

ПОДРОСТОК И ИНТЕРНЕТ: КАК ИНТЕРНЕТ ВЛИЯЕТ НА ПОВЕДЕНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

**Г. Р. Мансурова,
преподаватель НамГУ, Узбекистан.**

Аннотация: В данной статье мы постарались затронуть вопрос влияния Интернета на поведенческий аспект подрастающего поколения. Подробнее затронута тема Интернет-аддикции, причины её появления и её последствия.

Ключевые слова: подросток, интернет пространство, социальные сети, мессенджеры, интернет-зависимость.

A TEENAGER AND THE INTERNET: HOW THE INTERNET AFFECTS THE BEHAVIOR OF YOUNGER GENERATION

**G.Mansurova,
NamSU teacher, Uzbekistan**

Abstract: In this article we tried to touch upon the issue of the influence of the Internet on the behavioral aspect of the younger generation. The topic of Internet addiction, the causes of its occurrence and its consequences are discussed in more detail.

Keywords: teenager, Internet space, social networks, messengers, Internet addiction.

Для всего человечества Интернет стал повседневной необходимостью: заказываем еду, покупаем товары через интернет, заказываем такси в нужное нам место, ищем новости и нужную информацию для работы и учёбы. Да интернет облегчил нам жизнь в разы. Но как изменились человеческие отношения с появлением у нас такого помощника как информационные технологии. Изменения произошли в таких сферах как образование, бизнес, экономика, здравоохранение и во многих других сферах, и тем самым мы

наблюдаем как происходит эволюция социальных отношений. Конечно, информационные технологии облегчили нам жизнь, но всё хорошо в меру.

Современное подрастающее поколение очень тесно связывает свою жизнь с Интернет пространством, и он стал неотъемлемой частью их жизни. Постоянное пребывание в Интернете в большей части приводит к сильному привыканию и может вызывать Интернет-аддикцию. Подростки, которые вырастают в период информационного прорыва в отличии от детей нынешних не имеют детства в реальном мире, так как большую часть своего времени проводят в интернет пространстве. Всё проведённые исследования говорят о том, что дети начинают прибегать к услугам интернета очень рано, так как в наше время он стал доступным для всех. У молодёжи, процесс коммуникации с друзьями больше проходит в виртуальном пространстве (социальные сети, мессенджеры), чем нежели в реальной действительности [2].

Полезность интернета никто не отрицает, но нужно посмотреть и на отрицательную сторону этого вопроса. Чрезмерное увлечение интернетом оказывается на здоровье людей: нарушается осанка, портиться зрение, появляются головные боли.

В период пандемии COVID-19 вся учебная система перешла к дистанционному обучению. Конечно здесь наличие у нас интернета помогло не останавливать обучение учащихся и студентов. Но вопрос в другом: на сколько был эффективен такой вид обучения. Исследования и наблюдения указывают на такой факт: эффективность такого вида обучения не совсем хороша за счёт не проработанности её со стороны соответствующих структур образования и за счёт отсутствия контроля обучающего, который в интернет пространстве легко отвлекается и может уйти в другую степень (общение в социальных сетях и мессенджерах) [3].

Да если рассматривать с точки зрения психологии, общение в подростковом возрасте является ведущей деятельностью, и оно помогает им в процессе социализации. Общение со стороны подростков идёт не только в мессенджерах и социальных сетях, но и в виртуальных онлайн-играх, которые

очень затягивают игроков в свой мир. Чрезмерное пребывание в интернет пространстве вызывает у пользователей привыкание и проявляются признаки зависимости. Начиная с 1 января 2022 года зависимость от видеоигр официально признана Всемирной организацией здравоохранения болезнью. И этот факт должен заставить весь мир задуматься в правильности использования нашими детьми интернет ресурсов.

В психологии зависимость от Интернета именуют как Интернет – зависимость или Интернет – аддикция. Данный термин в научном плане стал употребляться с 1996 года по предложению И. Голдберга (Goldberg). Феномен начал рассматриваться как вид нехимической поведенческой зависимости.

