

Коми Республикаса йӧзӧс велӧдан да том йӧз политика министерство
Министерство образования и молодежной политики Республики Коми
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Сыктывкарский целлюлозно-бумажный техникум»

XII Республиканская учебно-исследовательская конференция

Конкурсная работа

Выполнил студент Канев Семен Александрович

Тема работы - Интернет - зависимость в студенческой среде

Направление конференции: Социально –педагогическое

Научный руководитель преподаватель Двоеглазова Татьяна Александровна

Сыктывкар, 2016 г

Содержание

	Введение	3
1	Теоретическая часть	6
2	Практическая часть	9
	Заключение	11
	Список литературы	13
	Приложения 1	14
	Приложения 2	17
	Приложения 3	19

Еще лет двадцать назад большинство жителей нашей планеты не знали даже значения слова «Интернет». В России совсем недавно, в начале двухтысячных, бороздить просторы Всемирной Сети могли позволить себе менее пяти процентов населения. На тот момент Интернет абсолютному большинству граждан нашей страны был недоступен не только из-за мизерного количества провайдеров и высоких цен на их услуги, но и по самой банальной причине – из-за отсутствия компьютера.

Персональными компьютерами были оборудованы далеко не все рабочие места офисов Питера и Москвы, а уж компьютер дома считался роскошью, сравнимой с наличием в гараже трехсотого Мерседеса. Сегодня аудитория отечественного сегмента Всемирной сети на сегодняшний день составила 68 млн человек, при этом 56 млн из них выходят в сеть ежедневно.

Современное общество выбрало для себя техногенный путь развития. Электронные компьютерные системы проникли повсюду. Практически нет ни одной неохваченной сферы человеческой деятельности, в которую бы компьютер не вторгся за полвека своего существования. Военные и гражданские сети опутали мир своей паутиной так, что жизнь без ИТ в большинстве ситуаций становится невозможной.

Спутниковые системы передают данные с огромной скоростью. Для улучшения связи построено множество подстанций и вышек, протянуты нити кабелей и проводов на миллионы километров. Тысячи тысяч гигабайт информации пересекают землю во всех направлениях и находят адресатов вовремя и где бы они не находились. Базовым элементом выбранного техногенного пути развития человеческой цивилизации является компьютер. Именно он решает огромное множество разнообразных задач. Под него подстраивают все другие приборы и оборудование.

Сегодня доступ в Интернет можно получить не только посредством ПК, но и через всевозможные гаджеты. Модное заморское слово, обозначающее продукты современных технологий, налаживающие коммуникацию, в России получило такое же широкое распространение, как и сами ноутбуки, нэтбуки, планшеты, айпады, смартфоны, мобильные телефоны и другие средства.

Цель этих устройств – максимально облегчить нам общение. Мы вообще, можно сказать, живем в век гаджетов. Оглянитесь - они повсюду. Просыпаясь с утра и начиная за чашкой кофе просматривать электронную почту на том или ином устройстве, мы попадаем под их влияние и в полную зависимость от них.

Скорость – основной показатель современной жизни. Мгновенная передача информации любого формата в любой уголок планеты сделала нас почти всемогущими. Но при этом мы уже не представляем свою жизнь без устройств, обеспечивающих эту скорость. Такую зависимость, конечно же, нельзя считать положительной.

Актуальность исследования проблемы Интернет – зависимости: в средствах массовой информации мы находим множество примеров, когда подростки под воздействием интернет зависимости совершают иногда самые необдуманные поступки.

Цель исследования: изучить особенности проявления интернет-зависимости в студенческой среде.

Объект исследования: особенности интернет-зависимости.

Предмет исследования: наличие интернет-зависимости у студентов СЦБТ.

Гипотеза:

Исходя из теоретических положений и наблюдения за студентами, мы предположили, что у некоторых мы можем обнаружить интернет-зависимость.

Методы исследования.

Теоретический: изучение проблемы интернет зависимости

Практический: социологический опрос студентов СЦБТ, обработка полученных данных

Практическая значимость: разработка практических рекомендаций для студентов, которые направлены на снижение уровня зависимости от виртуальной реальности.

Эмпирическая база исследования.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Сыктывкарского целлюлозно – бумажного техникума.

