


## ԻՆՏԵՐՆԵՏԱՅԻՆ ԿԱԽՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԸ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՄԵՋ ԱՆՁԻ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՏԵՔՍՈՒՄ

ԼՈՒՍԻՆԵ ՂԱԶԱՐՅԱՆ \*   
*Երևանի պետական համալսարան*

Հոդվածի թեմայի արդիականությունը պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ 21-րդ դարում բուռն զարգացում է ապրում մարդու կողմից մասնագիտական գործունեություն ծավալելու, տեղեկույթ ստանալու, վիրտուալ շփման և մի շարք այլ սոցիալական պահանջմունքներ բավարարելու միջոց հանդիսացող ինտերնետային ռեսուրսը: Այս համատեքստում տեղեկատվական հասարակությունը բախվում է մի այնպիսի երևույթի, որը մասնագիտական շրջանակներում ստացել է ինտերնետային կախվածություն անվանումը: Անշուշտ, այս երևույթին կարող են բախվել բոլոր մարդիկ՝ անկախ սեռից, տարիքից, կրթական ցենզից, սակայն գիտական գրականության մեջ կարելի է տեսնել նաև առանձին թիրախային խմբեր, որոնք առավել կախված են ինտերնետից: Հակված ենք մտածելու, որ որոշ դեպքերում առանձին մասնագիտություններ կարող են այս կամ այն չափով առաջացնել համապատասխան հակումներ, ուստի նմանօրինակ հետազոտությունները կարևոր են և օրակարգային՝ հնարավոր թիրախներին բացահայտելու և ռիսկերի չեզոքացմանն ուղղված համապատասխան ռազմավարություններ մշակելու տեսանկյունից: Հոդվածի շրջանակներում իրականացվող հետազոտության նպատակն է ուսումնասիրել անձի մասնագիտության գործոնով պայմանավորված ինտերնետային կախվածությունը, որոշել առավել ռիսկային գոտում հայտնված թիրախներին: Հետազոտության հիմքը Կլինովի և Հոլանդի մասնագիտությունների դասակարգմանը վերաբերող աշխատություններն են, Մ. Օրգակի տեսակետները, որոնք վերաբերում են ինտերնետային կախվածության բնութագրիչներին, ինչպես նաև Քիմբերլի Յանգի մեթոդիկական, որի միջոցով հնարավոր է բացահայտել անձի՝ ինտերնետից կախվածության մակարդակը: Փաստենք, որ ինտերնետ կախվածության առավել ռիսկային գոտում են գտնվում այնպիսի մասնագիտությունների տեր անձինք, որոնց աշխատանքային գործունեությունն ուղղակիորեն կապված է ինտերնետ ռեսուրսի օգտագործման հետ, քանի որ աշխատանքից դուրս ևս տարբեր պահանջմունքների բավարարման

\* **Լուսինե Ղազարյան** – ԵՊՀ ընդհանուր հոգեբանության ամբիոնի հայցորդ

**Лусине Казарян** – соискатель кафедры общей психологии ЕГУ

**Lusine Ghazaryan** – PhD Student at YSU Chair of General Psychology

Էլ. փոստ՝ [lusine.ghazaryan@ysu.am](mailto:lusine.ghazaryan@ysu.am), ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3378-8005>.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Ստացվել է՝ 01.10.2024

Գրախոսվել է՝ 10.10.2024

Հաստատվել է՝ 15.11.2024

© The Author(s) 2024

համար մարդիկ կիրառում են ինտերնետի տված հնարավորությունները՝ դառնալով թիրախներ հնարավոր կախվածություն ձեռք բերելու տեսանկյունից:

**Բանալի բառեր** - ինտերնետ կախվածություն, մասնագիտություն, տեղեկատվական հասարակություն, ինտերնետի գերօգտագործում, ինքնակառավարման հմտություններ

