Михайлова Л.В. Социально-психологические характеристики интернет-зависимости среди студентов // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 06 (июнь). – АРТ 305-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>

РУБРИКА: СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 316.3

Михайлова Любовь Викторовна

Студентка 2 курса, факультет АВИЭТ

Научный руководитель: Латыпова И. А., кандидат филологических наук, ФГБОУ ВО «Уфимский государственный авиационный технический университет», г. Уфа, Республика Башкортостан

lyba11@mail.ru

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ
ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ**

Аннотация: В данной статье рассматривается интернет-зависимость. Особое внимание обращается на исследование ее признаков, видов. На основе анализа данной проблемы были выявлены способы борьбы с интернет-аддикцией.

Ключевые слова: интернет, зависимость, всемирная сеть, виртуальный мир, борьба с интернет-зависимостью.

Mikhailova Lyubov Viktorovna

Second year student, faculty of AVIET

Scientific adviser: Latypova I.A., Candidate of Philology, FGBOU VO

"Ufa State Aviation Technical University", Ufa, Republic of Bashkortostan

lyba11@mail.ru

PSYCHOSOCIAL CHARACTERISTICS OF INTERNET ADDICTION AMONG STUDENTS

Abstract: This article discusses the Internet addiction. Particular attention is drawn to the study of its characteristics, species. Based on the analysis of the problems have been identified ways to combat online addikatsiey.

Key words: Internet, addiction, global network, virtual world, fighting interner addiction.

За последнее десятилетие интернет стал неотъемлемой частью жизни для большинства населения. Любой современный человек хоть раз в день, для общения, работы или просто поиска нужной информации посещает сети всемирной паутины.

Безусловно, интернет имеет огромное значение в современном мире и приносит большую пользу человечеству: как неиссякаемый источник информации, доступный способ приобретения навыков и знаний, как незаменимый помощник в работе и бизнесе, как средство проведения вечера и планирования досуга, как место для знакомств и способ поддержания связи. Интернет облегчает выбор и покупку необходимых товаров, а также позволяет сэкономить на их приобретении. Но есть и негативные последствия распространения интернета по всему миру – так называемая интернет-зависимость [2].

Цель нашего исследования – изучение особенностей интернет-зависимости среди студентов технического вуза.

Интернет-зависимость или «интернет-аддикция» (Internet Addiction Disorder) – это расстройство в психике, сопровождающееся большим количеством поведенческих проблем и в общем заключающееся в неспособности человека вовремя выйти из сети, а также в постоянном присутствии навязчивого желания туда войти. Психологи сравнивают феномен интернет-зависимости не иначе как с пристрастием к алкоголю и наркотикам. Поводы для беспокойства действительно имеются. Проводимые исследования на тему интернет-зависимости показывают, что при длительном и неконтролируемом нахождении в сети происходят изменения в состоянии сознания и в функционировании головного мозга. Постепенно это приводит к потере способности обучаться и глубоко мыслить.

Впервые термин «интернет-зависимость» был использован американским психиатром Айвеном Голдбергом в 1994 году. В это понятие Голдберг вкладывал не медицинский смысл, как если бы речь шла о зависимости от наркотиков или алкоголя, а такое поведение, которое сопровождается низким уровнем самоконтроля, стрессом и угрозой вытеснить нормальную жизнь.

Николас Карр, известный американский ученый-публицист, совместно с созданной им группой исследователей-психологов, пришел к неутешительным выводам — быстрое и регулярное просматривание сайтов ведет к тому, что мозг человека утрачивает способность к углубленному аналитическому мышлению, превращая постоянных пользователей сети в импульсивных и не способных к интеллектуальной работе людей [2].

Кроме нарушения мыслительных процессов и ухудшения памяти у интернет-зависимого человека утрачиваются навыки реального общения, что приводит к некой асоциальности. Сложности в общении с новыми

людьми, стрессовые ситуации при попадании в незнакомую компанию, проблемы со сном... Некоторых нездоровая привязанность к информационным технологиям доводит даже до самоубийства. Кроме психических и мыслительных расстройств интернет-зависимость опасна и возникновением физических заболеваний (ухудшение зрения, заболевания позвоночника и суставов, сердечно-сосудистые патологии и др.).

Необходимость в непрерывном общении - самый распространенный вид интернет-зависимости. В силу отсутствия социальных и коммуникативных навыков, люди, испытывающие проблемы в общении, погружаются в виртуальный мир форумов, социальных сетей и различных чатов, которые заменяют им круг друзей. В большей степени данному виду интернет-зависимости подвержены подростки, т.к. в период гормональной перестройки организма молодым людям становится проблематично общаться, завязывать новые знакомства, налаживать контакты с противоположным полом. А общение в интернете предоставляет подросткам возможность существовать в образах своих мечтаний и, не выходя за границы этих образов, осуществлять невозможную в реальности коммуникативную активность. В данном случае провоцирующим фактором, стимулирующим развитие этой зависимости, выступает анонимность и невозможность проверить, насколько представленная о себе информация действительна.

