

Научная статья

УДК 159.9.072

DOI: 10.54884/1815-7041-2025-85-4-84-91

## ВЛИЯНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ

Фомина Н. А.<sup>1</sup>✉, Кутьева Ю. Н.<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, Рязань, Российская Федерация

<sup>1</sup>✉ [pslfom@mail.ru](mailto:pslfom@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-5387-7733>

<sup>2</sup> [j\\_kutyova@mail.ru](mailto:j_kutyova@mail.ru)

Статья поступила в редакцию 24.09.2025  
Одобрена после рецензирования 05.10.2025  
Принята к публикации 22.10.2025

**Аннотация.** В статье рассматривается актуальная в условиях современного общества и цифровизации образования проблема интернет-зависимости личности, которая формируется у молодых людей при чрезмерном использовании интернета, зависит от эмоциональных переживаний и волевых свойств личности и приводит к ухудшению межличностных отношений, снижению физической активности и развитию психических расстройств. Эмпирически доказана гипотеза о том, что формированию интернет-зависимости способствуют некоторые особенности эмоционально-волевой сферы личности. Представлены и описаны выявленные у студентов вуза проявления интернет-зависимости, тревожности, фрустрации, ригидности, нейротизма, экстраверсии и интернальности. Студенты, которые испытывали необходимость проводить и проводили значительное количество времени за компьютером ежедневно вместо реального общения с друзьями, занятий спортом и т.д., отличались высоким уровнем тревожности и депрессии; ригидностью мышления в процессе решения проблем и взаимодействия с другими; неспособностью эффективно использовать свои ресурсы и влиять на события в своей жизни, пассивным поведением и избеганием ответственности за свои действия, что, несомненно, могло негативно влиять на процесс их самореализации и социализации. Результаты данного исследования могут послужить основой для разработки психологами практических рекомендаций и программ по профилактике и снижению интернет-зависимости студентов с целью повышения их коммуникационной активности и академической успеваемости.

**Ключевые слова:** личность, студенты, эмоционально-волевая сфера, интернет-зависимость, психические состояния.

**Для цитирования:** Фомина Н. А., Кутьева Ю. Н. Влияние особенностей эмоционально-волевой сферы личности студентов на формирование интернет-зависимости // Человек и образование. 2025. № 4 (85). С. 84–91, <https://doi.org/10.54884/1815-7041-2025-85-4-84-91>

Original article

## INFLUENCE OF CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE OF STUDENTS' PERSONALITY ON DEVELOPMENT OF INTERNET ADDICTION

N. Fomina <sup>1</sup>✉, Yu. Kutyova <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Ryazan State University named after S.A. Yesenin, Ryazan, Russian Federation

<sup>1</sup>✉ [pslfom@mail.ru](mailto:pslfom@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-5387-7733>

<sup>2</sup> [j\\_kutyova@mail.ru](mailto:j_kutyova@mail.ru)

The article was submitted on 24.09.2025

Approved after review on 05.10.2025

Accepted for publication on 22.10.2025

**Abstract.** The article considers the problem of personal Internet addiction, which is relevant in modern society and the digitalization of education, which is formed in young people with excessive use of the Internet, depends on emotional experiences and strong-willed personality traits and leads to a deterioration in interpersonal relationships, decreased physical activity and the development of mental disorders. The hypothesis that the formation of Internet addiction is facilitated by the peculiarities of the emotional and volitional sphere of personality has been empirically proven. The correlations of Internet addiction, anxiety, frustration, rigidity, neuroticism, extraversion and internality revealed in university students are presented and described. Students who felt the need to spend and spent a significant amount of time on the computer every day instead of actually communicating with friends, playing sports, etc., were characterized by high levels of anxiety, depression, rigidity of thinking in the process of solving problems and interacting with others.; the inability to effectively use their resources and influence events in their lives, passive behavior and avoidance of responsibility for their actions, which undoubtedly could negatively affect the process of their self-realization and socialization. The results of this study can serve as a basis for university psychologists to develop practical recommendations and programs to prevent and reduce students' Internet addiction in order to improve their communication and academic performance.

