



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 6 / 2025, Vol. 8, Iss. 6 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.922

¹Панфилова О.В.,

¹Конева В.А.,

¹Быстрова Н.В.,

¹Югорский государственный университет

Профилактика интернет-зависимости у старших подростков

Аннотация: в статье основное внимание фокусируется на феномене интернет-зависимости как устойчивом расстройстве поведения, проявляющемся в навязчивом стремлении подключиться к сети и трудностях в произвольном прекращении пребывания в интернете. Выявлены психологические особенности подростков как предикторы интернет-зависимости. Описаны возможности организации и реализации коммуникативного тренинга как средства профилактики интернет-зависимости у старших подростков.

Представлены результаты опытно-экспериментальной работы по профилактике интернет-зависимости у старших подростков посредством коммуникативного тренинга.

Целью данного исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка эффективности реализации программы коммуникативного тренинга как средства профилактики интернет-зависимости у старших подростков.

В задачи исследования входит раскрытие основных понятий темы: «профилактика», «интернет-зависимость», «коммуникативный тренинг»; разработка, реализация и проверка эффективности программы коммуникативного тренинга по предупреждению и/или снижению уровня интернет-зависимости у старших подростков, а также разработка методических рекомендаций по профилактике интернет-зависимости у данной возрастной категории.

Результаты проведенного исследования могут представлять практический интерес и ценность для специалистов, работающих с молодежью, и всех тех, кто непосредственно связан с развитием психологически благополучной личности подрастающего поколения.

Ключевые слова: старший подросток, интернет-зависимость, предикторы интернет-зависимости, коммуникативный тренинг, профилактическая программа

Для цитирования: Панфилова О.В., Конева В.А., Быстрова Н.В. Профилактика интернет-зависимости у старших подростков // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 6. С. 131 – 137.

Поступила в редакцию: 11 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 8 июня 2025 г.; Принята к публикации: 20 июля 2025 г.

¹Panfilova O.V.,

¹Koneva V.A.,

¹Bystrova N.V.,

¹Yugra State University

Prevention of Internet addictions among older teens

Abstract: the article focuses on the phenomenon of Internet addiction as a persistent behavioral disorder manifested in compulsive desire to connect to the network and difficulties to voluntary stop being on the Internet. Psychological features of teenagers as predictors of Internet addiction are revealed. The possibilities of organizing and implementing communicative training as a means of preventing Internet addiction in older teenagers are described.

The results of experimental work on the prevention of Internet addiction among older teenagers through communicative training are presented.

The purpose of this study is the theoretical justification and the effective implementation of the communicative training program's experimental verification as a means of preventing Internet addiction in older teenagers.

The objectives of the study include disclosure of the topic's main concepts: "prevention", "Internet addiction", "communicative training"; development, implementation and testing of the effectiveness of the communicative training program to prevent and/or reduce the level of Internet addiction in older teenagers, as well as the development of methodological recommendations for the prevention of Internet addiction in this age category.

The results of the conducted research may be of practical interest and value for specialists working with young people and all those who are directly related to the development of the younger generation's mentally healthy personality.

Keywords: older adolescent, internet addiction, predictors of internet addiction, communication training, prevention program

For citation: Panfilova O.V., Koneva V.A., Bystrova N.V. Prevention of Internet addictions among older teens. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (6). P. 131 – 137.

The article was submitted: April 11, 2025; Approved after reviewing: June 8, 2025; Accepted for publication: July 20, 2025

Введение

На сегодняшний день развитие высоких технологий, в частности Интернета, прочно вошло в структуру повседневной жизни. Цифровая среда всё активнее влияет на психологическое состояние, социальные связи и культурные установки человека. Формируются новые форматы межличностного взаимодействия, значительная часть которых реализуется через социальные сети. Количество пользователей сети неуклонно растёт, расширяется спектр доступных онлайн-ресурсов, а активность в интернете охватывает всё большие группы населения разных возрастов и социального положения. Компания Mediascope представила результаты исследования, посвящённого популярности социальных сетей среди подростков. Несмотря на ограничения, введённые для российских пользователей TikTok в 2022 году, именно эта платформа остаётся самой востребованной среди молодёжи.