Մասնագիտությունը ընդհանուր հասկացություն է, որը սահմանվում է որպես անձի ֆիզիկական և հոգևոր ուժերի կիրառմամբ գործողություն՝ նպատակաուղղված հասարակության լայն շերտերի կարիքների բավարարմանը: Այն նաև անձի համար ապրուստի և զարգացման միջոցներ ստանալու հնարավորություն է: Գիտական շրջանակներում կան մասնագիտությունների մի շարք դասակարգումներ. որոշ հետազոտողներ ելակետ են ընդունում աշխատանքի օբյեկտների հետ անձի հարաբերությունները՝ առանձնացնելով մասնագիտությունների հինգ կատեգորիա՝ «մարդ-մարդ», «մարդ-տեխնոլոգիա», «մարդ-նշանային համակարգ», «մարդ-գեղարվեստական կերպար», «մարդ-բնություն»<sup>1</sup>: Մեկ այլ դասակարգում էլ կատարել է ամերիկացի հոգեբան Ջ. Լ. Հոլանդը, ով առաջարկել է մասնագիտական միջավայրի տեսակների հետևյալ դասակարգումը՝ իրատեսական, հետազոտական, գեղարվեստական, սոցիալական, ձեռնարկատիրական, պայմանական: Ըստ Հոլանդի՝ ընտրված մասնագիտությունը անհատի համակողմանի արտացոլումն է, և որքան մասնագիտությունը համապատասխանի մարդու անհատական որակներին, այնքան նա շուտ կհասնի հաջողությունների իր գործունեության մեջ<sup>2</sup>: Պետք է նկատել, որ վերջինիս գաղափարները հետազոտողներից շատերը համարել են շատ կարևոր՝ պայմանավորված դրա կիրառական նշանակությամբ, քանի որ այն նաև հնարավորություն է տալիս գնահատելու անձի մասնագիտական զարգացումը: Աշխարհը փոխվում է, և դրա հետ մեկտեղ աշխատաշուկան նույնպես արդիականացվում ու հարմարեցվում է տեղեկատվական հասարակության պահանջներին: Ժամանակակից գործընթացներում առանց թվային տեխնոլոգիաների դժվար է պատկերացնել նաև մի շարք մարդկանց մասնագիտական գործունեությունը: Միջազգային գործնական և մշակութային ցանցերի ձևավորումը և տեղեկատվական տեխնոլոգիաների զարգացումը դարձել են փոխկապակցված երևույթներ<sup>3</sup>:

Թե՛ Կլիմովի, թե՛ Հոլանդի առանձնացրած մասնագիտական տիպերով բնութագրվող բոլոր մարդիկ իրենց աշխատանքային գործունեության ընթացքում այս կամ այն չափով օգտագործում են տեղեկատվական և հաղորդակցական տեխնոլոգիաների ընձեռած հնարավորությունները՝ միևնույն

<sup>1</sup> Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2010, с. 300.

<sup>2</sup> St' u Holland, J. L., Exploring careers with a typology: What we have learned and some new directions. American Psychologist, 51, 1996, էջ 397:

<sup>3</sup> St' u Терников, А. А.; Александрова Е.А. Спрос на навыки на рынке труда в сфере информационных технологий. Бизнес-информатика. 2020, № 2, էջ 64:

ժամանակ ինտերնետի միջոցով բավարարելով նաև այլ կարիքներ ու պահանջմունքներ: Շատ դեպքերում մասնագիտական գործունեության ծավալման և այլ կարիքների բավարարման ընթացքում խախտվում է ինտերնետի օգտագործման բալանսավորումը, և մարդը դառնում է անկառավարելի՝ հայտնվելով ինտերնետային կախվածության շեմին: Իսկ ի՞նչ է առհասարակ ինտերնետային կախվածությունը, ի՞նչ բնութագրիչներ ունի, և արդյո՞ք տեխնոլոգիաների օգտագործմամբ մասնագիտական աշխատանք կատարող մարդու մասին կարելի է պնդել, որ նա ունի ինտերնետային կախվածություն: Ինտերնետային կախվածության հոգեբանական և ֆիզիկական ախտանշաններից են *դատարկության զգացումը, դեպրեսիան և գրգռվածությունը, քնի խանգարումները, գլխացավը* և այլն<sup>4</sup>: Հիմքեր կան ենթադրելու, որ նյարդա-հոգեբանական լարվածության վրա մշտական սթրեսը կարող է հանգեցնել *հաղորդակցության որոշակի դժվարությունների, ամբողջական մեկուսացման*: Հայտնի է, որ ինտերնետը կարող է այլընտրանք դառնալ ոչ միայն աշխատանքային գործունեության, հաղորդակցության, տեղեկույթի ստացման, այլ նաև խաղերի, սոցիալական և հուզական պահանջմունքների բավարարման: Որոշ հետազոտողներ իրավացիորեն նկատում են, որ համակարգչից օգտվելու շարունակական գերպահանջմունքը նման է թմրամոլների ախտանշաններին՝ պնդելով, որ վիրտուալ աշխարհից հեռանալուց հետո համակարգչից կախվածություն ունեցող անձի մեջ տեղի է ունենում տրամադրության կտրուկ անկում, անհարմարության զգացում և վիրտուալ աշխարհ վերադառնալու բուռն ցանկություն<sup>5</sup>: Այս համատեքստում հետաքրքիր միտք է հայտնում Դմիտրիևը՝ ինտերնետը համարելով տարբեր պահանջմունքների բավարարման ինտեգրալային համակարգ, իսկ ինտերնետային կախվածությունը՝ չափի զգացման կորստի հոգեբանական վիճակ<sup>6</sup>: Ստացվում է, որ աշխատանքային գործունեությունը, որն իրականացվում է ինտերնետի միջոցով, նույնպես կարելի է համարել ինտերնետային կախվածության որոշակի տեսակ, քանի որ երկար աշխատելու դեպքում մարդու մեջ առաջանում են նույն բացասական ազդակները:

### **Հետազոտության մեթոդներ, ընտրանք և արդյունքներ**

Որպեսզի ավելի առարկայորեն ուսումնասիրենք հիմնախնդիրը, իրականացրել ենք որակական և քանակական հետազոտություն՝ կիրառելով Քիմբերլի

<sup>4</sup> Տե՛ս **Воронов, Д. И.** Социально-психологические детерминанты компьютерной зависимости и ее профилактика средствами физической рекреации профилактика: Автореф. дис. канд. психол. н., М., 2016, էջ 24:

<sup>5</sup> Տե՛ս **Войскунский, А. Е.** Актуальные проблемы зависимости от интернета // Психологический журнал. 2004. Т. 25, № 1. էջ 90:

<sup>6</sup> Տե՛ս **Дмитриев, К. Г.** Взаимосвязь между показателем коммуникативной толерантности и уровнем интернет-зависимости // Вестник ПСТГУ. Серия 4., 2013, № 1 (28), էջ 99:

Յանգի մեթոդիկան, որը պրոֆեսորը մշակել է 1995 թվականին: Թեստը ինտեր-նետից պաթոլոգիական կախվածության ինքնախտորոշման հարցարան է, և յուրաքանչյուր հարցին տրվող համապատասխան միավորների հանրագումարը փաստում է անձի կախվածության մակարդակը: Թեստավորումն իրականացվել է առցանց եղանակով, մեր կողմից առանձնացվել է թվով 3 մասնագիտություն, որոնք ներկայացնող անձանց տրամադրվել է թեստը:

*Աղյուսակ 1*

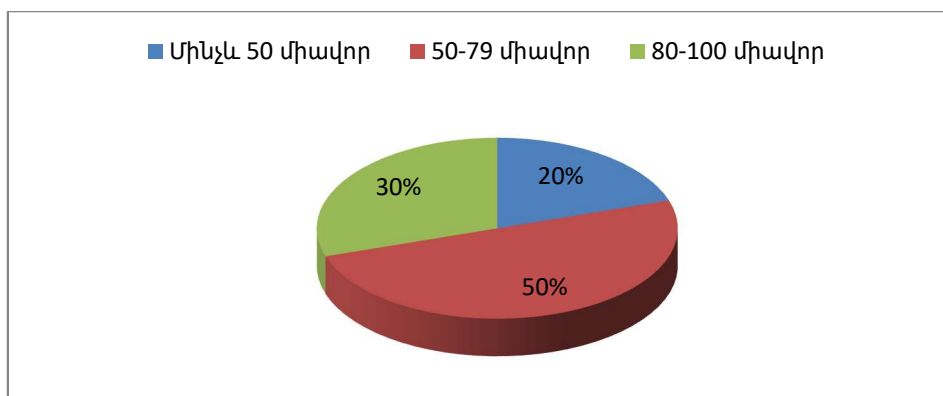
**Հետազոտության ընտրանքը**

| Քանակ   | Մասնագիտություն                      | Տարիքը        |
|---------|--------------------------------------|---------------|
| 20 հոգի | Ծրագրավորող                          | 18-35 տարեկան |
| 20 հոգի | Ուսուցիչ                             | 25-45 տարեկան |
| 20 հոգի | Սոցիալական մեդիա մարքեթինգի մասնագետ | 20-30 տարեկան |

