

Научная статья  
УДК 159.923  
<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-4-152-160>

## ДЕПРЕССИВНОЕ СОСТОЯНИЕ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ СОВРЕМЕННЫХ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК КАК СЛЕДСТВИЕ ПАНДЕМИИ

*Оксана Евгеньевна Ельникова*

*Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, Елец, Россия, eln-oksana@yandex.ru*

### *Аннотация*

Рассматривается вопрос о влиянии пандемии на психологическое состояние современных юношей и девушек, в частности о воздействии вынужденных ограничений на психоэмоциональное состояние и потенциальное формирование зависимости от интернета. Представлены результаты диагностического исследования взаимосвязи между степенью зависимости от интернета и возникновением депрессивного состояния. Дана характеристика депрессивного состояния и крайнего проявления депрессии, суицида. Проанализированы исследования взаимосвязи интернет-зависимости и наличия депрессивного состояния. Отмечено, что нереализация значимой для юношества потребности в социальных контактах может спровоцировать появление депрессивного состояния, что в крайних его проявлениях способно привести к суициду. Представленные в данной статье данные позволяют заключить, что при всем положительном воздействии информационных технологий в ходе их активного внедрения как в образовательный процесс, так и ежедневное функционирование человечества необходимо учитывать те риски, которые могут возникнуть при бесконтрольном внедрении Сети в жизнь людей. В данной статье обозначены лишь некоторые негативные влияния, а именно риск возникновения депрессивного состояния и интернет-зависимости.

**Ключевые слова:** *депрессия, суицид, интернет-зависимость, компьютерная зависимость*

**Для цитирования:** Ельникова О. Е. Депрессивное состояние и интернет-зависимость современных юношей и девушек как следствие пандемии // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2022. Вып. 4 (44). С. 152–160. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-4-152-160>

Original article

## DEPRESSIVE STATE AND INTERNET ADDICTION OF MODERN BOYS AND GIRLS AS A CONSEQUENCE OF THE PANDEMIC

*Oksana E. Elnikova*

*Bunin Yelets State University, Yelets, Russian Federation, eln-oksana@yandex.ru*

### *Abstract*

The article considers the impact of the pandemic on the psychological state of modern boys and girls, in particular, the impact of forced restrictions on the psycho-emotional state and the potential formation of dependence on the Internet. The results of a diagnostic study of the relationship between the degree of dependence on the Internet and the occurrence of a depressive state are presented. The characteristics of the depressive state and extreme manifestations of depression, suicide are given. Studies of the relationship between internet-dependence and the presence of a depressive state are analyzed. It is noted that not realizing the need for social contacts that is significant for young people can provoke the appearance of a depressive state, which in its extreme manifestations can lead to suicide. The data presented in this article allow us to conclude that with all the positive impact of information technologies, during their active implementation, both in the educational process and the daily functioning of humanity, it is necessary to take into account the risks that may arise from the uncontrolled introduction of the

network with people's lives. In this article, only some negative influences are indicated, this is the risk of depression and Internet addiction.

**Keywords:** *depression, suicide, internet addiction, computer addiction*

**For citation:** Elnikova O. E. Depressive state and internet addiction of modern boys and girls as a consequence of the pandemic [Depressivnoye sostoyaniye i internet-zavisimost' sovremennykh yunoshey i devushek kak sledstviye pandemii]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2022, vol. 4 (44), pp. 152–160. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-3-152-160>

