



УДК 159.97

© **Ушакова Е.С., 2014**

**ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ
КАК ПРОБЛЕМА
СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА**

Аннотация. В статье рассмотрены основные характеристики интернет-зависимости, факторы, способствующие ее формированию, а также проблемы социального и культурного развития общества, возникшие как следствие данного феномена.

Ключевые слова: интернет-зависимость, пользователь, виртуальная реальность, факторы риска, социальная дезинтеграция.

В связи с возрастающей компьютеризацией и «интернетизацией» общества стала актуальной проблема патологического использования Интернета. На сегодняшний день по количеству пользователей Интернета Россия занимает одну из самых высоких позиций в мире. За последние несколько лет число интернет-пользователей в России выросло с 8% до 30%. Основными пользователями Интернета являются молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет. Вместе с увеличением количества пользователей Интернета в мире неуклонно возрастает уровень интернет-зависимости [1].

Явление компьютерной зависимости начало изучаться в зарубежной психологии в конце 80-х годов. Родоначальниками психологического изучения феноменов зависимости от Интернета являются клинический психолог К. Янг и

© **Ushakova E.S., 2014**

**INTERNET ADDICTION
AS A PROBLEM OF MODERN
SOCIETY**

Abstract. The article considers main characteristics of Internet addiction, factors contributing to its formation as well as issues of social and cultural development of society, which have arisen as a consequence of this phenomenon.

Key words: Internet addiction, user, virtual reality, risk factors, social disintegration.



психиатр И. Гольдберг. В 1996 году И. Гольдбергом был предложен термин «интернет-зависимость», под которой он понимал расстройство поведения в результате использования Интернета и компьютера, оказывающее пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую и психологическую сферы человека [2].

В настоящее время мнения психологов разделились: одни считают зависимость от Интернета болезнью и предлагают методы лечения, другие же считают, что интернет-зависимость как болезнь не существует. Неуклонно возрастает число научных исследований, посвященных данному виду зависимости, в которых дается ее описание с точки зрения различных психологических школ и направлений. Основными направлениями исследования интернет-зависимости в современной науке являются: разработка диагностических критериев интернет-зависимости, изучение влияния виртуальных взаимоотношений на личность пользователя Интернета, исследование идентичности пользователей Интернета и процессов их самопрезентации в Сети, изучение психологических аспектов коммуникативных процессов, реализуемых посредством сети Интернет.

В настоящее время под интернет-зависимостью понимается компульсивное желание войти в Интернет, находясь в off-line, и невозможность выйти из Интернета, находясь в on-line [1].

Согласно исследованиям К. Янг, опасными сигналами (предвестниками интернет-зависимости) являются:

- навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;
- предвкушение следующего сеанса он-лайн;
- увеличение времени, проводимого в он-лайн;
- увеличение количества денег, расходуемых на Интернет.

Признаками наступившей интернет-аддикции, по мнению К. Янг, служат следующие критерии:



- всепоглощенность Интернетом;
- потребность проводить в Сети все больше и больше времени;
- повторные попытки сократить время пользования Интернетом;
- возникновение симптомов отмены, причиняющих беспокойство, при прекращении пользования Интернетом;
- проблемы контроля времени;
- проблемы с окружением (семьей, школой, работой, друзьями);
- ложь по поводу времени, проведенного в сети;
- изменение настроения посредством использования Интернета [3].

