

**С.М. Мустафаєв**  
научний кореспондент  
Института психологии им. Г.С. Костюка  
Национальной академии педагогических наук Украины

## **Особенности эмоциональной сферы и коммуникативной компетентности у подростков с интернет-зависимым поведением**

*В статье приводятся теоретическое обоснование и результаты эмпирического исследования эмоциональной сферы и невербальных аспектов коммуникативной компетентности у подростков с интернет-зависимым поведением. Посредством серии диагностических методик были выявлены некоторые особенности эмоциональной и коммуникативной сферы подростков, свидетельствующие о наличии эмоциональных нарушений, а также низкого уровня развития невербально-коммуникативной компетентности и социально-перцептивных способностей у подростков данной категории. Полученные в ходе исследования данные демонстрируют необходимость оптимизации эмоциональной сферы и формирования коммуникативной компетентности, эмоционально-экспрессивного поведения у подростков с интернет-зависимым поведением.*

**Ключевые слова:** эмоциональная сфера, эмоционально-экспрессивное поведение, коммуникативная компетентность, интернет-зависимое поведение, невербальное поведение.

**С.М. Мустафаєв**  
науковий кореспондент  
Институту психології ім. Г.С. Костюка  
Національної академії педагогічних наук України

## **Особливості емоційної сфери і комунікативної компетентності у підлітків з інтернет-залежною поведінкою**

*У статті наводиться теоретичне обґрунтування і результати емпіричного дослідження емоційної сфери та невербальних аспектів комунікативної компетентності у підлітків з інтернет-залежною поведінкою. Враховуючи специфічні умови соціального функціонування підлітків з інтернет-залежною поведінкою, було висунуто припущення про наявність у них порушень розвитку емоційної сфери та комунікативної компетентності.*

*За допомогою серії діагностичних методик були визначені деякі особливості емоційної та комунікативної сфери підлітків, які свідчать про наявність емоційних порушень, а також низького рівня розвитку невербально-комунікативної компетентності та соціально-перцептивних здібностей у підлітків даної категорії. Зокрема, для підлітків з інтернет-залежною поведінкою характерні: підвищений рівень алекситимії, зниження здатності до прояву емпатії, низький рівень емоційного інтелекту. З боку комунікативної сфери, було виявлено зниження здатності до адекватної інтерпретації невербальної поведінки: труднощі в інтерпретації невербальної поведінки на підставі ідентифікації постав, міміки, жестів, складності відносно інтерпретації та репрезентації групових форм невербальної поведінки, а також здібностей до кодування невербальної експресії. Визначені психологічні особливості можуть бути наслідком низької залученості даної категорії підлітків до практики безпосереднього міжособистісного спілкування, комунікації, а також недостатнім досвідом соціалізації емоційних реакцій, станів, відносин. Отримані в процесі дослідження дані демонструють необхідність оптимізації емоційної сфери*

та формування комунікативної компетентності, емоційно-експресивної поведінки у підлітків з інтернет-залежною поведінкою.

**Ключові слова:** емоційна сфера, емоційно-експресивна поведінка, комунікативна компетентність, інтернет-залежна поведінка, невербальна поведінка.

**S. Mustafaeu**  
Scientific Correspondent  
of the Institute of Psychology. G.S. Kostyuk,  
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

## Peculiarities of emotional sphere and communicative competence in adolescents with internet-dependent behavior

*The article presents the theoretical substantiation and the results of an empirical study of the emotional sphere and non-verbal aspects of communicative competence in adolescents with Internet-dependent behavior. Through a series of diagnostic techniques, some features of the emotional and communicative sphere of adolescents were revealed, indicating the presence of emotional disorders, as well as a low level of development of non-verbal-communicative competence and social perceptual abilities in adolescents of this category. The data obtained during the study demonstrate the need to optimize the emotional sphere and the formation of communicative competence, emotional and expressive behavior in adolescents with Internet-dependent behavior.*

**Key words:** emotional sphere, emotional-expressive behavior, communicative competence, Internet-dependent behavior, non-verbal behavior.

