такие «ключевые компоненты всякой зависимости, как «сверхценность» (salience), модификация настроения

(mood modification), увеличение толерантности (tolerance), симптомы отмены (withdrawal), конфликт с окружающими и с самим собой (conflict) и рецидив (relapse)» [51].

Исследования, проведенные В. Бреннер, Дж. Морахан-Мартин, К. Шерер и др. в 1997–1999 гг. [13], были направлены на выявление признаков соматического неблагополучия в связи с количеством времени, затрачиваемым на пребывание в Интернете. Зависимость определялась наличием трех или более физиологических симптомов.

М. Орзак в 1998 г. разделила симптоматику интернет-зависимости на два типа: психологическую и физиологическую [19]. К психологической симптоматике она отнесла эмоциональный подъем во время нахождения в Интернете, постепенную необходимость в увеличении этого времени, неспособность к планированию и самоорганизации собственной жизни, пренебрежение профессиональной и личностной сферами деятельности, неумение отвлечься или прервать деятельность за компьютером, раздражение на окружающих за попытки помешать работе в Сети, нежелание принимать критику подобного образа жизни, готовность лгать друзьям и близким о количестве проведенного там времени и частоте сеансов, навязчивые размышления об Интернете в периоды невозможности подключиться, побуждение тратить все большее количество денег на онлайн-развлечения и т. д. Физиологические симптомы включают в себя туннельный синдром запястья, сухость в глазах, мигреноподобные головные боли, боли в спине, нерегулярное питание, пренебрежение личной гигиеной, нарушение сна и изменение его режима.

Однако и результаты исследований, и нозологический подход в целом не получили признания и подверглись резкой критике со стороны последующих исследователей. Так, например, Л. Холмс писал, что диагностика интернет-зависимости по соматическим признакам, схожим с признаками химических зависимостей, поспешна и не вполне оправдана, поскольку, по его мнению, различные виды деятельности в Сети обладают различным патологическим потенциалом [53].

В 2000 г. К.С. Янг разработала и предложила трехуровневую модель интернет-зависимости – АСЕ [39], оставаясь верной изначальному подходу к проблеме. Согласно этой модели, рассматриваемая аддикция возникает по следующим причинам:

*A (Accessibility)* – доступность информации и простота использования;

*C (Control)* – контроль собственных действий и передаваемой информации, анонимность коммуникации и отсутствие посредников;

*E (Excitement)* – возбуждение, эмоциональный подъем от результатов деятельности в Сети.

На новом этапе К.С. Янг характеризует интернет-зависимость как сложное явление, включающее в себя в том числе и психологический эскапизм, т. е. бегство от реальной жизни в виртуальность, которому подвержены люди с определенными психопатологическими особенностями.

В.А. Бурова, работающая в рамках нозологического подхода, пишет, что «интернет-зависимость формируется у личности с соответствующими преморбидными характеристиками или является новой аддиктивной реализацией у личности со сформированной зависимостью» [10, с. 108]. Исследование, проведенное В.А. Буровой в рамках диссертации [35], подтвердило довольно низкий процент – 2 % (К.С. Янг, 1994) – распространенности этой аддикции. Тем не менее автор считает, что зависимая личность может перенести привязанность с одного объекта зависимости на другой, как только тот перестанет выполнять свою функцию – менять менее комфортное психологическое состояние на более комфортное. По мнению В.А. Буровой, вероятнее всего преморбидные, т. е. предрасполагающие, черты зависимой личности формируются в семье с большим количеством созависимых моделей поведения.

Однако И.В. Запесоцкая и В.Б. Никишина отмечают, что созависимость – это такая же форма зависимости, как и любая другая, но в роли объекта патологической привязанности в ней выступает не химический препарат или деятельность, а другой человек [22; 41]. Следовательно, предполагается, что черты зависимой личности действительно могут формироваться в семье, но предпосылками будут служить не созависимые модели поведения, а определенные паттерны, присущие субъект-объектной модели отношений, – манипуляция, чрезмерный контроль и защита, запрет на выражение чувств или трансформация способов их выражения и т. д. И здесь мы можем проследить параллель с результатами первых исследований увлеченности компьютером, которые описаны выше: желание предсказуемости и контроля со стороны как других людей, так и компьютера, у испытуемых М. Шоттон и Ш. Текл вполне укладывается в конструкт субъект-объектных отношений, описанный И.В. Запесоцкой и В.Б. Никишиной в качестве одного из оснований развития и поддержания зависимого поведения.

Таким образом, уже через несколько лет после постановки проблемы интернет-зависимости в среде ученых наметилась тенденция к использованию альтернативных подходов к исследованиям.

### Социально-психологический подход к изучению проблемы

А.Е. Войскунский отмечает, что к началу XXI столетия в зарубежных исследованиях происходят качественные изменения в подходе к изучению проблемы [13]. Новый подход можно обозначить как **социально-психологический**. Многие ученые задаются вопросом: является ли Интернет сам по себе достаточной средой для формирования зависимости или же люди, склонные к зависимости, находят в нем способ реализации аддиктивного поведения? Этот вопрос становится краеугольным камнем всех будущих исследований, которые стараются включить в себя изучение и Интернета как специфической сферы человеческой деятельности, и личностных особенностей пользователей, и их социального окружения.

А.Г. Асмолов (2004) также отмечает, что современные исследователи постепенно приходят к пониманию того факта, что психологическая привязанность к объекту зависимости формируется намного раньше, чем физиологическая. В связи с этим в научной литературе определения тяжелых аддиктивных патологий все более сближаются с определениями поведенческих зависимостей, одной из которых и является зависимость от Интернета [2].

В 1998–1999 гг. К. Суррат и К. Мюррей предложили альтернативный взгляд с позиций интеракционизма, выступив против «медиализации» [11] интернет-зависимости. По их мнению, интернет-зависимость не представляет серьезной проблемы и в социокультурном аспекте ничем не отличается от других форм социального взаимодействия. Возведение же использования Интернета в ранг болезни демонизирует эту информационную технологию как таковую, навязывая пользователю роль поглощаемой ею жертвы. Авторы признают эскапическую функцию Интернета, но придают ей позитивный смысл, они уверены в том, что уход из реальности позволяет лишь заново в нее войти, получив некий опыт.

Рассмотрим некоторые исследования, выполненные в рамках социально-психологического подхода. Несмотря на определенную разрозненность и не структурированность результатов, на их основании можно выделить характерные социально-психологические аспекты проблемы.

Так, по результатам исследования мотивации пользователей [1] были отмечены наиболее распространенные среди них доминирующие мотивы: коммуникативный, рекреационный и социальный. Это исследование предваряет ряд последующих, в которых изучались особенности коммуникативной и личностной сфер интернет-зависимых пользователей.

В одном из исследований были выявлены следующие особенности испытуемых [45]:

- проблемы в сфере общения и образе Я (96 % испытуемых);
- сложности в принятии своего физического Я (55 % испытуемых);
- сложности в непосредственном общении (35 % испытуемых);
- склонность к интеллектуализации (30 % испытуемых);
- чувство одиночества и недостатка взаимопонимания (32 % испытуемых);
- наличие одной фрустрированной потребности (85 % испытуемых);
- наличие двух и более фрустрированных потребностей (35 % испытуемых);
- компенсация тревоги бунтарством и отказом от общепринятых норм (55 % испытуемых);
- особая ценность независимости (40 % испытуемых).

