

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ

Топильская О.А.

Центр развития творчества детей и юношества
topilskaya.o@mail.ru

Макарова Л.Н.

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина
mako20@inbox.ru

Аннотация. В статье автором рассматриваются педагогические, психологические и социальные причины возникновения и развития Интернет-зависимого поведения у студентов. Данные причины анализируются в контексте обособности образовательного процесса в высшей школе. Раскрывается специфика кризиса юношеского возраста и последствия его неполного преодоления, влияющие на процесс успешного обучения в вузе.

Ключевые слова. Интернет-зависимость, аддиктивное поведение, предпосылки Интернет-зависимости, студенческий возраст

Современный период общественного развития характеризуется переходом к обществу нового типа, основанному на знаниях и информатизации.

Студенческая среда, безусловно, обладает своими особенностями, связанными как с возрастом студентов, так и с педагогическими условиями их обучения, что не может не влиять на процесс возникновения и протекания у них Интернет-зависимости. В контексте формирования Интернет-зависимости студенчество следует включить в группу риска, поскольку условия обучения в вузе на современном этапе предполагают обязательное пользование компьютером и Интернет-технологиями. Необходимость часто подключаться к информационному ресурсу, высокая познавательная мотивация и коммуникативная активность формируют из студентов основную массу пользователей Интернета.

М.И. Дрепа, описывая особенности Интернет-зависимости именно у студентов вуза, отмечает, что ведущими факторами появления и укрепления данной формы аддиктивного поведения у них являются:

- «неполное разрешение кризиса встречи со взрослостью, проявляющегося в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности и предлагаемыми социальными ролями и сменяющегося кризисом интимности с формированием психологической изоляции;

- привлекательность Интернет-среды для разрешения данного кризиса за счет возможности конструирования в ней желаемой реальности» [1].

Рассмотрим подробнее обе предпосылки.

Невозможность полного разрешения кризиса встречи со взрослой жизнью вытекает из психологических особенностей, свойственных юношескому возрасту. Именно в возрасте 18-23 лет молодые люди завершают обучение в школе и многие из них начинают обучаться в высших учебных заведениях. Этот период в психологии определяется как переход к взрослой жизни и характеризуется внутренними противоречиями.

Период детства с его доверием к авторитетам и транслируемым взрослыми правилам поведения завершается. В отличие от детей, юноши и девушки перестают все принимать на веру, им нужны аргументы. Бездоказательные ссылки на авторитеты их не только не устраивают, они даже нацелены на их разрушение, поскольку этот отвергающий авторитеты психологический процесс становится внутренней основой для нового морального и интеллектуального поиска. Именно в юности, по мнению И.В. Носко, осуществляется переход от морали, ориентированной на внешние нормы поведения (конвенциональной) к морали, ориентированной на внутреннюю, автономную систему принципов (автономной) [2].

Противоречия периода встречи со взрослостью проявляются и в том, что, с одной стороны, молодые люди уже начинают жить самостоятельной жизнью. Даже на правовом уровне закреплено приобретение ими статуса взрослых, самостоятельных людей, они становятся полностью дееспособными. С другой стороны, имея статус де-юре, они не имеют опыта де-факто. Им еще предстоит накопить этот жизненный опыт, чтобы внутренне почувствовать себя по-

настоящему взрослыми людьми. Поэтому психологически этот период наполнен примериванием на себя и осваиванием различных «взрослых» ролей. Очень часто это происходит гипертрофированно, юноши и девушки чрезмерно демонстрируют свою самостоятельность и бескомпромиссность в принятии решений. Критика воспринимается ими болезненно, часто с негативным эмоциональным окрасом.

Учитывая, что у молодых людей недостаточно жизненного опыта, в их поведении часто проявляется внутренняя неуверенность в себе, формируется заниженная самооценка и представление о собственной неполноценности. Такие состояния внутренней нестабильности внешне могут проявляться развязностью, грубостью или агрессивностью.

Х. Ремшмидт, характеризуя данный возрастной период, связывает невероятную собственную ранимость юношей с проявлением у них грубости и бесцеремонности к другим людям, «колебаниями ожиданий от сияющего оптимизма к самому мрачному пессимизму» [3]. Г.С. Абрамова отмечает, что «особенностью юношеского возраста как раз и является противоречивость морального сознания, в котором категоричность и ригоризм оценок уживаются с сомнением в обоснованности многих общепринятых норм и демонстративным скепсисом» [4].

Кризис периода встречи со взрослостью может проявляться и в ошибочном выборе профессии, учебного заведения, жизненных перспектив в целом. Но даже у тех юношей и девушек, кто, как им кажется, верно выбрал свой путь, кризис может быть связан с адаптационными процессами на младших курсах, привыканием к новому режиму жизни, новым требованиям, новым межличностным отношениям, новой сфере деятельности. Обычно даже у стрессоустойчивых личностей период приспособления к незнакомой среде сопровождается обилием негативных переживаний.