Согласно данным отчёта, подростки в возрасте от 12 до 17 лет ежедневно тратят на TikTok около 71 минуты. Второе место занимает Telegram, где юные пользователи проводят в среднем 59 минут в сутки. Третье место досталось «ВКонтакте», с ежедневной аудиторией в 21 минуту. Однако по количеству охвата в течение дня лидирует Telegram: ежедневно его посещают 80,6% подростков указанной возрастной категории. «ВКонтакте» также показывает высокую вовлечённость, привлекая 64,9% аудитории, тогда как TikTok привлекает внимание 62,2% молодых пользователей [1].

Все больше пользователей начинают отдавать предпочтение виртуальной среде, где социальные

сети постепенно подменяют реальные формы социальной активности. Особенно уязвимыми в этом контексте оказываются подростки, чья психика ещё не достигла зрелости, а личностные установки и мировоззрение находятся в стадии формирования. Даже кратковременное отсутствие доступа к интернету у подростков, склонных к зависимости, способно вызывать повышенное напряжение, тревожность и эмоциональную нестабильность. Виртуальное общение постепенно вытесняет живое взаимодействие, ограничивая подростка в возможности выстраивать полноценные социальные связи в оффлайн-среде. Важно предупредить интернет-зависимость еще до появления ее первых признаков, в этом поможет коммуникативный тренинг.

В данном виде тренинга возможно использование ситуационно-ролевых, дидактических, творческих, организационно-деятельностных игр, которые помогут подростку преодолеть коммуникативный барьер, вести разговор со сверстниками и окружающими, уметь отстаивать свои личные границы и находить друзей в оффлайн пространстве.

Феномен интернет-зависимости вызывает серьёзную обеспокоенность у психологов и государственных структур, заинтересованных в проведении исследований, направленных на разработку стратегий по борьбе с интернет-зависимостью среди подростков и её профилактике [1].

«Проблема зависимости начинается тогда, когда стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния, начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей...» [2, с. 87].

Эти слова психолога Ц.П. Короленко подтверждают мысль о навязчивости увлечений, быстроте превращения их в зависимость, что является важной отличительной характеристикой интернет-зависимой личности от интернет-активной личности, которая, с точки зрения А.И. Лучинкина А.И., Е.С. Аль-Шаер, «активно использует интернет для коммуникации, поиска информации, развлечений и других целей» [3, с. 135].

Что же может выступать предикторами интернет-зависимости у подростка?

По мнению Д.Г. Кулиной, на возникновение интернет-зависимости влияет совокупность факторов. К ним относятся: – биологические (специфика работы нервной системы, особенности внутриутробного развития); – социальные (раннее приобщение к интернет-пространству, рост числа пользователей молодого возраста, расширение функциональных возможностей сети); – индивидуально-психологические (личностные черты и особенности характера) [4].

Ф.Г. Ловпаче подчёркивает, что подростки входят в категорию повышенного риска по развитию интернет-зависимости. Это связано с тем, что подростковый возраст – один из наиболее сложных периодов в становлении личности, в рамках которого активизируется процесс формирования самосознания [5].

Н.В. Грисенко указывает на то, что акцентуации характера могут выступать как предикторы склонности к интернет-зависимому поведению. Иными словами, подростки с определённым типом акцентуации чаще подвержены чрезмерному использованию интернета, тогда как у лиц без выраженных акцентуаций такая склонность проявляется реже [6].

Подростки могут получить зависимость от социальных сетей, когда пытаются догнать по популярности своего кумира: снимают множество видеороликов, активно следят за трендами, тем самым проводят в социальных сетях большое количество времени.

Таким образом, предикторы к зависимому поведению у подростков могут быть разные: желание стать популярнее своих сверстников, проблемы в семье или в обучении, чувство одиночества и недостатка любви, но одной из главных причин автор данной работы отмечает отсутствие интереса к реальному (оффлайн) миру и проблемы в коммуникации со сверстниками и построении межличностных отношений. Наиболее эффективным профилактическим средством по снижению интернет-зависимости у старших подростков, на наш взгляд, является коммуникативный тренинг.

Коммуникативный тренинг – это интерактивная форма обучения, предполагающая, прежде всего, обучение на своем опыте, дающая возможность экспериментировать со своим поведением, творчески относиться к жизни и самому себе [7].