Большинство испытуемых продемонстрировали также недифференцированные и завышенные требования к себе и окружающим, что свидетельствует об инфантильности самооценки.

Исследование феномена интернет-зависимости на группах студентов МГИМО показало, что преобладание мотивов аффилиации и коммуникации и чувство одиночества положительно коррелируют с ощущением дискомфорта в отрыве от Сети.

Р.Ф. Теперик и М.А. Жукова отмечают, что интернет-зависимым пользователям свойственны проблемы с коммуникацией, вызванные выраженной эмоциональной нечувствительностью и эгоцентризмом, что позволяет использовать интернет-коммуникацию в качестве компенсаторного механизма [21]. Результаты их исследования позволяют предположить шизоидный тип личности у испытуемых с интернет-зависимостью по таким критериям, как эмоциональная нечувствительность, сниженная способность распознавания невербалики у партнера по общению, эгоцентризм, неспособность воспринимать критику, что в целом соотносится с результатами исследования личностных особенностей подростков с интернет-зависимостью, проведенного рядом других исследователей, которое показало относительное преобладание шизоидов среди испытуемых [35]. Таковых оказалось чуть менее трети – 29,8 % [20].

Описанные Р.Ф. Теперик и М.А. Жуковой особенности коммуникации, типичные для шизоидов, могут свидетельствовать о том, что не шизоидность как черта характера может стать предпосылкой для формирования интернет-зависимости, а особенности взаимоотношений, принятые в семье и влияющие на формирование личности с детства, могут впоследствии приводить к шизоидности как черте характера и сопутствующим ей особенностям и проблемам.

Исследование ближайшего окружения интернет-зависимых позволило выделить следующие характерные моменты во взаимоотношениях членов семьи [47]:

- низкая степень заботы друг о друге, слабовыраженное чувство принадлежности к семье;
- не принято выражать свои чувства открыто либо принято выражать их в слабой степени;

- не характерно явное выражение гнева, агрессии и конфликтных отношений;
- невысокая степень поощрения членов семьи к самоутверждению, независимости и самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений;
- невысокая степень семейного уважения к этико-нравственным ценностям и правилам;
- низкая степень активности в социальной, культурной и политической сферах деятельности;
- низкая степень участия в различных видах активного отдыха и спорта;
- невысокая значимость порядка и организованности в отношении структурирования семейной активности, финансового планирования, ясности и определенности семейных правил и обязанностей.

Эти особенности в целом подтверждают предположение о том, что тип отношений в семье способствует развитию у членов семьи определенных личностных черт, которые впоследствии и могут приводить к формированию дезадаптивных аддиктивных стратегий поведения [42; 43].

Таким образом, большинство независимых друг от друга исследований имеют вполне сопоставимые друг с другом результаты.

На основании этих результатов можно выделить следующие особенности личностной и социальной сфер, присущие большинству интернет-зависимых:

- эмоциональная отстраненность во взаимоотношениях с близким окружением;
- проблемы с образом Я (недифференцированная самооценка, негативизм, чрезмерная независимость, инфантильность);
- проблемы с непосредственной коммуникацией;
- перманентная социальная фрустрированность.

Анализ совокупности представленных особенностей позволяет говорить о взаимосвязи указанных факторов как о социально-психологической предпосылке формирования интернет-зависимого поведения. Конечной целью поисковой активности, направленной на преодоление дискомфортного состояния личности, вызванного сформировавшимися в процессе социализации особенностями, может выступать эмоциональная привязанность к интернет-взаимодействию как к средству преодоления психологического дискомфорта. Таким образом, вполне вероятно, что мы имеем дело с неосознаваемой реализацией избегающего копинг-поведения. По мнению А.Е. Войскунского, это весьма перспективное направление исследовательской деятельности в ближайшем будущем [13].

### **Когнитивно-бихевиоральная тенденция в исследованиях использования интернет-ресурсов**

Попытки аналитических и практических исследований в русле **КОГНИТИВНО-БИХЕВИОРАЛЬНОГО** подхода к проблеме интернет-зависимости в целом отражают

существующий общемировой тренд в психологической науке. В рамках современной парадигмы было предложено несколько теоретических концепций формирования интернет-зависимого поведения.

Когнитивно-бихевиоральная модель Р.А. Дэвис (1999) предполагает разделение патологического использования Интернета на специфическое и генерализованное [49]. Под *специфическим патологическим использованием* понимается определенный род деятельности в Сети, например, увлечение сексуально-эротическими сервисами, многопользовательскими или азартными играми, виртуальным шопингом и т. д. *Генерализованное патологическое использование* включает в себя все многообразие онлайн-деятельности вплоть до полной потери ее смысла.

В рамках своей модели Р.А. Дэвис предлагает следующую классификацию поведения пользователей:

- нефункциональное поведение, связанное со злоупотреблением возможностями Интернета (зависимость);
- функциональное, целевое использование Интернета как информационного и развлекательного ресурса;
- обращение к сексуально-эротическим ресурсам или попытки наладить социальные связи;
- малое ее использование в силу разочарования в Сети или других причин.

Механизм развития зависимости в когнитивно-бихевиоральной модели представляет собой сочетание сложившихся определенным образом жизненных условий личности (социальные, внутриличностные и межличностные отношения, наличие психопатологической симптоматики) и стресса, вызванного информационными и коммуникативными особенностями Интернета, что также позволяет отнести эту модель к социально-психологическому подходу.

А.Г. Асмолов с соавторами предлагают интегративную модель интернет-зависимости [2]. Модель построена на концепциях информационного стресса и коммуникативных расстройств В.А. Бодрова и обосновывает *нейропсихологический* подход к проблеме формирования интернет-зависимости. Авторы считают, что не только Интернет является благоприятной средой, располагающей к развитию зависимого поведения, но и люди с аддиктивной склонностью стремятся в Сеть в процессе реализации зависимой модели поведения. В качестве методологического основания авторы концепции предлагают деятельностный подход А.Н. Леонтьева.

В этой модели коллектив авторов выделяет следующие особенности интернет-взаимодействия: анонимность, сопутствующее ей искажение самопрезентации и восприятия партнеров, отсутствие невербальной коммуникации как важного фактора межличностного взаимодействия и нарушение временной перспективы как особенности виртуального пространства. Под влиянием этих особенностей у субъекта взаимодействия оказывается нарушенным «треугольник сознания» – чувственная ткань сознания, значение взаимодействия и его личностный смысл. Вследствие чего происходит переориентация субъекта с внешних, социально ориентированных смыслов на внутренние, или аутистические.

Среди причин этого процесса авторы отмечают нарастание общего когнитивного дефицита вследствие истощения нервной системы, перестройку общения как функциональной системы (изменение источников смыслов, уплощение эмоционального реагирования) и личностные особенности субъекта. Особый акцент авторы делают на том,



что в качестве личностных особенностей может выступать не обязательно акцентуация или психопатология, а любая черта характера, являющаяся нормой, например, интроверсия.