Участвовали студенты 1- 2 курсов в возрасте от 15- 17 лет.

Структура работы Данная работа состоит из: введения, теоретической и практической части, заключения и приложений.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Проблема интернет-зависимости в подростковой среде.

Наверно, многие задумывались о том, чем живет и дышит наше поколение? Но кроме восклицаний: «в наше время такого не было!» как правило, ничего не приходится слышать. Воздействие вредных привычек, ночных заведений, телевидения и Интернета по большей части оказывает пагубное влияние на современную молодежь. Исследования подтверждают, что часть современной молодежи, вместо того, чтобы активно включаться в социальные институты, организовывать семейные союзы и ориентироваться на созидательную деятельность регулярно погружается в «виртуальную реальность».

Подростковый возраст особенно подвержен различным отклонениям в поведении – это связано с возрастными психологическими особенностями. Дело в том, что в этот период особенное значение имеет формирование системы нравственных ориентиров, планирование жизненного пути, создание образа будущего. На волнующие вопросы подростки все чаще начинают искать ответы в сети, ведь там все, для всех и обо всем.

В литературе мало исследований посвящено проблеме Интернет-зависимости в подростковой среде. Наши наблюдения за студентами во время уроков и перемен, показали, что ребята 40% времени пребывания в техникуме проводят в Интернете. Мы считаем актуальным изучение Интернет-зависимости у студентов, потому что они находятся на важном рубеже в своей жизни в зависимости от их умения общаться, решать конфликтные ситуации зависит их социализация в обществе.

На сегодняшний день представить себе мир без Интернета практически невозможно. С его помощью мы смотрим фильмы, общаемся с друзьями, узнаем новости и совершаем покупки, не выходя из дома. Изначально Интернет – это просто еще один инструмент для расширения своих возможностей, как в деловой сфере, так и в плане отдыха и приятного общения. Но когда человек начинает

проводить слишком много времени в Сети это может стать тревожным сигналом.

Впервые термин «Интернет-зависимость» был введен в обращение в 1994 году психиатром Иваном Голдбергом. Он определил его, как навязчивое стремление выйти в Интернет и оставаться там как можно дольше. Он сравнил эту зависимость с другими типами зависимости – алкогольной, наркотической, зависимостью от азартных игр.

В зависимости от направлений развития Интернета можно выделить несколько видов зависимости:

1. информационная зависимость – постоянный поиск новой информации, как правило, бесцельный;
2. зависимость от онлайн игр;
3. зависимость от виртуального общения.

В литературе выделены положительные стороны Интернет-взаимодействий, обеспечивающие реализацию базовых потребностей человека:

- познавательных (поиск новой информации, повышение квалификации, получение экспертного мнения);
- коммуникативных (родственное, интимное, дружеское, деловое общение);
- потребности в саморазвитии (творческая реализация, самообразование, демонстрация достижений:
 - рекреации (игры, досуг, увлечения);
 - аффилиации (новые знакомства, сотрудничество, поиск единомышленников, сопричастность к группе, партнерство).

Ряд авторов считает, что существует так называемый зависимый тип личности и люди, имеющие такие черты, попадают в группу риска. Этими чертами являются крайняя несамостоятельность, не умение отказать, сказать "нет" из-за страха быть отвергнутым другими людьми, нежелание брать на себя ответственность и принимать решения.

По мнению А.Е. Войскунского, влияние на личностное развитие информационных технологий не может быть однозначно квалифицировано как

положительное или отрицательное: наряду с негативными трансформациями личности, существует возможность позитивного развития отдельных способностей. Он считает, что в цепочке "подросток - компьютер - Интернет" возможно два варианта развития их взаимосвязи: "положительный" и "отрицательный". Во втором случае при частом использовании компьютера и Интернета возникают психологические проявления Интернет-зависимости, что в итоге приводит к изменению личности в целом.

Подростковый возраст относится к критическому периоду психического развития. Остро протекающий психический перелом обуславливает его исключительную сложность и противоречивость. Известно, что важнейшим психологическим новообразованием данного возраста является становление самосознания. Важным признаком, характеризующим самосознание подростка, считается чувство взрослости. Таким образом, подросток ставит себя в ситуацию взрослого в системе реальных отношений.