Согласно данным медицинских источников, депрессия представлена различными видами расстройств психического характера. Классификация различных видов депрессивных расстройств постоянно пополняется. Это можно объяснить и тем, что развитие науки в области психиатрии не стоит на месте, и увеличением числа заболевших данной болезнью, и расширением особенностей ее проявлений в наши дни. Увеличение частоты проявления симптомов депрессивных состояний зачастую обусловлено современными реалиями жизни. Широкое распространение инфекции, вызванной новым коронавирусом – COVID-19, наложило на жизнь всех людей земного шара достаточно серьезные ограничения. Это и ношение индивидуальных средств защиты, и ограничение в передвижении, и многое другое. Такого рода ограничения не могли не сказаться на психическом состоянии людей. Следует отметить, что в последнее время возрос интерес к обозначенной выше тематике. В научной литературе представлены результаты исследований влияния ситуации пандемии на различные сферы жизнедеятельности человека. Так, к примеру, существуют исследования влияния дистанционных технологий на успеваемость студентов во время пандемии COVID-19 [1]; рассматриваются медицинские, психологические и социальные проблемы людей разных возрастных категорий в связи с пандемией [2]; влияние пандемии на характер и особенности взаимодействия [3]; указывается на то, что именно пандемия COVID-19 привела к масштабной цифровизации и внедрению коммуникативных технологий во все сферы жизни общества [4]. Тем не менее степень влияния ограничений, вызванных необходимостью противодействовать COVID-19, изучена недостаточно широко. В частности, на наш взгляд, мало исследовано психоэмоциональное состояние современной молодежи в ситуации пандемии.

Именно молодежь относится к наиболее уязвимым слоям населения в сложившейся сложной эпидемиологической ситуации, потому что в юношеском возрасте активизируются социальные контакты. Юноши и девушки стремятся к построению межличностных отношений, ни для кого не секрет, что данный период онтогенеза является сенситивным для построения межполовых отношений, недаром ряд исследователей называют данный возраст возрастом любви. Также большинство юношей и девушек мотивированы на получение профессии. Но современные реалии таковы, что реализация данных важнейших для юношества видов деятельности имеет серьезные ограничения. Большая часть студенческой молодежи вынуждена значительную часть времени находиться у компьютера, обучаясь дистанционно из-за ограничений, вызванных коронавирусом. Все вышесказанное указывает на необходимость более детального изучения влияния сложившейся ситуации на психоэмоциональное состояние современной молодежи.

Исследования депрессивных состояний ведутся в различных научных областях: психиатрии, психологии, клинической психологии и ряда других. Обратимся к тем из них, которые, на наш взгляд, дают наиболее полную картину протекания изучаемого психологического состояния.

Д. А. Авдеев рассматривает депрессию как угнетенное, подавленное настроение, обладающее такими симптомами, как заторможенность, утомляемость, пессимистическая оценка происходящего [5]. В работе Ю. Л. Нуллера депрессия определяется как широкий круг психических расстройств, а главным симптомом депрессии является сниженное настроение [6]. Наиболее полно понятие депрессии определяет врач-психиатр М. Е. Бурно. Согласно его исследованиям, депрессия – это чаще

не просто тоска, а целый букет схожих по своему происхождению расстройств, в целом неприятных, мучительных [7].

М. Е. Бурно выделяет три этапа протекания депрессии [7]:

1. Отторжение. Человек не признает проблему и списывает все на обычную усталость. При этом возникает особое противоречие между желанием порвать все отношения с окружающими и страхом одиночества.

2. Принятие. Человек осознает, что у него есть проблема и еще больше в нее погружается, появляются негативные мысли. Иммунная система начинает давать сбои.

3. Разрушение. Если на предыдущих стадиях человеку не была оказана помощь, то возможно агрессивное поведение и потеря контроля над собой.

Таким образом, можно заключить, что депрессия – это аффективное расстройство, представляющее собой сложный психологический феномен, характеризующийся уходом человека в себя, апатией, потерей интереса к внешнему миру, тенденцией избегания контактов. Что, к сожалению, не является редкостью для представителей современной молодежи.

Согласно МКБ-10, выделяется ряд симптомов, указывающих на наличие депрессии, если их длительность составляет более 14 дней. Основными являются: продолжительное пониженное настроение, невозможность переживать радость от выполнения любой деятельности, заниженная самооценка, грустные и пессимистичные мысли, неспособность концентрироваться на чем-либо и принимать решения и т. п. [8, 9].

Все это обусловлено рядом причин: биологическими, психологическими и средовыми. Причем биологические факторы зачастую бывают следствием психического состояния или средового воздействия. У человека, переживающего депрессивное состояние, развивается искаженное, крайне субъективное представление об окружающем мире.