Таким образом, авторы полагают, что при формировании интернет-зависимости имеет место сдвиг мотива на цель, по А.Н. Леонтьеву, – превращение способа действия в самостоятельную цель деятельности. Однако интегративная модель интернет-зависимости скорее описывает механизм возможного влияния использования Интернета на психику человека в целом, нежели объясняет всю совокупность причин формирования зависимости.

Помимо теоретических конструкций в русле когнитивно-бихевиорального подхода существует множество исследований когнитивных и поведенческих особенностей людей, предпочитающих те или иные интернет-активности, которые не связаны непосредственно с изучением психологии зависимости [8]. Психология Интернета, или киберпсихология, как новая отрасль психологической науки исследует и описывает влияние использования компьютера и Интернета на жизнедеятельность человека, на его психику, мышление, личностные и поведенческие особенности [14].

#### **Диалектический подход: противоречия феномена интернет-зависимости и их взаимосвязь**

Критик нозологического подхода Дж. Грохол (1999) посчитал недопустимым сравнение интернет-зависимости с другими формами зависимости и предложил свою модель, опирающуюся на циклическую природу человеческой деятельности [52]. По его мнению, вслед за восторгом от широких возможностей Интернета (enchantment) следует спад активности, вызванный разочарованием в Сети (disillusionment), а затем человек находит определенный баланс в использовании электронных ресурсов (balance). При этом стадия восхищения может выглядеть как зависимость. Если же она затягивается, т. е. происходит «застревание» на одном из неизбежных этапов освоения этой информационной технологии, то причины этого следует искать в личностных особенностях человека и его социальной среде. Дж. Грохол считает социализацию основным фактором формирования интернет-зависимости и рассматривает компенсаторный характер этой зависимости в связи с особенностями интернет-коммуникации – опосредованностью, анонимностью, невозможностью адекватно представить свой образ и сформировать образ партнера по взаимодействию и т. д. В определенном смысле этого автора можно считать родоначальником *диалектического* подхода. Подобный подход к проблеме, являющийся по сути логическим продолжением социально-психологического подхода, разделяют и современные исследователи интернет-зависимости.

С.А. Белозеров также отмечает компенсаторный характер интернет-деятельности, в частности увлечения компьютерными онлайн-играми (ММОРПГ) [5; 6], и приходит к выводу о возможности использования виртуальной площадки для социализации и личностной реализации людей с ОВЗ. Автор обращает внимание на особенность деятельности человека в компьютерных онлайн-играх – она, по сути, является не игровой, а производительной [5].

Такой взгляд соотносится с позицией других исследователей компьютерных онлайн-игр. Например, И.Е. Гутман считает, что компьютерные онлайн-игры, хотя и удовлетворяют большинству характеристик игры, но являются скорее новой интерактивной формой искусства, где человек «...выступает не пассивным зрителем, а квазиактивным соучастником» [18, с. 175].

Н.В. Кочетков, рассматривая зависимость от компьютерных онлайн-игр, опирается на теорию деятельности А.Н. Леонтьева и выделяет важность такого фактора, как социальность, наличие группы; он отмечает эскапический характер игровой деятельности в

Интернете [29]. По мнению Н.В. Кочеткова, в основе формирования этого типа зависимости также может лежать механизм сдвига мотива на цель. В работе, посвященной профилактике компьютерно-игровой зависимости [28] у подростков, автор уделяет внимание специфике современной социально-экономической ситуации и процессам, происходящим в российском образовании, которые в целом можно охарактеризовать как процесс отчуждения обучения от непосредственно образования путем его формализации и бюрократизации.

Об отчуждении и потребительском отношении человека к собственной жизни в современной социальной ситуации пишет философ М.А. Греков, отмечая эти процессы в качестве ведущих факторов в развитии эскапического поведения, в том числе и увлеченности виртуальной деятельностью [17]. Говоря об эскапическом характере интернет-зависимости, нельзя не отметить работу, посвященную исследованию мотивации у игроков ММОРПГ-проекта «Аллоды Онлайн» [36], результаты которого показали высокий уровень мотивации к самореализации.

Н.С. Шадрин и Е.Н. Осин выделяют две актуальные парадигмы анализа феномена отчуждения в современной психологии: гегелевско-марксистскую и экзистенциально-гуманистическую [38; 46]. Определение отчуждения, которое предлагает Н.С. Шадрин, звучит следующим образом: это «устойчивое состояние "захваченности" мотивации и других личностных структур человека отдельными факторами (условиями) воспроизводства его существования в конкретном социуме, ведущее к дистанцированию от различных сфер и уровней активности субъекта, реализующих внутренние и/или внешние потенции его собственного развития» [46, с. 142]. В этом определении сочетаются оба подхода: гегелевско-марксистский, социально-экономически детерминированный, и экзистенциально-гуманистический, в основе которого лежат личностная самореализация и творческая самоактуализация.

В контексте проблемы зависимого поведения такой подход к анализу феномена отчуждения представляется наиболее перспективным. Диалектически личность, отчужденная в одной или нескольких сферах своей жизни, должна иметь некую «отдушину» или, по крайней мере, стремиться к ней. Исследование, проведенное более 30 лет назад на американских студентах, показало наличие взаимосвязи между отчуждением и мотивацией к употреблению алкоголя [48]. В нашем же случае будет логичным предположить, что увлечение компьютерными онлайн-играми есть современный способ преодоления отчуждения.

Резюмируя все вышесказанное, необходимо отметить, что в рассмотренных исследованиях обнаруживаются некоторые сходные позиции относительно природы возникновения феномена интернет-зависимости: в них отмечаются эскапический характер увлечения интернет-деятельностью [40] вследствие социально-экономической тенденции к отчуждению человека в современном обществе и ее компенсаторный характер [31].

Вслед за этим обнаруживаются противоречия в анализе феномена интернет-зависимости. Сам термин «зависимость» традиционно имеет ярко выраженную негативную окраску и характеризуется как поведенческая девиация, однако на примере рассмотрения проблемы интернет-зависимости с помощью диалектического подхода и базовых представлений отечественной психологической школы мы можем впервые поднять проблему на качественно иной уровень. Диалектический подход позволяет предположить, что проблема увлеченности виртуальными мирами и виртуальной деятельностью может не быть связана с патологическим потенциалом Интернета как достижения научно-технического прогресса и не заключаться в личностных или генетических особенностях отдельного человека. Эта проблема может являться следствием как неудовлетворенности человеческих потребностей в современном обществе, так и компенсаторного характера

интернет-деятельности. Более того, описанный подход позволяет рассмотреть проблему не только интернет-зависимости, но и зависимого поведения вообще как глобальную проблему современного человечества.

### Заключение

Итак, выделим основные особенности исследовательских подходов. Первые исследования М. Шоттон и Ш. Текл проводились в то время, когда Интернет еще не был широко распространен, и скорее могут быть отнесены к исследованию личностных особенностей людей, увлеченных работой с компьютером, или особенностей некоторых групп компьютерных пользователей.

Представители *нозологического подхода* (К.С. Янг, М. Орзак, М. Гриффитс и др.) основывались на признании интернет-зависимости болезнью и описывали ее через набор симптомов, аналогичных химическим зависимостям; они полагали, что склонность к интернет-зависимости, вероятнее всего, является личностной патологией.

