

ВЛИЯНИЕ ПОКАЗАТЕЛЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОГНИТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ

Борисова Анна Андреевна

Студент 4-го курса Уральского федерального университета, Уральского гуманитарного института, департамента психологии, кафедры психологии и управления персоналом

E-mail: borisova.nyuta@inbox.ru



Актуальность

Тема компьютерной зависимости, а также ее влияние на социальные, эмоциональные и когнитивные навыки личности, стремительно набирает популярность. Развитие цифровых технологий безусловно влечет за собой трансформацию общества, в том числе и психологическую. Мы провели исследование, в ходе которого провели опрос молодых людей по тестам диагностики компьютерной зависимости и оценки уровня эмоционального интеллекта, и сделали выводы о том, как зависимость от цифровых технологий влияет на эмоциональное развитие и когнитивные способности личности.

Цель и задачи

Целью исследования является выявление влияния цифровых технологий и Интернета на социальные, эмоциональные и когнитивные способности человека.

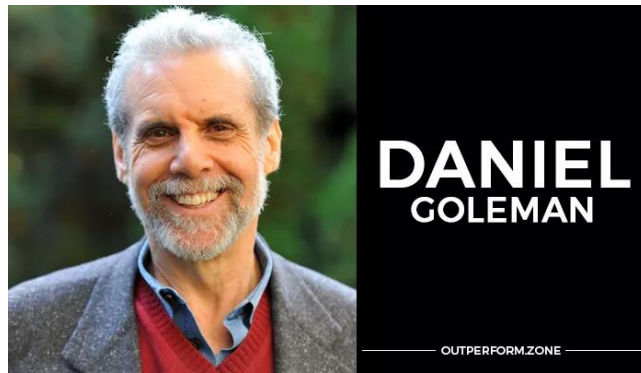


Мы ставили перед собой следующие **задачи**:

1. Исследовать влияние уровня компьютерной зависимости на эмоциональный интеллект;
2. Выявить влияние Интернета на когнитивные способности человека.

Эмоциональный интеллект

Американский психолог
Дэниел Гоулман популяризировал понятие «**эмоциональный интеллект**» и называл навыком самоконтроля и умением мотивировать свои действия. Сам термин был введен в 1990 году **Питером Сэловеем** и **Джоном Майером**, которые охарактеризовали эмоциональный интеллект как способность контролировать свои и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать для направления своих мыслей и действий.



Peter Salovey



John Mayer

Компьютерная зависимость

Компьютеризация, помимо несомненных достоинств, может повлечь негативные последствия, влияющие на социально-психологическое здоровье, а именно возникновение ***компьютерной зависимости.***



Методы исследования и выборка

Выборка исследования составила **67 человек в возрасте от 18 до 32 лет**. Респондентам был предложен онлайн-опросник, состоящий из теста на диагностику компьютерной зависимости Шакуровой А.Р. и Дроздиковой-Зариповой А.Р. и теста на оценку EQ по методике Н. Холла.

- **Шакурова А.Р. и Дроздикова-Зарипова А.Р.**, выделили три компонента *компьютерной зависимости*: компенсаторный компонент, проблемы в построении отношений с реальностью; эмоциональный контакт с виртуальностью; поиск гармонии; социальный компонент или помещение интересов, жизненных приоритетов в виртуальное пространство; сверхценностный компонент или степень поглощенности личного пространства компьютером.
- Методика **Н. Холла** на оценку *эмоционального интеллекта* состоит из 5 шкал: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

