

# Исследовательская работа: Интернет-зависимость у подростков 2015

## Содержание

Введение .....	1
1. Психологическая характеристика Интернет-зависимости .....	1
1.1. Патологическое использование Интернет.....	2
1.2. Симптомы Интернет-зависимости.....	2
1.3. Причины Интернет-зависимости .....	3
1.4. Основные типы Интернет-зависимости .....	3
2. Виртуальное «зависание».....	3
3. Результат исследования Интернет-зависимости у подростков .....	4
Заключение .....	5
Приложение (анкета) .....	5
Список литературы .....	6

## Введение

Подростки 21 века уже не представляют своей жизни без виртуального общения. Это стало настоящей проблемой для современного общества и отличительной чертой любого ребенка 10-18 лет.

Сегодня мы все чаще сталкиваемся с тем, что дети пропадают в Интернет-реальности все свое время, и юным Интернет-пользователям необходимо понять, что жизнь на самом деле не состоит только лишь из вечных переписок в социальных сетях, просмотра различных веб-страниц и просто пребывания где-то на просторах Интернет-ресурсов.

Цель нашей работы: в ходе изучения данной проблемы показать, насколько опасны эта ситуация и ее возможные последствия.

Для достижения поставленной цели необходимо выполнить следующие задачи:

- познакомиться с историей создания и развития Интернет;
- проанализировать причину выбора подростков виртуальной жизни в пользу реальной;
- рассмотреть возможные последствия дальнейшей зависимости от Интернет-реальности.

Актуальность выбранной нами темы заключается в том, что зависимость от Интернет становится болезнью многих наших ровесников и уже присуща каждому ознакомленному с виртуальной жизнью ребенку.

Источниками для написания данной работы послужили: сборники научных и научно-популярных статей, посвященных Интернет-зависимости у подростков; публикации российских психологов в прессе; анкетирование подростков по выявлению виртуальной зависимости.

В работе использованы поисковый, описательный, аналитический методы и социологический опрос учащихся.

### 1. Психологическая характеристика Интернет-зависимости

Интернет-зависимость – прогрессирующее и опасное для общества психическое заболевание.

Ученые по всему миру проводят множество исследований в данной области, пытаются дать нам ответы на волнующие нас вопросы. Что опасного в использовании Интернет-ресурсов? Какие последствия влечет за собой многочасовое просиживание в социальных сетях и, вообще, что же такое – Интернет? В данной главе мы попытались дать аргументированные ответы на эти и многие другие вопросы, и, надеемся, что данные исследования действительно полезны для современного поколения подростков и актуальны для общества.

## 1.1. Патологическое использование Интернет

На ежегодном американском собрании психологов в Чикаго был введен термин «патологическое использование Интернета». Чтобы доказать это утверждение, нам потребовалось вспомнить историю создания Интернета и дальнейшее на нем «помешательство».

Интернет – это общемировая совокупность компьютерных сетей, связывающая между собой миллионы компьютеров. Ее зародышем была сеть, созданная в Америке в конце 60–х годов в качестве связи внутри Министерства Обороны США. Эта идея показалась очень удачной и полезной, и в дальнейшем многие организации создали аналоги сети ARPAnet. Эти сети стали объединяться, образуя массовую «паутину» с общим адресным пространством, как, например, в одном городе станции поддерживают единую систему номеров. Ее названием стало Internet. Долгое время, в течение 30-35 лет Internet использовался лишь для передачи электронных писем, телеконференций (обмен мнениями с помощью электронных писем), файловых серверов (хранилища файлов, которые пользователь может получить в виде письма, направив специальный запрос) и серверов новостей (рассылка новостей по темам). И даже к 1993 году Internet все еще использовался лишь в научных сферах.

Как техническая система, российский Интернет существовал уже в 1991 году, ежегодно численность пользователей удваивалась, и в конце первого полугодия 1991-го года аудитория российского Интернета, по данным, COMCON, составляла 2,4 – 3% (1,3 – 1,6 млн. человек). В США, для сравнения, 33% населения пользовалось сетью, в Канаде около 25%, а в Европе эти цифры широко варьировались.

Сегодня важную роль Интернет-технологий понимают и используют не только компьютерщики, специалисты, преподаватели, но и студенты, и школьники.