Возможности организации и реализации коммуникативного тренинга по профилактике интернет – зависимости: 1. Создание благоприятной атмосферы доверия. Тренинги строятся на принципах группового взаимодействия, где подросткам предоставляется возможность открыто обсуждать личные проблемы и трудности, связанные с использованием интернета. Атмосфера взаимоподдержки помогает снять чувство изоляции и повысить уровень самопринятия. 2. Развитие социально-коммуникативной компетенции. Подростки получают знания и практические навыки эффективного общения, такие как умение начинать разговор, поддерживать беседу, разрешать конфликты мирным путем. Данные навыки помогают молодым людям успешнее интегрироваться в реальную социальную среду и уменьшить потребность в виртуальных заменителях общения. 3. Самопознание и осознание проблем. Важная задача тренингов заключается в формировании осознанного отношения к своему поведению в интернете. Участники приобретают способность критически оценивать собственное поведение, замечать признаки зависимости и понимать негативные последствия чрезмерного погружения в виртуальную реальность. 4. Обучение методам саморегуляции и контроля над интернет-поведением. Проведение упражнений и практик, позволяющих управлять своим временным ресурсом, планировать занятия и контролировать количество часов, проведенных в интернете. Подростки осваивают техники планирования и приоритизации деятельности, направленные на формирование сбалансированного образа жизни. 5. Психологическая поддержка и профилактика стресса. Коммуникативный тренинг способствует улучшению психоэмоционального состояния подростков, снижают уровень тревожности и депрессии, часто сопровождающие длительное пребывание в интернете. Совместные обсуждения и работа в группе позволяют участникам чувствовать себя понятыми и принятыми сверстниками, создавая ощущение поддержки и безопасности в реальной жизни. 6. Использование интерактивных методов обучения. Игровые упражнения, ролевые игры, дискуссии стимулируют активное участие подростков, повышают интерес к обучению и улучшают усвоение материала. Применение инновационных технологий, включая элементы мультимедиа и информационных ресурс-

сов, повышает привлекательность занятий и эффективность восприятия информации.

Материалы и методы исследований

В рамках исследования были использованы теоретические методы (анализ, обобщение и систематизация научной литературы); эмпирические (психолого-педагогический эксперимент, тестирование: шкала интернет-зависимости Чена - шкала CIAS [8], «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского [9], опросник аффилиации А. Мехрабиана [10], опросник Басса-Дарки (диагностика агрессивных и враждебных реакций)) [11]. Применение методов математической статистики (φ критерий (Фишера)), позволило подтвердить поставленную в начале исследования гипотезу, согласно которой уровень выраженности интернет-зависимости у старших подростков, возможно, удастся снизить, если реализовать программу коммуникативного тренинга, направленную на формирование умения управлять временем, проводимым в интернете; уменьшение симптомов отмены; предотвращение нарушений в социальной, коммуникативной, эмоционально-волевой сферах.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе АУ «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва». В ней принимали участие 40 учеников 10-11 класса, экспериментальная группа – ЭГ – 20 человек и контрольная группа – КГ – 20 человек.

Исследование проводилось в три этапа. На констатирующем этапе исследования была проведена первичная диагностика уровня интернет-зависимости у обучающихся колледжа-интерната, распределённых на контрольную и экспериментальную группы. На формирующем этапе с участниками экспериментальной группы была реализована программа коммуникативного тренинга, направленная на формирование умения управлять временем, проводимым в интернете; уменьшение симптомов отмены; предотвращение нарушений в социальной, коммуникативной, эмоционально-волевой сферах. В контрольной группе аналогичная работа не проводилась. Контрольный этап включал повторную диагностику уровня интернет-зависимости с целью оценки эффективности реализованной программы коммуникативного тренинга и проверки выдвинутой исследовательской гипотезы. Результаты опытно-экспериментальной работы были систематизированы, обобщены и подвергнуты аналитической обработке.