Исследователи, работающие в рамках *социально-психологического подхода*, скептически отнеслись к идее «медиализации» (термин А.Е. Войскунского) интернет-зависимости и предположили, что причины возникновения этого феномена могут лежать не только в личностных особенностях, но и в социальном окружении зависимых. Кроме того, патологической средой может стать и сам Интернет. Исследования, выполненные в рамках этого подхода, описывают множество критериев: личностные особенности зависимых, их социальное окружение (отношения с семьей, друзьями и т. д.), особенности коммуникации и взаимоотношений в виртуальной среде и т. д.

*Когнитивно-бихевиоральный подход*, а конкретно теория информационного стресса, лежащая в его основе, могут быть справедливы в отношении таких видов деятельности, как поиск и работа с информацией, а также использование виртуальных ресурсов для многих других целей. Однако в настоящий момент этот подход используется для изучения, описания когнитивно-бихевиоральных особенностей использования различных интернет-ресурсов и создания привлекательных для пользователя виртуальных интерфейсов, что вряд ли позволяет претендовать на объяснение феномена зависимого поведения в Сети.

На основании ряда исследований нами был выделен и актуализирован *диалектический подход* к проблеме, ставящий своей задачей поиск и рассмотрение противоречий в самом феномене интернет-зависимости, а также в социально-экономических и индивидуально-личностных особенностях людей, увлекающихся интернет-деятельностью, в частности – компьютерными онлайн-играми.

Кроме того, следует отметить, что множество разновидностей аддиктивных поведенческих расстройств и разрозненных критериев, лежащих в основаниях классификаций, актуализируют вопрос о правомерности директивного использования термина «зависимость» в вопросах лечения и профилактики этого феномена. По крайней мере в области социальной психологии и до тех пор, пока не будут найдены и описаны универсальные критерии, лежащие в основе формирования поведения, характеризуемого сегодня по тем или иным признакам как зависимое. В свете этих фактов, а также того, что в социальной психологии не существует и диагностических методик, позволяющих однозначно установить именно зависимость от Интернета, более корректным термином может служить, например, *увлеченность интернет-деятельностью*.

### Финансирование

Работа выполнена при поддержке стипендии МГППУ им. А.В. Петровского

### Литература

1. *Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е.* Мотивация пользователей Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. М.: Можайск-Терра, 2000. 432 с.
2. *Асмолов А.Г., Цветкова Н.А., Цветков А.В.* Психологическая модель Интернет-зависимости личности // Мир психологии. 2004. №1. С. 179-193.
3. *Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В.* Интернет: воздействие на личность // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. М.: Можайск-Терра, 2000. 432 с.
4. *Белинская Е.П.* Взаимосвязь Интернет-зависимости и стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 188–197.
5. *Белозеров С.А.* Виртуальные миры MMORPG: часть I. Определение, описание, классификация // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. Т. 12. №1. С. 54–70.
6. *Белозеров С.А.* Виртуальные миры MMORPG: часть II. Средство от социального и психологического неблагополучия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. Т. 12. № 1. С. 71–89.
7. *Бобышева Е.О.* Интернет-зависимость и склонность к девиантному поведению [Электронный ресурс] // Коченовские чтения «Психология и право в современной России» URL: [http://psyjournals.ru/kochenovskie\\_chteniya\\_2010/issue/41351\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/kochenovskie_chteniya_2010/issue/41351_full.shtml) (дата обращения: 01.02.17).
8. *Богачева Н.В., Войскунский А.Е.* Когнитивные стили и импульсивность у геймеров с разным уровнем игровой активности и предпочитаемым типом игр // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. Т. 12. № 1. С. 29–53.
9. *Братусь Б.С.* Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 301 с.
10. *Бурова В.А.* Интернет-зависимость в медицинской парадигме // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 101–111.
11. *Войскунский А.Е.* Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета // Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 1. С. 90–100.
12. *Войскунский А.Е.* Групповая игровая деятельность в Интернете [Электронный ресурс]// Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 1. С. 126–132. URL:

*Зарецкая О.В.* Компьютерная и интернет-зависимость: анализ и систематизация подходов к проблем  
Психологическая наука и образование psyedu.ru  
(«Психолого-педагогические исследования»)  
2017. Том 9. № 2. С. 145–165.

*Zaretskaya O.V.* *Computer and Internet Addiction: Analysis and Classification of Approaches*  
Psychological Science and Education psyedu.ru  
("Psychological-Educational Studies")  
2017 vol. 9, no. 2, pp. 145–165.

[http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy\\_1999.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy_1999.pdf) (дата обращения: 01.02.17).

13. *Войскунский А.Е.* Методологические аспекты зависимости от Интернета: зарубежные исследования // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 101–111.

14. *Войскунский А.Е.* Перспективы становления психологии Интернета // Психологический журнал. 2013. Т. 34. №3. С. 110–118.

15. *Войскунский А.Е.* Пол. Гендер. Интернет [Электронный ресурс]// Вестн. РГНФ. 2004. № 1. URL: [http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy\\_2004a.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy_2004a.pdf) (дата обращения: 01.02.17).

16. *Войскунский А.Е.* Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. М.: Можайск-Терра, 2000. 432 с.

17. *Греков М.А.* Феномен эскапизма в медианасыщенном обществе: Дис. ...канд. философ. наук. Омск, 2008. 131 с.

18. *Гутман И.Е.* Компьютерные виртуальные игры: культурно-антропологические аспекты анализа: Дис. ...канд. философ. наук. СПб, 2009. 193 с.

19. *Дрепа М.И.* Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии // Знание. Понимание. Умение. 2009. № 2. С. 189–193.

20. *Егоров А.Ю., Кузнецова Н., Петрова Е.* Особенности личности подростков с Интернет-зависимостью // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2005. Т. 5. № 2. С. 20–27.

21. *Жукова М.А., Теперик Р.Ф.* Особенности сферы общения Интернет-зависимых пользователей // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 165–187.

22. *Залесоцкая И.В.* Метапсихологический уровень реализации состояния зависимости // Вестн. Моск. гос. гуманитарного ун-та им. М.А. Шолохова. Сер. Педагогика и психология. 2012. № 3. С. 90–98.

23. *Залесоцкая И.В., Никишина В.Б.* Состояние зависимости: метапсихологический подход [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2013. № 2. URL: <http://psyjournals.ru/psyclin/2013/n2/62045.shtml> (дата обращения: 01.02.17).

24. *Зарецкая О.В.* Зависимость от компьютерных онлайн-игр как разновидность аддиктивного поведения [Электронный ресурс] // Социальная психология и общество. 2016.

Т. 7. № 3. С. 105–120. URL: [http://psyjournals.ru/social\\_psy/2016/n3/zaretkaya.shtml](http://psyjournals.ru/social_psy/2016/n3/zaretkaya.shtml) (дата обращения: 01.02.17).

25. *Ключарев В.А., Зубарев И.П., Шестакова А.Н.* Нейробиологические механизмы социального влияния // Экспериментальная психология. 2014. Т. 7. № 4. С. 20–36.