### 1.2. Симптомы Интернет-зависимости

Как правило, со стороны чью-то зависимость заметить несложно. Налицо сужение круга интересов, апатия. То есть, можно заболеть Интернетом? Интернет ведь не вирус, не бактерия. От соединения с сервером и путешествия по информационному простору вовсе не вытекает возникновения «патологической» зависимости. Вопрос в том, может ли работа в Интернете стать источником болезни, и является ли наркоманией в буквальном смысле слова? Web-серфинг, естественно, является не столь опасным занятием, как алкоголизм. Хотя, непонятно также, где пролегает граница между невинным увлечением и болезненным пристрастием. Параллельно утверждают, что сеть предоставляет возможность приятно провести время и не вызывает зависимости. Это «экологически чистый» помощник от стрессов. Все мнения действительно обоснованы и имеют место быть. Мы же относимся к тем, кто являются активными пользователями сети, но также и задумываются о том, как и зачем мы используем Интернет.

Университет в Hertfordshire провел исследование. Оно основывалось на опросе 445 пользователей в Великобритании, и его результаты были предоставлены Британскому психологическому обществу. Зависимыми себя считают 46% пользователей. Эти люди постоянно находятся в Интернете и не считают это проблемой. Большинству из тех, кто считает себя зависимым, около 30 лет. Как видно, на сетевую иглу «салятся» далеко не только подростки и студенты.

Исследования Кимберли Ян опираются на результаты ответов 196 человек на составленный ею тест (он доступен по адресу [www.netaddiction.com](http://www.netaddiction.com)). Около 25% отметили, что попали на крючок в течение первых шести месяцев активной работы в Сети, еще 58% приобрели зависимость в течение года. При этом 52% опрошенных одновременно проходили курс терапии, связанный с другими пристрастиями (алкоголизм, наркомания, азартные игры), а 54% испытывали депрессию. Основываясь на результатах опроса, а также используя статистические данные, Ян пришла к выводу о том, что 5-10% людей, активно использующих Интернет в своей практике, испытывают определенные проблемы. Исследовательница полагает, что наибольший урон карьере, дружеским и семейным отношениям наносит увеличение времени, проведенного он-лайн, и, как следствие, оттеснение реальной жизни на второй план.

У современного человека множество возможности приятно провести свободное время, но он ищет все новые и новые возможности. Виртуальная Сеть в этом ряду занимает свое особое место.

### 1.3.Причины Интернет-зависимости

Интернет удовлетворяет многие сознательные и подсознательные потребности пользователей. Он содержит все, чем может быть увлечен пользователь. Согласно данным последних исследований уход в мир фантазий стал одной из распространенных стратегий проведения современной молодежи в трудных жизненных ситуациях. Например, социальные сети становятся способом бегства определенной части детей и молодежи от реальности. Уже существуют концепции, согласно которым «алкоголем» постиндустриальной эпохи были наркотики, а в информационную им станут компьютерные игры.

### 1.4.Основные типы Интернет-зависимости

1. Пристрастие к виртуальным знакомствам – преобладающее виртуальное общение в чатах, форумах и т.п.
2. Навязчивая потребность в Сети – совершение покупок в Интернет-магазинах и участие в виртуальных аукционах, конкурсах лотереях.
3. Информационная перегрузка (навязчивый web-серфинг) – бесконечные путешествия по Сети, беспорядочный поиск информации.
4. «Гейм-зависимость» – пристрастие к компьютерным играм.

## 2.Виртуальное «зависание»

<Раздел опущен>

### 3.Результаты исследования Интернет-зависимости у подростков

В ходе работы над темой «Интернет-зависимость и ее последствия» мы провели небольшое диагностическое исследование в форме тестирования, целью которого было изучение отношения учеников нашей школы к Интернету. Для этого нами была составлена анкета, состоящая из девяти вопросов закрытого характера, охватывающие такие темы, как время «зависания» в Интернете, наиболее любимые сайты и т.д. Мы использовали письменный вариант опроса учащихся [приложение]. Было опрошено 29 учащихся восьмого класса МОУСОШ № 36 г. Ярославля.

Результаты:

ответы	вопросы								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	90%	-	-	21%	86%	28%	21%	90%	-
Б	10%	14%	10%	31%	10%	62%	72%	7%	14%
В	-	48%	38%	34%	4%	10%	7%	3%	86%
Г	-	38%	52%	14%	-	10%	-	-	-

На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. Большинство школьников пользуются Интернетом дома.
2. Многие проводят в Интернете более пяти часов в день, что негативно влияет на их состояние.
3. Наибольшую популярность имеют социальные сети, что дает нам право сказать, что реальное общение медленно, но прогрессирующе заменяется виртуальным.
4. У 14% наблюдается синдром Интернет-зависимости.
5. По их мнению, на общение с друзьями Интернет влияния не оказывает, хотя беспокоит, что 4% признают, что Интернет полностью заменяет им реальное общение.
6. У учащихся наблюдается потребность в Интернете, которая, помогает в учебе.
7. Большинство опрошенных считают, что влияние компьютера и Интернета на их здоровье незначительно, но все же имеется.
8. Восьмиклассники считают Интернет полезным открытием.

