

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

Сахаутдинова Э.Э. Интернет-зависимость // Материалы по итогам II-ой Всероссийской научно-практической конференции «Глобализация, наука, творчество», 20 – 30 марта 2020 г. – 0,3 п. л. – URL: http://akademnova.ru/publications_on_the_results_of_the_conferences

СЕКЦИЯ: АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОСТИ

Сахаутдинова Э.Э.

Студентка 2-го курса группы РЭНиГ-18/9

ГАПОУ МРТК «Региональный технический колледж в г. Мирном»

Научный руководитель: Кириченко Н.В.

г.Мирный,

Республика С(Я), РФ

Интернет-зависимость

Интернет - это телекоммуникационная сеть, которая стала глобальной и является основой для Всемирной паутины, а в 2019 году пользователей Интернета было более 4,1 млрд. человек. Интернет не бесплатен, но его неограниченная возможность обмена информацией привлекает всех, потому многие платят деньги за доступ в Интернет, через посредников: провайдеров. Интернет не имеет собственника и его вообще нельзя выключить, так как нет единого центра управления, потому это теперь относительно свободная сеть, в которой у многих есть свои интересы, но все они, в любом случае, основаны на обмене разного рода потоками информации в виде текста, аудио, видеоматериалов и т. д.

В данной работе изучается проблема Интернет - зависимости у подростков. Актуальность выбранной темы не вызывает сомнений: во-

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

первых, по статистике: в мире интернет - зависимых в четыре раза больше, чем наркозависимых. В Европе, вслед за Азией и Америкой уже начали открывать соответствующие клиники. В России таких учреждений нет, да и пристрастие к Всемирной паутине зачастую не воспринимают как серьезную проблему; во-вторых, тем, что чрезмерное пристрастие к интернету разрушающе действует на ребенка, вызывает отрицательное воздействие на психику; в-третьих, отсутствием глубоких исследований в этой области в силу относительной новизны феномена Интернет - зависимости, который до настоящего времени в русскоязычной литературе практически не рассматривался.

Цель исследования: исследование проблемы интернет - зависимости, степени распространенности и особенностей этого явления.

В связи с этим можно поставить следующие задачи:

1. Определить наиболее часто используемые Интернет – ресурсы.
2. Выяснить наличие и степень распространения зависимости от Интернета у подростков.
3. Рассмотреть влияние Интернет - зависимости на личность подростка.

Гипотеза исследования: я предположила, что в нашей группе среди одноклассников есть ряд учащихся, относящихся к группе риска интернет – зависимости

Методы исследования:

1. Изучение литературы по теме исследования.
2. Теоретический анализ психологических исследований, проведенных по данной проблеме.

Глава I. Зависимость от Интернета:

постановка проблемы, методы изучения, практика.

Происхождение проблемы

Всемирная паутина ежегодно привлекает в свои сети миллионы новых пользователей. Среднестатистический современный человек уже с трудом представляет свое существование без Интернета. Однако далеко не все могут точно ответить на вопрос, что такое Интернет – ведь для каждого из нас он играет свою роль.

Анализируя мотивы, которые заставляют людей посвящать ощутимую часть своего времени пребыванию на просторах Сети, можно сделать вывод, что для большинства из нас Интернет - это:

- общение
- развлечение
- самообразование
- творчество, саморазвитие, личностный рост
- место совершения покупок, сделок
- средство заработка

Общие чертами компьютерной зависимости является характерный ряд психологических и физических симптомов, тесно связанных между собой:

Психологические симптомы:

1. Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
2. Невозможность остановиться;
3. Увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
4. Пренебрежение семьей и друзьями;
5. Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером;
6. Ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности;

7. Проблемы с работой или учебой.

Физические симптомы:

1. перенапряжение мышц;
2. сухость в глазах;
3. головные боли по типу мигрени;
4. боли в спине;
5. нерегулярное питание, пропуск приемов пищи;
6. пренебрежение личной гигиеной;
7. расстройства сна, изменение режима сна.

Глава II. Влияние Интернет-зависимости на развитие личности подростка

Анализ социологического опроса

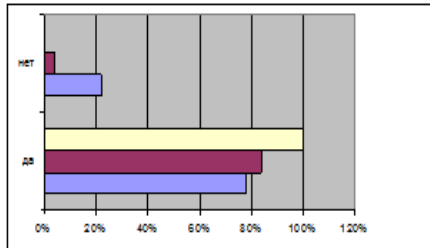
В ходе подготовки проекта нами было проведено анкетирование «Место компьютера в жизни подростков». В опросе принимали участие учащиеся 2 курса, всего 24 человек, из них 18 юношей и 6 девушек:

Такой выборки респондентов оказалось достаточно для того, чтобы составить представление о ведущих предпочтениях в досуговой сфере учащихся и выявить степень значимости информационных технологий, влияющих на их жизненные ориентиры.