Крайним проявлением депрессивного состояния может стать суицидальное поведение, которое, к сожалению, также нередкое явление в современном обществе. Существует множество трактовок понятия «суицид». Некоторые ученые под этим термином понимают психическое заболевание, другие характеризуют суицид как форму девиантного поведения.

Эдвин Шнейдман [10] определил предсуицидальное состояние как «сумеречное сознание». То есть мир (микромир) человека сужается до невообразимых размеров, когда его «душевная боль» (тоже термин Э. Шнейдмана) заполняет всю реальность.

Отмечается, что человека, находящегося в таком состоянии, невозможно чем-то обрадовать или хотя бы отвлечь от негативных мыслей. Находясь на людях, такой человек способен поддерживать разговор и улыбаться, однако в одиночестве он все равно будет находиться наедине со своей душевной болью [11].

Наиболее общим определением понятия «суицид» можно считать сознательный отказ человека от жизни с последующим ее прекращением или попытками прекращения. Говоря о суициде, можно подразумевать некую форму агрессии против собственного я. Обычно данный феномен связывается с состоянием психологического кризиса личности, возникающим под влиянием некоторых обстоятельств, с которыми человек оказывается не в состоянии справиться сам. Субъективно значимые психотравмирующие события приводят к кризису такого масштаба и интенсивности, что человек просто не способен увидеть иной выход из сложившейся ситуации, кроме как сведение счетов с жизнью.

В ряде случаев такой психологический кризис может возникнуть внезапно как сильное аффективное состояние, однако чаще суициду предшествует постепенное накопление отрицательных негативных эмоций и переживаний, со временем приводящих личность к состоянию внутренней тревоги, которая в свою очередь уступает место состоянию полной безнадежности. Чем дольше человек находится в таком состоянии, тем более он теряет веру в себя, смысл жизни и способность раз-

решить этот внутренний конфликт. С течением времени количество вариантов выхода из описанного негативного состояния субъективно уменьшается, может появляться чувство вины, самоотрицание, неприятие себя, как правило, смысл жизни теряется, а следовательно, возрастает суицидальный риск.

Как уже отмечалось нами выше, меры борьбы с распространением коронавирусной инфекции влекут за собой не только позитивные (в виде ограничения распространения вируса), но и негативные последствия (ограничения социальных контактов). Чтобы избежать социальной депривации, юноши и девушки все чаще и чаще обращаются к интернет-общению. Развитию такого рода общения способствует и дистанционная форма обучения. Существует ряд исследований, в которых отражается связь различных психических заболеваний и чрезмерного использования интернета: К. Янг, И. В. Чудова, С. Йанг. К ним относят депрессию, расстройства настроения, социальные фобии и др. [12, 13].

К. Янг [12] установлена взаимосвязь между возникновением депрессии и интернет-зависимостью, а также отмечено, что:

- людям с высоким уровнем депрессии интернет помогает преодолевать трудности в общении, так как данный вид взаимодействия может быть анонимным и без вербальной коммуникации;
- при этом зависимые от Сети имеют низкий уровень социальной адаптации и не способны наладить близкие отношения в социуме.

Следует особо отметить, что нереализация такой значимой потребности, как социальные контакты, формирует у людей внутренний конфликт. А наличие данной психологической особенности сопровождается снижением настроения и зачастую появлением депрессивного состояния. Но при этом лица с высоким уровнем депрессии и тревоги часто используют интернет как некое «лекарство», которое помогает уйти от грустных мыслей. Таким образом, круг замкнулся. А именно: современные реалии таковы, что люди вынуждены ограничить социальные контакты, чтобы уменьшить риск заражения опасной для жизни инфекцией, → ограничения социальных контактов приводят к снижению настроения, возникновению депрессии, а зачастую и к социальной дезадаптации → желая восполнить социальную депривацию и снизить тревогу, люди используют интернет → частое использование интернета приводит к масштабным физиологическим и психологическим изменениям в человеке (это и ожирение, и снижение настроения, и социальная дезадаптация).