Еще одной причиной появления интернет зависимости является невозможность самовыражения. Человек, с трудом высказывающий свои мысли, неспособный отстаивать свою точку зрения, испытывающий страх публичных выступлений, боящийся осуждения реального общества, в общем неуверенный в себе человек, в сети может спокойно высказать то, что накопилось, не боясь неодобрения и непонимания [2].

Информационная интернет-зависимость (онлайн серфинг), или непреодолимая нужда в постоянном потоке информации также заставляет человека бесконечно путешествовать по Сети. Навязчивый веб-серфинг предполагает неупорядоченный поиск информации, лишенный всякой цели и смысла. Человек блуждает по сайтам, базам данных, одну за другой читает статьи, заметки, комментарии к ним, бесконечно переходит по ссылке. В итоге это приводит к потере продуктивности и информационной перегрузке.

Следующий вид интернет-зависимости – игровая зависимость. Онлайн-казино, которых сегодня в интернете великое множество, заманивая десятки тысяч новых пользователей ежедневно, воссоздают соблазнительный и реалистичный мир традиционных казино.

Киберсексуальное влечение или навязчивая тяга к просмотру порнофильмов в сети и занятию киберсексом – еще одна разновидность интернет-зависимости. При кажущейся на первый взгляд безобидности, сексуальная интернет зависимость является серьезнейшей проблемой, стоящей на пути обеспечения социально-психологической безопасности как отдельного человека, так общества в целом. Сегодня множество семейных пар распадаются или стоят на грани распада из-за склонности одного из супругов удовлетворять свои сексуальные потребности с помощью интернета. У людей, страдающих этой зависимостью, остается мало времени для обычного общения, так постепенно происходит эмоциональный разрыв в отношениях с реальными людьми — семья, дети, друзья, работа и учеба уходят на задний план [3, 57-61].

Перечень основных видов зависимостей от интернета можно расширить, добавив туда: хакерство; непроизвольную тягу к покупкам вещей на интернет-аукционах и в онлайн-магазинах; бесконечное

скачивание с торренттрекеров видео и аудио материалов в целях создания собственной базы и т.д.

Каким же образом развивается интернет-зависимость? Специалисты выделяют 3 стадии данного процесса:

А) Первая стадия – пользователь знакомится с интернетом, узнает о его возможностях и выбирает подходящий для себя вариант виртуальной реальности.

Б) Вторая стадия – происходит отдаление от настоящей жизни, пользователь все больше времени начинает проводить в той реальности, которую он выбрал. Время нахождения в онлайн увеличивается. Постепенно человек перестает использовать интернет для достижения жизненных целей, происходит перенос этих самых целей в виртуальную реальность.

В) Третья стадия – стабилизирующая. Проблема очевидна, признаки и симптомы интернет зависимости налицо, она плавно переходит в хроническую форму [1, 54].

В ходе исследования, проведённого нами в целях определения особенностей интернет-зависимости среди 20 респондентов (студентов второго курса филиала) с использованием теста-опросника К. Янга, были сформулированы следующие выводы:

- 50% студентов имеют высокий уровень интернет-зависимости, 36% - средний уровень и 14% - низкий уровень.
- 50% опрошенных находятся во всемирной паутине более 6 часов в день.
- 20% сидят от 1 до 3 часов и от 3 до 6. При этом многие из них заказывали в интернет-магазине какие-либо товары.

- Менее половины, опрошенных не признаются себе и окружающим, что имеют интернет-зависимость, хотя числа говорят об обратном.
- Все единодушно ответили, что готовы отказаться от интернета на день, но 70% не смогли бы отказаться хотя бы на неделю.

Большинство респондентов характеризуются такими показателями эмоционально-волевой сферы их личности, как высокие уровни личностной тревожности, депрессии, агрессивности и враждебности. При увеличении степени интернет-зависимости происходит дальнейшее повышение этих характеристик. Помимо этого, для них характерны низкие показатели силы воли, стрессоустойчивости, самооценки и уверенности в себе. При увеличении степени зависимости наблюдается снижение этих показателей.

Таким образом, интернет-зависимость или «интернет-аддикция» является одной из наиболее актуальных проблем современного общества. Воспитание и самовоспитание компьютерной культуры пользователей – один из путей решения данной проблемы. А самый простой и доступный способ избавления от зависимости – это приобретение другой зависимости. Приобщение к здоровому образу жизни, живое общение, творческие увлечения, как правило, выводят человека из состояния «интернет-аддикции».

Список использованной литературы:

1. Белинская Е., Жичкина А. Современные исследования виртуальной коммуникации: проблемы, гипотезы, результаты. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004. - 165 с.

2. Интернет-зависимость: понятия, виды, симптомы, стадии и причины развития, лечения и профилактики. — [ЭР].
3. Перфильев Ю.Ю. Кибергеография // «Энергия» 2003, № 11, С. 57-61.

Дата поступления в редакцию: 24.06.2017 г.

Опубликовано: 27.06.2017 г.

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник»,
электронный журнал, 2017*

© Михайлова Л.В., 2017