

## ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ МОЛОДЁЖИ, КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

*Возмилкина Е.Н.*

*ФГБОУ ВПО «Магнитогорский государственный технический университет  
им. Г.И. Носова», 455000, г. Магнитогорск, ул. Ленина д. 112*

*e-mail: evozmilkina@mail.ru*

*поступила в редакцию 16 октября 2015 года*

### Аннотация

Статья посвящена влиянию интернета на современную молодёжь. В ней рассматриваются причины формирования зависимого от интернета поведения и его последствия, а также виды интернет-аддикции. В работе представлены статистические данные, а также результаты эмпирического исследования, направленного на выявления склонности молодёжи к интернет-зависимому поведению. Кроме этого, в статье даны краткие рекомендации по профилактике и лечению интернет-аддикции молодёжи.

**Ключевые слова:** интернет-аддикция, молодёжь, типы интернет-аддикции, этапы формирования интернет-аддикции, причины интернет-аддикции, тест Кимберли Янг.

**Введение.** Интернет является неотъемлемой частью жизни современного человека. Он приносит большую пользу: облегчает поиск нужной информации, позволяет поддерживать социальные связи, приобретать необходимые товары и услуги, содействует организации досуга и отдыха. Но чрезмерное увлечение интернетом может привести к формированию интернет-аддикции, то есть зависимости от сети интернет. Одной из категорий, наиболее подверженной данной проблеме, является молодёжь.

Согласно данным Всероссийского центра общественного мнения 53 % молодых людей в возрасте от 18 до 25 лет признаются, что проводят много времени в Интернете, причём 43 % отмечают, что они в основном, сидят в различных социальных сетях [1]. А по данным фонда «Общественное мнение» 40 % молодых людей считают, что среди их знакомых есть интернет зависимые люди и признают эту проблему актуальной [2].

**Основная часть.** Интернет-аддикция – это психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от него [3]. К. Янг выделяет следующие типы интернет-аддикции: обсессивная (пристрастие к работе с компьютером) зависимость от социальных контактов, компульсивная (игра в азартные игры, покупки в интернет-магазинах), навязчивый веб-серфинг (постоянный поиск информации в сети) и игромания [4]. А.Ю. Егоров предлагает иную классификацию интернет-зависимого поведения: интернет-гембrelы (пользуются интернет-играми, аукционами), интернет-трудголики (работают в интернете), интернет-эротоголики (заводят знакомства в интернете), интернет-покупатели (постоянно совершают покупки посредством интернет) [5].

К причинам интернет-аддикции можно отнести: доступность, простота использования, возможность легко и быстро найти нужную информацию, возможность свободно высказывать своё мнение, возможность выдать себя за того, кем бы хотел быть, возможность найти друзей, построить отношения, стремление уйти от реальности [6].

Негативные последствия интернет-аддикции поражают все сферы жизнедеятельности человека: физическую, психологическую социальную. При интернет-зависимости у человека страдает физическое здоровье: нарушается работа гормональной, нервной, сердечно-сосудистой системы. В результате неправильного питания возникают проблемы с пищеварительной системой, а от постоянного сидячего положения появляются проблемы со спиной и позвоночником.

Длительное проведение времени в интернете отрицательно сказывается и на психологическом здоровье. У зависимого человека появляются неврозы и психозы,

проявлением которых может стать гнев, физическое насилие, направленное на компьютер, окружающих или на самого себя. У человека возникают приступы страха, проблемы со сном, депрессии, частые мысли о суициде [7].

Так как интернет-аддикция является социальной проблемой, то её последствия приводят к социальной дезориентации зависимого от интернета человека, которая выражается в низкой самооценке. Также социальная дезориентация характеризуется узким кругом общения, неумением высказать, поделиться своими переживаниями, недостатком близких отношений, импульсивностью, неумением спланировать свое время, добиваться поставленных целей и хорошо планировать свою деятельность [8].

