

Шаматова Ю. Ю.

Студентка 3 курса,

Нижегородский государственный университет

им. Н.И. Лобачевского

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

Статья посвящена проблеме интернет-зависимости среди молодежи, а также представлены результаты эмпирического исследования особенностей взаимодействия молодого поколения в глобальной сети. Научная новизна работы заключается в выявлении психологических особенностей личности, предрасположенных к интернет-зависимости, как негативной стороны киберпространства.

Ключевые слова: киберпространство, интернет-зависимость, социальные сети.

Проблема интернет-зависимости среди молодежи появилась относительно недавно. Более активные исследования взаимодействия человека и сети начались лишь с 90-х годов прошлого столетия. Сам термин «интернет-зависимость» ввел в 1996 г. американский психиатр Айвен Голдберг, объясняющий это явление как «снижение социальной и профессиональной деятельности из-за использования интернета», «фантазии и мечты об интернете», «намеренное и ненамеренное печатное движение пальцами» [1]. Кимберли Янг полагает, что «интернет-зависимость» — «это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечениями» [2]. А. Е. Воскунский считает, что «интернет-аддикция — реально существующий феномен. Однако для того, чтобы считать его заболеванием, в настоящее время недостаточно клинических данных» [3]. Также, данной проблемой занимались М. Шоттон, Дж. Грохол, К. Мюррей, Д. Гринфилд, И. П. Короленко, А. Е. Личко и др. Обилие публикаций на данную тему говорит нам о том, что эта тема актуальна как никогда в современном мире. Однако, она достаточно развита лишь на теоретическом уровне и почти не исследуется на практике.

В настоящее время глобальная сеть стала мощным инструментом влияния на молодое поколение. Иллюзорный мир становится все более притягательным для них. Погружаясь в него, молодежь даже не задумывается о том, что у них может сформироваться «зависимость от виртуальности». Убегая от реальных проблем в фантастический мир, они, не осознавая это, начинают воспринимать его как часть реального.

Целью научного исследования является выявление факта интернет-зависимости как важнейшей проблемы современности.

Для достижения цели необходимо решить следующие задачи:

1. Дать сущностную характеристику «интернет-зависимости».
2. Провести эмпирическое исследование на выявление зависимости от глобальной сети среди молодежи.
3. Сделать соответствующие выводы.

Объектом исследования является явление «интернет-зависимости» среди молодого поколения.

Предмет исследования составляет выявление «интернет-аддикции» среди молодого поколения, возрастные границы которого охватывают с 16 до 22 лет.

В ходе научной работы применялись следующие методы исследования: наблюдение, анкетирование, математическая обработка полученных данных, а также методика на определение интернет-зависимости К. Янга.

Сегодня, в век высоких технологий, трудно представить жизнь без интернета, важным компонентом которого являются социальные сети. Впервые они начали завоевывать мир в 90-е годы прошлого века, однако колоссальную популярность они получили лишь в начале

XXI столетия, когда были выпущены Facebook, Вконтакте, Одноклассники, Twitter, Instagram и др. Согласно статистическим данным зимы 2015 г., количество пользователей Facebook достигает 24,2 млн человек, Одноклассников — 40 млн человек. Лидирующее место занимает Вконтакте, где среднее количество посетителей за месяц насчитывается 54,6 млн человек [4]. Для чего люди регистрируются в социальных сетях? Многие смело могут утверждать, что глобальные сети открывают перед глазами человека большие возможности — объединение людей различных религий, национальностей, профессий, интересов. Многие могут подтвердить тот факт, что общаться «онлайн» намного удобнее, быстрее, и это не занимает много времени. Да, интернет во многом облегчает нашу жизнь. Однако он имеет много недостатков. Во-первых, не стоит забывать о «суицидальном» контенте. «Ежегодно в мире по данным ВОЗ более 800000 человек погибают в результате суицида. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека с 1 ноября 2012 г. по настоящее время была проведена экспертиза 5684 ссылок на страницы сайтов, из них по 5532 ссылкам были приняты решения о наличии на страницах сайтов запрещенной информации о способах совершения самоубийства и (или) призывов к совершению самоубийства» (5). Наиболее часто запрещенная информация размещается в социальных сетях. Поэтому родителям нужно тщательно следить за тем, какие сайты посещает их ребенок, чтобы избежать трагических последствий.