Результаты и обсуждения

Результаты анкетирования интернет-зависимости у подростков по шкале CIAS на констатирующем этапе эксперимента оказались следующими: в контрольной группе преобладающим

является средний уровень интернет-зависимости: в контрольной группе он зафиксирован у 13 подростков (65 %), в тоже время в экспериментальной – у 8 человек (40 %). Это свидетельствует о наличии устойчивой, но не критической интернет-привязанности, характеризующейся умеренным нарушением саморегуляции и предпочтением виртуального общения в ряде жизненных ситуаций в контрольной группе. Низкий уровень интернет-зависимости продемонстрировали 3 участников (15 %) контрольной группы и 2 человека (10 %) из экспериментальной группы. Эти подростки демонстрируют адекватное использование интернет-пространства, сохраняют интерес к онлайн-активностям и обладают достаточным уровнем самоконтроля. Высокий уровень интернет-зависимости показали 4 респондента (20 %) из контрольной группы и 10 респондентов (50 %) из экспериментальной, что указывает на необходимость формирующей работы, требующей профилактического и/или коррекционного вмешательства.

Результаты анкетирования по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, проведённого на констатирующем этапе, демонстрируют различия в уровне развития коммуникативных навыков у учащихся контрольной и экспериментальной групп. В экспериментальной группе преобладают участники со средним уровнем общительности – 10 человек (50 %). Несколько меньшая доля подростков (7 человек, 35 %) продемонстрировала низкий уровень, что может свидетельствовать о затруднённой коммуникации, наличии трудностей в самовыражении и налаживании социальных контактов. Высокий уровень общительности был выявлен у 3 участников (15 %), что говорит о выраженном стремлении к взаимодействию и коммуникативной активности. В контрольной группе наибольшее количество подростков также продемонстрировало средний уровень общительности – 12 человек (60 %), что соответствует норме. Низкий уровень отмечен у 5 человек (25 %), тогда как высокий уровень – у 3 подростков (также 15 %).

Согласно результатам по методике А. Басса-Дарки, направленной на выявление уровня агрессивных и враждебных реакций у подростков, у 10 испытуемых (50 %) выявлен средний уровень агрессивности, возможно, как ситуативное проявление агрессии в рамках нормативного поведения. У 3 испытуемых (15 %) был отмечен низкий уровень агрессивности, указывающий на выраженную склонность к самоконтролю, эмоциональной устойчивости, сдержанному поведению. 7 испытуемых (35 %) продемонстрировали высокий уро-

вень агрессивных и враждебных реакций, что характеризует их как конфликтных, с неустойчивым эмоциональным фоном. В контрольной группе преобладают подростки со средним уровнем агрессивности (11 человек, 55 %). Низкий уровень наблюдается у 7 человек (35 %). Лишь 2 человека (10 %) показали высокие показатели агрессии, что указывает на относительно благополучный психологический фон в группе.

По результатам методики А. Мехрабиана, направленной на выявление уровня аффилиации – стремления личности к установлению и поддержанию позитивных межличностных контактов, были выявлены следующие результаты: в экспериментальной группе у большинства подростков (11 человек 55 %) зафиксирован средний уровень аффилиации, что указывает на сбалансированную потребность в общении: такие подростки стремятся к взаимодействию с окружающими, но не испытывают чрезмерной зависимости от социальных контактов. Высокий уровень аффилиации проявился у 5 участников (25 %), что может свидетельствовать о повышенной потребности в принятии, принадлежности к группе и эмоциональной поддержке. В то же время 4 человека (20 %) продемонстрировали низкий уровень аффилиации, что может говорить о сниженной мотивации к социальному взаимодействию, предпочтении в уединении и меньшей ориентированности на межличностные связи. В контрольной группе преобладают подростки со средним уровнем аффилиации (10 человек, 50 %), что аналогично экспериментальной группе. Высокий уровень стремления к социальному взаимодействию выявлен у 7 подростков (35 %), а низкий – у 3 человек (15 %). В целом, можно отметить, что в обеих группах преобладают подростки со средними показателями аффилиации, однако в контрольной группе наблюдается незначительное преобладание подростков с высоким уровнем аффилиативных потребностей, в то время как в экспериментальной – чуть выше доля подростков с низкой аффилиацией.

Обобщённые результаты всех методик демонстрируют наличие ряда личностных и поведенческих особенностей у подростков, включая признаки интернет-зависимости: неустойчивость в общении, повышенную раздражительность и выраженные эмоциональные потребности.