26. *Константинов В.В.* К вопросу о понятии «адаптация» [Электронный ресурс] // Проблемы социальной психологии личности. 2008. СГУ (Саратов). URL: [http://psyjournals.ru/sgu\\_socialpsy/issue/30306\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30306_full.shtml) (дата обращения: 01.02.17).

27. *Корсакова Л.И.* Копинг-поведение и защитные механизмы системы адаптации личности [Электронный ресурс] // Труды СГА. 2010. № 8. URL: [http://www.edit.muh.ru/content/mag/trudy/08\\_2010/11.pdf](http://www.edit.muh.ru/content/mag/trudy/08_2010/11.pdf) (дата обращения: 01.02.17).

28. *Кочетков Н.В.* Патологическое пристрастие или новая реальность? Размышления о феномене игромании // Школьный психолог. 2015. №4–6 (531–532). С. 4–10.

29. *Кочетков Н.В.* Социально-психологические аспекты зависимости от онлайн-игр и методика ее диагностики [Электронный ресурс] // Социальная психология и общество. 2016. Т. 7. № 3. С. 148–163. URL: [http://psyjournals.ru/social\\_psy/2016/n3/kochetkov.shtml](http://psyjournals.ru/social_psy/2016/n3/kochetkov.shtml) (дата обращения: 01.02.17).

30. *Кутузова Д.А.* Эскапизм как форма самоопределения в подростковом и юношеском возрасте: Тезисы докладов участников конференции «Ломоносов-2001» [Электронный ресурс] // URL: <http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2001/index.html> (дата обращения: 01.02.17).

31. *Латыпов И.В.* Взаимосвязь самоотчуждения и образа Я личности // Вестн. Казанского гос. ун-та им. Н.А. Некрасова. 2011. Т. 17. С. 130–133.

32. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Книга по требованию, 2011. 352 с.

33. *Литинская Д.Г.* Типы современного эскапизма и феномен экзистенциального эскапизма [Электронный ресурс] // Ярославский педагогический вестник. 2012. № 1. Т. 1 (Гуманитарные науки). URL: [http://vestnik.yspu.org/releases/2012\\_1g/69.pdf](http://vestnik.yspu.org/releases/2012_1g/69.pdf) (дата обращения: 01.02.17).

34. *Лоскутова В.А.* Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: Дис. ... канд. мед. наук. Новосибирск, 2004. 157 с.

35. *Малыгин В.Л., Смирнова Е.А., Хомерики Н.С.* Личностно-характерологические и социальные факторы риска формирования склонности к Интернет-зависимости у

*Зарецкая О.В.* Компьютерная и интернет-зависимость: анализ и систематизация подходов к проблем  
Психологическая наука и образование psyedu.ru  
(«Психолого-педагогические исследования»)  
2017. Том 9. № 2. С. 145–165.

*Zaretskaya O.V.* *Computer and Internet Addiction: Analysis and Classification of Approaches*  
Psychological Science and Education psyedu.ru  
("Psychological-Educational Studies")  
2017 vol. 9, no. 2, pp. 145–165.

подростков // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 199–210.

36. *Маринова Т.Ю., Зарецкая О.В.* Социально-психологические аспекты зависимости от компьютерных ролевых онлайн игр // Социальная психология и общество. 2015. Т. 6. № 3. С. 109–119.

37. *Осин Е.Н.* Смыслотрата как переживание отчуждения: структура и диагностика: Автореф. дис. ... канд. психолог. наук. М., 2007 [Электронный ресурс]//URL: <http://www.psy.msu.ru/science/autoref/osin.pdf> (дата обращения: 01.02.17).

38. *Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.* Смыслотрата и отчуждение // Культурно-историческая психология. 2007. № 4. С. 68–77.

39. *Пахомова Т. В.* Некоторые психологические проблемы интернет-зависимости // Молодой ученый. 2014. № 15. С. 236–238.

40. *Рогов Е.И., Рогова Е.Е.* Интернет-зависимость как стремление к одиночеству [Электронный ресурс] // Психология образования в XXI веке: теория и практика. URL: [http://psyjournals.ru/education21/issue/54915\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/education21/issue/54915_full.shtml) (дата обращения: 01.02.17).

41. *Скворцова С.Н., Шумский В.Б.* Структурная модель феномена зависимости в близких межличностных отношениях // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 4. С. 51–69.

42. *Смирнова Е.А.* Особенности семейного воспитания при Интернет-зависимости [Электронный ресурс] // Аддиктивное поведение: профилактика и реабилитация. URL: [http://psyjournals.ru/addictive\\_behavior/issue/46115\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/addictive_behavior/issue/46115_full.shtml) (дата обращения: 01.02.17).

43. *Сорокина А.Б.* Интернет в жизни современных детей и подростков: проблема и ресурс // Современная зарубежная психология. 2015. Т. 4. № 1. С. 45–64.

44. *Сурмава А.В.* Ильенков и революция в психологии // Логос. 2009. № 1(69). С. 112–132.

45. *Чудова Н.В., Евлампиева М.А., Рахимова Н.А.* Психологические особенности коммуникативного пространства Интернета. 2001 [Электронный ресурс] // URL: [http://evartist.narod.ru/text7/47.htm#\\_ftnref14](http://evartist.narod.ru/text7/47.htm#_ftnref14) (дата обращения: 01.02.17).

46. *Шадрин Н.С.* О парадигмах анализа феномена отчуждения в современной психологии // Методология и история психологии. 2010. Т. 5. № 3. С. 141–153.

47. *Шайдулина А.Ф.* Сравнительное исследование особенностей ближайшего окружения пациентов, страдающих патологической склонностью к азартным играм, и пациентов с компьютерной зависимостью // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / Ред.-сост. А.Е. Войскунский. М.: Акрополь, 2009. С. 237–250.

Зарецкая О.В. Компьютерная и интернет-зависимость: анализ и систематизация подходов к проблем  
Психологическая наука и образование psyedu.ru  
(«Психолого-педагогические исследования»)  
2017. Том 9. № 2. С. 145–165.

Zaretskaya O.V. *Computer and Internet Addiction: Analysis and Classification of Approaches*  
Psychological Science and Education psyedu.ru  
("Psychological-Educational Studies")  
2017 vol. 9, no. 2, pp. 145–165.

48. *Carman R.S., Fitzgerald B.J., Holmgren Ch.* Alienation and drinking motivations among adolescent females [Электронный ресурс] // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1983. Vol. 44. № 5. P. 1021–1024. URL: <http://psycnet.apa.org/> (дата обращения: 01.02.17).

49. *Davis R.A.* A Cognitive-behavioral Model of PIU [Электронный ресурс] // URL: [http://www.researchgate.net/publication/223337034\\_A\\_cognitive-behavioral\\_model\\_of\\_pathological\\_Internet\\_use](http://www.researchgate.net/publication/223337034_A_cognitive-behavioral_model_of_pathological_Internet_use) (дата обращения: 01.02.17).

50. *Gabbiadini A., Mari S., Volpato Ch., et al.* Identification processes in online group: Identity motives in the virtual realm of MMORPGs [Электронный ресурс] // *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*. 2014. Vol. 26(3). P. 141–152. URL: <http://psycnet.apa.org/journals/jmp/23/3/141.pdf> (дата обращения: 01.02.17).

