

Явище Інтернет-залежності у студентів

Анотація. У статті проаналізовано вплив Інтернету на сучасну молодь (студента). Виокремлено причини і наслідки Інтернет-залежності. Звертається увага, на те, що використання широких можливостей Інтернету у повсякденному житті людини має не тільки великі переваги, а й може нести певні негативні наслідки, зокрема, виникнення Інтернет-залежності. Тому є необхідним пошук методів і засобів профілактики та боротьби з даною залежністю. Також, подані результати емпіричного дослідження Інтернет-залежності серед студентів I курсу Криворізького Державного педагогічного університету психолого-педагогічного факультету.

Ключові слова. Інтернет-залежність, Інтернет, адикція, студенти, мережа, наслідки Інтернет-залежності.

В.А. Левченко. Явление Интернет-зависимости у студентов.

Аннотация. В статье проанализировано влияние Интернета на современную молодежь (студента). Выделены причины и последствия Интернет-зависимости. Обращается внимание на то, что использование широких возможностей Интернета в повседневной жизни человека имеет не только большие преимущества, но и может нести определенные негативные последствия, в частности, возникновение Интернет-зависимости. Поэтому необходимо искать методы и средства профилактики и борьбы с данной зависимостью. Также, представлены результаты эмпирического исследования Интернет-зависимости среди студентов I курса Криворожского Государственного педагогического университета психолого-педагогического факультета.

Ключевые слова. Интернет-зависимость, Интернет, аддикция, студенты, сеть, последствия Интернета-зависимости.

V.O. Levchenko. The phenomenon of online dependency on students.

Abstract. The article analyzes the impact of the Internet on modern youth (student). The causes and consequences of Internet addiction are highlighted. Attention is drawn to the fact that the use of the broad opportunities of the Internet in everyday life of a person has not only great advantages, but also can have certain negative consequences, in particular, the emergence of Internet addiction. Therefore, it is necessary to seek methods and means of preventing and combating this addiction. Also, the results of the empirical study of Internet dependency among students of the I course of the Kryvy Rih State Pedagogical University of Psychology and Pedagogical Faculty are presented.

Keywords. Internet addiction, Internet, addiction, students, chain, implications.

Постановка проблеми. Інтернет-залежність вважається однією з основних проблем сучасного суспільства. Найбільше підпадають під її вплив підлітки та молодь, для яких мережа Інтернет є джерелом для самовизначення й самоствердження, а обізнаність у новітніх Інтернет-технологіях - можливістю підкреслити власну значущість. Сьогодні молода людина, яка не має доступу до Інтернету, не відвідує соціальні мережі може бути виключена з молодіжної групи. Зважаючи на це, перебування в мережі Інтернет часто стає в молодіжному середовищі критерієм оцінки особистості, може призвести до виникнення *адикції* - патологічного потягу до чогось, що збільшує ризик розвитку психічних захворювань.

У даний час Інтернет-залежність розглядають на рівні з трудовоголізмом, екстремальним видом спорту, фанатизмом, залежністю від мобільних телефонів, телебачення, комунікацій. Простежується взаємозв'язок між закономірностями виникнення Інтернет-залежності та закономірностями формування залежності курців, наркоманів, алкоголіків[2].

Аналіз останніх досліджень. Проблема Інтернет-залежності заслуговує особливої уваги, оскільки саме вона розвивається найбільш масштабно і зі свого боку нагадує складний пазл, що налічує безліч складових — від залежності від соціальних мереж до кібернетичної, яка проявляється в нав'язливому захопленні відео- та комп'ютерними іграми.

Проблему Інтернет-залежності досліджували: В.А. Бурова, А.К. Голдберг, О.С.Мартінова, Л.А. Роберт, К.С. Янг. В.А. Бурова, вважає Інтернет-залежність патологією XXI століття і, також, вона вивчає механізми формування Інтернет-залежності [1]. О.С.Мартінова розкриває якості Інтернету, а саме: анонімність, доступність, невидимість, безпеку, які наносять непоправну шкоду підліткам і молоді [4]. А.К. Голдберг запропонував діагностичні критерії визначення Інтернет-залежності. К.С. Янг виявила фактори, що спричиняють Інтернет-залежність та дослідила швидкість її формування. Л.А. Роберт описала деякі можливі психофізіологічні кореляти надмірного використання Інтернету [3]. Актуальність досліджуваної проблеми обумовлена суперечністю між дедалі більшим поширенням інформаційно-комунікаційних технологій у освітній галузі і небезпекою формування Інтернет-залежності.