### **Постановка проблеми и актуальность исследования**

В силу всеобщей «интернетизации» большинства сфер общественной жизни использование человеком компьютерных технологий, мобильных гаджетов становится привычным условием реализации разных видов деятельности человека – игровой, учебной, профессиональной, частью его повседневных занятий, формой общения и институтом социализации. Не смотря на очевидный факт позитивной роли интернет-технологий в жизни современного человека, чрезмерная вовлеченность в мир Интернета может оказывать и негативное влияние на психическое, психологическое и социально-психологическое функционирование человека. Одной из таких форм негативного влияния патологического использования Интернет-ресурсов является феномен «интернет-зависимости».

Ведущее место по риску формирования интернет-зависимого поведения занимают

подростки [6, 7, 8], которые посредством Интернет-пространства находят возможность уйти от внешнего мира, удовлетворить нереализованные потребности, сформировать новый образ «Я» и многое другое. Это создает благоприятную почву для систематического обращения к подобному виду времяпрепровождения, деятельности и общения, а значит и для формирования контрпродуктивных форм взаимодействия с миром Интернета.

Подростковый период является сенситивным для развития, обогащения и усложнения коммуникативной и эмоциональной сфер личности, формирования коммуникативной компетентности, способностей к пониманию, проявлению и контролю над эмоциями и чувствами. При этом базовой составляющей процессов подростковой коммуникации является эмоциональный компонент, когда эффективность межличностного общения в значительной степени зависит от способности адекватно оценивать эмоциональное состояние другого, а

также осознавать, проявлять и контролировать собственные эмоции, невербальное экспрессивное поведение.

В целом качество развития эмоциональной сферы и коммуникативной компетентности влияет на гармоничность всей системы межличностных и социальных отношений человека, а значит, и на общее благополучие развивающейся личности. Однако, интернет-зависимое поведение, накладывающее определенные ограничения на проявление и реализацию эмоциональных отношений подростков, а также снижение практики непосредственного межличностного общения со сверстниками позволяют предположить наличие у них низкого уровня сформированности диапазона эмоциональных реакций и отношений, а также недостаточный уровень развития эмоционального интеллекта и эмпатийных способностей.

В связи с этим особое значение приобретает своевременное выявление психологических факторов риска формирования интернет-зависимости у подростков, составление рекомендаций по профилактике интернет-зависимого поведения, а также разработка программ по коррекции и развитию эмоциональной и коммуникативной сфер у подростков с интернет-зависимым поведением.

Таким образом, **целью** данной статьи является рассмотрение особенностей эмоциональной сферы и коммуникативной компетентности подростков с интернет-зависимым поведением.

### ***Анализ последних исследований и публикаций по теме***

В.Л. Малыгин раскрывает понятие «интернет-зависимое поведение» как невозможность субъективного контроля над использованием Интернета, сопровождающееся отрицательным влиянием этого использования на свою жизнь (отношения, здоровье, работу, учёбу, эмоциональное и психологическое состояние) и контрпродуктивным характером деятельности в Интернете [8].

Исследователи выделяют такие психологические симптомы интернет-зави-

симости: сложность контроля времени, проводимого в Интернете [12]; лабильность настроения при его использовании; пренебрежение деятельностью вне сети [2]; симптомы толерантности, отмены; сверхценность объекта зависимости; дезадаптивность, наличие депрессивных состояний; обсессивно-компульсивные поведенческие проявления, враждебность, межличностная сензитивность; нарушения социального интеллекта [7]; нарушения перцептивного компонента общения [11]; наличие измененных состояний сознания [3]. Все вышеперечисленные симптомы прямо или же косвенно указывают на наличие нарушений в эмоциональной сфере человека. Безусловно, интернет-технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание подростка. В нашем исследовании мы предположили, что чрезмерная вовлеченность в Интернет-среду и, как следствие, недостаток практики непосредственного межличностного общения могут оказывать негативное влияние на развитие эмоциональной и коммуникативной сфер подростков с интернет-зависимым поведением.