51. *Griffiths M.* Избыточное применение Интернета: онлайн-аддиктивное поведение [Электронный ресурс] // Тезисы дистантных зарубежных участников симпозиума «Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития», 2009. URL: <http://www.psy.msu.ru/science/conference/internet/2009/theses.html> (дата обращения: 01.02.17).

52. *Grohol J.* Internet Addiction Guide [Электронный ресурс] // URL: <http://psychcentral.com/netaddiction> (дата обращения: 01.02.17).

53. *Holmes L.* Pathological Internet Use – Some Examples [Электронный ресурс] // URL: <http://mentalhealth.about.com/cs/sexaddict/a/intaddict.htm> (дата обращения: 01.02.17).

54. *Shotton M.A.* Computer Addiction? A Study of Computer Dependency. L.: Taylor and Francis, 1989. 342 p.

55. *Turkle Sh.* The Second Self. N.-Y.: Simon and Shuster, 1984. 362 p.

56. *Utz S., Jonas K.J., Tonkens E.* Effects of passions for massively multiplayer online role-playing games on interpersonal relationships [Электронный ресурс] // *Journal of Media Psychology*. 2012. Vol. 24(2). P. 77–86. URL: <http://psycnet.apa.org/journals/jmp/24/2/77.pdf> (дата обращения: 01.02.17).

57. *Young K.S.* When Gaming becomes an Obsession: Help for Parents and their Children to Treat Online Gaming Addiction [Электронный ресурс] // URL: <http://netaddiction.com/articles/Online%20Gaming%20Treatment.pdf> (дата обращения: 01.02.17).

## Computer and Internet Addiction: Analysis and Classification of Approaches



## Zaretskaya O.V.,

Graduate student of the Faculty of Social Psychology of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, and ovzaretskaya@mail.ru

---

The theoretical analysis of modern research works on the problem of computer and Internet addiction is carried out. The main features of different approaches are outlined. The attempt is made to systematize researches conducted and to classify scientific approaches to the problem of Internet addiction. The author distinguishes nosological, cognitive-behavioral, socio-psychological and dialectical approaches. She justifies the need to use an approach that corresponds to the essence, goals and tasks of social psychology in the field of research as the problem of Internet addiction, and the dependent behavior in general. In the opinion of the author, this dialectical approach integrates the experience of research within the framework of the socio-psychological approach and focuses on the observed inconsistencies in the phenomenon of Internet addiction – the compensatory nature of Internet activity, when people who are interested in the Internet are in a dysfunctional life situation.

**Key words:** Internet addiction, computer games, online games, Internet activity, psychological dependence, dependent behavior, psychology of dependence.

---

### Funding

The work was supported by the scholarship named after A.V. Petrovsky of Moscow State University of Psychology & Education.

### References

1. Arestova O.N. Babanin L.N. Voiskunskii A.E. Motivatsiya pol'zovatelei Interneta [Motivation of Internet users]. In Voiskunskii A.E. (ed.) *Gumanitarnye issledovaniya v Internete* [Humanitarian research on the Internet]. Moscow: Mozhaisk-Terra, 2000. 432 p.
2. Asmolov A.G. Tsvetkova N.A. Tsvetkov A.V. Psikhologicheskaya model' Internet-zavisimosti lichnosti [Psychological model of Internet personality dependence]. *Mir psikhologii* [World of psychology], 2004, no. 1, pp. 179-193.
3. Babaeva Yu.D. Voiskunskii A.E. Smyslova O.V. Internet: vozdeistvie na [Internet: impact on individuals]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Gumanitarnye issledovaniya v Internete* [Humanities research on the Internet]. Moscow: Mozhaisk-Terra, 2000. 432 p.
4. Belinskaya E.P. Vzaimosvyaz' Internet-zavisimosti i strategii sovladaniya s trudnymi zhiznennymi situatsiyami [The relationship of Internet dependency and coping strategies to difficult life situations]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 188–197.
5. Belozarov S.A. Virtual'nye miry MMORPG: chast' I. Opredelenie, opisanie, klassifikatsiya [Virtual worlds of the MMORPG: Part 1. Definition, description, classification]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics], 2015, vol. 12, no. 1, pp. 54–70. (In Russ., Abstr. in Engl.).
6. Belozarov S.A. Virtual'nye miry MMORPG: chast' II. Sredstvo ot sotsial'nogo i psikhologicheskogo neblagopoluchiya [Virtual Worlds MMORPG: Part 2. Cure for social and psychological ill-being]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics], 2015, vol. 12, no. 1, pp. 71–89. (In Russ., Abstr. in Engl.).

7. Bobysheva E.O. Internet-zavisimost' i sklonnost' k deviantnomu povedeniyu [Elektronnyi resurs] [Internet addiction and propensity to deviant behavior]. *Kochenovskie chteniya «Psikhologiya i pravo v sovremennoi Rossii»* [Kochenovsky readings "Psychology and Law in Modern Russia"], 2010. Available at: [http://psyjournals.ru/kochenovskie\\_chteniya\\_2010/issue/41351\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/kochenovskie_chteniya_2010/issue/41351_full.shtml) (Accessed: 01.02.17).
8. Bogacheva N.V. Voiskunskii A.E. Kognitivnye stili i impul'sivnost' u geimerov s raznym urovnem igrovoy aktivnosti i predpochitaemym tipom igr [Cognitive styles and impulsivity in gamers with different levels of gaming activity and the preferred type of games]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics], 2015, vol. 12, no. 1, pp. 29–53. (In Russ., Abstr. in Engl.).
9. Bratus' B.S. Anomalii lichnosti [Anomalies of personality]. Moscow: Publ. Mysl', 1988. 301 p.
10. Burova V.A. Internet-zavisimost' v meditsinskoj paradigme [Internet addiction in the medical paradigm]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 101–111.
11. Voiskunskii A.E. Aktual'nye problemy psikhologii zavisimosti ot Interneta [Current problems of psychology of Internet addiction]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2004, vol. 25, no. 1, pp. 90–100.
12. Voiskunskii A.E. Gruppovaya igrovaya deyatelnost' v Internete [Elektronnyi resurs] [Group game activity on the Internet]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 1999, vol. 20, no. 1, pp. 126–132. Available at: [http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy\\_1999.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy_1999.pdf) (Accessed: 01.02.17).
13. Voiskunskii A.E. Metodologicheskie aspekty zavisimosti ot Interneta: zarubezhnye issledovaniya [Methodological aspects of Internet addiction: foreign research]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 101–111.
14. Voiskunskii A.E. Perspektivy stanovleniya psikhologii Interneta [Prospects for the development of Internet psychology]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2013, vol. 34, no. 3, pp. 110–118.
15. Voiskunskii A.E. Pol. Gender. Internet [Elektronnyi resurs] [Sex. Gender. The Internet.]. *Vestnik RGNF* [Herald of RGNF], 2004, no. 1. Available at: [http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy\\_2004a.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/public/voyskunskiy/voyskunskiy_2004a.pdf) (Accessed: 01.02.17).
16. Voiskunskii A.E. Fenomen zavisimosti ot Interneta [Phenomenon of dependence on the Internet]. In Voiskunskii A.E. (ed.) *Gumanitarnye issledovaniya v Internete* [Humanitarian research on the Internet]. Moscow: Mozhaisk-Terra, 2000. 432 p.
17. Grekov M.A. Fenomen eskapizma v medianasyshchenom obshchestve. Dis. kand. filosof. nauk. [The phenomenon of escapism in a media-rich society. Ph. D. (Philosophy) Thesis]. Omsk, 2008. 131 p.
18. Gutman I.E. Komp'yuternye virtual'nye igry: kul'turno-antropologicheskie aspekty analiza. Dis. kand. filosof. nauk. [Computer virtual games: cultural and anthropological aspects of analysis. Ph. D. (Philosophy) Thesis]. St. Petersburg, 2009. 193 p.
19. Drepa M.I. Internet-zavisimost' kak ob"ekt nauchnoi refleksii v sovremennoi psikhologii [Internet addiction as the object of scientific reflection in modern psychology]. *Znanie. Ponimanie. Umenie*. [Knowledge. Understanding. Skill.], 2009, no. 2, pp. 189–193.
20. Egorov A.Yu. Kuznetsova N. Petrova E. Osobennosti lichnosti podrostkov s Internet-zavisimost'yu [Personality characteristics of adolescents with Internet addiction]. *Voprosy*