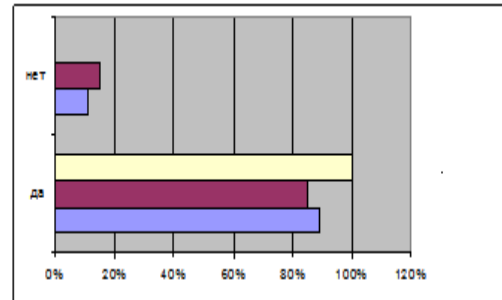
Так, например, мы выяснили, что из 24 опрашиваемых детей и подростков 89,3% имеют компьютер, из них 54,8% имеют выход в Интернет

Есть ли у тебя компьютер?

Девушки



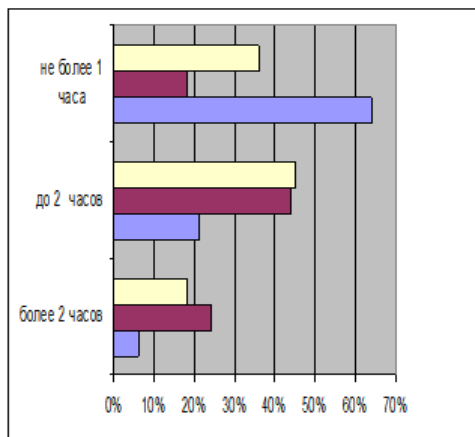
Юноши



Также мы выяснили, сколько времени в среднем подростки проводят за компьютером. Оказалось, что 45% подростков проводят за компьютером большую часть своего свободного времени, а именно более 2 часов в день; 32,7% - уделяют общению с компьютером не более 1 часа в день; 37,7% - до 2 часов в день. Таким образом подростки отдают предпочтение «общению» с компьютером, нежели общению с друзьями или другим видам досуговой деятельности.

Сколько времени ты проводишь за компьютером?

Девушки



Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

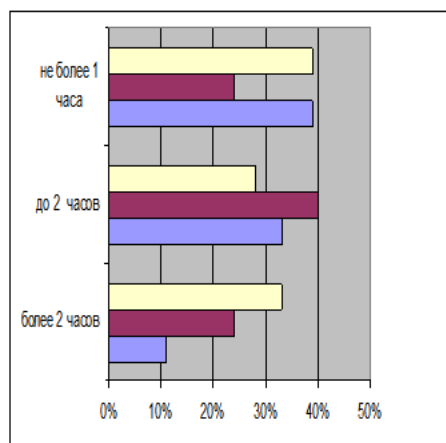
Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

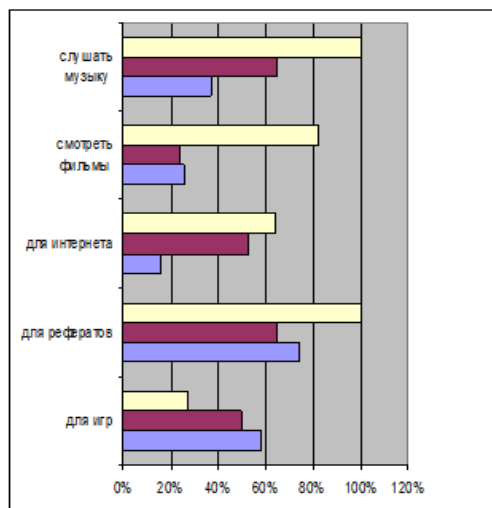
e-mail: akademnova@mail.ru

Юноши



Для чего тебе нужен компьютер?

Девушки



Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

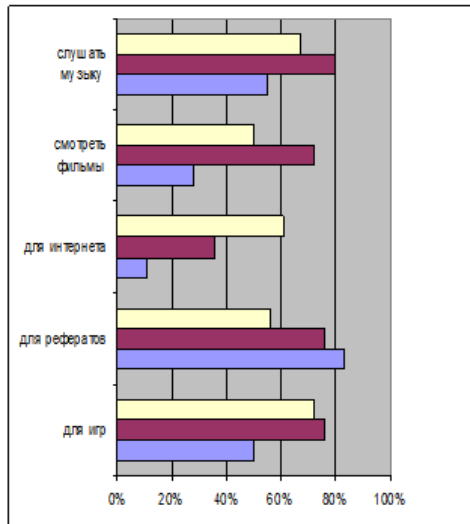
Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