Исследования особенностей эмоциональной сферы интернет-зависимых пользователей демонстрируют самые разнообразные ее нарушения. Так, автор Спиркина Т.С. в своей работе приводит данные о том, что для интернет-зависимых пользователей характерны такие негативные эмоциональные особенности, как: тревожность и депрессии, эмоциональная напряженность, эмоциональная лабильность, застенчивость. Они испытывают коммуникативные сложности, проявляют социальную пассивность, недоверчивость и настороженность по отношению к людям, имеют негативные коммуникативные установки, склонные к неконформизму [10]. Обращает внимание тот факт, что эмоциональные нарушения во многом сочетаются с нарушениями в коммуникативной сфере интернет-зависимых пользователей.

Исследователи М.А. Жукова, Р.Ф. Теперик выделяют нарушения эмоциональ-

ного компонента общения у интернет-зависимых: снижения эмпатических способностей, умения считывать эмоции партнера по общению, а также общего снижения способностей понимать невербальный язык другого человека и высокого уровня алекситимии [11].

Таким образом, анализ исследований позволяет констатировать наличие широкого спектра эмоциональных нарушений у подростков с интернет-зависимым поведением, их взаимосвязь с коммуникативной сферой личности и коммуникативной компетентностью.

Категория «коммуникативная компетентность» трактуется Ю.Н. Емельяновым как основанная на знаниях и чувственном опыте способность личности ориентироваться в ситуациях общения, свободно владеть вербальными и невербальными способами общения; при этом коммуникативная компетентность всегда формируется в социальном контексте [4]. Учитывая эти данные, применительно к подросткам с интернет-зависимым поведением, чрезмерно вовлеченных в мир Интернета, а потому ограниченных в практике непосредственного межличностного общения и реализации невербального поведения, можно предположить наличие у них затруднений в развитии невербальных аспектов коммуникативной компетентности.

### ***Изложение основного материала исследования***

В связи с выдвинутыми предположениями нами было проведено эмпирическое исследование. На его первом этапе по результатам проведения комплекса диагностических методик: «Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости» (Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот), тест на выявление интернет-зависимости К. Янг (в адаптации Буровой В.А.) нами были выявлены 30 подростков с интернет-зависимым поведением. Так же нами была определена группа подростков в составе 30 человек, не имеющих признаков интернет-зависимого поведения и не входящих в группу риска.

В дальнейшем с целью исследования различных параметров эмоциональной сферы и невербально-коммуникативной компетентности нами были использованы следующие диагностические методики: 1) Торронтская алекситимическая шкала (TAS); 2) диагностика уровня эмпатических способностей (В.В. Бойко); 3) методика на определение уровня эмоционального интеллекта (Н. Холл); 4) определение общей эмоциональной направленности (Б.И. Додонов); 5) методика «Диагностика уровня развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения» (В.А. Лабунская).

Сравнение показателей между группами подростков-пользователей и подростков с интернет-зависимым поведением выявило статистически достоверно различающиеся результаты по уровню выраженности алекситимии (при уровне значимости  $p \leq 0,01$ ). Из гистограммы видно (см. рис. 1), что для подростков, склонных к интернет-зависимому поведению, характерен высокий уровень алекситимического радикала, что проявляется в низкой способности данной категории детей вербализовать свои эмоционально-чувственные отношения с миром, людьми. Подобные результаты, по-видимому, связаны с низкой вовлеченностью данной категории подростков в процессы непосредственной межличностной коммуникации, недостаточной социализации эмоциональных реакций, состояний и отношений.