Եվ այսպես, դիտարկենք վերոնշյալ 60 անձանց շրջանում իրականացված հետազոտության արդյունքները՝ հասկանալու, թե արդյոք մասնագիտությունը կարելի է համարել գործոն, որը կարող է ազդել անձի ինտերնետ կախվածության վրա: Թեստավորմանը մասնակցած ծրագրավորողների արդյունքները տրված են նկար 1-ում:

*Նկար 1*

**Քիմբերլի Յանգի թեստավորման արդյունքները ծրագրավորողների համար**

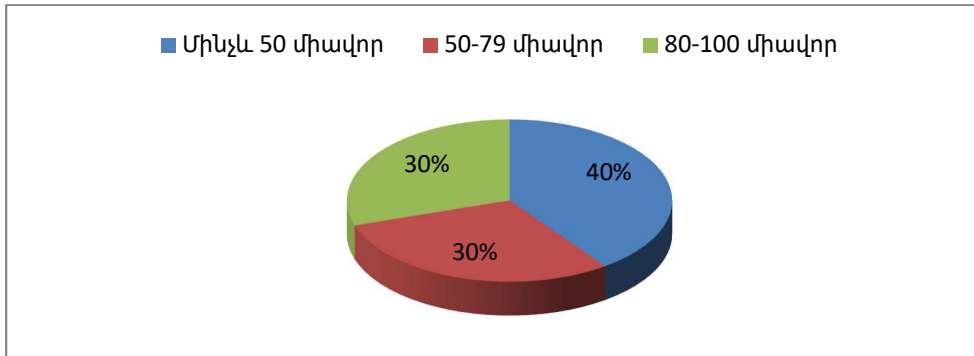


Թեստի արդյունքները փաստում են, որ ծրագրավորողների գերակշիռ մասն ունի որոշակի խնդիրներ՝ ինտերնետից կախվածության առումով: Ընդ որում՝ շուրջ 30%-ի վիճակը գրեթե կրիտիկական է: Անշուշտ, սույն մասնագիտությունն արդեն իսկ ենթադրում է թվային տեխնոլոգիաների լայն կիրառում, սակայն նման արդյունքները պայմանավորված են թերևս այն հանգամանքով, որ բացի աշխատանքային միջավայրից՝ այդ մասնագիտության տեր

մարդիկ ինտերնետը կիրառում են նաև սոցիալական, տեղեկույթի ստացման, ժամանցի և այլ պահանջմունքների բավարարման համար, ինչն էլ հանգեցնում է ինտերնետի գերօգտագործման: Գրեթե նմանօրինակ պատկեր ունենք սոցիալական մեդիա մարքեթինգի մասնագետների դեպքում (տես՝ նկար 2):

*Նկար 2*

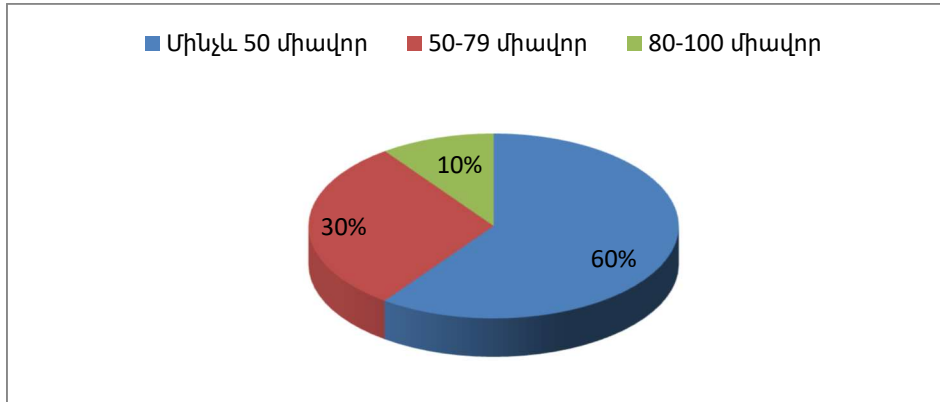
**Քիմբերլի Յանգի թեստավորման արդյունքները սոցիալական մեդիա մարքեթինգի մասնագետների համար**