Во-вторых, долгое времяпрепровождение в интернете вредит здоровью человека. Возникают патологии опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и нервной систем, органов зрения. Более того, сидячий образ жизни может стать причиной такого заболевания, как геморрой, а также болезней, связанных с избыточным весом.

Кроме того, многие молодые люди, засиживаясь дома в глобальной сети, начинают заменять свободное время для отдыха посещением различных сайтов без какой-либо пользы для тебя. В конечном итоге так может начинаться развиваться интернет-аддикция.

Насколько сегодня, в самом начале XXI века, молодое поколение интернет зависимо? Рассмотрим проявление зависимости на примере молодого поколения г. Арзамаса. Выборка составила 80 человек, из которых 54 — мужского пола и 26 — женского. Резидентам был дан авторский тест Кимберли Янга на определение интернет-зависимости. По результатам исследования было выявлено: у 44% опрошенных имеется интернет-аддикция, 51% имеют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернета и лишь 5% являются обычными пользователями интернета. На основе данного эмпирического исследования было доказано, что почти все респонденты проводят в сети более трех часов в день. Общеизвестно, что такое продолжительное времяпрепровождение в сети пагубно сказывается как на здоровье, так и самореализации личности. И при этом больше половины опрошенных подтвердили, что нередко они говорят фразу «еще минутку», посещая различные сайты. В связи с этим у большинства респондентов часто случается ощущение сухости в глазах, реже боли в спине. У некоторых молодых людей наблюдается «синдром карпального канала» (онемение и боли в кисти руки). 41% опрошенных признаются, что проводят в онлайн-времени больше, чем намеревались, многие же из них отметили, что попытки ограничить время в сети оказываются безуспешными.

Удивителен тот факт, что 78% респондентов пренебрегают сном, засиживаясь допоздна в интернете, а также приемом пищи, личной гигиеной, домашними делами, учебой и др. Причем, 76% студентов наблюдают снижение производительности труда из-за увлечения интернетом. 24% опрошенных, возможно, и не догадываются о негативном влиянии на эффективность их деятельности.

Таким образом, проведенное исследование позволило подтвердить актуальность выдвинутой проблемы, а также пагубное воздействие интернета как на здоровье, так и на возможность самореализации молодого поколения. Однако данное эмпирическое исследование не может быть основанием для постановки диагноза, так как имеет слишком

простую и прозрачную структуру. Тестирование помогло лишь выявить круг лиц, которым нужна консультация специалиста.

Анализ результатов исследования показал, что в настоящее время интернет занимает значительное место в жизни молодежи. Глобальная сеть значительно облегчает нам жизнь, однако нужно ей пользоваться рационально, не забывая о делах насущных. Не нужно превращать времяпрепровождение в интернете в привычку, оно должно оставаться увлечением и следует извлекать из него пользу, — тогда это станет благом, а не злом.

Литература

1. David Wallis. Just Click No [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.newyorker.com/magazine/1997/01/13/just-click-no>
2. Янг К.С. Диагноз — Интернет-зависимость/ К.С. Янг// Мир Интернет. — 2000. №2. С.24-29
3. Войскунский А. Е. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции// Тезисы докладов 2-й Российской конференции по экологической психологии. М.: Экопсицентр РОСС. 2000 С. 251-253.
4. Социальные сети в России, зима 2014-2015. Цифры, тренды, прогнозы [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://br-analytics.ru/blog/socialnye-seti-v-rossii-zima-2014-2015-cifry/>
5. О деятельности Роспотребнадзора по предотвращению суицидов [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=2981&sphrase_id=502161
6. Войскунский А. Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А. Е. Войскунского. М., 2000. С 100-131.