Сравнительное изучение типов эмоциональной направленности не выявило статистически значимых различий по данным методики «Определение общей эмоциональной направленности» (Б.И. Додонова) [1]. Результаты свидетельствуют (см. рис. 2), что в целом для подростков обеих групп характерно преобладание альтруистического, коммуникативного, романтического и гедонистического типов эмоциональной направленности, что, по-видимому, связано с возрастными и индивидуально-психологическими особенностями подростков. В свою очередь, эти данные демонстрируют, что для под-

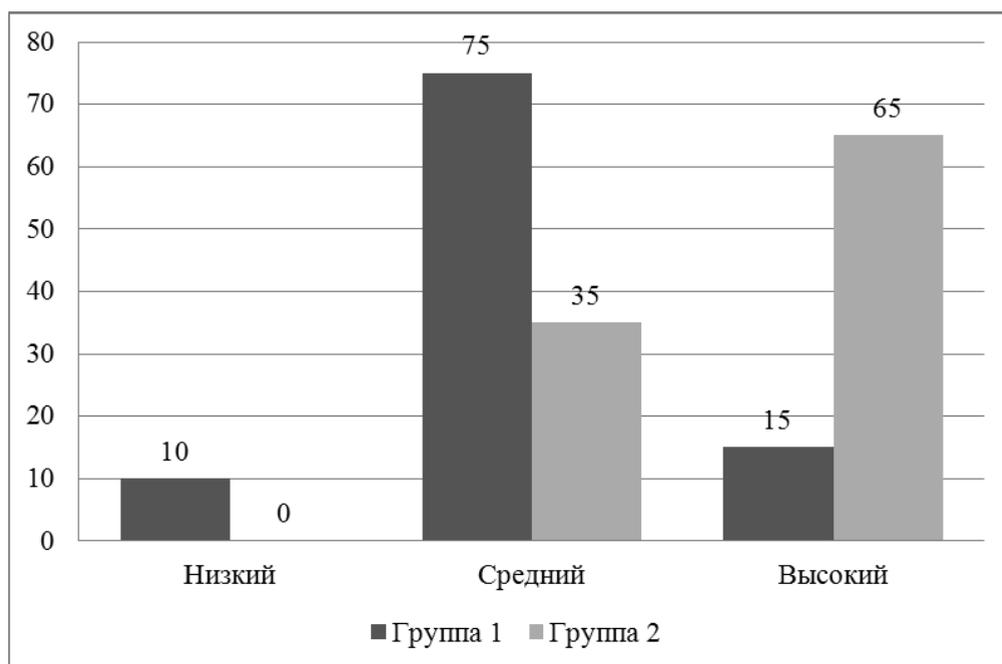


Рис. 1. Гистограмма степени выраженности алекситимии у подростков-пользователей (1 группа) и подростков с интернет-зависимым поведением (2 группа)

