**Анализ компьютерной зависимости и характера сновидений у студентов**

**Мезянная К.Н.**

**Кореневский К.М.**

**Яшин К.Д.**

**Дик С.К.**

**Давыдовский А.Г.**

Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники

Мезянная, К. Н. Анализ компьютерной зависимости и характера сновидений у студентов / К. Н. Мезянная и др. // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2016. – Т. 7, № 1. – С. 57 – 64.

**Аннотация:** В статье представлен анализ симптомов компьютерной зависимости, а также изучено влияние компьютерных игр на эмоциональное и психологическое состояние здоровья студентов. Группу для исследования составили студенты, обучающиеся техническим специальностям в университете г. Минска в количестве 110 человек: мужчин – 54 (49,1%), женщин – 56(50,9%). Опрос проводился методом сплошного опроса среди лиц, достигших 18 лет и старше. Установлено, что 40 и более часов в неделю проводят в виртуальном мире 40 студентов (36,4%). Два и более признака компьютерной зависимости, из числа характеризующих дисфункциональное поведение, – утрата контроля времени, пренебрежение своими обязанностями, непреодолимое влечение – выявлены у 44 респондентов (40%), симптомы абстиненции – у 25 (22,7%). Просыпаются от страха, тревоги и/или неприятных сновидений 76,4% – 84 респондента. В сновидениях 18,2% респондентов присутствуют герои компьютерных игр, в том числе продолжение игры. Представлены сюжеты сновидений и их анализ. Предложена эволюционная модель формирования компьютерной зависимости у лиц молодого возраста. Проведенное скрининговое исследование позволяет сделать вывод, что виртуальный мир компьютерных игр совместно с видеофильмами оказывает существенное влияние на эмоциональное состояние и качество сна студентов, что может способствовать развитию психосоматических расстройств.

**Ключевые слова:** зависимость (психология), компьютерные игры, азартные игры, студенты, психическое здоровье.

**Интернет-ссылка на журнал:** [www.recipe.by](http://www.recipe.by)