Реализация программы коммуникативного тренинга позволила затронуть ключевые аспекты профилактики интернет-зависимого поведения: умение управлять временем, проводимым в интернете; уменьшение симптомов отмены; предотвращение нарушений в социальной, коммуника-

тивной, эмоционально-волевой сферах. Тематический план реализации тренинговых занятий в рамках профилактической программы включал несколько блоков:

1. Блок, направленный на предотвращение нарушений в социальной и коммуникативной сферах.

2. Блок, направленный на предотвращение нарушений в эмоционально-волевой сфере.

3. Блок, направленный на формирование умения управлять временем, проводимым в интернете.

4. Блок, направленный на уменьшение симптомов отмены.

Результаты проверки эффективности данной программы на контролльном этапе эксперимента показали, что в экспериментальной группе количество испытуемых с низким уровнем интернет-зависимости увеличилось на 50%, со средним уровнем – на 5%, а с высоким уровнем снизилось до 5 %. В контрольной группе существенных изменений не произошло.

Для проверки эффективности профилактической программы был проведён сравнительный анализ долей подростков с высоким уровнем интернет-зависимости до и после её реализации. Сформулируем гипотезу: H_0 : Программа не оказывает влияния на уровень интернет-зависимости. H_1 : Программа оказывает влияние на уровень интернет-зависимости. $1,64$ для $p \leq 0,05$; $2,33$ для $p \leq 0,01$. $\varphi_{\text{эмп}} = 2,56$, следовательно, $x_2 \text{эмп} > x_2 \text{кр}$. $\varphi > 1.64$ – до проведения эксперимента. Различие значимо на уровне $p < 0.05$ $\varphi > 2.33$ – после проведения эксперимента. Различие значимо на уровне $p < 0.01$. Расчёт по формуле φ (Фишера) показал значение $\varphi = 2.56$, что превышает критическое значение 2.33 при уровне значимости $p < 0.01$. Это свидетельствует о статистически значимом снижении уровня интернет-зависимости в экспериментальной группе, что подтверждает результативность проведённой работы. Нулевая гипотеза H_0 о статистическом сходстве между состоянием до и после профилактической работы в экспериментальной группе отклоняется. Принимается альтернативная гипотеза H_1 о наличии статистически значимых различий. Уровни интернет-зависимости у старших подростков до и после реализации программы достоверно различаются.

Выходы

В условиях цифровизации общества проблема интернет-зависимости среди подростков становится все более актуальной. Подростки, находящиеся в стадии активного личностного и социального становления, особенно подвержены риску развития аддиктивного поведения, связанного с чрез-

мерным использованием интернета. Данная работа была посвящена изучению возможностей профилактики интернет-зависимости у старших подростков посредством коммуникативного тренинга. Нами были изучены ключевые характеристики интернет-зависимой личности старшего подростка. На основе анализа научной литературы была выявлена необходимость комплексного подхода к профилактике, включающего развитие коммуникативной компетентности, саморегуляции и устойчивости к стрессу.

Практическая часть исследования включала проведение констатирующего, формирующего и контрольного этапов эксперимента. На констатирующем этапе были зафиксированы высокие показатели интернет-зависимости и недостаточный уровень развития коммуникативных навыков у

значительной части подростков. С целью профилактики была разработана и реализована программа коммуникативного тренинга, направленная на развитие навыков общения, эмоциональной регуляции и формирования позитивного отношения к онлайн-реальности.

Результаты проверки эффективности формирующего этапа эксперимента показали статистически значимое снижение доли подростков с высоким уровнем интернет-зависимости в экспериментальной группе. Это позволяет считать реализованную профилактическую программу, направленную на развитие коммуникативных и эмоционально-волевых навыков, единственным средством снижения интернет-зависимости у данной возрастной категории.