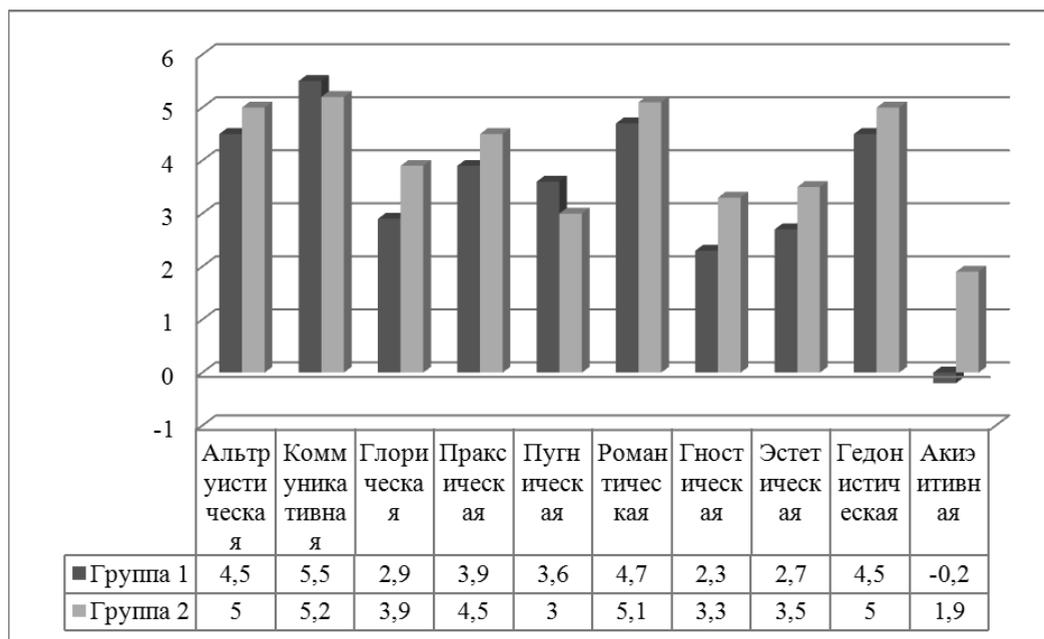


Рис. 2. Показатели представленности типов эмоциональной направленности у подростков-пользователей (1 группа) и подростков с интернет-зависимым поведением (2 группа)

ростков с интернет-зависимым поведением характерен достаточно широкий спектр эмоциональной направленности личности. Следовательно, чрезмерная увлеченность Интернет-ресурсами не способствует как резкому ограничению развития вершинных личностных образований – эмоциональной направленности, так и сужению ее спектра.

Далее нами была проведена диагностика уровня эмпатических способностей. Согласно полученным результатам у подростков с интернет-зависимым поведением наблюдается статистически значимые (при уровне значимости  $p \leq 0,01$ ) более низкие показатели как по общему уровню эмпатии, так и отдельным шкалам методики: «Рациональный канал эмпатии», «Эмоциональный канал эмпатии», «Интуитивный канал эмпатии», «Установки, способствующие эмпатии», «Проникающая способность к эмпатии», «Идентификация в эмпатии». Подобные данные свидетельствуют о том, что для подростков с интернет-зависимым поведением характерны следующие психологические особенности: 1) недостаточная сосредоточенность внимания, восприятия и мышления на сущности другого человека, низкая готовность к пониманию его состояний, проблем и поведения; 2) низкая способность к проявлению эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям; 3) сложности в прогнозировании поведения других людей и слабая опора на интуитивный опыт; 4) установки, препятствующие эмпатии – избегание контактов, снижение социального интереса, безразличие к проблемам других; 5) неумение создавать благоприятную общению обстановку открытости, доверия; низкие способности к идентификации, сопереживанию. Отсутствие склонности к проявлению эмпатии, на наш взгляд, обусловлено чрезмерной увлеченностью этими подростками миром Интернета и недостатком практики непосредственных форм межличностной коммуникации, общения, что, в свою очередь, может свидетельствовать о низкой коммуникативной компетентности.

Следующей задачей нашего исследования выступало определение и сравнение уровней эмоционального интеллекта [9] у подростков с интернет-зависимым поведением и подростков-пользователей. Полученные данные представлены на рис. 3. Согласно полученным результатам у подростков с интернет-зависимым поведением наблюдаются низкие показатели как в целом по эмоциональному интеллекту, так и по большинству параметров, входящих в его структуру. В частности, получены статистически достоверные различия (при уровне значимости  $p \leq 0,01$ ) по следующим шкалам: «Управление своими эмоциями», «Самомотивация», «Эмпатия» и «Распознавание эмоций других». Полученные результаты указывают на то, что для подростков данной категории свойственны следующие психологические особенности: эмоциональная ригидность, низкая способность к произвольному управлению собственными эмоциями; низкая способность к распознаванию, пониманию и оценке эмоций и чувств других людей, а также неумение их мотивировать, влиять на их эмоциональное состояние и поведение. На наш взгляд, данные результаты можно объяснить недостатком опыта непосредственного межличностного общения, ограниченностью эмоциональных проявлений в реальной жизни, что, в свою очередь, может свидетельствовать об их низкой коммуникативной компетентности.