Ի տարբերություն ծրագրավորողների՝ պատկերն այստեղ փոքր-ինչ այլ է, քանի որ նշյալ մասնագիտության անձանց 40%-ն ունի ինքնակառավարման հմտություններ և ինտերնետն օգտագործում է ըստ անհրաժեշտության, սակայն 30%-ն էլ ակնհայտորեն ինտերնետից կախվածության ծայրահեղ վիճակում է: Երկու կատեգորիաներում էլ անձինք աշխատանքային գործունեություն են ծավալում տեղեկատվական հաղորդակցական տեխնոլոգիաների լայն կիրառմամբ, ինչն արդեն խոսում է այն մասին, որ վիզուալ հաղորդակցությունը, դեմ առ դեմ շփումը նրանց աշխատանքային գործունեության մեջ չեն բավարարվում: Հավելյալ պահանջմունքների բավարարումը ինտերնետ ռեսուրսի կիրառությամբ արդեն որոշակի ռիսկեր է առաջացնում՝ նշյալ մասնագիտության անձանց անուղղակիորեն դարձնելով համացանցից կախվածության թիրախներ: Հաջորդիվ փորձենք հասկանալ, թե ինչ արդյունքներ ունենք ուսուցիչների պարագայում (տես՝ նկար 3):

Նկար 3

Քիմերիկի Ցանգի թեստավորման արդյունքները ուսուցիչների համար



Գաղտնիք չէ, որ տեղեկատվական և հաղորդակցական տեխնոլոգիաները մեծ թափով մուտք են գործել նաև հանրակրթական համակարգ: Ընդ որում՝ դրանք կիրառվում են ոչ միայն բուն դասագործընթացին, այլ նաև ուսուցիչներին իրենց աշխատանքային գործունեությունը պլանավորելիս են կիրառում ինտերնետային ռեսուրսը: Մակայն, ի տարբերություն մյուս երկու մասնագիտությունների տեր անձանց, թեստավորված ուսուցիչների գերակշիռ մասը ունի ինքնակառավարման հմտություններ և ինտերնետ ռեսուրսը չի չարաշահում: Այս պարագայում ռիսկային խմբում է հայտնվել թեստավորված ուսուցիչների 10%-ը:

Ակնհայտ է, որ այն մասնագիտությունների անձինք, որոնց աշխատանքային գործունեության մեջ ինտերնետի օգտագործումը ոչ թե հիմնական ռեսուրս է, այլ օժանդակ, առավել ապահովագրված են ինտերնետ կախվածությունից: Մտացվում է, որ Ե. Ա. Կլիմովի՝ մասնագիտությունների դասակարգման մեջ ինտերնետ կախվածությունից առավել ապահովագրված են «մարդ-մարդ» տիպին համապատասխանող մասնագիտությունների տեր անձինք: Հակառակ դրա՝ առավել թիրախային խմբում են «մարդ-տեխնոլոգիա» տիպին համապատասխանող մասնագիտությունների տեր անձինք: Իսկ ահա Հոլանդի դասակարգման պարագայում դժվար կլինի առանձնացնել այնպիսի կատեգորիա, որը ապահովագրված է ինտերնետ կախվածությունից:

**Եզրակացություններ**

Այսպիսով, մեր ուսումնասիրության արդյունքում պարզվեց, որ տարբեր մասնագիտությունների տեր անձինք ունեն ինտերնետային կախվածության թիրախ դառնալու տարբեր մակարդակի ռիսկեր: Ինտերնետ ռեսուրսի կիրառման

