РАЗДЕЛ XXII. ПСИХОЛОГИЯ

Агирбова Д.М., Аджиева Д.Б.

Психологические особенности влияния Интернет-зависимости на личность

ФГБОУ ВО «Северо-Кавказская государственная академия»
(Россия, Черкесск)

doi: 10.18411/lj-12-2020-168

idsp: ljjournal-12-2020-168

Аннотация

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме чрезмерного влияния Интернета на развитие, психологические особенности личности, а также проводится анализ научных изысканий по проблеме патологического использования современных информационных технологий.

Ключевые слова: аддикция, современные технологии, Интернет, личность, коммуникация.

Abstract

The article is devoted to the current problem of excessive influence of the Internet on the development and psychological characteristics of the individual, as well as the analysis of scientific research on the problem of pathological use of modern information technologies.

Keywords: addiction, modern technologies, Internet, personality, communication.

В современном обществе информатизация и компьютеризация приобретают все больший размах. Информационные технологии заняли огромное место в современной жизни. Любая жизнедеятельность современного человека, тем или иным образом, связана с использованием современных технологий и современный человек уже не представляет свою жизнь без них, а в особенной мере – без сети «Интернет».

Современные технологии уже прочно вошли и закрепились в нашу жизнь и человек уже не представляет свою жизнь без современных технологий, гаджетов, компьютеров и Интернета [4].

Реалии современного мира таковы что, информатизация и компьютеризация продолжают заполнять жизнь современного общества, оказывая при этом значительное влияние на все психические процессы жизнедеятельности, как отдельного человека, так и общества в целом.

С появлением жизни человека появились и в жизни человека отрицательные аспекты влияния компьютеризации и информатизации нашей жизни, сказывающихся на психологическом и даже физическом здоровье человека. В связи с чем данная проблематика в особенной роли актуальна на данный момент.

Многие современные исследователи изучали и продолжают изучать данную проблематику. Свой вклад в изучение данной темы внесли такие исследователи, как В.Л.Силаева, Г.В. Старшенбаум, Ю.Д. Бабаева, И.М. Балонов, Дж. Стайер, О.Г. Филатова, Е.П. Белинская, В. Фриндте, Т. Келер, Т. Шуберт, Ш. Таркл и т.д. [1, 5, 6]. Неоднократно исследователями высказывалась и обосновывалась мысль воздействия информационных технологий как на отдельные области жизнедеятельности, так и на личность в целом.

Так М. Коул указывал на роль влияния технических средств на развитие и функционирование психики человека, а многими авторами неоднократно отмечалось, что преимущественную роль в этом процессе играют технологии, связанные с применением сети «Интернет» [2].

Интернет – феномен, который постепенно вошел и закрепился во всех областях жизнедеятельности человека. Это феномен настолько поглотил жизнь современного общества, что на данный момент современный человек, никоим образом, не представляет свою жизнь без Интернета.

Несмотря на все многообразие пользователей сети «Интернет», то по сфере, осуществляемой ими деятельности можно выделить три основных вида: игровую, познавательную и коммуникативную. Любая из этих деятельностей влечет за собой как положительное, так отрицательное воздействие на личность человека. В последнее время широкое внимание стали привлекать негативные последствия влияния этих областей деятельности на личность человека:

- 1) Увлеченность сетевыми коммуникациями или, как крайний вариант, так называемая Интернет-аддикция – зависимость от Интернета, то есть увлечение, представляющее своего рода наркозависимость от Интернета.
- 2) Увлечение компьютерными играми, а именно играми через Интернет, или, как крайний вариант, так называемая игровая наркомания;
- 3) Увлеченность познанием в сфере программирования и телекоммуникаций или, как крайний вариант, хакерство [3].

Проблема излишней увлеченности современного общества сетевыми коммуникациями (или же иначе зависимости от Интернета) в последнее время в особой мере привлекает внимание многих отечественных и зарубежных специалистов разных профилей.

С позиции медицины зависимость или аддикция, рассматривается как биохимический процесс, протекающий в мозге человека. Так, согласно исследованиям, проводимым отделением нейробиологии Калифорнийского университета под руководством Питера Уайброу было выявлено, что мозг человека на компьютерные игры реагирует на биохимическом уровне, так как во время игры происходит выработка дофамина – гормона «удовольствия» [4].

Согласно исследованиям был проведен сравнительный анализ привлекательности компьютерных игр и привлекательности наркотических средств для зависимых людей. Выяснилось, что мозг человека, осуществляющего игровую деятельность реагировал на изображение из любимой игры таким же образом, как мозг наркотически зависимого человека при упоминании о дозе, то есть вырабатывался дофамин и появлялось ощущение эйфории.