Результаты изучения вопроса позволяют прийти к следующим выводам. На наш взгляд, одной из важнейших проблем психологии на текущий момент является выработка конструктивных стратегий нивелирования негативного влияния пандемии на психику современной молодежи. В частности, негативного влияния вынужденного социального ограничения и перестройки образовательного процесса. Но прежде необходимо экспериментально доказать наличие обозначенных выше тенденций, именно это и стало целью нашего исследования.

Согласно поставленной цели эмпирическая часть исследования связана с реализацией следующих задач:

- выявить значимые аспекты психологических характеристик интернет-зависимости;
- изучить взаимосвязь между степенью зависимости от интернета и возникновением депрессивного состояния.

Для достижения поставленной цели и реализации обозначенных задач использовался следующий методический инструментарий: тест на интернет-зависимость (К. Янг) [12]; скрининговая диагностика (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот) [14]; методика определения уровня депрессии (В. А. Жмуров); методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний (У. Цунг).

В рамках начального этапа исследования была проведена диагностика уровня интернет-зависимости и компьютерной зависимости современной молодежи.

В экспериментальном исследовании приняли участие студенты Елецкого государственного университета им И. А. Бунина, а также ряд студентов московских вузов, вузов Санкт-Петербурга и Воронежа, обучающихся на текущий момент в дистанционном формате. Общее число испытуемых составило 116 человек. В выборке имеются представители молодежи обоих полов (то есть как юноши, так и девушки) в равных долях. Средний возраст составил  $(21 \pm 4)$  года.

Диагностика уровня интернет-зависимости с использованием методики К. Янга дала следующие результаты.

Таблица 1

*Уровень интернет-зависимости студентов по методике К. Янг*

Степень пристрастия к интернету	Общее количество респондентов	%
Обычный пользователь интернета	21	18
Есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом	37	32
Интернет-зависимость	58	50

Как мы видим из таблицы, большинство юношей и девушек обладают повышенным интересом к сети интернет, в целом 50 % испытуемых имеют высокий уровень зависимости от интернета, 32 % имеют некоторые проблемы и лишь 18 % можно отнести к обычным пользователям.

Основными характеристиками юношей и девушек, имеющих высокий уровень зависимости от интернета, являются: систематическое увеличение количества времени, проводимого в Сети, а также снижение эмоционального состояния вне нахождения в интернете и стремление сохранения анонимности в ходе интернет-общения. Особенно тревожным является следующий факт, который был зафиксирован у ряда респондентов: если пользователь интернета данной группы пытался сократить время пребывания в Сети, то начинал фиксировать у себя плохое самочувствие, которое могло продлиться до нескольких недель.

У участников исследования, имеющих средний уровень зависимости (то есть некоторые проблемы, связанные с увлечением интернетом), были зафиксированы следующие характеристики: пользователь, находясь в Сети, так или иначе контролирует свое времяпрепровождение там, может регулировать его и не способен жертвовать какими-либо повседневными делами и обязанностями ради лишнего часа, проведенного в Сети.

Юноши и девушки, отнесенные к обычным пользователям, указывают на то, что вполне удовлетворяют свою потребность в общении и вне Сети, интернет используется ими только для выполнения учебных заданий.

Для получения более достоверных результатов полученные в ходе диагностики данные об уровне зависимости от интернета были подкреплены диагностикой уровня компьютерной зависимости (методики Л. Юрьева, Т. Бальбот), результаты которой отражены в табл. 2.

Таблица 2

*Уровень интернет-зависимости студентов по методике Л. Юрьева, Т. Бальбот*

Степень пристрастия к интернету	Общее количество респондентов	%
Степень развития интернет-зависимости равна нулю	9	8
Стадия увлечения	51	44
Первая стадия зависимости	56	48

Как видно из представленных выше результатов (табл. 1, 2), те студенты, у которых был зафиксирован высокий уровень интернет-зависимости, имеют высокие показатели компьютерной зависимости, а именно имеют первую стадию зависимости.

Безусловно, необходимо учитывать, что для современной молодежи интернет является одной из важнейших составляющих процесса профессионального становления и его использование может служить также и для получения дополнительной информации с целью самообразования, а не только как возможность сбежать из реального мира в виртуальный.