Следующим нашим шагом стало исследование различных параметров невербально-коммуникативной компетентности и сопоставление количественных и качественных показателей по данным параметрам у подростков выделенных групп. В частности, мы диагностировали уровень способности к адекватной интерпретации невербального поведения [8, 9].

Для подростков с интернет-зависимым поведением (группа 2), в отличие от подростков нормативной группы (группа 1), характерны значимо более низкие показатели (при уровне значимости  $p \leq 0,01$ ) по большинству ее частных параметров (см. рис.4.). Это свидетельствует о том,

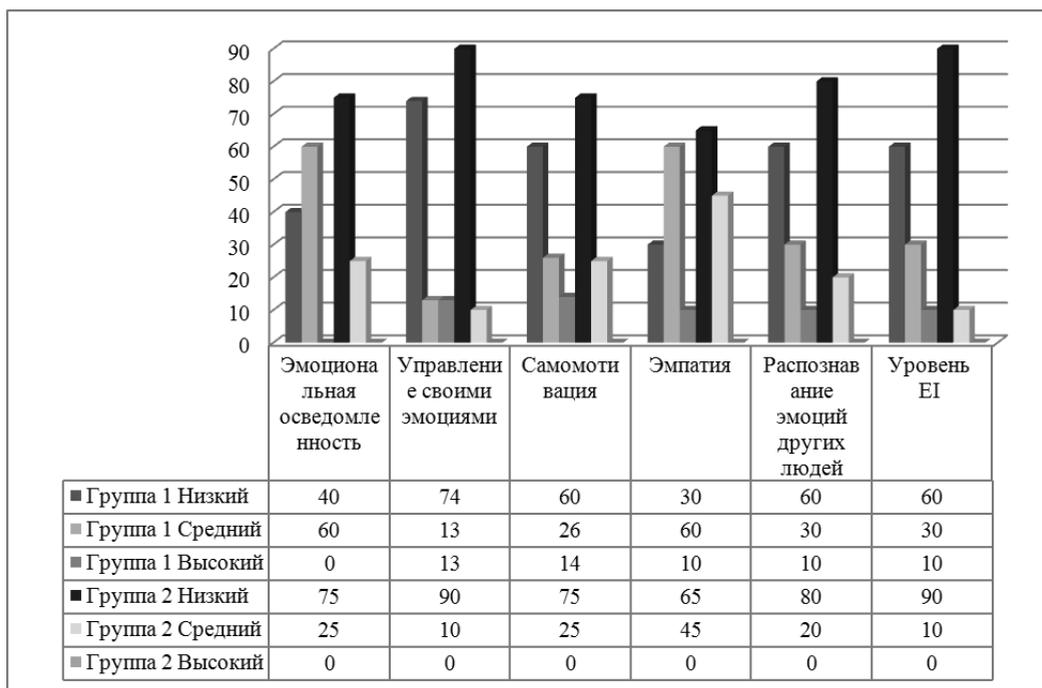


Рис. 3. Уровень развития эмоционального интеллекта у подростков-пользователей (1 группа) и подростков с интернет-зависимым поведением (2 группа)