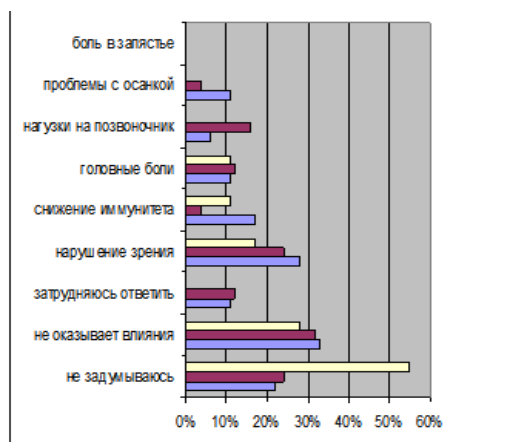
Юноши



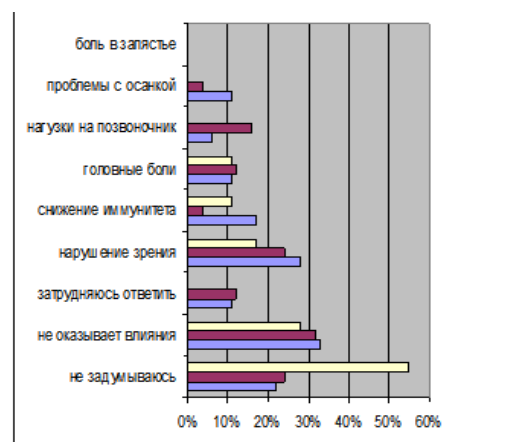
Юношам компьютер нужен для того, чтобы: играть в компьютерные игры – 50%; для того, чтобы выполнять доклады, рефераты - 20% и 30% - для того, чтобы общаться через Интернет.

Оказывает ли влияние компьютер на твоё здоровье?

Девушки



Юноши



Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

По данным нашего исследования мы выявили следующие результаты:

- 50 % опрошенных подростки обычные пользователи интернета, не страдающие Интернет-зависимостью.
- 50 % опрошенных учащихся являются Интернет-зависимыми, но некоторые из них еще вправе себя контролировать, а некоторые уже нет.

Из них:

- 25 % набрали 20-39 баллов и являются слабовзависимыми. Они много времени проводят в Интернете, но могут себя контролировать.
- 15 % набрали 40-42 баллов и являются средневзависимыми. Интернет может стать причиной некоторых их жизненных проблем.
- 10% учащихся, набравших более 60 баллов страдают сильной Интернет-зависимостью. Интернет является причиной многих проблем в их жизни.

На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы: Тест на Интернет-зависимость Кимберли Янг показал, что привыкание к интернету среди учащихся начинает развиваться, половина учащихся страдают Интернет-зависимостью. Но поскольку основную массу из них составляют слабовзависимые (25%) и не зависимые (50%), то можно сделать вывод, что ситуация находится под контролем.

Заключение

В данной работе поставлен вопрос о направлениях изменения личности подростка, у которого в процессе взаимодействия с Интернетом развивается психологическая зависимость от киберпространства. Приведенные примеры дают основания полагать, что Интернет может быть использован для ухода в некий виртуальный мир, в котором трудности и проблемы реального мира отсутствуют. Рассмотрены наиболее распространенные и значимые виды

деятельности пользователей Интернета. Все они, как показано, действительно способны привести к негативному преобразованию личности подростка.

Компьютерные технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание подростка, приводящие к нарушению их социально-психологической адаптации. Интернет-зависимость приводит к снижению успеваемости в колледже и ухудшает здоровье. В результате формируется индивидуальная система ценностей, расходящаяся с общепринятой.

Приложение 1

Памятка для подростков по безопасному поведению в Интернете

Для того чтобы обезопасить себя, свою семью, своих родителей от опасностей Интернета и причинения возможного ущерба, подросток должен предпринимать следующие меры предосторожности при работе в Интернете:

- никогда не сообщайте свои имя, номер телефона, адрес проживания или учебы, пароли или номера кредитных карт, любимые места отдыха проведения досуга.
- если вас что-то пугает в работе компьютера, немедленно выключите его. Расскажите об этом родителям или другим взрослым.
- всегда сообщайте взрослым обо всех случаях в Интернете, которые вызвали у вас смущение или тревогу.
- используйте фильтры электронной почты для блокирования спама и нежелательных сообщений.
- никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. О подобных предложениях немедленно расскажите родителям.