Негативные моменты юношеского кризиса, как отмечает И.В. Носко, связаны с утратой налаженных форм жизни – взаимоотношений с другими, способов и форм учебной деятельности, привычных условий жизнедеятельности – и вступлением в новый период жизни, для которого нет еще необходимых органов жизнедеятельности [2].

И.С. Коң, отмечает, что общие идеалы и формальные принципы в юношеском возрасте индивидуализируются, складываются в единый образ своего морального «Я», которое и обеспечивает выбор человека в условиях противоречивых побуждений. Следовательно, именно моральное «Я» является главным превентивным фактором [5].

Важно подчеркнуть, что и юноши и девушки в этом возрасте находятся в ситуациях постоянных противоречий, влияния множества взглядов и точек зрения. Следствием этих ситуаций становятся два возможных пути развития. Одни молодые люди быстрее взрослеют, принимают решения, объединяются в группы соратников, активно развиваются и двигаются вперед, следуя своему жизненному плану. Другие – задерживаются в психологическом развитии и взрослении, становятся инфантильными. Это проявляется в социальной пассивности или негативизме.

Р.П. Ефимкина очень точно определяет юношеский возраст как «манифестацию тех аномалий личностного развития, которые в дошкольном периоде существовали в латентном состоянии» [6]. По ее мнению, отклонения в поведении свойственны почти всем юношам.

Таким образом, к концу юношеского возраста человек обретает либо «взрослую идентичность», либо происходит «диффузия идентичности». Именно невозможность полного разрешения «кризиса встречи с взрослостью» приводит к формированию особых личностных структур, создающих сильный психологический дискомфорт. Часто неспособные справиться с кризисом молодые люди уходят в алкоголизм и наркоманию или выбирают другой вариант избегания реальности, например, уход в виртуальный мир Интернет-зависимости.

М.И. Дрепа очень подробно описывает психологические черты студентов, у которых в процессе диагностики выявлена зависимость от Интернета [7]. Исследование было ею проведено на группе студентов, обучающихся в Ставропольской государственной медицинской академии. Автором анализировались следующие параметры: основная цель, частота и длительность использования Интернета, стаж, частота превышения запланированного времени пребывания в Интернете, пренебрежения личными делами в связи с пребыванием в Интернете и степень недовольства окружающих виртуальной жизнью студента. Полученные результаты не только подтвердили важную роль Интернета в жизни обучающихся в вузе, но и выявили основные психологические черты студентов с Интернет-зависимостью.

Так, М.И. Дрепа определила, что у студентов данной группы имеются трудности в успешном осуществлении межличностного общения в реальной жизни, наличествует высокий

уровень личностной тревожности, широкий круг жизненных ситуаций воспринимается ими как угрожающий их безопасности, в связи с чем постоянно присутствует состояние внутреннего напряжения. Интернет-зависимые студенты чувствуют себя социально неспособными, личностно непривлекательными и приниженными по отношению к другим [7]. Их отличает повышенная степень озабоченности критикой в свой адрес, нежелание вступать во взаимоотношения без гарантий понравиться, ограниченность жизненного уклада. Часто возникающие депрессивные состояния, подавленное настроение, потеря удовольствия от ранее приятной деятельности, выраженная утомляемость и пессимизм, чувство вины, тревоги и страха, неспособность концентрироваться и принимать решения, снижение показателей силы воли, неумение сдерживать свои чувства, импульсивные и необдуманные действия, неумение заставлять себя выполнять задуманное – все это свидетельствует о нарушении у студентов с Интернет-зависимостью способности преодолевать трудности на пути к цели в реальной жизни. Перечисленные черты, по мнению М.И. Дрепа, способствуют прогрессированию зависимости от Интернета за счет возможности переноса цели из реальной жизни в виртуальную.

Действительно, картина внутреннего мира молодых людей, не сумевших полностью разрешить кризис юношеского возраста, удручающая. Не удивительно, что они готовы ухватиться за любую возможность ослабления колоссального психологического напряжения. Даже ценой последующего полного закабаления, которое они не способны осознать ни на начальном этапе формирующейся зависимости, ни тем более на последующих. Человек как бы впадает в глубокую иллюзию избавления, при этом все глубже погружаясь в бездну психологических и физиологических деформаций.

В высших учебных заведениях студенты, склонные к зависимостям, естественным образом попадают в Интернет-среду, поскольку умение пользоваться компьютерными технологиями и необходимость быстро получать информацию является частью необходимых компетенций каждого студента. Виртуальная среда Интернета, обладая целым рядом характеристик, являющихся чрезвычайно привлекательными для студентов, склонных к зависимому поведению, предлагает быстрое, без приложения труда, ослабление напряжения от неразрешенного внутреннего кризиса.

В связи с этим, рассмотрим второй фактор развития исследуемого вида зависимости у современных студентов и проанализируем, в чем же состоит для них привлекательность Интернет-среды.

Во-первых, именно Интернет-среда предоставляет им возможность киберсоциализации, под которой, по определению Г.У. Солдатовой, следует понимать «процесс овладения и присвоения человеком социального опыта, приобретаемого в онлайн-контекстах, воспроизводства этого опыта в смешанной офлайн/онлайн-реальности и формирующего его цифровую личность как часть реальной личности» [8, с. 76].