Мета дослідження полягала у здійсненні теоретичного аналізу та узагальнення результатів дослідження Інтернет-залежності у студентів, а також здійснення емпіричного дослідження серед студентів.

Виклад основного матеріалу. «Інтернет-залежність» у 2008 році була визнана офіційною хворобою. Визначення захворювання були розроблені співробітниками Пекінського центрального військового госпіталю. Вони вважають, що Інтернет-залежною є людина, яка проводить у мережі не менше шістьох годин на день [4]. У наш час студенти здебільшого використовують Інтернет не для полегшення навчальної роботи, а як засіб соціалізації або ж «віртуалізації» життя. Із стрімким ростом популярності Інтернету та віртуального життя, молодь забуває про реальне спілкування, елементарні правила етикету та виховання, і повністю занурюється у віртуальний світ. Для деяких Інтернет став одним із видів наркотику, що за своєю дією і прихильністю не поступається алкоголю чи нікотину. Інтернет-залежність – це психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі. Сьогодні чітко простежується різкий спад інтересу до читання серед студентів, адже з'явилась велика кількість аудіо- та відео- ресурсів, які задовольняють їх інформаційні потреби та набагато спрощують процес сприйняття потрібної інформації. Часто, намагаючись якомога більше часу присвятити онлайну, Інтернет-залежні користувачі присвячують цьому час, відведений для сну, і, як наслідок, отримують серйозні проблеми, пов'язані з фізичним здоров'ям і загальним самопочуттям [4]. Інтернет-залежні люди впевнені, що в будь-який момент можуть відмовитися від звички проводити час у віртуальному світі. На жаль, це не завжди так. Інтернет-залежність – це радість, ейфорія, відсутність контролю над часом при знаходженні в Мережі, а при відсутності можливості потрапити у віртуальну реальність – пригніченість, порожнеча. Це може супроводжуватися соматичними порушеннями – різью і сухістю в очах, болем у спині і ліктях. Іншими наслідками Інтернет-залежності можуть стати зміни в характері, ігнорування домашніх обов'язків і загальна байдужість. США вже почала боротися з Інтернет-залежністю. Більшість філій «Товариства Анонімних Алкоголіків» відкрили групи підтримки Інтернет-залежних. Також, розроблено програму 12 кроків, суть якої полягає в наповненні реального життя новим змістом паралельно зі зменшенням часу, проведеного в Мережі. Ознакою одужання вважається, коли людина повністю контролює час, проведений в Мережі [5].

З метою виявлення наявності Інтернет-залежності у студентів, було проведено анкетування. У дослідженні брали участь студенти I курсу Криворізького державного педагогічного університету психолого-педагогічного факультету. Загальна кількість вибірки становило 30 осіб (дівчата). Анкетування показало, що 100% (30 осіб)

використовує Інтернет кожного дня, але з різною метою, результати зображені на рисунку 1:

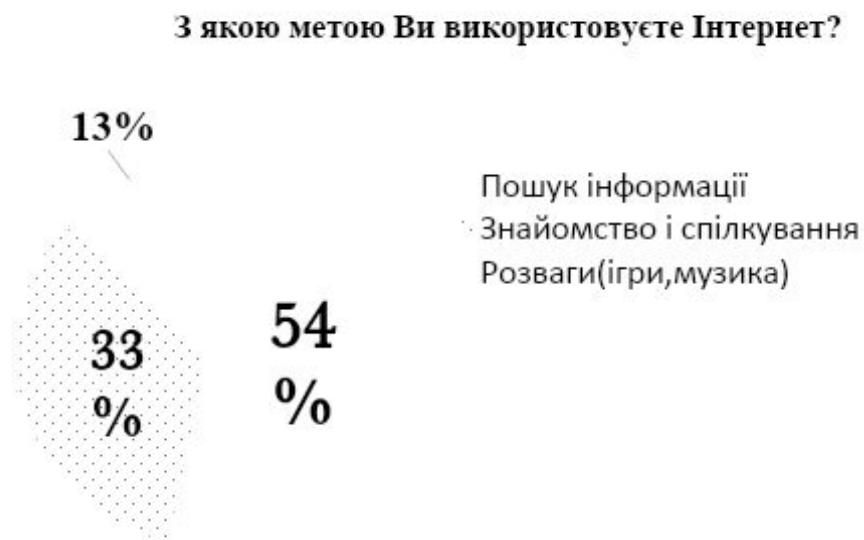


Рис.1. Мета використання Інтернету.

Як бачимо з рис.1: 54% (16 осіб) використовують Інтернет для пошуку інформації; 33% (10 осіб) для знайомства і спілкування; 13% (4 особи) для розваг. Отже, можна зробити висновок, що переважна більшість студентів використовує Інтернет для пошуку необхідної інформації.

Результати анкетування дозволяють констатувати, що у деяких студентів можлива наявність Інтернет-залежності - це можна побачити на рисунку 2:



Рис.2. Кількість годин проведена в Інтернеті

З цієї діаграми видно, що: до 2 годин -17% (5 осіб); 3-7год. - 53% (16 осіб); 8-10 год -13% (4 особи); 10 > год.-17% (5 осіб). Можна зробити висновок, що більша кількість опитаних в Інтернеті проводить від 3 до 7 годин, та у 9 студентів можлива наявність Інтернет-залежності.

Також студентам було зазначено таке питання: «Чи вважаєте Ви, що у Вас є залежність від Інтернету?», результати відповіді на це питання вказано на діаграмі, що на рис. 3:

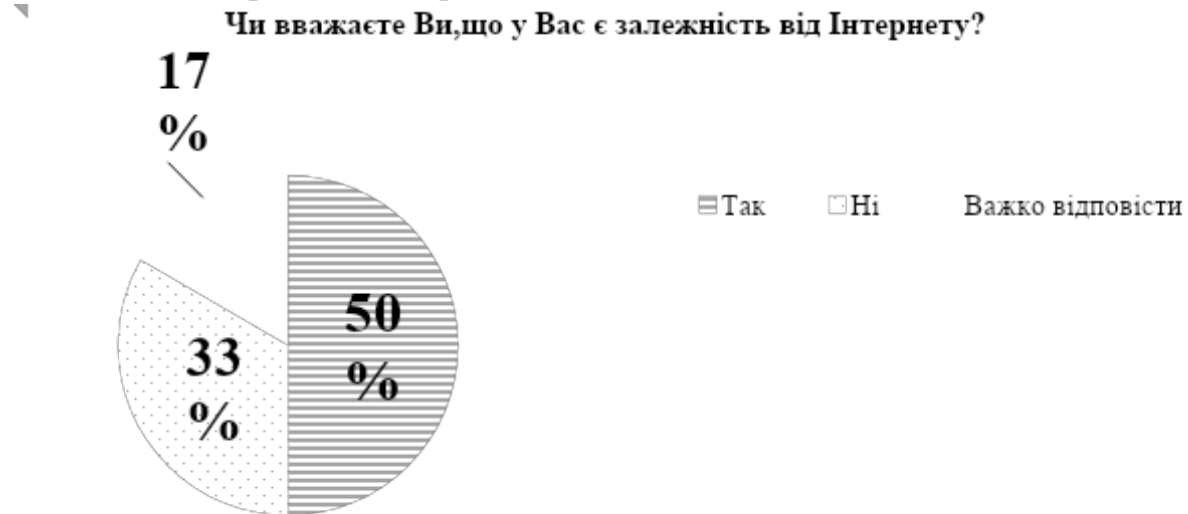


Рис.3. У Вас є Інтернет-залежність?

