

ДИАГНОСТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ В СРЕДЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Е.И. Базылева

Республика Беларусь, Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – С.А. Воробьева, ст. преподаватель

Зависимое поведение характеризуется стремлением ухода от реальности посредством изменения своего психического состояния. Происходит такой процесс, когда человек не только отказывается решать важные для себя проблемы, но и останавливается в своем личностном развитии [1].

Следует отметить, что интернет-зависимость может сформировать различные психологические проблемы: конфликтное поведение, хронические депрессии, уход в виртуальную реальность, трудности адаптации в социуме, потеря контроля времени пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования Интернетом [2].

Целью нашей статьи является выявление зависимости от социальных сетей в среде студенческой молодежи при помощи анкеты «Диагностика киберзависимости».

Выявить интернет-зависимого студента нам могут помочь следующие признаки: увеличенное по времени формирование зависимости; представления о Сети носят выраженную эмоциональную окраску, возникает чувство эмоционального подъема, волнения, возбуждения или релаксации; потеря контроля времени при нахождении в Интернете; компульсивное желание выйти в интернет, состояние дискомфорта при невозможности этого; раздражение при необходимости включаться в социальные взаимодействия помимо Сети; проявление признаков авитальной активности: пренебрежение здоровьем, изменение образа жизни ради иллюзорных целей - игры, общения и т.д.; употребление в речи специфического жаргона [3].

Нами было проведено анкетирование. Было опрошено 50 студентов 4 курса ВГУ им. Машерова факультета социальной педагогики и психологии с использованием сети Интернет (социальной сети vk.com). Всего в анкетировании было 20 вопросов со следующими вариантами ответов: никогда или крайне редко (1 балл), иногда (2 балла), регулярно (3 балла), часто (4 балла), всегда (5 балла).

Были произведены расчеты по ответам на предложенные респондентам вопросы (табл.):

Таблица – Распределение ответов респондентов на вопросы анкеты

	Содержание вопроса	Никогда/ крайне редко	иногда	регулярно	часто	всегда
1.	Чувствуете ли Вы потребность выхода в Интернет при плохом и подавленном настроении?	14%	72%	14%	0%	0%
2.	Как часто Вы приуменшаете время, проведенное в Интернете для своих знакомых?	8%	12%	40%	38%	2%
3.	Насколько часто вы выбираете вариант узнать что-то через Интернет, нежели в реальной жизни?	2%	8%	10%	14%	66%
4.	Как часто замечаете, что предпочитаете учебе Интернет?	0%	14%	36%	24%	26%
5.	Злитесь из-за комментариев знакомых по поводу Вас в Интернете?	8%	44%	14%	20%	14%

6.	Как часто Вы выбираете посидеть в Интернете вместо встречи с друзьями или знакомыми?	6%	50%	28%	14%	2%
7.	Как часто Вы мечтаете о выходе в Интернет, когда это невозможно?	34%	48%	8%	4%	6%
8.	Насколько часто, заходя в Интернет по учебным вопросам, Вы забываете о первоначальной цели?	2%	0%	4%	8%	86%
9.	Чувствуете себя комфортней в Интернете, нежели в реальной жизни?	76%	18%	6%	0%	0%
10.	Часто тратите время в Интернете на ненужную информацию?	8%	2%	32%	12%	46%
11.	Как часто заходите в Интернет без надобности, просто от скуки?	8%	4%	8%	42%	38%
12.	Как часто Вы проводите в Интернете больше времени, чем планировали?	8%	16%	14%	36%	26%
13.	Вы думаете, что без Интернета жизнь была бы сложной и почти бессмысленной?	28%	52%	10%	10%	20%
14.	Из-за Интернета часто меняется Ваш режим дня?	6%	16%	26%	28%	24%
15.	Как часто Вы чувствуете снижение настроения вне компьютера?	96%	4%	0%	0%	0%
16.	Как часто Вы жалеете о том, что вышли из Интернета ради других дел?	4%	86%	10%	2%	0%
17.	Как часто Вы ощущаете потерю самоконтроля, находясь в Интернете?	4%	2%	8%	18%	24%
18.	Часто ли Вы заводите Интернет-друзей или просто знакомитесь в Сети?	16%	84%	0%	0%	0%
19.	Ожидаете ли Вы следующего выхода в Интернет?	94%	4%	2%	4%	0%
20.	Как часто слышите комментарии и шутки по поводу Вас и Интернета, социальных сетей?	46%	38%	4%	4%	8%

Таким образом, анкетный опрос показал, что у 43% студентов интернет-зависимость отсутствует, 29% - находятся в группе риска, 28% студентам следует задуматься о том, какое место в их жизни занимает Интернет и, возможно, уменьшить количество времени, проводимого в социальных сетях.

Список использованных источников:

1. Шаталина, М.А. Анализ факторов, влияющих на формирование Интернет-аддикции / М.А. Шаталина // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия Гуманитарные науки: Педагогика. Психология. Социальная работа. Акмеология. Ювенология. Социокинетика. – 2009. – № 1. – Т. 15. – С. 188–192.
2. Андреева, О.С. Особенности представлений о коммуникации у студентов, зависимых от социальных сетей / О.С. Андреева, Е.С. Андреев // Вестник Тюменского государственного университета. – 2009. – № 5.
3. Чухрова, М.Г. Интернет-зависимость как вариант аддиктивного поведения / М.Г. Чухрова, А.В. Ермолаева // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 2. – С. 231–234.