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

- прекращайте любые контакты по электронной почте, в системе обмена мгновенными сообщениями или в чатах, если кто-нибудь начинает задавать вам вопросы личного характера или содержащие сексуальные намеки. Расскажите об этом родителям.

Первые признаки компьютерной зависимости:

- прогулял колледж - играл в компьютерную игру,
- хотя бы одну ночь провел у компьютера,
- ест и пьет чай там же,
- не выходит гулять, все сидит за компьютером,
- мало общается,
- нервный,
- груб и раздражителен,
- забывает поесть и почистить зубы,
- пребывает в плохом настроении,
- не знает чем себя занять, если его любимая игрушка - компьютер - сломался.

Приложение 2

Тест на интернет зависимость (Кимберли Янг)

0-Никогда

1-Редко

2-Иногда

3-Обычно

4-Часто

5-Всегда

6-Нет ответа

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

1. Ты замечаешь, что провел в Интернете больше времени, чем планировал
2. Ты переносишь или откладываешь домашние дела из-за того, что находишься в Интернете
3. Ты предпочитаешь побыть в Интернете, чем провести время со своей девушкой (свои парнем).
4. Люди, с которыми ты познакомился в Интернете, надолго становятся твоими интернет-друзьями (знакомыми).
5. Твои близкие (друзья, знакомые) жалуются на то, что ты проводишь слишком много времени в Интернете
6. То, что ты много времени проводишь в Интернете, мешает тебе выполнять работу по дому.
7. Ты сначала проверяешь свою электронную почту (сообщения на одноклассниках, вконтакте или других социальных сетях) и только потом приступаешь к другим делам
8. То, что ты много времени проводишь в Интернете, мешает тебе на работе (мешает в выполнении домашних заданий – если ты студент или школьник)
9. Когда кто-либо спрашивает, чем ты занимаешься в Интернете, ты отвечаешь неохотно или вообще уходишь от ответа
10. Мысли о том, что ты сделаешь, когда снова окажешься в Интернете, позволяют тебя отвлечься от мыслей о твоих житейских трудностях и проблемах
11. Ты бываешь недоволен собой из-за того, что снова выходишь в Интернет.

12. Ты думаешь о том, что без Интернета, твоя жизнь была бы скучной и неинтересной

13. Если кто-либо отвлекает тебя, когда ты находишься в Интернете, ты становишься раздражительным, резким.

14. Ты не спишь из-за того, что до поздней ночи находишься в Интернете

15. Ты думаешь о том, что сделаешь, когда снова окажешься в Интернете.

16. Ты снова и снова даешь себе «еще несколько минут», прежде чем выйти из Интернета.

17. Ты предпринимаешь неудачные попытки уменьшить время, которое проводишь в Интернете

18. Ты пытаешься скрыть от других сколько времени проводишь в Интернете

19. Ты предпочитаешь побыть в Интернете, чем сходить куда-нибудь с друзьями или знакомыми

20. Когда ты выходишь из Интернета у тебя портится настроение, ты нервничаешь, становишься вспыльчивым. Все это проходит, когда ты снова оказываешься в Интернете

Все ответы тестов оцениваются по пятибалльной шкале:

- 0-никогда
- 1-редко
- 2- иногда
- 3- обычно
- 4-часто
- 5-всегда

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации ЭЛ №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

Исходя из результатов тестирования, даются следующие характеристики испытуемым:

- Меньше 20 баллов: «У тебя нет Интернет-зависимости.»
- 20 – 39 баллов: "Ты много времени проводишь в Интернете и ты в силах себя контролировать."
- 40 – 59 баллов: У тебя средняя Интернет-зависимость. Интернет оказывает влияние на твою жизнь и является причиной некоторых проблем."
- Больше 60 баллов: "У тебя сильная Интернет-зависимость. Интернет является причиной многих проблем в твоей жизни."

Список использованной литературы:

1. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия // Вестник МГУ. Сер.14.1996. Вып.4.
2. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскуновский А.Е. Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред.А.Е. Войскунского (Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.)
3. Бабаева Ю. Д, Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации // Психологический журн. 1998.Т. 19 №1. С.89-100.
4. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смыслова О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского (Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.)
5. Балонов И.М. "Компьютер и подросток" М., 2002 г. стр.32-58.
6. Бирюков В. "Сеть и наркомания". Компьютерный еженедельник "Компьютерра" №16, 1998, стр.13-15.

Опубликовано: 30.03.2020 г.

© Академия педагогических идей «Новация», 2020

© Сахаутдинова Э.Э., 2020