Черты присущие Интернет - аддиктам по сей день остаются не полностью раскрытыми, лишь по причине неоднозначности подходов и недостаточного изучения данного феномена. Трудности в определении обусловленных характерных черт можно ещё свести к отсутствию на сегодняшний день каких-либо физиологических предпосылок, которыми отличаются другие виды аддикций (наркомания, алкоголизм и др.). Спорность при рассмотрении зависимости от использования Интернет, также придаёт не явное отличие его от увлечённости. Но главным отличием среди этих двух феноменах сводится к опыту использования. Мы не можем делать выводы относительно зависимости на основании долгового пребывания в Интернет, так, как и новички в Интернете могут тратить много времени просто на исследование того, что им может дать Интернет.

Рассмотрение исследований, направленных на изучение личностных особенности Интернет - зависимых (K. Young, M. Griffiths R. Davis, S. Caplan, А.Е. Войскунский и др.) в процессе обобщения выявила следующие черты [4]:

- ✓ сложности в принятии своего физического «Я» (своего тела);
- ✓ сложности в непосредственном общении (замкнутость);
- ✓ склонность к интеллектуализации;
- ✓ чувство одиночества и недостатка взаимопонимания (возможно, связанное со сложностями в общении с противоположным полом);

- ✓ низкая агрессивность;
- ✓ эмоциональная напряженность и некоторая склонность к негативизму;
- ✓ наличие хотя бы одной фрустрированной потребности;
- ✓ независимость выступает как особая ценность;
- ✓ представления об идеальном «Я» недифференцированы, завышены или даже нереалистичны;
- ✓ самооценка занижена; склонность к избеганию проблем и ответственности.

Симптомы, позволяющие определить аддиктов, носят психологический и физиологический характер. К психологическим симптомам относят: хорошее самочувствие или эйфория за компьютером; невозможность остановиться; увеличение количества времени, проводимого за компьютером; пренебрежение семьей и друзьями; ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером; ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности; проблемы с работой или учебой. А к физиологическим симптомам Интернет – зависимости относят: синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц); сухость в глазах; головные боли по типу мигрени; боли в спине; нерегулярное питание, пропуск приемов пищи; пренебрежение личной гигиеной; расстройства сна, изменение режима сна [1].

Вопросы, касающиеся определения психологических детерминантов Интернет-аддикции, по сей день остаётся без ответа. Многие авторы связывают проявление феномена с компенсаторной функцией, т.е. нехваткой человеку чего-то в реальной жизни. Но при этом остаётся не понятым тот факт, а почему для компенсации своих недостатков личность выбирает Интернет. В изучении именно психических детерминантов особое место уделено в работах таких зарубежных психологов как К. Янг и Дж. Сулер. Их позиция заключалась в сведение причин к личностным особенностям человека. К. Янг сводит Интернет-аддикцию к общению происходящему в сервисах Интернета. Объяснение Интернет – зависимости через личностную структуру, где во

главу угла ставится компенсаторные механизмы, по своему содержанию не носят объективный характер, а скорее является внутреличностным, направленным на решение определённых проблем личностно плана.

Преимуществом «Интернет-зависимости» от других видов зависимостей является отсутствие каких-либо физиологических компонентов, и тем самым даёт возможность предположить исчезновение данного вида аддикции из жизни человека с помощью проведения определённых психологических коррекционных работ с личностью. Задача взрослого поколения на наш взгляд состоит в том, чтобы контролировать процесс пребывания нашего подрастающего поколения в интернет пространстве и не выпадать из реальной действительности.

Список литературы:

1. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А Социальная психология личности// Учеб. пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2001.
2. Мансурова Г. Р. Особенности Я-концепции личности проявляющиеся в интернет-коммуникации // Учёный XXI века. 2022. № 5-1 (86). С. 52-54.
3. Уварова Л.Н., Арсланова Н.Р. Исследование влияние Интернета на людей // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2021. № 01 (54).
4. Чудова И.В. Особенности образа «Я» «Жителя Интернета»// Психологический журнал. 2002. Т. 22. № 1. С. 113-117