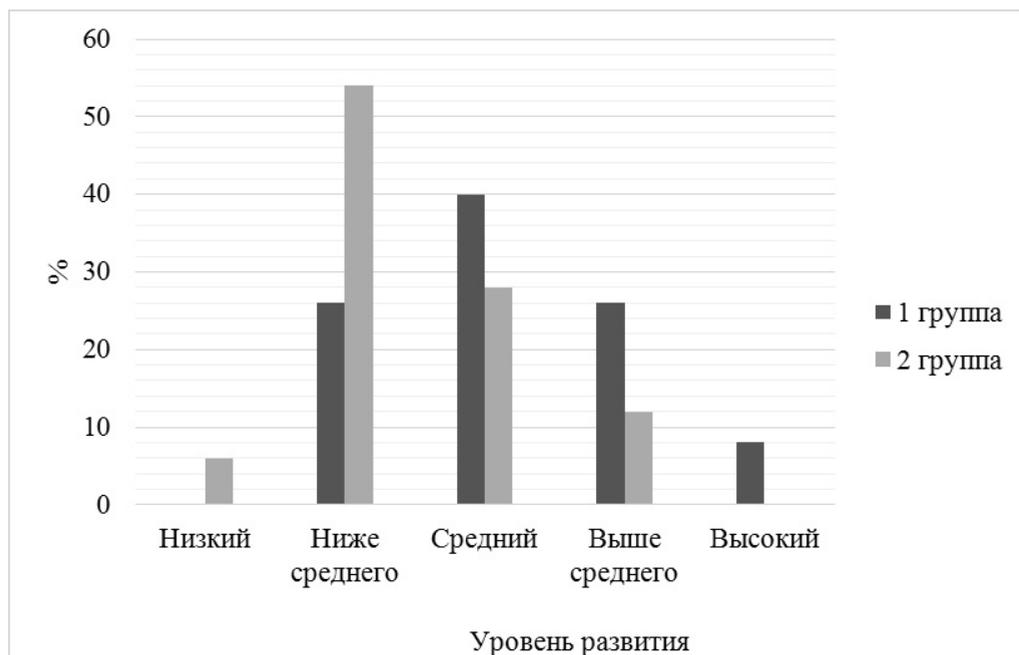


Рис. 4. Уровень развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения у подростков-пользователей (1 группа) и подростков с интернет-зависимым поведением (2 группа)

что подростки с интернет-зависимым поведением испытывают затруднения в понимании невербального поведения, осуществляемого с помощью поз, жестов, мимики. Обнаружен низкий уровень способности устанавливать адекватные связи между вербальным и невербальным поведением человека, а также затруднения в адекватной регуляции социально-психологических отношений человека посредством использования экспрессивного поведения с целью регуляции отношения в эмоционально-отрицательную или эмоционально-положительную сторону [9].

В свою очередь, выявлены значительные затруднения в решении задач, требующих адекватной интерпретации социальных взаимоотношений в диадах и группах, основанных на разнообразных невербальных экспрессивных паттернах, а также низкие способности к кодированию невербальной экспрессии.

Таким образом, эмпирическое исследование особенностей эмоциональной сферы и невербально-коммуникативной компетентности у подростков с интернет-зависимым поведением позволило сделать следующие **выводы**:

1. Для подростков с интернет-зависимым поведением характерен высокий уровень алекситимического радикала, что может проявляться в относительной неспособности данной категории подростков обозначать в вербальных категориях свои эмоционально-чувственные реакции, состояния, отношения с окружающим миром и людьми. На наш взгляд, это может быть связано с низкой вовлеченностью подростков с интернет-зависимым поведением в практику непосредственного межличностного общения, коммуникации, а также недостаточным опытом социализации эмоциональных реакций, состояний, отношений.

2. Низкие показатели по уровню эмоционального интеллекта у подростков с интернет-зависимым поведением свидетельствуют о сложностях в осознании и понимании своих эмоций, чувств, а также неспособности эффективно управлять

собственной эмоциональной сферой на основе принятия решений. Также для них могут быть характерны такие качества, как эмоциональная ригидность, недостаточная способность к пониманию эмоций и чувств других людей, а также воздействию на эмоциональное состояние и поведение других людей.