Анализируя полученные в ходе диагностики данные, необходимо особо отметить, что юношей и девушек, имеющих низкий уровень интернет-зависимости и компьютерной зависимости, мало. Стоит обратить внимание, что у студентов, имеющих средний уровень зависимостей, может возникнуть тенденция увеличения времени пребывания в Сети. Это говорит о том, что данная категория участников исследования находится в группе риска и им необходимо снизить время пребывания в интернете до минимального.

Тем не менее с учетом реалий современных требований и активного внедрения данных технологий дистанционного обучения, на основании полученных в ходе первого этапа диагностики результатов мы выделили две основные группы испытуемых, которые условно были названы:

- интернет-зависимые (в которую вошли юноши и девушки, имеющие высокий уровень зависимости от интернета и зависимости от компьютера);
- слабо зависимые от интернета (в которую вошли юноши и девушки, имеющие средний и низкий уровень зависимости от интернета и компьютера).

Далее нами проводилась диагностика уровня депрессии. Использовались тест дифференциальной диагностики депрессивных состояний У. Цунга (адаптация Т. И. Балашовой) и методика определения уровня депрессии В. А. Жмурова.

Тест дифференциальной диагностики депрессивных состояний У. Цунга (адаптация Т. И. Балашовой) дал следующие результаты (табл. 3).

Таблица 3

*Сравнительная характеристика уровней депрессии по методике У. Цунга в группах с разным уровнем зависимости от интернета*

Уровень депрессии	Интернет-зависимые респонденты	Слабо зависимые респонденты
Состояние без депрессии	13 %	30 %
Легкая депрессия ситуативного генеза	32 %	28 %
Субдепрессивное состояние	55 %	42 %

Результаты, представленные в табл. 3, указывают на то, что у интернет-зависимых юношей и девушек наблюдается высокий риск возникновения депрессии (55 % респондентов), а многие уже имеют одну из ее форм (субдепрессивное состояние, или маскированная депрессия).

Средний уровень депрессии выявлен у 32 % от общего числа интернет-зависимых испытуемых и у 28 % слабо зависимых от интернета.

Лишь у 13 % интернет-зависимых юношей и девушек отсутствует депрессия или же ее уровень существенно низок.

Анализ результатов, полученных в ходе диагностики второй группы юношей и девушек, которые слабо зависимы от Интернета, позволяет заключить, что значительная разница данных зафиксирована в крайних позициях (субдепрессивное состояние и состояние без депрессии). Среди слабо зависимых от Интернета меньше респондентов, имеющих высокий уровень депрессии (субдепрессивное состояние), и значительно больше имеющих низкий уровень депрессии. Следует особо отметить, что низкий уровень (30 %) проявления депрессии связан с адекватным представлением человека о себе и своем образе я, наличием разумных представлений об окружающем мире, а также о выборе позитивных стратегий защитного поведения.

Аналогичные результаты были получены в ходе диагностики с использованием методики определения уровня депрессии В. А. Жмурова. Результаты представлены в табл. 4.

Таблица 4

*Сравнительная характеристика уровней депрессии по методике В. А. Жмурова в группах с разным уровнем зависимости от интернета*

Уровень депрессии	Интернет-зависимые респонденты	Слабо зависимые
Минимальная депрессия	12 %	16 %
Умеренная депрессия	34 %	42 %
Выраженная депрессия	54 %	42 %

Итак, анализируя результаты, представленные в табл. 4, можно заметить, что показатели у интернет-зависимых (54, 34, 12 %) и у слабо зависимых (42, 42, 16 %) существенно отличаются. На основании этого можно сделать вывод, что интернет способен влиять на возникновение депрессивного состояния. Влияние проявляется в сниженном фоне настроения, рассредоточении внимания и пессимистичных мыслях.

Для подтверждения проведенного качественного анализа полученных в ходе диагностики результатов нами была осуществлена их математическая обработка в программе Microsoft Office Excel 2010 с помощью критерия различий Стьюдента.