**Keywords:** personality, students, emotional-volitional sphere, internet addiction, mental states.

**For citation:** Fomina, N. A. and Kutyova, Yu. N. (2025) Influence of emotional-volitional characteristics of students' personality on development of Internet addiction. *Man and Education*, no. 4 (85), pp. 84–91. (in Russ.). <https://doi.org/10.54884/1815-7041-2025-85-4-74-81>

## Введение

Одна из главных характеристик современного общества – всеобъемлющее проникновение во все аспекты жизни сети Интернет, которая полностью преобразила жизнь и деятельность современных людей и стала неотъемлемой частью современной культуры [1]. Интернет позволяет за считанные секунды получать свежие новости со всего мира, быть в курсе событий, происходящих в реальном времени, быстро находить необходимую информацию, общаться и обмениваться информацией с людьми, совершать покупки, получать дополнительные возможности для развлечений, создавать альтернативный виртуальный мир [2].

Несмотря на общепризнанные достоинства использования интернета, его

проникновение в повседневную жизнь представляет собой серьёзную проблему [3]. Чрезмерное использование интернета приводит к возникновению интернет-зависимости – психического состояния или стойкого поведенческого нарушения, характеризующегося навязчивым желанием постоянного пребывания в Сети, невозможностью отказаться от использования интернета длительное время, неумением контролировать время, проведённое в Сети, а также отказом от общения в реальном мире в пользу виртуальных отношений и активностей [4]. Интернет-зависимость часто сопровождается психомоторным возбуждением, тревожностью, снижением способности принимать решения, уменьшением физической активности и, как следствие, проблемами со здоровьем

и избыточным весом, способствует нездоровому поведению, возникновению физических и психологических проблем [3]. Кроме того, интенсивное использование интернета, избыток информации и постоянное взаимодействие с виртуальным миром отрицательно влияют на сознание, восприятие реальной жизни, общение с близкими и друзьями, социальную адаптацию [5], мешая межличностным отношениям, работе или учёбе [6].

Следует заметить, что возникновение у человека интернет-зависимости связано не только с широким распространением интернета, но и в большой степени с особенностями личности человека, прежде всего её эмоционально-волевой сферы.

Так, выявлены связи между интернет-зависимостью и уровнем фрустрации – эмоциональной реакции на несоответствие между стремлениями и реальностью, – возникающей в результате препятствий на пути к достижению желаемого, тревожностью, т.е. эмоциональным состоянием, характеризующимся чувством беспокойства, напряжения и ожидания негативных событий, которое может привести к депрессии, нарушениям сна и соматическим заболеваниям, а также агрессивностью личности, направленной на причинение вреда или ущерба другим людям, объектам или самому себе, которая может проявляться в физической и в вербальной форме, быть реактивной (в ответ на провокацию) и проактивной (намеренно направленной на достижение определённой цели) [5]. Фрустрированность приводит к переносу реализации социальных процессов и потребностей в виртуальное пространство. При этом субъективные представления личности об интернете как инструменте решения или помощи в решении жизненных проблем пользователей часто не соответствуют действительности. Для пользователей интернета, которые переносят социальные мотивы в виртуальный мир, ищут в нем развлечения, целью которых является отвлечение от реальных проблем, характерны тревожные состояния и агрессивность [7].

Кроме того, возникновение интернет-зависимости может быть прямо связано с наличием симптомов депрессии, которая характеризуется устойчивым снижением энергии, активности, настроения, потерей интереса к жизни, социальным взаимодействиям и физической активности, избеганием общения, усталостью, негативными мыслями о себе и будущем; постоянными переживаниями грусти, безнадежности, беспомощности, раздражительности, тревожности; трудностями с концентрацией внимания, принятием решений, изменениями в аппетите и весе. Из-за чрезмерного пребывания в Сети часто нарушается сон, что приводит к различным стрессовым состояниям, вплоть до депрессии [5; 8; 9].