## Заключение

В нашей работе мы раскрыли понятие Интернет–зависимости, дали ей психологическую характеристику, рассмотрели причины этого явления и проверили его существование.

Также, в ходе работы над исследованием мы столкнулись с фактом, свидетельствующем о том, что синдром Интернет–зависимости мало описан в научной литературе нашей страны. В основном исследования по данному вопросу ведутся за рубежом. Таким образом, изучение проблемы «компьютер-психика» пока еще не закончено, и нам предстоит узнать много неизвестного сегодня о влиянии Интернета на нашу жизнь.

Заканчивая свою работу, мы делаем следующие выводы:

1. Компьютерные технологии оказывают глубокое воздействие на психику и сознание человека.
2. Говорить о синдроме Интернет–зависимости однозначно нельзя. Не все пользователи Интернета «поглощаются» виртуальной реальностью и приобретают психическую зависимость.
3. Негативное влияние Интернета находится в прямой пропорции от личности пользователя.
4. Зачастую Интернет–зависимость - следствие гиперкомпенсации внутриличностных проблем человека.
5. Интернет - благо нового поколения.

## Приложение (анкета)

- |   |   |
|---|---|
| Сколько времени вы пользуетесь Интернетом?              | в) испытываю ежедневную потребность в Интернете;              |
| а) меньше года;   | г) не представляю свою жизнь без Интернета.                   |
| б) больше года;   | Как влияет Интернет на ваше общение с окружающими?            |
| в) больше трех лет.                                     | а) никак не влияет;   |
| Где вы пользуетесь компьютером?                         | б) с появлением Интернета стал(а) меньше общаться с друзьями; |
| а) дома;  | в) Интернет заменяет мне реальное общение.                    |
| б) у друзей;  | Влияет ли Интернет на вашу учебу?                             |
| в) в общественном месте.                                | а) не влияет;   |
| Сколько времени вы проводите в Интернете?               | б) Интернет помогает мне учиться;                             |
| а) менее двух часов в месяц;                            | в) мешает учебе.  |
| б) более двух часов в месяц;                            | Как вы считаете, Интернет влияет на ваше здоровье?            |
| в) более двух часов в день;                             | а) не влияет;   |
| г) более пяти часов в день.                             | б) влияет незначительно;                                      |
| Какие сайты вы посещаете чаще всего?                    | в) здоровье значительно ухудшилось.                           |
| а) сайты знакомств;                                     | Ваше отношение к Интернету:                                   |
| б) игровые, развлекательные сайты;                      | а) считаете полезным открытием;                               |
| в) поисковые сайты;                                     | б) вам все равно;   |
| г) социальные сети.                                     | в) считаете бесполезной тратой времени.                       |
| Какова ваша потребность в Интернете?                    |   |
| а) отношусь равнодушно;                                 |   |
| б) периодически возникает потребность выйти в Интернет; |   |

## Список литературы

1. Балонов И.М. «Компьютер и подросток» М., 2002 г. стр. 32-58.
  2. Бирюков В. «Сеть и наркомания». Компьютерный еженедельник «Компьютерра» №16, 1998г., стр.13-15.
  3. Боровиков А.М. «Модус контроля как фактор стрессоустойчивости при компьютеризации профессиональной деятельности». Психологический журнал т.21, №1, 2000г., стр.75-68.
  4. Вересаева О. «Психология и Интернет на пороге XXI века». Психологическая газета №12, 1996 г., стр.4.
  5. Дроздов А.Ю. «Издержки «виртуального зазеркалья», или кое-что о феномене компьютерной агрессивности». М., 1997 г.
  6. Наталья Боровкова, журнал «Человек и наука», статья 3«Виртуальное зависание», февраль 2002 год.
  7. Р. Mycle “About Internet and us”. Cannover, 2004 г.
- Ресурсы Интернет [режим доступа]  
[http://www.b17.ru/article/internet\\_zavisimost\\_podrostkov/](http://www.b17.ru/article/internet_zavisimost_podrostkov/)  
<http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/internet-zavisimost-u-detej-i-podrostkov/>