Таблица 5

*Уровень депрессии по методике У. Цунга в группах с разным уровнем зависимости от интернета (среднее и стандартное отклонение)*

Группы с разным уровнем зависимости от интернета	Уровень депрессии
Интернет-зависимые	72,2 ± 12,3*
Слабо зависимые от интернета	49,7 ± 13,2*

\* Достоверно при  $p \leq 0,05$  по  $T$ -критерию Стьюдента.

Таблица 6

*Уровень депрессии по методике В. А. Жмурова в группах с разным уровнем зависимости от интернета (среднее и стандартное отклонение)*

Группы с разным уровнем зависимости от интернета	Уровень депрессии
Интернет-зависимые	87,2 ± 11,4*
Слабо зависимые от интернета	38,7 ± 12,1*

\* Достоверно при  $p \leq 0,05$  по  $T$ -критерию Стьюдента.

Как видно из представленных выше табл. 5 и 6, выявлены достоверные различия между уровнем депрессивного и преддепрессивного состояния среди представителей молодежи, имеющих разную степень зависимости от Интернета.

Таким образом, на основании полученных данных можно заключить, что представители молодежи, принявшие участие в исследовании, имеющие высокий уровень зависимости от Интернета, демонстрируют и более высокий уровень депрессии. У респондентов данной группы отмечено наличие таких характеристик, как сниженный фон настроения, рассредоточение внимания, пессимистичные мысли, что не может не влиять на качество их жизни. Юноши и девушки, у которых зафиксирована слабая зависимость от Интернета, имеют более низкий уровень депрессии или признаки депрессии у них совершенно отсутствуют.

Представленные данные позволяют заключить, что при всем положительном воздействии информационных технологий в ходе их активного внедрения как в образовательный процесс, так и в ежедневное функционирование человечества необходимо учитывать те риски, которые могут возникнуть при бесконтрольном внедрении Сети в жизнь людей. В данной статье обозначено лишь

одно негативное влияние – риск возникновения депрессивного состояния, но, к сожалению, это не единственное последствие. Как мы уже отмечали выше, одной из важнейших проблем, на текущий момент стоящих перед обществом, является выработка конструктивных стратегий нивелирования негативного влияния пандемии на психику современной молодежи. В частности, негативного влияния вынужденного социального ограничения и перестройки образовательного процесса. Представленные в статье данные могут быть использованы при разработке и реализации программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психического здоровья всех категорий населения, особенно молодежи.

### Список литературы

1. Pogrebnikov A. K., Shestakov V. N., Yakunin Y. Yu. Impact of grading system on student academic performance during the COVID-19 pandemic // *Perspektivy Nauki i Obrazovania*. 2021. № 52 (4). С. 80–93.
2. Reshetova T. V., Lapteva E. S., Lukashkova V. V., Reshetov A. V. The problems of older people and directions of medical, social and psychological support during the COVID-19 pandemic // *Advances in gerontology – Uspekhi gerontologii*. 2021. № 34 (5). С. 679–693.
3. Glukhova M. N. The impact of COVID-19 pandemic on business-state interaction: The business view // *Zhurnal Novoy Ekonomicheskoy Assotsiatsii/Journal of the New Economic Association*. 2021. № 52 (4). С. 235–239.
4. Basheva O. A., Ermolaeva P. O. Digitalization of the Russian emergency volunteers' activities: A pandemic impact or an independent development trend // *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskiye i sotsial'nyye peremeny*. 2020. № 6. С. 376–402.
5. Авдеев Д. А. Депрессия как страсть и как болезнь. М.: Мир, 2012. 195 с.
6. Нуллер Ю. Л. Депрессия и деперсонализация. Л.: Медицина, 1981. 208 с.
7. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия. 2-е изд., доп. и перераб. М.: Академический проект; Деловая книга, 2006. 800 с.
8. Каледа В. Г. Депрессия – вызов XXI века // *Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. Спецвыпуски*. 2021. № 121 (5–2). С. 5–6.
9. Goryunov A. V. Clinical features of depression in adolescents with schizotypal disorder // *Zhurnal nevrologii i psikiatrii imeni S. S. Korsakova*. 2021. № 121 (5–2). С. 12–18.
10. Шнейдман Эдвин С. Душа самоубийцы / пер. с англ. О. Ю. Донец. М.: Смысл, 2001. 315 с.
11. Shneidman E. Definition of Suicide. New York: John Wiley & Sons, 1985.
12. Янг К. Диагноз – интернет-зависимость // *Мир Интернет*. 2004. № 2. С. 24–29.
13. Чудова И. В. Особенности образа «Я» «жителя Интернета» // *Психологический журнал*. 2012. Т. 22, № 1. С. 113–117.
14. Юрьева Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2008. 196 с.

