

Мулдагалиева Жанар Жекеновна

преподаватель истории и обществознания

ГБПОУ «Палласовский сельскохозяйственный техникум»

г. Палласовка, Волгоградская область

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ КАК ФОРМА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в данной статье рассмотрены особенности феномена интернет-зависимости. Перечислены поведенческие характеристики, присущие феномену интернет-зависимости. Отражено влияние исследуемой зависимости на поведение подростка.*

***Ключевые слова:** компьютер, интернет-зависимость, отклоняющееся поведение, подросток.*

В современном компьютерном мире, человеку предоставляется целый ряд возможностей, которые с Интернетом становятся безграничными. При гармоничном использовании интернет является отличным способом познания, обучения и развития. Но без надлежащего контроля положение может перерасти в проблему. В связи с этим в современном мире появляется новый феномен в психологии – зависимость от интернета. Данное определение еще не является устоявшимся, специалисты применяют разные наименования «Интернет-аддикция», «Патологическая интернет-зависимость».

На сегодняшний день компьютерные технологии уже стали более или менее обыденной жизнью многих людей. Одним из важнейших атрибутов их современной жизни является всемирная сеть Интернет. С каждым годом растет количество пользователей, увеличивается число различных интернет-ресурсов, а в интернет-деятельность вовлекаются все новые социальные и возрастные слои населения. Роль Интернета является достаточно разнообразной, включая в себя множество видов деятельности, различающихся по характеру, целям, мотивам. С точки зрения психологии, активность интернет-пользователей подчинена удовлетворению основных видов потребностей. Особенно ярко это проявляется в

подростковом возрасте, в котором наиболее часто возникают сверхувлеченность сетью Интернет. Интернет-среда само по себе очень многоликое и гибкое пространство, которое можно сформировать под себя и выбрать наиболее привлекательную деятельность в сети. Интернет-зависимость подростка – одна из наиболее серьезных проблем, которая способствует ухудшению школьной успеваемости, нарушений отношений внутри семьи и в макросоциуме.

Феномену интернет-зависимости присущие следующие поведенческие характеристики:

- неспособность и нежелание оторваться даже на не продолжительное время от работы в Интернете, а уж тем более прервать работу;
- влечение проводить за компьютером все увеличивающиеся отрезки времени и неспособность планировать точное время окончания работы в Интернете;
- готовность обманывать родных и близких, умаляя продолжительность и частоту работы в Интернете;
- способность и склонность не помнить и забывать при работе в Интернете о домашних заботах, учебе или должностных обязанностях, важных личных и деловых встречах, пренебрегая занятиями или карьерой;
- стремление и способность освободиться на время работы в Интернете от ранее начавшихся чувств вины или не состоятельности, от состояний волнения или уныния, обретение ощущения эмоционального подъема и заурядной эйфории;
- нежелание выслушивать критику похожего образа жизни со стороны родных или руководства;
- готовность смириться с потерей семьи, друзей и сферы общения из-за сверх-увлеченной работой в Интернете;
- игнорирование личным здоровьем и в частности, острое сокращение длительности сна в связи с регулярной работой в Интернете в ночное время;
- избегание физической активности или стремление урезать ее, оправдываемое необходимостью выполнения срочной работы, связанной с применением Интернета.

Абсолютно очевидно, что интернет-зависимость как болезненное расстройство должна отвечать популярным шести компонентам, универсальным для всех вариантов аддикций:

- 1) особенность, «сверхценность» (salience);
- 2) изменения настроения (mood changes);
- 3) рост толерантности (tolerance);
- 4) симптомы отмены (withdrawal symptoms);
- 5) конфликт с окружающими и самим собой (conflict);
- 6) рецидив (relapse).

Проблема существования болезни, называемого зависимостью от Интернета, можно считать, нерешённой, и изучение этого явления нуждается в дальнейшем изучении. Но патологически долгое пребывание в Интернете, ведет к негативным последствиям. В качестве оснований, содействующих возникновению интернет-зависимости, многие авторы выделяют анонимность, доступность, невидимость, множественность, безопасность, простоту использования.

Список литературы

1. Войскунский А.Е. Психологические аспекты деятельности человека в интернет-среде / А.Е. Войскунский. – М., 2005.
2. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Гуманитарные исследования в Интернете. – М., 2000. – С. 100–131.
3. Короленко Ц.П. Социодинамическая психиатрия / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – М.; Екатеринбург, 2000.
4. Малыгин В.Л. Интернет-зависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика / В.Л. Малыгин. – М.: Мнемозина, 2010. – 136 с.
5. Рыбников В.Ю. Распространенность компьютерной игровой зависимости среди населения мегаполиса / В.Ю. Рыбников // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2008. – №4. – С. 72–76.