Важную роль в процессе возникновения интернет-зависимости играет нейротизм, который характеризует эмоциональную стабильность индивида и может быть предиктором различных психических расстройств. Люди с высоким уровнем нейротизма более чувствительны к стрессовым ситуациям, восприимчивы к эмоциональным колебаниям и склонны к переживанию тревоги, депрессии, чувства вины, к самокритике и негативному восприятию себя и окружающего мира, поэтому могут испытывать трудности в межличностных отношениях, приводящих к конфликтам, недопониманию и желанию предпочесть реальному общению виртуальное [10].

Интернет-зависимость также имеет связи с интровертированностью личности, которая проявляется в склонности к уединению, отстранении от реального мира, погружении в мир виртуальный, приводя к переживанию субъективного ощущения одиночества [11]; её недостаточной интернальной саморегуляцией, не позволяющей осуществлять активный контроль над ситуациями, в том числе за использованием интернета, и принимать на себя ответственность за это; низким самоконтролем, эмоциональной неустойчивостью, робостью, тревожностью, неуверенностью в себе [6].

Всё вышесказанное определяет актуальность представленного в данной статье исследования, целью которого стало эмпирическое доказательство гипотезы о наличии связи между формированием интернет-зависимости и особенностями эмоционально-волевой сферы личности современных студентов.

#### Методы и методики исследования

В исследовании использовались методы теоретического анализа, обобщения литературы и результатов эмпирических исследований свойств личности и формирования интернет-зависимости, тестирование, а также методы математической обработки полученных эмпирических данных.

Компьютерная и интернет-зависимость студентов были исследованы с помощью методик Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Больбот и С.А. Кулакова; самооценка психических состояний – с помощью методики Г. Айзенка; уровень субъективного контроля – с помощью опросника УСК Д. Роттера.

#### Результаты исследования

Исследование интернет-зависимости и особенностей эмоционально-волевой сферы личности студентов было проведено в 2024 г. на базе Рязанского государственного университета имени С.А. Есенина. В нём приняли участие 232 студента 1–3 курсов в возрасте от 17 до 22 лет (72% девушек и 28%

юношей), обучавшихся по направлениям подготовки «Информационные системы и технологии», «Психология», «Психолого-педагогическое образование».

На основе результатов кластерного анализа полученных эмпирических данных об интернет-зависимости и особенностях эмоционально-волевой сферы личности студенты были разделены на три группы: группу 1 составили 50% участников, группу 2 – 45%, а в группу 3 вошло всего 5% участников. В связи с малочисленностью третьей группы в дальнейших исследованиях участвовали только студенты 1-й группы, отличавшиеся интернальной саморегуляцией и настойчивостью, и 2-й группы, у которых были выражены тревожность, интернет-зависимость и отсутствовала настойчивость.

Исследование компьютерной и интернет-зависимости студентов 2-х групп с использованием методик Л. Н. Юрьевой, Т. Ю. Больбот и С. А. Кулакова показало, что у представителей группы 2 показатели были выше, чем у представителей группы 1 (табл.1).

Студенты группы 2 испытывали необходимость проводить значительное количество времени за компьютером и проводили много часов в Сети ежедневно вместо общения с друзьями, занятий спортом или других физических активностей, избегали реального взаимодействия; были убеждены в необходимости постоянного доступа

Таблица 1/ Table 1

**Значимые различия между выраженностью компьютерной (по Л.Н. Юрьевой, Т.Ю. Больбот) и интернет-зависимости (по С.А. Кулакову) у студентов сравниваемых групп / Significant differences between the severity of computer (according to L.N. Yuryeva, T.Yu. Bolbot) and Internet addiction (according to S.A. Kulakov) among students of the compared groups**

Источник: данные автора.

Группы студентов Параметры	группа 1 (n=111)	группа 2 (n=107)	t-критерий Стьюдента	Значимость различий /p/
Компьютерная зависимость	19,1712	21,7103	-4,805	,000
Интернет- зависимость	30,1892	37,4299	-6,184	,000

к интернету, переживали страх перед его отсутствием и эмоционально реагировали на ограничение времени за компьютером, что негативно сказывалось на их повседневной социальной жизни и отношениях с окружающими, ухудшало их настроение, психоэмоциональное состояние, увеличивало уровень стресса.