### References

1. Pogrebnikov A. K., Shestakov V. N., Yakunin Y. Yu. Impact of grading system on student academic performance during the COVID-19 pandemic. *Perspektivy Nauki i Obrazovania*, 2021, no. 52 (4), pp. 80–93.
2. Reshetova T. V., Lapteva E. S., Lukashkova V. V., Reshetov A. V. The problems of older people and directions of medical, social and psychological support during the COVID-19 pandemic. *Uspekhi gerontologii – Advances in gerontology*, 2021, no. 34 (5), pp. 679–693.
3. Glukhova M. N. The impact of COVID-19 pandemic on business-state interaction: The business view. *Zhurnal Novoy ekonomicheskoy assotsiatsii – Journal of the New Economic Association*, 2021, no. 52 (4), pp. 235–239.
4. Basheva O. A., Ermolayeva P. O. Digitalization of the Russian emergency volunteers' activities: A pandemic impact or an independent development trend. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskiye i sotsial'nyye peremeny – Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal*, 2020, no. 6, pp. 376–402.
5. Avdeyev D. A. *Depressiya kak strast' i kak bolezni'* [Depression as a passion and as a disease]. Moscow, Mir Publ., 2012. 195 p. (in Russian).



6. Nuller Yu. L. *Depressiya i depersonalizatsiya* [Depression and depersonalization]. Leningrad, Meditsina Publ., 1981. 208 p. (in Russian).
7. Burno M. E. *Klinicheskaya psikhoterapiya* [Clinical psychotherapy]. Moscow, Akademicheskij proyekt Publ.; Delovaya kniga Publ., 2006. 800 p. (in Russian).
8. Kaleda V. G. Depressiya – vyzov XXI veka [Depression is a XXI century challenge]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii imeni S. S. Korsakova*, 2021, no. 121 (5–2), pp. 5–6 (in Russian).
9. Goryunov A. V. Clinical features of depression in adolescents with schizotypal disorder. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii imeni S. S. Korsakova*, 2021, no. 121 (5–2), pp. 12–18.
10. Shneydman E. *Dusha samoubiytsy* [The soul of a suicide]. Moscow, Smysl Publ., 2001. 315 p. (in Russian).
11. Shneidman E. *Definition of Suicide*. New York: John Wiley & Sons, 1985.
12. Yang K. Diagnost – internet-zavisimost' [Internet addiction]. *Mir Internet*, 2004, no. 2, pp. 24–29 (in Russian).
13. Chudova I. V. Osobennosti obraza “ya” “zhitelya Interneta” [Features of the image of the “I” of the “Internet Inhabitant”]. *Psichologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, 2012, part 22, no. 1, pp. 113–117 (in Russian).
14. Yur'yeva L. N. *Komp'yuternaya zavisimost': formirovaniye, diagnostika, korrektsiya i profilaktika* [Computer addiction: formation, diagnosis, correction and prevention]. Dnepropetrovsk, Porogi Publ., 2008. 196 p. (in Russian).

**Информация об авторах**

**Ельникова О. Е.**, кандидат психологических наук, доцент, Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина (ул. Коммунаров, 28, Елец, Россия, 399770).  
E-mail: eln-oksana@yandex.ru

**Information about the authors**

**Elnikova O. E.**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Bunin Yelets State University (ul. Kommunarov, 28, Yelets, Russian Federation, 399770).  
E-mail: eln-oksana@yandex.ru

*Статья поступила в редакцию 21.02.2022; принята к публикации 01.07.2022*

*The article was submitted 21.02.2022; accepted for publication 01.07.2022*