Для того чтобы устранение интернет-аддикции было наиболее эффективно, необходимо своевременное выявление интернет-зависимого поведения среди молодёжи. Одним из наиболее популярных опросников, направленных на определение интернет-зависимости, является тест Кимберли Янг [9]. Мы провели опрос среди студентов МГТУ им. Г.И. Носова, в основу которого был взят данный тест. В опросе приняли участие 80 молодых людей в возрасте от 18 до 22 лет. В результате получилось, что 27% студентов являются интернет-зависимыми, 43 % имеют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом, и только 10 % студентов являются обычными пользователями. Результаты представлены на рисунке 1.

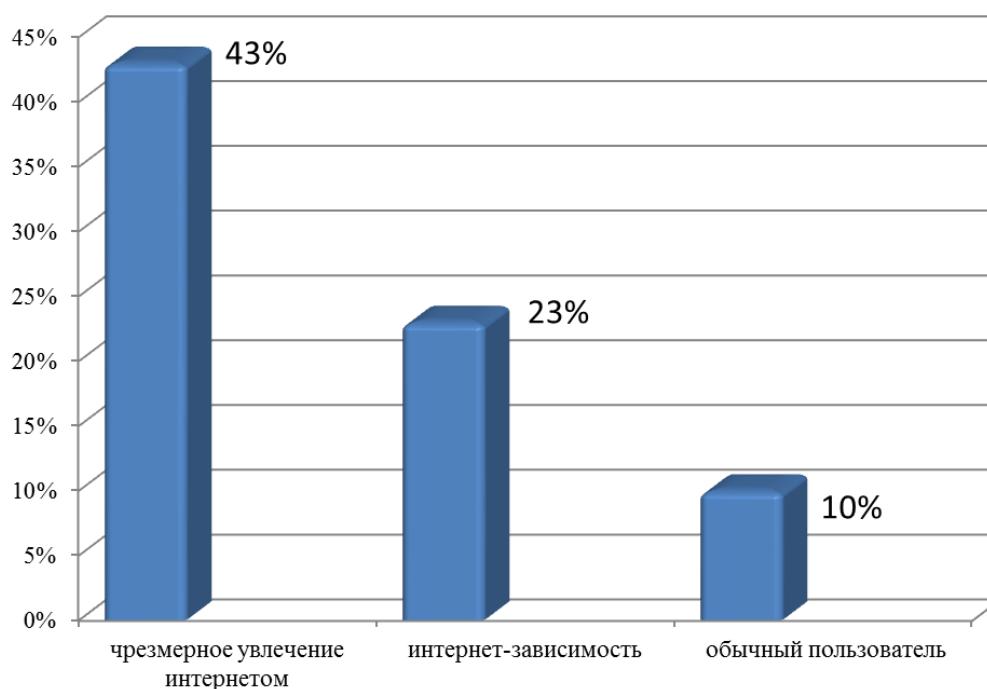


Рисунок 1. – Склонность к интернет-зависимости у студентов.

Также нами было проведено анкетирование с этой же группой студентов, направленное на выявление времени, которое студенты проводят в интернете и целей посещения ими интернет пространства. В результате оказалось, что 78 % студентов проводят в интернете более 3 часов в день, причём 45 % из них выходят в интернет посредством мобильного устройства. На вопрос относительно того, как именно используют молодые люди интернет, получились данные, представленные на рисунке 2.