Список источников

1. Жичкина А.Н. Взаимосвязь идентичности и поведения в Интернете пользователей юношеского возраста // Психология и интернет. URL: http://flogiston.ru/articles/netpsy/avtoref_zhichkina (дата обращения: 19.06.2025).
2. Войсунский А.Е. Интернет – новая область исследований в психологической науке // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Москва: Смысл, 2002. Вып. 1. С. 82 – 101.
3. Лучинкина А.И., Аль-Шаэр Е.С. Психологические особенности интернет-активной личности // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Т. 8. № 4. С. 133 – 139.
4. Белинская Е.П. Психология интернет-коммуникации: учеб. пособие. Москва: Издательство Московского университета, 2013. 240 с.
5. Психология подростка: полное руководство / под ред. А.А. Реана. Санкт-Петербург: Прайм-ЕвроЗнак; Москва: ОЛМА-Пресс, 2003. 432 с.
6. Толстых, Н.Н., Прихожан А.М. Психология подросткового возраста [Электронный ресурс]: учебник и практикум для вузов. Электрон. текстовые данные. Москва: Издательство Юрайт, 2025. 446 с. URL: <https://urait.ru/bcode/560427> (дата обращения: 22.02.2025)
7. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. Москва: Питер, 2005. 160 с.
8. Риски в цифровой среде: диагностика, профилактика, коррекция: учеб-метод. пособие / под редакцией О.В. Рубцовой [и др.]. Москва: АНО «Центр глобальной ИТ-кооперации», 2024. 152 с.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие: в 2 кн. Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. 480 с.
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Изд-во Института Психотерапии. 2002. 490 с.
11. Хван А.А., Зайцев Ю.А., Кузнецова Ю.А. Стандартизованный опросник измерения агрессивных и враждебных реакций А. Басса и А. Дарки: метод. рекомендации. Кемерово: КРИПКИПРО, 2006. 68 с.

References

1. Zhichkina A.N. The relationship between identity and behavior on the Internet of adolescent users. Psychology and the Internet. URL: http://flogiston.ru/articles/netpsy/avtoref_zhichkina (date of access: 19.06.2025).
2. Voyskunsky A.E. The Internet is a new area of research in psychological science. Scientific notes of the department of general psychology of Moscow State University. Moscow: Smysl, 2002. Issue 1. P. 82 – 101.
3. Luchinkina A.I., Al-Shaer E.S. Psychological characteristics of an Internet-active personality. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Vol. 8. No. 4. P. 133 – 139.
4. Belinskaya E.P. Psychology of Internet communication: textbook. manual. Moscow: Moscow University Publishing House, 2013. 240 p.
5. Teenager Psychology: A Complete Guide. edited by A.A. Rean. St. Petersburg: Prime-Euroznak; Moscow: OLMA-Press, 2003. 432 p.

6. Tolstykh, N.N., Prikhozhan A.M. Psychology of Adolescence [Electronic Resource]: A Textbook and Workshop for Universities. Electronic text data. Moscow: Yurait Publishing House, 2025. 446 p. URL: <https://urait.ru/bcode/560427> (accessed: 22.02.2025)
7. Gretsov A.G. Communication Training for Teenagers. Moscow: Piter, 2005. 160 p.
8. Risks in the digital environment: diagnostics, prevention, correction: a teaching aid. Edited by O.V. Rubtsova [and others]. Moscow: ANO "Center for Global IT Cooperation", 2024. 152 p.
9. Rogov E. I. Handbook of a practical psychologist: a teaching aid: in 2 books. Moscow: Humanitarian publishing center VLADOS, 1999. Book 2: A psychologist's work with adults. Correctional techniques and exercises. 480 p.
10. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. Social and psychological diagnostics of personality and small group development. Moscow: Publishing house of the Institute of Psychotherapy. 2002. 490 p.
11. Khvan A.A., Zaitsev Yu.A., Kuznetsova Yu.A. Standardized questionnaire for measuring aggressive and hostile reactions by A. Bass and A. Darki: method. recommendations. Kemerovo: KRIPKiPRO, 2006. 68 p.

Информация об авторах

Панфилова О.В., кандидат педагогических наук, доцент, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9487-9241>, РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?authorid=675534, Югорский государственный университет, oval.2011@mail.ru

Конева В.А., Югорский государственный университет, vera.koneva.01@mail.ru

Быстрова Н.В., кандидат педагогических наук, доцент, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7409-0481>, РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=671854, Югорский государственный университет, n-75@list.ru

© Панфилова О.В., Конева В.А., Быстрова Н.В., 2025