Определен ряд факторов, которые делают Интернет привлекательным как средство ухода от реальности и получение удовольствия. Первый из них - это уход в виртуальную реальность. Бурная жизнь в сети легко заменяет реальное существование: люди там влюбляются, ссорятся, радуются и волнуются легче и чаще, чем в «реале». Интернет заменяет реальную жизнь. Особенно это важно для тех людей, жизнь которых по разным (внешним или внутренним) причинам межличностно обеднена. А в сети имеется эксклюзивная возможность поиска нового собеседника, который отвечает любым критериям. Важно отметить, что нет необходимости удерживать внимание одного человека, потому что в любой момент можно найти нового. Виртуальная реальность характеризуется тем, что человек воспринимает и переживает ее не как порождение своего собственного ума, а как объективную реальность. В сети существует возможность создания новых образов «Я», оригинальных вариантов самопрезентации, воплощения представлений, и/или фантазий, невозможных в повседневной жизни. Чаще всего это киберсекс, ролевые игры в чатах, разные варианты представления идентичности и социальных ролей. В Интернете существует возможность анонимных социальных интеракций. Особенное значение имеет ощущение безопасности при их осуществлении, включая использование электронной почты, ICQ и тому подобное. Используя Интернет, человек может включаться в разные



виртуальные социальные звенья и, как следствие, имеет возможность получения какого-либо социального статуса (поиск самоутверждения). Этот фактор имеет большое значение для тех, кто не смог достичь желаемого положения в обществе в реальной жизни. Анализ разных форм общения в Интернете позволяет сделать вывод о том, что Интернет, благодаря своим особенностям, является удобным средством для изучения идентичности. Среди таких особенностей Юрьева Л.Н., Больбот Т.Ю. выделяют анонимность, доступность, невидимость, множественность, безопасность, простоту использования.

Увлечение сетью Интернет у лиц, страдающих зависимостью, приобретает патологический характер и сопровождается рудиментарными продуктивными симптомами (аффективные расстройства, навязчивые мысли о компьютерной деятельности, которые часто связаны с резонерством, детализацией, неологизмами, ужасами; явления деперсонализации), а также негативными проявлениями в виде эмоциональной притупленности, агрессии, грубости и жестокости по отношению к окружающим; снижением продуктивности всех видов социальной деятельности [4]. Лица, страдающие интернет-зависимостью, характеризуются неадекватно завышенной или заниженной самооценкой, склонны к избеганию ответственности и испытывают трудности социально-психологической адаптации.

Формирование интернет-зависимости осуществляется в несколько этапов:

- 1-й этап - этап риска развития интернет-зависимости;
- 2-й этап - этап сформированной интернет-зависимости (эмоционально-волевые нарушения, психическая зависимость);
- 3-й этап - этап тотальной интернет-зависимости (психическая и физическая зависимость, синдром актуализации компульсивного влечения).

Ученые выделяют ряд факторов, способствующих формированию зависимости от сети Интернет. Ведущее место среди них отводится социальным факторам. Наиболее привлекательными из них являются анонимность общения



и возможность экспериментировать с собственной идентичностью. Робкий, застенчивый человек может открыто высказывать собственное мнение, спорить, осваивать новые и непривычные стили поведения. В сети пользователь находится в безопасности и чувствует себя более уверенно.

Удобство использования – еще один фактор, способствующий формированию зависимого поведения. Интернет открывает огромное количество возможностей, облегчающих жизнь современного человека: онлайн-общение, онлайн-магазины, сайты для взрослых и множество других услуг. Таким образом, использование сети предполагает немедленное удовлетворение огромного числа потребностей, отвечающих требованиям современной жизни.

Еще один немаловажный фактор - «возможность ухода», или избегание. Пребывание в сети меняет эмоциональное состояние человека, способствует изменению чувства времени и отвлечению от окружающей действительности. Таким образом, возникающий эффект легкого изменения сознания помогает человеку уйти от насущных проблем, отделиться от объективной реальности, снизить уровень психического напряжения и стресса.

В настоящее время интернет-зависимость является социокультурной проблемой. Стремительное развитие информационно-коммуникационных технологий, массовая потребительская культура, социально-политические и экономические трансформации, а также следствие высоких темпов таких перемен, как смена установок и ценностей, приводят к появлению девиантных форм поведения. В их числе – приобретающий значительные масштабы феномен интернет-зависимости [6].