С помощью методики диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка у студентов из группы 2 была установлена более значительная выраженность таких психических состояний, как тревожность (личностная и ситуативная), фрустрация и депрессия (табл.2).

Студенты группы 2 были предрасположены к тревожным состояниям из-за низкой самооценки, повышенной чувствительности к критике, страха перед неудачами, экзаменами, контрольными работами или другими стрессовыми ситуациями при недостаточной психо-

логической подготовленности к таким стрессорам. Им была более свойственна фрустрация, которая негативно сказывалась на их эмоциональном состоянии и результативности учебной деятельности, приводя к повышенным раздражительности, депрессии, апатии и способствуя трудностям в развитии навыков преодоления проблемных ситуаций при недостатке социальных связей.

Кроме того, у этих студентов были выявлены более высокие, чем у представителей группы 1, показатели нейротизма, интровертированность при меньшей интральности. Они чаще испытывали тревожность, беспокойство, трудности при социальном взаимодействии, в процессе адаптации к новым условиям и изменениям среды, демонстрировали значительные колебания в настроении, импульсивность, недостаток навыков совладания с эмоциями и стрессовыми ситуациями, низкий

Таблица 2/ Table 2

**Выраженность различных психических состояний у студентов сравниваемых групп /  
The severity of various mental states in students of the compared groups**

Группы студентов Параметры	группа 1 (n=111)	группа 2 (n=107)	t-критерий Стьюдента	Значимость различий /p/
Тревожность	6,3604	10,3925	- 6,454	,000
Фрустрация	6,3333	9,4019	- 3,426	,001
Агрессивность	9,2883	9,7103	- 0,792	,429
Ригидность	9,0270	11,2056	- 4,257	,000
Ситуативная тревожность	18,5045	31,9720	- 10,612	,000
Личностная тревожность	38,3784	49,3925	- 9,503	,000
Депрессия	34,3964	43,1215	- 6,823	,000
Нейротизм	10,9910	14,2056	- 4,654	,000
Интроверсия	14,7027	11,9813	4,305	,000

Примечание:

1. значимые различия выделены жирным шрифтом.
2. по Айзенку, более высокие баллы соответствуют экстраверсии, а низкие – интроверсии.

уровень эмпатии, страх перед неопределённостью или новыми ситуациями. Их более выраженная ригидность поведения как защитный механизм негативно сказывалась на их деятельности, межличностных отношениях, препятствовала развитию критического мышления и креативности, анализу альтернативных точек зрения, поиску инновационных решений и могла способствовать развитию различных психических расстройств и зависимостей.

Студенты группы 1 были более экстравертированные, открыты новым впечатлениям, активны в поиске новой информации и опыта, они проявляли лидерские качества, полезные в групповых проектах и совместной работе и способствующие более эффективному выполнению заданий. Их стабильное эмоциональное состояние и психологическая устойчивость, оптимистичность, большая удовлетворён-

ность жизнью способствовали их более успешной интеграции в социум, формированию положительных межличностных отношений и позволяли им лучше адаптироваться к социальным взаимодействиям, коллективной деятельности и легче справляться со стрессами и вызовами.

Кроме того, с помощью опросника Д. Роттера у студентов группы 1 были обнаружены и более высокие показатели интернальности в различных областях жизнедеятельности (табл. 3).

Они были более склонны считать, что успехи и неудачи зависят от собственных усилий, навыков и решений, были более уверены в своих способностях справляться с трудностями и достигать поставленных целей, имели более активную жизненную позицию, мотивацию и настойчивость в достижении целей, использовали более эффективные стратегии преодоления трудностей. Эти студенты

Таблица 3/ Table 3

**Выраженность характеристик субъективного контроля у представителей сравниваемых групп студентов / The severity of characteristics of subjective control among representatives of the compared groups of students**

Источник: данные автора.

