

*Тябут Анна Алексеевна,
учитель технологии,
Кувалдина Татьяна Васильевна,
учитель истории и обществознания,
Фахрутдинова Наиля Дамировна,
воспитатель ГПД,
ГБОУ школа № 246 Санкт-Петербург*

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ

Интернет завладел всей нашей жизнью. Наряду с достоинствами мировой сети, которая является скоростным информационным ресурсом, образовывающим и помогающим в работе, она поработала людей, заменяя реальную жизнь электронной. Многие так увлеклись виртуальным пространством, что начали подменять реальность Интернетом, проводя за компьютером огромное количество времени. Отказ от Интернета вызывает у таких людей эмоциональное возбуждение, тревогу. Интернет-зависимость стала схожа с зависимостью вроде курения, алкоголизма или наркомании. Благодаря общению в Интернете, люди, склонные к зависимости, компенсируют потребности в общении и чувстве защищенности. Многие родители сами не замечают того, что дети перестают общаться с одноклассниками, с друзьями. Эта интернет паутина затягивает и забирает все свободное время у ребенка, они забывают практически обо всем и теряют счет во времени, а любое желание отвлечь ребенка от компьютера вызывает агрессию.

Компьютерная зависимость наиболее часта в детском и подростковом возрасте. Несформировавшаяся психика и эмоциональная нестабильность не позволяет подросткам комфортно чувствовать себя в реальной жизни. Современные дети проводят за компьютером намного больше времени, чем с родителями.

У младших школьников компьютерная зависимость обычно проявляется в форме пристрастия к компьютерным играм. В более старших возрастах она начинает включать и более содержательные занятия: усовершенствование собственного компьютера, поиск компьютерных программ и других материалов в сети Интернет, виртуальное общение, программирование и т.п.

Круг потребностей, которые подростки удовлетворяют с помощью Интернета: потребность в самостоятельности (независимости от родителей); потребность в самореализации и признании; потребность в общении, в принадлежности к группе по интересам, в любви; потребность в обладании; познавательную потребность; также владение знаниями способствует достижению признания сверстников и самореализации. В результате использования Интернета возникает ощущение полного контроля и владения ситуацией, что удовлетворяет потребность в безопасности - одну из базовых потребностей человека.

Этапы попадания в виртуальную зависимость:

1. Происходит увлечение играми, ребенок начинает тратить все больше времени на них, сам не замечая этого. Начинает прогуливать уроки, что приводит к недосыпам, снижению успеваемости, сужается круг интересов.

2. Ему становится все безразлично, он торопится домой за компьютер.

3. Затем наступает полная деградация. Это отражается на его психологическом состоянии, ребенок начинает путать реальный мир и виртуальный.

Мы должны правильно объяснить ребенку, когда следует остановиться, что интернет ресурсы можно использовать по-разному и для достижения нужных целей, а не погружения в виртуальный мир.

В городе Москва были проведены исследования: юноши и девушки в возрасте 19-21 лет, в количестве 30 человек.

Применялись различные методики, как:

4. Тест на выявление интернет зависимости (шкала Чена).
5. Тест на интернет зависимость Кимберли Янга (адаптация В. Буровой).
6. Тест Рокича «Ценностные ориентации».
7. Методика диагностики реальной структуры ценностных ориентаций личности С.С. Бубнова.

Результаты выявили, что у 40% есть интернет зависимость. Ведущими ценностями для них являются: активная жизнь, развитие, самоконтроль, высокие запросы.

У лиц не подверженных Интернет- аддикции выявлены такие ценностные ориентиры, как: здоровье, воспитанность, наличие друзей.

Подводя итоги, можно сказать, что проблема Интернет- зависимости среди подростков является актуальной в настоящее время. Подростки во взаимодействии с интернетом находится в большой опасности, так как представляют собой наиболее незащищенную аудиторию, поскольку в меньшей степени, чем взрослые, в состоянии фильтровать тот вал информации, который обрушивается на них из Интернета. Воспитание компьютерной культуры, самовоспитание пользователей - вот противоядие Интернет - зависимости.

Список литературы:

1. Кимберли С. Янг. Диагноз – интернет зависимость // Мир Internet, 2000.
2. Дмитриева У. Увлечение или диагноз? // Школьный психолог, 2008.
3. Павлова Е.Д. Средства массовой информации - инструмент скрытого воздействия на сознание/ Е.Д. Павлова. - М.: Наука, 2007.