Человек осуществляющий игровую деятельность со временем привыкает к ощущению эйфории, его организм адаптируется и попадает в прямую зависимость от очередной «дозы» и уже требует её на постоянной основе. С течением времени человек перестаёт получать тот же уровень удовольствия, что как следствие порождает бесконечный «дофаминовый» круг и формируется уже реальная зависимость на биохимическом уровне.

Автор термина «патологическое использование компьютера» или же иначе «Интернет –зависимости» А.Голдберг рассматривал данную болезнь, как пагубно воздействующую на все области жизнедеятельности человека, а именно семью, учебу, работу, а также социальную, бытовую и психологическую сферу деятельности человека.

В первую очередь, наиболее восприимчивыми от Интернет –зависимости является люди, которые имеют проблемы семьей, работой, друзьями и учебой, то есть, в основном, люди, которые имеют сложности в общении с окружающими ими людьми, а также люди все способами, пытающимися уйти от реальности, эмоциональных проблем или бытовых жизненных ситуаций. И Интернет является идеальной средой, которая помогает уйти от этих проблем в «виртуальный» мир, в котором существует система анонимности и есть возможность создания новой личности, в которой человек

может обладать всеми преимуществами, которых нет в его «реальной» жизни, так как это своеобразный мир где все дозволено и где правила игры устанавливает сам человек.

Постепенно виртуальная жизнь поглощает реальную жизнь и начинается, так называемая «Интернет-зависимость». Данный процесс влечет за собой негативное влияние на личность самого человека.

В начале этот процесс может проявляться в ощущении пустоты, депрессивного состояния, раздражения вне компьютера, а в частности вне нахождения в виртуальной реальности, чрезмерная ложь окружающим людям, неконтролируемые финансовые траты. Также возможно проявление навязчивого чувства постоянного контроля какой-либо области деятельности в Интернете.

Одна из причин по которой человек стремится погрузиться в виртуальную реальность является то, что "Я виртуальное" не испытывает проблем адаптации - оно сильное, умное, ловкое, ему доступно оружие, деньги, на которые можно купить все в виртуальном мире и т.д. Но человек понимает, что он живет в реальном мире, где он далеко не так силен и богат, а главное, что он смертен, в отличие от своего виртуального героя. Таким образом, сравнения себя с «виртуальным Я» повышает тревожность человека, что как следствие может привести к различным психологическим болезням, вплоть до крайностей.

Постоянно пребывая в такой среде, человек начинает впитывать законы этого виртуального мира и проявлять их уже в «реальном мире». Так мир виртуальных игр весьма часто неблагоприятно настроен к виртуальному герою. При этом целью героя является противостояние этому миру. Ему приходится "убивать" компьютерных "врагов", а те, в свою очередь, пытаются "убить" его. Длительное нахождение в подобной среде оставляет свой отпечаток на реальной жизни, то есть человек начинает ощущать себя более уязвимым. В его подсознании закрепляется мысль о опасности людей в этом мире. Он считает, что люди в этом уже «реальном» мире отрицательно и враждебно против него настроены [1].

Так есть немало реальных примеров, когда люди даже убивали тех, кто мешал им играть эти компьютерные игры – подросток убивал родителей, которые забирали у него компьютер, а муж убивал жену, которую мешала играть в игры.

В заключении хочется сказать, что Интернет – это феномен современного, который поглотил всю жизнь современного общества. Он крепко вошел и закрепился в жизни современного человека. Интернет имеет как немало положительных качеств, но, в том числе, также несет в себе и негативные последствия. И только сам человек определяет, какое воздействие на него будет влиять этот «феномен» современного мира.

1. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского (Москва: Можайск-Терра, 2000, 431 с.)
2. Балонов И.М. "Компьютер и подросток" М., 2002 г. стр.32-58.
3. Войскунский А. Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета / А. Е. Войскунский // Психологический журнал. - 2004. -№.25(1). - С. 90-100.
4. Егоров А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции / А. Ю. Егоров // Аддиктология. -2005. - № 1. - С.65-77.
5. Старшенбаум, Г. В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г. В. Старшенбаум. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 368 с. — ISBN 5-89353-157-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88315.html>
6. Козлова, Н. С., Сушков, И. Р. (2014) Факторы, лежащие в основе вовлеченности личности в интернет-пространство // Триединство здоровья нации, качества жизни и гармоничного общества как основа устойчивого развития России в XXI веке : материалы междунар. конгресса : в 2 т. / отв. ред., сост. А. Л. Журавлев, Н. П. Фетискин, Т. И. Миронова. М. ; Кострома : АСППАМ. Т. 1. 506 с. С. 84-93.