Группы студентов Параметры	группа 1 (n=111)	группа 2 (n=107)	t-критерий Стьюдента	Значимость различий /p/
Общая интернальность	27,1622	22,7009	5,550	,000
Интернальность в области достижений	9,0541	7,5327	3,321	,001
Интернальность в области неудач	7,7928	6,4112	4,656	,000
Интернальность в семейных отношениях	5,9189	5,1887	3,101	,002
Интернальность в области производственных отношений	5,2613	4,3458	4,049	,000
Интернальность в области межличностных отношений	3,0450	2,4673	3,750	,000
Интернальность в отношении здоровья	2,0360	2,0093	,215	,830
Нейротизм	10,9910	14,2056	- 4,654	,000
Интроверсия	14,7027	11,9813	4,305	,000

Примечание: значимые различия выделены жирным шрифтом.

отличались более позитивным эмоциональным состоянием, испытывали меньше стресса и тревоги по поводу результатов своей деятельности, лучше справлялись со стрессовыми ситуациями, воспринимая их как вызов, который возможно преодолеть. Они активно участвовали в социальном взаимодействии, были более открыты к конструктивным взаимодействиям с окружающими, к сотрудничеству и обмену опытом, что положительно сказывалось на их социальной интеграции.

### Выводы

Таким образом, чрезмерное и неконтролируемое использование молодыми людьми интернета может приводить к формированию интернет-зависимости, которая характеризуется навязчивым желанием постоянного пребывания «в онлайн», невозможностью отказаться от использования интернета длительное время, неумением контролировать время, проведённое в сети, отказом от общения в реальном мире в пользу виртуальных отношений. Интернет-зависимость сопровождается уменьшением физической активности, общения с близкими и друзьями в реальном мире, снижением способности принимать адекватные решения, отрицательно влияет

на сознание людей, восприятие ими реальной жизни и их социальную адаптацию, способствуя возникновению проблем с физическим и психологическим здоровьем.

Формированию интернет-зависимости способствуют такие особенности эмоционально-волевой сферы личности, как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность, депрессия, интровертированность, невысокая интернальная саморегуляция и другие.

Представленные в статье результаты проведённого исследования подтвердили, что студенты, которые испытывали необходимость проводить значительное количество времени за компьютером, отличались высоким уровнем тревожности, депрессии; ригидностью мышления в процессе решения проблем и взаимодействия с другими; неспособностью эффективно использовать свои ресурсы и влиять на события в своей жизни, пассивным поведением и избеганием ответственности за свои действия.

Представленные результаты могут быть основой для разработки практических рекомендаций и программ по профилактике и снижению интернет-зависимости студентов.

### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Ключко Ю. В. Ригидность в структуре готовности человека к изменению образа жизни: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. Барнаул, 2021. 23 с.
2. Полякова А. В. Геймификация в образовании: обзор проблем и исследований // Человеческий капитал. 2024. № 5 (185). С. 216–221.
3. Дрепа М. И. Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07. Пятигорск, 2010. 22 с.
4. Барабанов Д. Д. Развитие волевой регуляции студентов: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. М., 2015. 25 с.
5. Колмогорцева А. А. Психологические особенности личности как предикторы интернет-зависимости: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / Челябинск, 2021. 27 с.
6. Корягина Т. М. Психологические предикторы интернет-зависимости студентов: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. М., 2019. 24 с.
7. Козлова Н. С. Взаимосвязь психических состояний и интернет-активности личности // *Universum: Психология и образование*. 2015. № 8 (18). С. 120–128.
8. Печёнкина М. А. Взаимосвязь степени зависимости от интернета и возникновения депрессивного состояния у юношей и девушек // *Молодёжная наука: тенденции развития*. 2019. № 3 (19). С. 21–27.
9. Собитов И. З. Интернет зависимость как фактор возникновения депрессии // *FORCIPE*. 2019. Приложение. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/internet-zavisimost-kak-faktor-vozniknoveniya>

depressii (дата обращения: 25.05.2025).