րառման բարձր մակարդակ ենթադրող մասնագիտությունների անձանց դեպքում մեծ է ինտերնետից կախվածություն ձեռք բերելու հավանականությունը, քանի որ անձը, անկախ իր կամքից, իր աշխատանքային ժամերին մեծ չափով օգտվում է ինտերնետից, իսկ աշխատանքից դուրս այլ պահանջմունքներ բավարարելիս ի հայտ է գալիս ինտերնետի գերօգտագործում: Ավելի ցածր մակարդակի թիրախում են այն մասնագիտությունների անձինք, որոնց համար մասնագիտական գործունեության ընթացքում ինտերնետ ռեսուրսն օժանդակ միջոց է, և միայն առանձին դեպքերում կարելի է գտնել դրան այլընտրանք: Անշուշտ, այստեղ կարևոր են նաև մարդու անձնային առանձնահատկությունները, ինքնակառավարման և ինքնավերահսկման հմտությունների զարգացածությունը: Այդուհանդերձ, ակնհայտ է, որ տեխնոլոգիականացման այս դարաշրջանում կարիք կա նաև, որ հիմնախնդիրը ինստիտուցիոնալ տեսանկյունից լուծումներ ստանա, այդ թվում՝ կրճատվի ինտերնետի կիրառություն ենթադրող մասնագետների մասնագիտական գործունեության ժամային գրաֆիկը, մտցվեն որոշակի սահմանափակումներ, գերատեսչական մարմինները պարբերաբար իրականացնեն իրազեկող և կանխարգելիչ միջոցառումներ: Հիմնահարցը ունի մի շարք սուր անկյուններ՝ առողջապահական, ժողովրդագրական, հոգեբանական, ուստի օրենսդրական կարգավորումները կարող են կանոնակարգել ոլորտը՝ կանխելով հետագա գլոբալ հիմնախնդիրները:

**ЛУСИНЕ КАЗАРЯН – Причины интернет-зависимости в контексте вовлечения личности в профессиональную деятельность.** – Актуальность темы статьи обусловлена тем обстоятельством, что в XXI веке получает бурное развитие интернет-ресурс, который удовлетворяет потребности человека в профессиональной сфере деятельности, в получении информации, в виртуальном общении и в ряде других социальных потребностей. В этом контексте информационное общество сталкивается с таким социально-психологическим явлением, которое в профессиональных кругах получило название интернет-зависимость. Конечно, с этим явлением могут столкнуться все люди, независимо от пола, возраста, уровня образования, но в научной литературе можно увидеть и конкретные целевые группы, более склонные к интернет-зависимости. Мы склонны думать, что в отдельных случаях некоторые профессии также создают такие предпосылки, которые могут так или иначе формировать в человеке соответствующие навыки и, следовательно, исследование подобных примеров является важным в раскрытии возможных мешеней и в обработке методов направленных на нейтрализацию этих рисков. Цель статьи - изучить возможности интернет-зависимости, обусловленные фактором профессии человека, выделив посредством исследования наиболее рискованные объекты. Основой для исследования послужили работы А. Климова и Ж. Л. Холланда по классификации профессий, взгляды М. Орзака на особенности интернет-зависимости, а также методика Кимберли Янга, с помощью которой можно выявить уровень интернет-зависимости человека. На основании проведенных нами исследований мы пришли к выводу, что лица, профессиональная деятельность которых напрямую связана с использованием интернет-ресурсов, находятся в зоне наибольшего риска интернет-зависимости. Это связано с тем, что вне работы люди используют возможности, предоставляемые интернетом, для удовлетворения различных потребностей, тем самым становясь мишенями для потенциальной зависимости.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость, профессия, информационное общество, чрезмерное использование интернета, навыки самоуправления

**LUSINE GHAZARYAN – *Causes of Internet Addiction in the Context of Individual Involvement in Professional Activity.***– The relevance of the article's topic is due to the fact that in the 21st century, the internet has experienced rapid development as a means for individuals to engage in professional activities, obtain information, communicate virtually, and meet various social needs. In this context, the information society is facing a socio-psychological phenomenon that has been termed internet addiction within professional circles. Indeed, this phenomenon can affect people regardless of gender, age, or educational background. However, scientific literature also identifies specific target groups that are more prone to internet addiction. We tend to believe that in certain cases, specific professions also create conditions that can shape corresponding tendencies in individuals to varying degrees. Therefore, such research is important and timely for identifying potential targets and developing appropriate strategies aimed at mitigating risks. The aim of the research conducted within the article is to investigate the potential for internet addiction based on an individual's profession, by identifying those at higher risk. The research is grounded in the works of Klimov and Holland on professional classification, Orzack's views on the characteristics of internet addiction, and Young's methodology, which helps determine the level of internet dependency. Based on our research, we find that individuals whose professional activities are directly related to the use of internet resources are in the most at-risk zone for internet addiction. This is because, outside of work, people use the opportunities provided by the Internet to meet various needs, thereby becoming targets for potential addiction.

**Key words:** *Internet addiction, profession, information society, excessive use of the Internet, self-management skills*