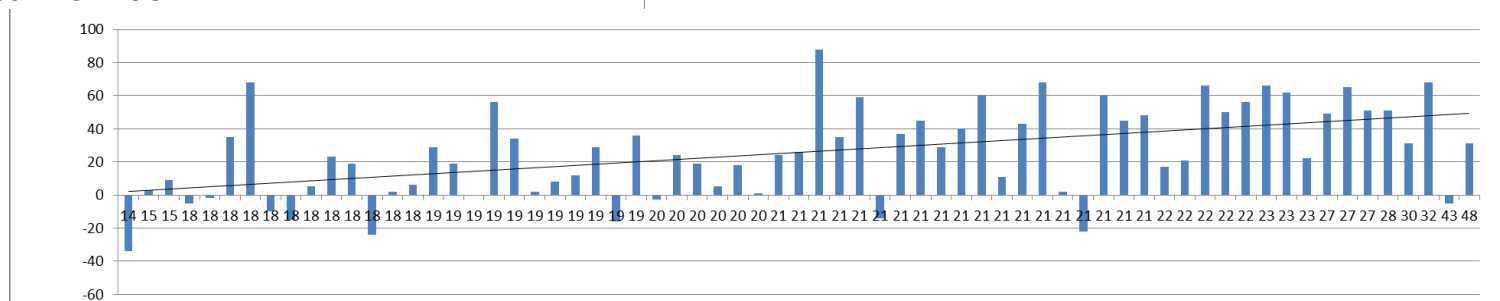
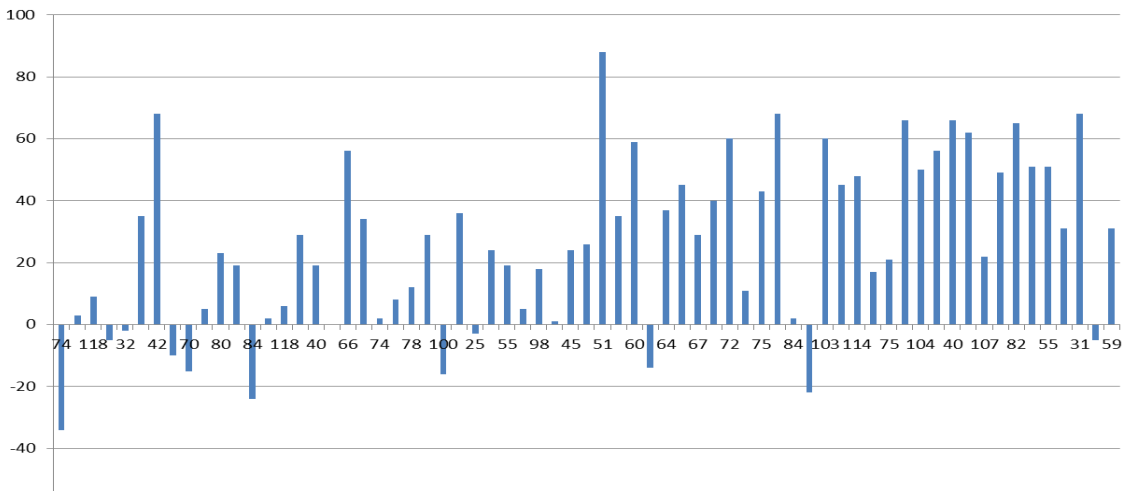
Результаты исследования

Возраст	Компьютерная зависимость				Эмоциональный интеллект					
	Компенс.	Соц. комп	Сверхц. к	Общий	Эмоц. ссс	Упр. свои	Самомот	Эмпатия	Упр. чуж	Общий
21	27	22	35	84	-9	8	-2	4	1	2
21	25	21	20	66	8	8	2	12	15	45
21	20	23	21	64	-3	12	9	9	10	37
21	18	22	20	60	2	14	13	16	14	59
22	37	42	25	104	10	9	11	9	11	50
20	18	18	19	55	-4	9	1	8	5	19
20	36	25	37	98	-12	12	5	7	6	18
21	19	10	22	51	18	16	18	18	18	88
20	36	33	36	105	-5	9	4	-3	-4	1
21	22	19	20	61	-5	-2	-2	-2	-3	-14
21	19	25	23	67	4	6	9	7	3	29
21	14	14	17	45	-7	8	4	15	4	24
21	35	32	36	103	8	16	12	13	11	60
19	37	40	24	101	-5	15	7	10	9	36
21	39	39	36	114	6	8	11	16	7	48
19	25	25	28	78	-11	3	4	10	6	12
21	21	26	25	72	6	12	13	18	11	60
22	35	29	13	77	9	14	16	12	15	66
32	6	12	13	31	11	13	14	17	13	68
18	9	12	12	33	1	9	6	5	14	35
18	30	26	28	84	-6	2	-5	-5	-10	-24
19	26	22	23	71	-6	6	11	16	7	34
20	28	28	35	91	4	-4	2	2	1	5
22	44	34	35	113	6	17	8	12	13	56
19	14	21	40	75	-14	6	-9	13	12	8
19	37	26	26	89	7	1	10	4	7	29
18	11	19	18	48	-7	9	-9	3	-6	-10
19	11	16	13	40	-3	12	6	1	3	19
27	21	19	16	56	4	7	8	13	17	49
18	28	27	25	80	-3	14	8	3	1	23
18	4	15	13	32	-11	5	-3	3	4	-2