Существует необходимость обоснования феномена интернет-зависимости как социального явления, происходящего при освоении и развитии информационно-коммуникационных технологий и оказывающего негативное влияние на всех уровнях общественной организации. Согласно основным положениям теории социальной дезорганизации Э. Дюркгейма, недостаток социального взаи-



модействия, слабая интегрированность на всех уровнях социальной организации общества, не прямое социальное взаимодействие, чрезмерная индивидуализация, недостаток дисциплины сопровождают процессы социальной дезорганизации, которые, в свою очередь, приводят к появлению девиантных форм поведения, в том числе к появлению феномена интернет-зависимости.

В современных условиях Интернет как фактор социализации приобретает приоритетное значение, предоставляя новые возможности усвоения социальных норм, объяснения интересов, развития технических умений и экспериментирования с новыми формами самовыражения. Интернет-зависимое поведение обусловливается рядом факторов, каждый из которых в отдельности не является однозначно ее провоцирующим. К выявленным микросоциальным факторам относятся: социальное одиночество, низкий самоконтроль и синдром дефицита внимания и гиперактивности. Среди факторов, препятствующих развитию интернет-зависимости, значимыми являются высокий самоконтроль и вовлеченность в разные виды социальной активности – трудовой, общественной, политической, познавательно-творческой. При интернет-зависимом поведении разрушается социабельность, в первую очередь, нарастает дисфункциональность такого социального института, как семья, возникает социальное обособление из-за неполного участия отдельных людей и групп в жизни общества, начинают доминировать неформальные социальные практики. То есть наблюдается уход в сторону социальной изоляции, дистанцированности от общества, дезинтеграция социальных отношений и в целом «выпадение» из системы социального взаимодействия [6].

Таким образом, одной из современных проблем, угрожающих нервному и психическому здоровью человека, его социальной дезинтеграции и изоляции, является интернет-зависимость, превратившаяся сегодня в серьезную общественную проблему, требующую специального изучения и разработки мер, направленных на ее предотвращение и профилактику.



В настоящее время работа по исследованию интернет-зависимости находится на этапе становления. Принимая во внимание прогнозы темпов роста распространенности Интернета, рост удельного веса молодежи среди пользователей сети, формирование интернет-зависимости у четверти пользователей в первые полгода после начала работы в Интернете, можно заключить, что актуальной задачей современной психологии является изучение тех психологических особенностей личности, которые ведут к формированию интернет-зависимости. Обзор исследований показал, что ключевыми личностными диспозициями, влияющими на формирование интернет - зависимости, являются:

- социально-психологическая адаптированность человека – комплекс личностных черт, отражающих качество и содержание взаимодействия личности с социумом (социально-психологическая адаптация, социальная фрустрированность);

- саморегуляционный статус – уровень и качество психической регуляции личностью своего функционального состояния (стиль саморегуляции);

- патопсихологические особенности и состояния, затрудняющие жизненное функционирование (акцентуации характера, склонность к депрессии).

Эмпирическое исследование влияния личностных особенностей этих трех групп на формирование интернет-зависимости является отдельным этапом исследования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Дрепа М.И. Психологический портрет личности интернет-зависимого студента // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2009. № 4. С. 75-81.

- 2 . Егоров А. Ю. Интернет-зависимости // Руководство по аддиктологии / под ред. профессора В. Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007.



3. Янг К. Диагноз - Интернет-зависимость // Мир Интернет. 2000. № 2. С. 24-29.
4. Чудова И.В. Особенности образа «Я» «Жителя Интернета» // Психологический журнал. 2002. Т. 22. № 1. С. 113-117.
5. Малыгин В.Л., Хомерики Н.С., Смирнова Е.А. Личностно-характерологические и социальные факторы риска формирования склонности к Интернет-зависимости у подростков // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / под ред. А. Е. Войксунского. 2009. С. 199-211.
6. Цой Н.А. Феномен интернет-зависимости и одиночество // Социологические исследования. 2011. № 12 (332). С. 98-108.