

## **РИЗИКИ ТА ЗАГРОЗИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ДЛЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

*В.А. Бурякова, здобувач вищої освіти групи Ф-1/1  
обліково-фінансовий факультет, МНАУ*

Протягом останніх десятиліть визначається швидке поширення використання мережі Інтернет як у роботі і у повсякденному житті. В Україні зокрема, за даними експертів, на сьогоднішній день кожен другий житель України користується Інтернетом, а кожен третій відвідує мережу Інтернет щодня. У зв'язку із домінуванням Інтернету в повсякденному житті суспільства людство зіткнулося з глобальною проблемою Інтернет-залежності, яка набуває все більших масштабів.

Інтернет-залежність – це психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі [1]. Визначаючи поведінку як відхід від реальності за допомогою зміни психічного стану, можна говорити, що створювана комп'ютером реальність, поза сумнівом, змінює психічний стан, чим схильні до Інтернет-залежності особистості і стали користуватися. Комп'ютер стає фетишем, складовою

частиною того або іншого ритуалу, замінюючи собою наркотик, азартні ігри і колекціонування одночасно [2]. Виникнення інтернет-залежності розглядається як наслідок зниження психологічної стійкості особистості. Оскільки психологічна стійкість оберігає особистість від особистісних розладів, складає основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, зниження психологічної стійкості призводить до дезінтеграції особистості, порушення регуляції поведінки та діяльності, розпаду системи життєвих цінностей, мотивів, цілей, що підвищує ризик виникнення залежності. Нездатність особистості до подолання труднощів, що виникають у реальному житті, бажання утекти від проблем породжує потребу в знаходженні альтернативної реальності, зміні стану свідомості, що досягається за рахунок вживання певних речовин у першому випадку та виконанні специфічних видів діяльності в другому [3].

У країнах Європейського Союзу поставлено в порядок денний питання подолання інтернет-адикції, яка нещодавно почала набувати критичних ознак, особливо серед підліткової аудиторії. Адикція – це патологічний потяг до чогось небудь. У країнах ЄС налагоджена також система проведення щорічних міжнародних конференцій щодо захисту дітей у мережі, проводяться відповідні форуми, консультації тощо. Активну роль у цьому процесі відіграє Європейський альянс неурядових організацій з безпеки дітей в онлайн-середовищі що здійснює реалізацію програми «Правий клік» [3].

В Україні, за даними дослідження компаній «WeAreSocial» та «Hootsuite», станом на 2018 р. проживає близько 25,6 млн інтернет-користувачів, що складає більше половини всього населення. Лише 13,0 млн з них користуються соціальними мережами, а мобільними телефонами для спілкування в Інтернеті – 9,5 млн осіб [4].

Звичайно, порівняно із залежностями від алкоголю і наркотиків, інтернет-залежність у меншій мірі шкодить здоров'ю людини, не руйнує його мозок, і здавалася би досить безпечною, коли б не явне зниження працездатності, ефективності функціонування в реальному соціумі. Як наркотик, спілкування в

Інтернеті може створювати ілюзію добробуту, уявну можливість рішення реальних проблем. У інтернет-залежного звужується круг інтересів, усі вони поступово починають переходити в сферу віртуальної реальності, починаються проблеми із спілкуванням у реальному світі, а в найважчих випадках всесвітня павутина настільки затягує користувача, що він перестає дослухатись до своїх рідних і вже нездатний вирватися з цих мереж самотійно. В цьому випадку допомогти інтернет-залежному вже може тільки спеціаліст. Саме тому інтернет-адикція останнім часом виходить на перший план разом з іншими залежностями, які захоплюють все більше і більше людей у сучасному світі й усе більш турбують психологів та інших лікарів [5]. Кімберлі Янг виділяє п'ять основних типів інтернет-залежності: кіберсексуальна залежність; пристрасть до віртуальних знайомств; пристрасть до азартних онлайн-ігор; нескінченний серфінг по сайтах і пошук інформації; пристрасть до комп'ютерних ігор [6]. Проте існують і багато інших класифікацій інтернет-залежності відносно мети використання цього ресурсу.

Інтернет-залежність на сьогоднішній день є важливою і актуальною проблемою. Проблема швидко поширюється як в Україні так і в світі. Головним завданням суспільства є виявлення цієї залежності і всебічна допомога для її подолання. Інтернет – залежність піддається лікуванню за допомогою усвідомлення людиною проблеми і мотивування хворого на повернення до реального життя, але все це вимагає професійного підходу. Спілкування з фахівцем дасть усвідомлення всієї глибини проблеми і можливих шляхів виходу. Іноді для позбавлення від Інтернет – залежності використовують гіпноз та нейролінгвістичне програмування.

#### *Література:*

1. Белінська О.М. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати / О.М. Белинская, А.М. Жічкіна, 2011. – 234 с.
2. Крістал Г. Порушення емоційного розвитку при адитивній поведінці// Психологія і лікування залежної поведінки / під ред. С. Даулінга // пер. с англ. Р.Р. Муртазіна. Незалежна фірма «Класс», – 2007. – С. 80–118.
3. Турецька Х.І. Особистісна ідентичність схильних до Інтернет-залежності осіб / Х.І. Турецька // Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. – К., 2011. – 20 с.
4. Коротаєвський Л. У 2018 інтернет-користувачів стало 4 млрд, з них понад 3 млрд

користуються соцмережами – дослідження [Електронний ресурс] – Режим доступу : <https://hromadske.ua/posts/u-2018-internet-koristuvachiv-stalo-4-mlrd-z-nih-ponad-3-mlrd-koristuyutsya-socmerezhami-doslidzhennya>.

5. Войскунський А. Е. Актуальні проблеми психології залежності від Інтернету / А. Е. Войскунський // Психологічний журнал. – 2004. – № 1. – С. 90–100.

6. Янг К. С. Діагноз – Інтернет-залежність / К. С. Янг // Світ Інтернет. – 2000. – № 2. – С. 24–27.

***Науковий керівник – Лесік І. М.,  
канд. екон. наук, доцент кафедри економічної теорії і суспільних наук  
Миколаївський національний аграрний університет***