З рис. 3 видно, що : 50% (15 студентів) відповіли - «так»; 33% (10 студентів) дали протилежну відповідь - «ні»; «важко відповісти» - обрали 17 (5 студентів). Це може свідчити, про те, що більшість студентів у даний час визнає свою залежність від Інтернету.

На питання: «Чи можете Ви обходитись без Інтернету і чи готові припинити його використання вже сьогодні?» студенти відповіли по-різному (діаграма на рис. 4):

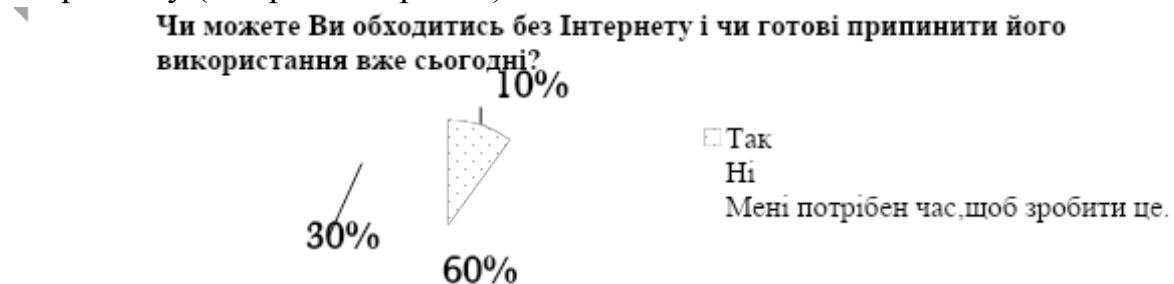


Рис.4. Чи можливе Ваше життя без використання Інтернету?

На рис. 4 бачимо, що з 30 опитаних: 10% (3 студенти) відповіли, що готові; 60% (18 студентів) - не готові і 30% (9 студентів) відповіли, що на це потрібен час. Отже, можна зробити висновок, що на даному етапі

більшість опитаних студентів не готові припинити використання Інтернету.

Висновок. Здійснивши емпіричне дослідження серед студентів, можна зробити певні висновки. Насамперед йдеться про те, що вже зараз існує проблема Інтернет-залежності у студентів. В даний час не всі готові відмовитись від Інтернету, але здебільшого Інтернет використовується як засіб для навчання. З теоретичного дослідження можна зробити висновок, що сучасні дослідники ще не мають однозначного тлумачення проблеми Інтернет-залежності. У даний час уже виявлені особи, які мають Інтернет-залежність і їх кількість тільки зростає. Тому виникає питання пошуку методів і засобів профілактики та боротьби з даною залежністю за допомогою психологів, педагогів та медиків. У даній статті представлена лише незначна кількість інформації з дослідження цієї проблеми. У перспективі є поглиблення досліджень проблем Інтернет-залежності не тільки серед студентів але й серед дітей.

Список використаної літератури.

1. Бурова (Лоскутова) В.А. Інтернет-зависимость – патология XXI века / В.А.Бурова (Лоскутова) // Вопр. ментал. медицины и экологии. Москва – журнал:«Вопросы ментальной медицины и Экологии» – 2000– Т.6, №1.– С.11-13.

2.Варламова С.Н., Гончарова Е.Р., Соколова И.В. Интернет-зависимость молодежи мегаполисов: критерии и типология// Мониторинг общественного мнения. Экономические и социальные перемены Москва – журнал: «Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены» – 2015– Т.125, № 2. С. 165-181.

3. Інтернет-залежність української молоді: сучасний стан проблеми. Автор: Мацьоха Т.–Режим доступу: < <https://commons.com.ua/uk/internet-zalezhnist/> >.

4. Мартынова О.С. Критерии оценки Интернет-зависимости / О.С.Мартынова // Психотерапия и консультирование. Генезис – М., 2002. – №3. – С. 27 – 30.

5. Янг К.С. Диагноз – Интернет-залежність. / К.С. Янг.// Мир Internet– М., 2000. – №2. – С. 36 – 64.