10. Лях О. Н., Северина А. В. Личностные особенности студентов с разным уровнем интернет-зависимости // *Здоровьесберегающие технологии: психическое и физическое здоровье*. 2024. № 3 (12). С. 97–104.
11. Селезнева Д. И. Взаимосвязь уровня интернет-зависимости и экстраверсии – интроверсии у представителей студенческой молодежи // *Наука и образование сегодня*. 2022. № 5(74). С. 84–86.

#### REFERENCES

1. Klochko, Yu. V. (2021) *Rigidity in the structure of human readiness for lifestyle changes*. Abstract of Ph.D. thesis, Barnaul State Pedagogical University (In Russ.)
2. Polyakova, A.V. (2024) Gamification in education: a review of problems and research. *Human Capital*, no. 5 (185), 216–221. (In Russ.)
3. Дрепа, М. И. (2010) *Psychological prevention of Internet addiction among students*. Abstract of Ph.D. thesis, Pyatigorsk State Linguistic University (In Russ.)
4. Barabanov, D. D. (2015) *The development of volitional regulation of students*. Abstract of Ph.D. thesis, Lomonosov Moscow State University (In Russ.)
5. Kolmogortseva, A. A. (2021) *Psychological personality traits as predictors of Internet addiction*. Abstract of Ph.D. thesis, South Ural State University (In Russ.)
6. Koryagina, T. M. (2019) *Psychological predictors of students' Internet addiction*. Abstract of Ph.D. thesis, Peoples' Friendship University of Russia (In Russ.)
7. Kozlova, N. S. (2015) Interrelation of mental states and Internet activity of a personality. In: *Universum: Psychology and Education*, no. 8 (18), 120–128. (In Russ.)
8. Pechenkina, M. A. (2019) The relationship between the degree of dependence on the Internet and the occurrence of depression in boys and girls. *Youth Science: Development Trends*, no. 3 (19), 21–27. (In Russ.)
9. Sobitov, I. Z. (2019) Internet addiction as a factor of depression. FORCIPE. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/internet-zavisimost-kak-faktor-vozniknoveniya-depressii> (Accessed: 05/25/2025). (In Russ.)
10. Lyakh, O. N. and Severina, A.V. (2024) Personal characteristics of students with different levels of Internet addiction. *Health- Saving Technologies: Mental and Physical Health*, no. 3 (12), 97–104. (In Russ.)
11. Selezneva, D. I. (2022). The relationship between the level of Internet addiction and extraversion-introversion among students. *Science and Education Today*, no. 5(74), 84–86. (In Russ.)

---

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ:

Фомина Наталья Александровна – доктор психологических наук, профессор кафедры психологии личности, специальной психологии и коррекционной педагогики Рязанского государственного университета имени С.А. Есенина, Рязань

ORCID: 0000-0002-5387-7733; e-mail: [pslfom@mail.ru](mailto:pslfom@mail.ru)

Кутьева Юлия Николаевна – соискатель кафедры психологии личности, специальной психологии и коррекционной педагогики, Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, Рязань  
e-mail: [j\\_kutyova@mail.ru](mailto:j_kutyova@mail.ru)

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

Natalia Alexandrovna Fomina – Doctor of psychological sciences, professor, Department of Personality Psychology, Special Psychology and Correctional Pedagogy, Ryazan State University named after S.A. Yesenin, Ryazan

ORCID: 0000-0002-5387-7733; e-mail: [pslfom@mail.ru](mailto:pslfom@mail.ru)

Yulia Nikolayevna Kutyova – Applicant of the Department of Personality Psychology, Special Psychology and Correctional Pedagogy of Ryazan State University named after S.A. Yesenin, Ryazan  
e-mail: [j\\_kutyova@mail.ru](mailto:j_kutyova@mail.ru)

**Вклад авторов:** все авторы внесли эквивалентный вклад в подготовку публикации.

**Contribution of the authors:** the authors contributed equally to this article.

**Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.**

**The authors declare no conflicts of interests.**