М.А. Данилова обозначает двойственность влияния Интернет-среды на студенческую молодежь. С одной стороны, Интернет дает студентам возможность коммуникации, потребления продуктов культуры, обучения, распространения своего содержания, членства в различных социальных группах и т.п., что позитивно влияет на социализацию развивающейся личности. Но, с другой стороны, если Интернет начнет расцениваться как «незаменимый помощник» в любом виде деятельности и появится необходимость в постоянном онлайн-соединении, это при ведет к негативной социализации [9].

Одной из наиболее привлекательных особенностей Интернета является анонимность, которой обладают практически все формы общения в Интернете: открытые дневники, чаты, форумы, личные сайты, блоги и т.д., поскольку они опосредованы компьютером. В коммуникации в Интернете, когда человек остается «инкогнито», никто не может определить его состояние по невербальным признакам, невербальные средства общения просто теряют свое значение. Здесь можно не выражать чувства и эмоции, можно скрыть тревогу, стыд, плохое настроение, неуверенность, точно также как можно имитировать состояние и чувства, которые человек не только не испытывает в данный момент, но они ему и вообще не присущи.

Эта особенность Интернета чрезвычайно важна для студентов, склонных к зависимому поведению, ведь в силу присущих им психологических деформаций, они либо избегают межличностного общения, либо выстраивают его с большими сложностями. Как правило, этот процесс сопровождается внутренним напряжением, тревожностью, страхом несостоятельности. А спрятавшись за экраном компьютера, они чувствуют себя значительно спокойнее.

В своей статье «Социально-психологические аспекты общения в Интернете» А.Е. Жичкина приводит цитаты из бесед с пользователями: «в Интернете легче вести серьезный разговор», «в Интернете люди реже обижаются, потому что там это бессмысленно – все равно не видно, как ты обижаешься», «в Интернете можно общаться с непривлекательными (внешне) людьми, и их уродливость не мешает общению», «в Интернете можно говорить на равных с человеком значительно старше тебя, и это не мешает общению, хотя ты знаешь, что он старше» [10].

В Интернет-сообществе в силу того, что пользователя не видно и не слышно, теряется смысл в целом ряде барьеров общения. Не надо переживать за свой пол, внешность, социальный статус, манеры поведения, интеллектуальные способности. Именно анонимность позволяет студентам как пользователям Интернета безнаказанно создавать «идеальную», по их мнению, сетевую идентичность, которая может разительно отличаться от реальной. Именно физическое отсутствие человека в текстовой коммуникации дает возможность создавать о себе любое впечатление по своему выбору.

Вследствие подобной анонимности и безнаказанности в сети проявляется и другая особенность, связанная со снижением психологического и социального риска в процессе общения – стремление к нетипичному, ненормативному поведению. Зачастую пользователи презентуют себя с иной стороны, чем в условиях реальной социальной нормы, проигрывают не реализуемые в деятельности вне сети роли и сценарии ненормативного поведения. Аффективная раскрепощенность, ненормативность и некоторая безответственность участников общения приводит к тому, что человек в сети может проявлять и проявляет большую свободу высказываний и поступков (вплоть до оскорблений, нецензурных выражений), так как риск разоблачения и личной отрицательной оценки окружающими минимален.

При пользовании Интернетом у человека исчезает привычная для реальной жизни детерминированность поступков. Человек делает не то, что должен, а то, что хочет, по сути, он свободен в реализации своих желаний.

Все это и делает Интернет особо привлекательным для студентов, склонных к аддиктивному поведению в связи с наличием у них личностных качеств, затрудняющих процесс социализации и межличностных коммуникаций, позволяя укрываться от реальности за монитором компьютера.

Таким образом, наложение неполного разрешения кризиса встречи со взрослостью у того или иного студента на его стремление избавиться от внутреннего психологического дискомфорта средствами ухода в виртуальную реальность Интернета и создает те условия, в которых может начать формироваться Интернет-зависимость.

Литература

1. Дрепа М.И. Психологическая профилактика Интернет-зависимости у студентов: автореф. ... канд. психол. наук. Пятигорск, 2010.
2. Носко И.В. Психология развития и возрастная психология. Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003.
3. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. М.: Мир, 1994.
4. Абрамова Г.С. Возрастная психология. М.: Академия, 1999.
5. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989.
6. Ефимкина Р.П. Детская психология: методические указания. М: Новосибирск, 1995.
7. Дрепа М.И. Психологический портрет личности Интернет-зависимого студента // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2009. № 4 (82). С. 75-81.
8. Солдатова Г.У. Цифровая социализация в культурно-исторической парадигме: изменяющийся ребенок в изменяющемся мире // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 71–80.
9. Данилова М.А. Интернет-социализация студенческой молодежи: специфика мотивации сетевого поведения: автореф. дис. ... канд. социол. наук. Саратов, 2009.
10. Жичкина А.Е. Социально-психологические аспекты общения в Интернете. М.: Дашков и Ко, 2004.