- psikhicheskogo zdorov'ya detei i podrostkov* [Mental health of children and adolescents], 2005, vol. 5, no. 2, pp. 20–27.
21. Zhukova M.A. Teperik R.F. Osobennosti sfery obshcheniya Internet-zavisimykh pol'zovatelei [Features of the sphere of communication of Internet-dependent users]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 165–187.
  22. Zapesotskaya I.V. Metapsikhologicheskii uroven' realizatsii sostoyaniya zavisimosti [Metapsychological level of the state of dependence]. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya* [Pedagogy and psychology of education], 2012, no. 3, pp. 90–98.
  23. Zapesotskaya I.V. Nikishina V.B. Sostoyanie zavisimosti: metapsikhologicheskii podkhod [Elektronnyi resurs] [State of addiction: metapsychological approach]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education], 2013, no. 2. Available at: <http://psyjournals.ru/psyclin/2013/n2/62045.shtml> (Accessed: 01.02.17). (In Russ., Abstr. in Engl.).
  24. Zaretskaya O.V. Zavisimost' ot komp'yuternykh onlain-igr kak raznovidnost' addiktivnogo povedeniya [Elektronnyi resurs] [Dependance on online computer games as a type of addictive behaviour]. *Social'naya psihologiya i obschestvo* [Social Psychology and Society], 2016, vol. 7, no. 3, pp. 105–120. Available at: [http://psyjournals.ru/social\\_psy/2016/n3/zaretkaya.shtml](http://psyjournals.ru/social_psy/2016/n3/zaretkaya.shtml) (Accessed: 01.02.17). (In Russ., Abstr. in Engl.).
  25. Klyucharev V.A. Zubarev I.P. Shestakova A.N. Neurobiologicheskie mekhanizmy sotsial'nogo vliyaniya [Neurobiological mechanisms of social influence]. *Ekspierimental'naya psikhologiya* [Experimental psychology], 2014, vol. 7, no. 4, pp. 20–36.
  26. Konstantinov V.V. K voprosu o ponyatii «adaptatsiya» [Elektronnyi resurs] [To the question of the concept of "adaptation"]. *Problemy cotsial'noi psikhologii lichnosti* [Problems of social psychology of personality]. Saratov: Publ. SGU, 2008. Available at: [http://psyjournals.ru/sgu\\_socialpsy/issue/30306\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30306_full.shtml) (Accessed: 01.02.17). (In Russ.).
  27. Korsakova L.I. Koping-povedenie i zashchitnye mekhanizmy sistemy adaptatsii lichnosti [Elektronnyi resurs] [Coping behavior and protective mechanisms of the system of personality adaptation]. *Trudy SGA* [Works of the SSA], 2010, no. 8. Available at: [http://www.edit.muh.ru/content/mag/trudy/08\\_2010/11.pdf](http://www.edit.muh.ru/content/mag/trudy/08_2010/11.pdf) (Accessed: 01.02.17). (In Russ.).
  28. Kochetkov N.V. Patologicheskoe pristrastie ili novaya real'nost'? Razmyshleniya o fenomene igromanii [Pathological addiction or a new reality? Reflections on the phenomenon of game addiction]. *Shkol'nyi psikholog* [School psychologist], 2015, no. 4–6 (531–532), pp. 4–10.
  29. Kochetkov N.V. Sotsial'no-psikhologicheskie aspekty zavisimosti ot onlain-igr i metodika ee diagnostiki [Elektronnyi resurs] [Socio-psychological aspects, depending on the online games and the method of its diagnosis]. *Social'naya psihologiya i obschestvo* [Social Psychology and Society], 2016, vol. 7, no. 3, pp. 148–163. Available at: [http://psyjournals.ru/social\\_psy/2016/n3/kochetkov.shtml](http://psyjournals.ru/social_psy/2016/n3/kochetkov.shtml) (Accessed: 01.02.17). (In Russ., abstr. in Engl.).
  30. Kutuzova D.A. Eskapizm kak forma samoopredeleniya v podrostkovom i yunosheskom vozraste: Tezisy dokladov uchastnikov konferentsii «Lomonosov-2001» [Elektronnyi resurs] [Escapism as a form of self-determination in adolescence and adolescence: Abstracts of conference participants «Lomonosov-2001»]. Available at: <http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2001/index.html> (Accessed: 01.02.17). (In Russ.).
  31. Latypov I.V. Vzaimosvyaz' samootchuzhdeniya i obraza Ya lichnosti [The relationship between self-esteem and the self-image]. *Vestn. Kazanskogo gos. un-ta im. N.A. Nekrasova* [The bulletin of the Kazan State University named after N.A. Nekrasov], 2011, vol. 17, pp. 130–133.

