

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА ОСОБИСТІТЬ

Біла Д. С., студентка групи МЕН 1/2

Науковий керівник – канд. екон. наук, доцент Лесік І. М.

Миколаївський національний аграрний університет

Сьогодні Інтернет став важливою складовою повсякденного життя сучасної людини. Спілкування, перегляд новин, пошук відповідей на будь-які запитання та вирішення проблем – це неповний перелік того, що ми отримуємо завдяки всесвітній мережі Інтернет. Та незважаючи на переваги Інтернету, поряд з ними існує ряд недоліків. Найголовнішим є те, що віртуальний світ призводить до так званого “звикання”, адже з часом мережа стає невід’ємною частиною нашого життєвого простору. Все це призводить до того, що Інтернет починає диктувати нам соціальні, культурні цінності, моду, світосприйняття тощо. Тому саме зараз є актуальним дослідження цієї проблеми та пошук шляхів її вирішення.

Сучасний світ характеризується стрімким прогресом у сфері поширення та розвитку інформаційно-комунікаційних технологій. Динамічне використання нових засобів телекомунікації, зокрема Інтернету як потужного глобального інформаційного ресурсу, приваблює широкі верстви населення незалежно від віку, освіти та соціального статусу.

Водночас неконтрольоване використання інтернет-мережі перетворилося на загрозу гармонійному розвитку особистості, її психічному здоров’ю, а в ряді випадків навіть призвело до летального результату. Тому проблема інтернет-залежності все більше привертає увагу представників державної влади та вчених у різних країнах світу і спонукає до її глибшого дослідження та пошуку шляхів подолання [1, с. 4].

За результатами дослідницького центру Computer Economics:

- у Європі більше 40% користувачів Інтернету є залежними від мережі;
- інтернет-залежні проводять у мережі понад 18 годин на день;
- 15% людей у світі притаманна надмірна захопленість роботою в мережі (т.зв. інформаційний вампіризм);
- 60% європейців прирівнюють віртуальних друзів до реальних;
- 3% європейців віддають перевагу віртуальним шлюбам;
- у США кожна 20 заміжня жінка – “комп’ютерна вдова” (жінка, чоловік якої практично весь час перебуває у віртуальному світі);
- 40 % американців майже не виходять з дому, а все необхідне вони замовляють через Інтернет (одяг, їжу), мають віртуальні гаманці і відправляються у віртуальну відпустку [2].

Також сьогодні виникає різкий спад інтересу молоді до читання. В Інтернеті існує безмежна кількість аудіо- та відео- матеріалу, що суттєво спрощує сприйняття інформації. Разом з тим, в мережі існує і безліч

непотрібної інформації для зростаючого покоління. Замість того аби розвивати своє мислення та поповнювати словниковий запас разом з художньою літературою, людина разом з Інтернетом допускає у своєму мовленні сленги та ненормативну лексику.

Інтернет-залежність – це психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі [3].

Для вирішення проблеми інтернет-залежності людина самостійно може обмежити себе в використанні Інтернету, та переключити свою увагу на щось інше. Допоможе цей метод лише у випадку, коли людина прагне позбавитися залежності та має силу волі. В іншому ж випадку слід звернутися до спеціаліста, який зможе вирішити цю проблему. У будь-якому випадку цей психологічний розлад виліковний, якщо людина сама бажає позбутися цієї звички та поруч із нею є підтримка рідних та близьких людей.

Грінфілд Д. пропонує скорочувати тривалість сесій в Інтернеті і влаштовувати “вихідні” (спершу раз на тиждень), уникаючи при цьому контактів з людьми, які могли б спонукати “зірватися”. Як і Орман М., він рекомендує ні від кого, і особливо від друзів і членів родини, не приховувати своє захоплення Інтернетом, а в разі необхідності звернутися до психіатра. Радить також знайти нові інтереси, нових друзів і приятелів. Для порятунку від віртуальної залежності Грінфілд Д. рекомендує фізичні вправи і менше часу дивитися телепередачі [4].

Отже, опрацювавши певну літературу, можна дійти висновку, що інтернет-залежність стала великою загрозою для розвитку нашого суспільства. В процесі інформаційно-технічного прогресу людство змінює реальний світ на віртуальний. Звичайно, що без Інтернету ми вже не уявляємо свого життя, але поруч із цим нам варто навчитися культури поведінки в Інтернеті та раціонально використовувати його можливості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ісакова Т. О. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми / Т.О. Ісакова. – К.: НІСД, 2011. – 47 с.
2. Вредные привычки. Интернет-зависимость опаснее азартных игр 12.03.2017, Medland.ru [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://medland.ru/psychology/a-94.html>
3. Петрунько О. Діти і медіа: соціалізація в агресивному медіа середовищі / О. Петрунько: монографія. – Полтава: ТОВ НВП “Укрпромторгсервіс”, 2010. – 480 с.
4. Лютинська М. Профілактика інтернет-залежності в дітей та підлітків в умовах сільської школи / М. Лютинська. – 12.03.2017, koippo.kr.ua [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://konf.koippo.kr.ua/blogs/index.php/blog2/title-61>