

## ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ У СТУДЕНТОВ

Сахно П.І., *ст. викл. СумДУ,*  
Калашник Я.Ю., *студ.*

За всю историю человечества не было еще такого времени, когда люди бы не страдали от каких-нибудь зависимостей. Узколобые питекантропы жадно глотали грибы-псилоцибы, стройные кроманьонцы бросали в костер листья полыни и с удовольствием вдыхали дым, египтяне вводили под кожу настои из кишок тетрадонтов и ловили неземной кайф. Стоит ли говорить о греках, римлянах и представителях более поздних цивилизаций? Вино, бражка, водка, табак, естественные и синтетические наркотики...

Пристраститься к чему-то не сильно полезному — дело нехитрое. Куда сложнее потом отказаться от вредоносной привычки. Есть и еще один немаловажный момент: даже совсем невинное на первый взгляд увлечение может стать губительным для организма, если не знать меры. Последние два десятилетия ознаменовались повсеместным распространением Интернета в профессиональной и в обыденной жизни миллионов людей. С одной стороны, это замечательно: расширяется круг общения, стираются расовые границы, повышается общий уровень образованности человечества. С другой — налицо негативные последствия: число людей с красными глазами, трясущимися руками и разговаривающих на непонятном простому смертному языке неуклонно растет.

Проблема Интернет-зависимости – одна из «горячих» тем на мировых медицинских форумах. В настоящее время интенсивно обсуждается и исследуется феномен зависимости от Интернета - синдром Интернет-аддикции (addict – от англ. наркоман). В медицине появился очень образный термин Netaholic. Интернет-зависимость (Интернет-аддикция) относится к классу нехимических зависимостей. Определяя аддиктивное поведение как уход от реальности посредством изменения психического состояния (Короленко Ц.П.), можно говорить, что создаваемая компьютером реальность, несомненно, изменяет психическое состояние. Компьютер становится фетишем, составной частью того или иного ритуала, заменяя собой наркотик, азартные игры и коллекционирование одновременно.

Рассмотрим сложившуюся ситуацию в Украине. Больше всего интернетчиков в Киеве и Киевской области – 44% от общего количества. Другие области центральной Украины по «интернетизации» значительно отстают от столицы: в Черкасской области живет только 0,92% украинских интернетчиков, в Винницкой – 1,04%, Кировоградской – 0,65%, Полтавской – 2,38%.

По регионам лидерство у Восточной Украины – Харьковской (6,58% от общего количества), Донецкой (6,68%), Днепропетровской (9,17%) и Луганской (1,5%) областей.

Самое низкое проникновение Интернета по региону – в северных областях: Черниговской (доля – 0,85%), Сумской (0,85%) и Житомирской (0,75%).

В западном регионе наибольший процент проникновения – у Львовской области (4,56%). В других областях региона процент интернетчиков невысок: в Волинской – 0,63%, Ровенской – 0,62%, Хмельницкой – 0,91%, Тернопольской – 0,63%, Черновицкой – 0,51%, Ивано-Франковской – 0,69%, Закарпатской – 0,6%.

На Одесскую область приходится 7,89% украинской интернет-аудитории, на Николаевскую – 1,11%, на Херсонскую – 0,86%, на Запорожскую – 3,42%, на АР Крым – 2,41%.

18-24 года – средний возраст пользователей сети и зависимых от неё. Эти годы как раз приходятся на годы юности и студенчества. Студенты чаще других групп населения обращаются к услугам «Всемирной паутины».

Основными предпосылками развития интернет-зависимости у студентов являются:

- неполное разрешение кризиса встречи с взрослостью, проявляющегося в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности и предлагаемыми социальными ролями и сменяющегося кризисом интимности с формированием психологической изоляции;
- привлекательность интернет-среды для разрешения данного кризиса за счет возможности конструирования в ней желаемой реальности.

Для подтверждения интернет-зависимости у студентов было проведено социологическое исследование. В исследовании приняли участие студенты в возрасте от 19 до 22 лет.

Актуальность. В настоящее время актуальность исследования проблемы интернет-зависимости становится все более очевидной в связи с ростом количества интернет-пользователей в Украине и в мире.

Респонденты отвечали на 6 вопросов анкеты

1. Вы игнорируете друзей и близких ради интернета?
2. Считаете ли вы, что с людьми легче общаться on-line, чем лично?
3. Вы ощущаете, что жизнь без Интернета скучна?
4. У вас возникают проблемы с учёбой из-за долгого времени проведения в интернете?
5. Среднее количество времени в день, которое вы проводите on-line:
  - a. около 1 часа;
  - b. от 1ч до 3 ч;
  - c. от 3ч до 6ч;

- d. более 6 часов.
6. Причины «посещения» интернета:
- a. выполнение домашнего задания;
  - b. общение в социальных сетях;
  - c. on-line игры, шопинг и т.д.;
  - d. познавательная мотивация;
  - e. от скуки.

Выводы по результатам исследования:

Среди опрошенных студентов: 7% являются интернет-зависимыми; у 49% -проявляются признаки склонности к интернет-зависимости; остальные 44% студентов не имеют признаков интернет-зависимости, они предпочитают личное общение с людьми и используют интернет только как познавательный источник.

Интернет сам по себе нейтральное средство, изначально предназначавшееся для научно-исследовательских и военных целей. Сейчас дискуссия о вреде Интернета достаточно серьезна. В результате проделанной работы можно сделать выводы, что в процессе взаимодействия с Интернетом развивается психологическая зависимость от киберпространства. Приведенные примеры дают основания полагать, что в зависимости от мотивации, целей и условий деятельности Интернет может быть использован для входа в некий виртуальный мир, в котором трудности и проблемы реального мира отсутствуют. Но процент увлеченных студентов растет с каждым днем, поэтому чтобы не превратиться в раба сети, нужно, прежде всего, осознать эту проблему и понять, что кроме вас самих, никто вам не поможет избавиться от этого пагубного недуга.

Для профилактики Интернет-зависимости необходимо повышать уровень самооценки, развивать умения студентов общаться без помощи сети Интернет. Хорошо помогают домашние животные, особенно кошки и собаки, ведь за ними надо постоянно ухаживать.