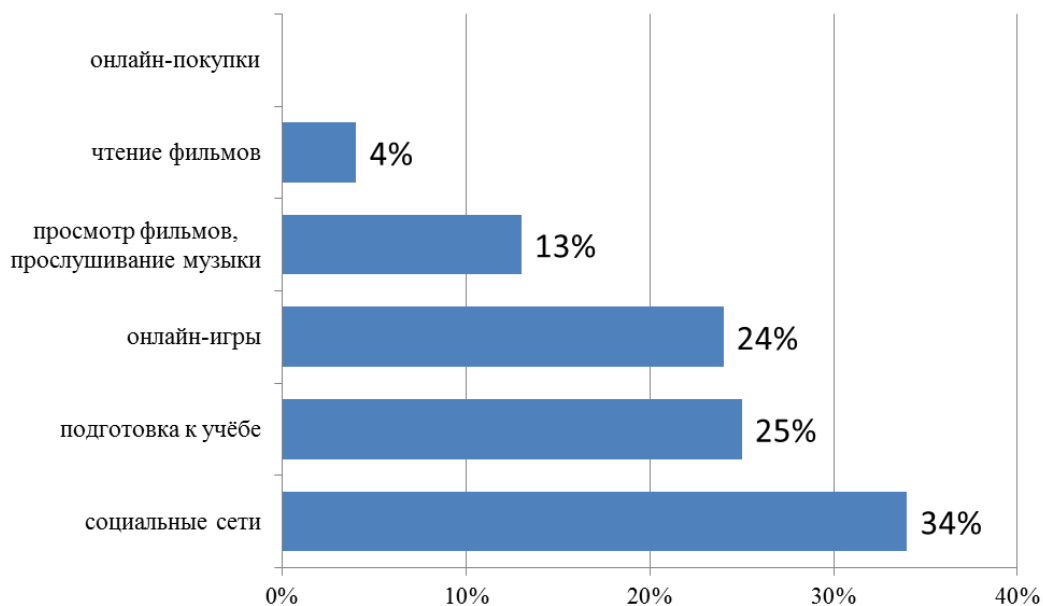


Рисунок 2. – Цели выхода в интернет у студентов.

Мы видим, что большинство студентов проводят время в социальных сетях. Причём все студенты зарегистрированы одновременно в нескольких социальных сетях, но самой популярной является сеть вконтакте.

Стоит отметить, что 60 % студентов согласны, что интернет отнимает у них много времени, а 76 % отмечают, что при отсутствии возможности выхода в интернет у них портится настроение. На вопрос, целью которого было выяснить, считают ли студенты интернет-зависимость актуальной проблемой современности, 77 % респондентов ответили, что это актуальная проблема, но при этом 53 % из них отметили, что они не страдают этой зависимостью

**Заключение.** Таким образом, из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что проблема интернет-аддикции молодёжи является актуальной. Молодые люди очень много проводят время в интернете, пользуясь его многочисленными возможностями, но при этом у них может сформироваться интернет-зависимость. Данная проблема является социальной, поскольку она приводит к нарушению реальных социальных связей молодых людей, меняет их социальный статус, препятствует формированию социально-значимых умений и навыков. Поэтому необходимо применять меры по профилактике интернет-аддикции, а также меры по своевременному выявлению молодых людей, страдающих интернет-зависимостью. К таким мерам можно отнести реализацию различных программ и проектов на базе учебных заведений и досуговых центров для молодёжи. Также, так как проблема стремительно развивается, возникает необходимость открытия центров по профилактике и борьбы с интернет-зависимостью.

**Благодарность.** Студентам, принявшим участие в анкетирование и тесте Кимберли Янг.

#### Список литературы

- 1) Интернет-ресурс: Сайт Всероссийского центра изучения общественного мнения. <http://wciom.ru>. (Дата обращения 15.10.15).
- 2) Интернет-ресурс: Сайт Фонда общественного мнения. <http://fom.ru>. (Дата обращения 15.10.15).
- 3) Дегтерёв А.С., Ларионова С.О. Интернет-зависимость у студентов // Педагогическое образование в России. 2013. №15. С.233.
- 4) Евдокимов В.И., Литвененко О.В. Методические аспекты диагностики развития интернет-зависимости // Вестник психотерапии. 2013. №2. С.101.

- 5) Интернет-ресурс: Диагноз интернет-зависимость. <http://www.narcom.ru>. (Дата обращения 15.10.15).
- 6) Индрисова А.З. Интернет-зависимость: её причины и последствия // Вестник Башкирского государственного медицинского университета. 2013. №1. С.15.
- 7) Интернет-ресурс: К чему приводит интернет-зависимость. <http://nc-reneessans.com/ru>. (Дата обращения 15.10.15).
- 8) Интернет-ресурс: Сайт журнала научных публикаций аспирантов и докторантов. <http://jurnal.org>. (Дата обращения 15.10.15).
- 9) Интернет-ресурс: Тест Кимберли Янг на интернет-зависимость. <http://doroga-peremen.ru>. (Дата обращения 15.10.15).