3. У подростков с интернет-зависимым поведением обнаружена низкая способность к эмпатии. В связи с этим, могут наблюдаться следующие психологические особенности: недостаточная направленность сознания на сущность другого человека, затруднения в понимании эмоциональных состояний, проблем, поведения людей, а также дефицит проявления эмоциональной отзывчивости, сочувствия; сложности в прогнозировании поведения других людей и слабая опора на интуитивный опыт в межличностном общении; установки, препятствующие эмпатии – избегание межличностных контактов, снижение социального интереса, безразличие к проблемам других; неумение создавать благоприятную обстановку открытости, доверия; низкие способности к идентификации, сопереживанию. Отсутствие склонности к эмпатийному отношению к миру, людям, на наш взгляд, обусловлено недостатком практики непосредственных форм межличностной коммуникации, общения, а значит – низкой коммуникативной компетентностью.

4. Исследование эмоциональной направленности личности показало, что для подростков с интернет-зависимым поведением характерен достаточно широкий спектр эмоциональной направленности личности. По-видимому, чрезмерная увлеченность Интернет-ресурсами не способствует резкому ограничению развития вершинных личностных образований – эмоциональной направленности.

5. Исследование невербальных аспектов коммуникативной компетентности показало, что у подростков с интернет-зависимым поведением наблюдаются низкие показатели по большинству из параметров, входящих в структуру способности к

адекватной интерпретации невербального поведения. В частности, для этих подростков характерны: затруднения в понимании значения различных маркеров мимической экспрессии, поз и жестов; сложности в соотношении интегративных характеристик невербальной экспрессии; низкий уровень способности устанавливать адекватные связи между вербальным и невербальным поведением человека; недостаточная способность интерпретировать ре-

презентации групповых форм невербального поведения; затруднения в адекватной регуляции социально-психологических отношений человека в группе и диаде посредством использования экспрессивных паттернов с целью регуляции отношения в эмоционально-отрицательную или эмоционально-положительную сторону, а также значимые трудности в реализации актов кодирования невербальной экспрессии.

### **Литература**

1. Додонов Б. И. В мире эмоций / Б. И. Додонов. – К.: Политиздат, 1987. – 270 с.
2. Дрепа М. И. Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии / М. И. Дрепа // Знание. Понимание. Умение. – 2009. – №2. – С. 189.
3. Егоров А. Ю. Нехимические зависимости / А. Ю. Егоров. – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.
4. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Л.: Изд. ЛГУ, 1985. – 166 с.
5. Жуков Ю. М. Диагностика и развитие компетентности в общении / Ю. Жуков, Л. Петровская, П. Растянников. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 96 с.
6. Камінська О. В. Психологія Інтернет-залежності: [монографія] / О. В. Камінська. – Житомир: Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2015. – 339 с.
7. Малыгин В. Л., Хомерики Н. С., Антоненко А. А. Индивидуально-психологические свойства подростков как факторы риска формирования интернет-зависимого поведения / В. Малыгин // Медицинская психология в России. – 2015. – № 1 (30). – С. 7. – Режим доступа: <http://medpsy.ru>
8. Мустафаев С. М. Особенности невербальной экспрессии подростков с интернет-зависимым поведением / С. Мустафаев // Перспективы науки и образования. – 2014. – №1. – С. 237-243. – Режим доступа: <http://pnojournal.wordpress.com>
9. Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под ред. Д. В. Любина, Д. В. Ушакова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 351 с.
10. Спиркина Т. С. Особенности эмоционально-личностной сферы пользователей сети Интернет, склонных к Интернет-зависимости / Т. Спиркина // Медицинская психология в России. – 2014. – № 6. – Режим доступа: <http://medpsy.ru>
11. Теперик Р. Ф., Жукова М. А. Особенности общения Интернет-зависимых пользователей // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / ред.-сост. А. Е. Войсунский. – М.: Акрополь, 2009. – 279 с.
12. Янг К. С. Клинические аспекты интернет-зависимого поведения / К. Янг // Медицинская психология в России. – 2015. – № 4 (33). – С. 2. – Режим доступа: <http://medpsy.ru>