32. Leont'ev A.N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost'. [Activity. Consciousness. Personality.]. Moscow: Publ. Kniga po trebovaniyu, 2011. 352 p.
33. Litinskaya D.G. Tipy sovremennogo eskapizma i fenomen ekzistentsial'nogo eskapizma [Elektronnyi resurs] [Types of modern escapism and the phenomenon of existential escapism]. *Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik [Yaroslavl Pedagogical Herald]*, 2012, no. 1, vol. 1 (Gumanitarnye nauki [Humanitarian sciences]). Available at: [http://vestnik.yspu.org/releases/2012\\_1g/69.pdf](http://vestnik.yspu.org/releases/2012_1g/69.pdf) (Accessed: 01.02.17).
34. Loskutova V.A. Internet-zavisimost' kak forma nekhimicheskikh addiktivnykh rasstroistv: Dis. kand. med. nauk. [Internet addiction as a form of non-chemical addictive disorders. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Novosibirsk, 2004. 157 p.
35. Malygin V.L. Smirnova E.A. Khomeriki N.S. Lichnostno-kharakterologicheskie i sotsial'nye faktory riska formirovaniya sklonnosti k Internet-zavisimosti u podrostkov [Personal-character and social risk factors for the formation of addiction to Internet addiction in adolescents]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]*. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 199–210.
36. Marinova T.Yu., Zaretskaya O.V. Sotsial'no-psikhologicheskie aspekty zavisimosti ot komp'yuternykh rolevykh onlain igr [Social Psychological Aspects of Addiction to Massively Multiplayer Online Role-Playing Games]. *Sotsial'naya psihologiya i obschestvo [Social Psychology and Society]*, 2015, vol. 6, no.3, pp. 109–119. (In Russ., Abstr. in Engl.).
37. Osin E.N. Smysloutrata kak perezhivanie otchuzhdeniya: struktura i diagnostika: Avtoref. dis. ... kand. psikholog. nauk. [Loss of meaning as the experience of alienation: structure and diagnostics. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow, 2007 [Elektronnyi resurs]. Available at: <http://www.psy.msu.ru/science/autoref/osin.pdf> (Accessed: 01.02.17).
38. Osin E.N. Leont'ev D.A. Smysloutrata i otchuzhdenie [Loss of meaning and alienation]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-historical psychology]*, 2007, no. 4, pp. 68–77.
39. Pakhomova T. V. Nekotorye psikhologicheskie problemy internet-zavisimosti [Some psychological problems of Internet addiction]. *Molodoi uchenyi [Young scientist]*, 2014, no. 15, pp. 236–238.
40. Rogov E.I. Rogova E.E. Internet-zavisimost' kak stremlenie k odinochestvu [Elektronnyi resurs] [Internet addiction as a desire for loneliness]. *Psikhologiya obrazovaniya v XXI veke: teoriya i praktika [Psychology of education in the XXI century: theory and practice]*. Available at: [http://psyjournals.ru/education21/issue/54915\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/education21/issue/54915_full.shtml) (Accessed: 01.02.17).
41. Skvortsova S.N. Shumskii V.B. Strukturnaya model' fenomena zavisimosti v blizkikh mezhlichnostnykh otnosheniyakh [Structural model of the phenomenon of dependence in close interpersonal relationships]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Consultative psychology and psychotherapy]*, 2013, no. 4, pp. 51–69.
42. Smirnova E.A. Osobennosti semeinogo vospitaniya pri Internet-zavisimosti [Elektronnyi resurs] [Features of family education in Internet addiction]. *Addiktivnoe povedenie: profilaktika i reabilitatsiya [Addictive behavior: prevention and rehabilitation]*. Available at: [http://psyjournals.ru/addictive\\_behavior/issue/46115\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/addictive_behavior/issue/46115_full.shtml) (Accessed: 01.02.17).
43. Sorokina A.B. Internet v zhizni sovremennykh detei i podrostkov: problema i resurs [Internet in the life of modern children and adolescents: the problem and resource]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya [Modern foreign psychology]*, 2015, vol. 4, no. 1, pp. 45–64.
44. Surmava A.V. Il'enkov i revolyutsiya v psikhologii [Ilyenkov and the Revolution in Psychology]. *Logos*, 2009, no. 1(69), pp. 112–132.
45. Chudova N.V. Evlampieva M.A. Rakhimova N.A. Psikhologicheskie osobennosti kommunikativnogo prostranstva Interneta [Elektronnyi resurs] [Psychological features of the communicative space of the Internet]. Available at: [http://evartist.narod.ru/text7/47.htm#\\_ftnref14](http://evartist.narod.ru/text7/47.htm#_ftnref14) (Accessed: 01.02.17).

46. Shadrin N.S. O paradigmax analiza fenomena otchuzhdeniya v sovremennoi psikhologii [About the paradigms of the analysis of the phenomenon of alienation in modern psychology]. *Metodologiya i istoriya psikhologii* [Methodology and history of psychology], 2010, vol. 5, no. 3, pp. 141–153.
47. Shaidulina A.F. Sravnitel'noe issledovanie osobennostei blizhaishego okruzheniya patsientov, stradayushchikh patologicheskoi sklonnost'yu k azartnym igram, i patsientov s komp'yuternoii zavisimost'yu [A comparative study of the peculiarities of the immediate environment of patients suffering from pathological gambling addiction and patients with computer addiction]. In Voiskunskiy A.E. (ed.) *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: the psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Publ. Akropol', 2009, pp. 237–250.
48. Carman R.S. Fitzgerald B.J. Holmgren Ch. Alienation and drinking motivations among adolescent females [Otchuzhdenie i motivatsiya k upotrebleniyu alkogolya sredi devushek-podrostkov] [Elektronnyi resurs]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1983, vol. 44, no. 5, pp. 1021–1024. Available at: <http://psycnet.apa.org/> (Accessed: 01.02.17).
49. Davis R.A. A Cognitive-behavioral Model of PIU [Elektronnyi resurs]. Available at: [http://www.researchgate.net/publication/223337034\\_A\\_cognitive-behavioral\\_model\\_of\\_pathological\\_Internet\\_use](http://www.researchgate.net/publication/223337034_A_cognitive-behavioral_model_of_pathological_Internet_use) (Accessed: 01.02.17).
50. Gabbiadini A., Mari S., Volpato Ch., et al. Identification processes in online group: Identity motives in the virtual realm of MMORPGs [Elektronnyi resurs]. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 2014, vol. 26(3), pp. 141–152. Available at: <http://psycnet.apa.org/journals/jmp/23/3/141.pdf> (Accessed: 01.02.17).
51. Griffiths M. Izbytochnoe primeneniye Interneta: onlainovoe addiktivnoye povedeniye [Elektronnyi resurs] [Excessive use of the Internet: online addictive behavior]. *Tezisy distantnykh zarubezhnykh uchastnikov simpoziuma «Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya»* [Theses of distant foreign participants of the symposium "Internet addiction: psychological nature and dynamics of development"]. 2009. Available at: <http://www.psy.msu.ru/science/conference/internet/2009/theses.html> (Accessed: 01.02.17).
52. Grohol J. Internet Addiction Guide [Elektronnyi resurs]. Available at: <http://psychcentral.com/netaddiction> (Accessed: 01.02.17).
53. Holmes L. Pathological Internet Use – Some Examples [Elektronnyi resurs]. Available at: <http://mentalhealth.about.com/cs/sexaddict/a/intaddict.htm> (data obrashcheniya: 01.02.17).
54. Shotton M.A. Computer Addiction? A Study of Computer Dependency. London: Publ. Taylor and Francis, 1989. 342 p.
55. Turkle Sh. The Second Self. New-York: Publ. Simon and Shuster, 1984. 362 p.
56. Utz S., Jonas K.J., Tonkens E. Effects of passions for massively multiplayer online role-playing games on interpersonal relationships [Elektronnyi resurs]. *Journal of Media Psychology*, 2012, vol. 24(2), pp. 77–86. Available at: <http://psycnet.apa.org/journals/jmp/24/2/77.pdf> (Accessed: 01.02.17).
57. Young K.S. When Gaming becomes an Obsession: Help for Parents and their Children to Treat Online Gaming Addiction [Elektronnyi resurs]. Available at: <http://netaddiction.com/articles/Online%20Gaming%20Treatment.pdf> (Accessed: 01.02.17).