20	7	10	8	25	-10	5	-3	3	2	-3
23	10	16	14	40	9	18	12	14	13	66
18	28	26	25	79	-2	7	4	-3	-1	5
18	40	27	31	98	-9	16	-8	4	-1	2
19	28	21	17	66	4	12	14	14	12	56
19	17	33	24	74	-17	3	0	14	2	2
20	10	23	19	52	-6	2	4	13	11	24
19	40	31	29	100	6	-4	5	-15	-8	-16
18	11	16	15	42	14	15	15	12	12	68
23	17	24	14	55	6	16	12	14	14	62
21	11	31	31	73	18	-1	12	-2	-16	11
18	28	24	30	82	5	5	3	6	0	19
19	25	18	10	53	-10	17	2	-6	-3	0
21	38	23	50	111	-6	8	7	18	18	45
21	20	20	16	56	-2	11	6	11	9	35
22	20	21	21	62	-3	13	2	-2	7	17
15	17	23	16	56	5	0	4	-7	1	3
19	9	9	20	38	4	-6	13	14	4	29
18	45	41	32	118	2	5	6	-3	-4	6
15	38	39	41	118	-1	5	1	6	-2	9
21	37	30	28	95	-5	0	-5	-6	-6	-22
22	25	25	25	75	-7	8	0	10	10	21
14	26	23	25	74	-14	-6	-7	-5	-2	-34
43	42	39	32	113	-6	6	-7	7	-5	-5
27	19	33	30	82	6	12	14	18	15	65
18	32	20	18	70	-6	1	-2	-4	-4	-15
48	12	24	23	59	-3	9	0	18	7	31
28	26	16	13	55	2	13	13	10	13	51
30	18	21	20	59	8	2	12	4	5	31
21	16	27	26	69	6	6	7	10	11	40
21	32	19	24	75	-1	8	9	13	14	43
23	29	40	38	107	3	12	8	-2	1	22
27	27	27	31	85	7	12	9	11	12	51
18	15	8	4	27	2	2	9	-9	-9	-5

Результаты исследования

Удалось выявить следующие тенденции: из всех респондентов только у 1 оказался высокий уровень эмоционального интеллекта, при этом почти у 39% - низким. Зато ни у одного из респондентов не оказалось высокого уровня компьютерной зависимости. Также удалось заметить, что чем старше респондент, тем выше его уровень эмоционального интеллекта. Еще одна закономерность: незначительное понижение уровня эмоционального интеллекта с ростом компьютерной зависимости.



Результаты исследования

Однако также мы обнаружили, что 57% респондентов давали искаженные ответы. Одни давали социального желательные ответы, а другие решили создать анкеты «фейков», из-за чего закономерности было сложно выявить. Заметим, что в начале анкеты респондентам предлагалось ввести свой никнейм. Предположительные причины искажения результатов: для кого-то никнейм оказался поводом указать ответы несуществующего человека, а для кого-то исчез эффект анонимности, и сработал фактор социально желательного ответа. Кроме того, заполнение анкеты многим респондентам показалось слишком долгим, и внимание рассеялось, из-за чего респонденты отвечали на вопросы тестов, не задумываясь. Подобная закономерность также была выявлена и объяснена **Андреем Курпатовым** как следствием роста **цифрового аутизма**.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