Интернет-зависимость способствует формированию целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, хронические депрессии, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, трудности адаптации в социуме, потеря способности контролировать время пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования Интернетом. Используя Интернет, подросток вместо стремления "думать" и "учить" предпочитает "искать".

Проявления интернет-зависимости у студентов СЦБТ по результатам исследования.

Основная цель нашего исследования — выявление интернет-зависимости в студенческой среде

Для этого мы использовали два вида анкет.

Тест, на выявление интернет зависимости, разработанный профессором психологии Питсбургского университета в Брэтфорде доктором Кимберли Янг (Приложение №1) и Анкета идентификации компьютерной игровой зависимости (геймер-аддитивность) (Приложение № 2)

Анкетирование проводилось анонимно, студенты также не знали цель анкетирования, как нам кажется, это обстоятельство позволило получить нам наиболее чистые результаты.

При обработке результатов анкеты №1 мы получили следующие результаты:

1. Было опрошено 197 студентов, 96 человек на первом курсе и 101 студентов на 2 курсе
2. 70% студентов грамотные и мудрые пользователи, пользуются интернетом, но контролируют ситуацию
3. 24 % находятся в зоне риска, и по всей видимости, испытываете некоторое количество проблем из-за Интернета. Им стоит учитывать серьезное влияние сети на их жизнь. Это начальный уровень Интернет-зависимости.
4. 6% интернет зависимых. Их пользование Интернетом вызывает значительные проблемы в жизни. Им стоит оценить влияние сети на них и их жизнь и немедленно обсудить со специалистом по психическому здоровью проблемы, вызванные их деятельностью как пользователя сети Интернет.

Также мы провели сравнительный анализ результатов 1 и 2 курсов и получили следующие результаты:

1. Больше уверенных и мудрых пользователей на втором курсе (на первом 68%, на втором 72 %).

2. В зоне риска также на втором курсе также меньше студентов (на первом курсе 26%, на втором 23%).

3. А вот интернет зависимых примерно одинаковое количество (на первом курсе 6%, а на втором курсе 5 %).

Проанализировав ситуацию по группам, мы проследили такую тенденцию, чем выше успеваемость по группе, тем меньше в этой группе интернет зависимых студентов или вообще отсутствуют.

Цель второй анкеты - идентификация компьютерной игровой зависимости (геймер-аддитивность). Всего было опрошено 193 человека, 118 студентов первого курса и 75 студентов второго курса.

1. Не страдают игровой зависимостью 66% опрошенных респондентов.

2. Находятся в зоне риска 19 % это 36 человек.

3. Высокий уровень игровой зависимости 15% (30 человек) и специалисты говорят, что это уже требует вмешательства психолога.

4. При сравнительном анализе студентов первых и вторых курсов ситуация повторилась: на первом курсе страдающих игровой зависимостью больше (18%), чем на втором (12%).

5. Мудрых и контролирующих ситуацию также больше на втором курсе 72% против 62% и в зоне риска 16% против 20%.

Все результаты оформлены в виде схем, таблиц и представлены в приложении №3.

Заключение

На основе проведенной работы можно сделать следующие выводы. Компьютеры и интернет плотно вошли в нашу жизнь, поглощая значительную часть свободного времени молодежи. Возрастающая компьютеризация и интернетизация современного общества привели к появлению новой психологической зависимости у молодого поколения - Интернет-зависимости.

Наша гипотеза подтвердилась: у некоторых студентов существует Интернет-зависимость и игровая зависимость. Такой фактор как успеваемость также влияет на количество времени, которое студенты проводят в интернете. Чем лучше учится студент, тем меньше остается возможности и желания зайти в «сеть». Ребята с высоким уровнем развития коммуникативных и организаторских склонностей стремятся в режиме реального времени реализовывать свои склонности, общаться с друзьями. А студенты с низким уровнем развития коммуникативных склонностей пытаются компенсировать нехватку общения в «сети», к тому же там можно представить себя идеальнее, чем есть на самом деле.

Проблема выявления и профилактики интернет-зависимости весьма актуальна на данный момент, так как чрезмерное пристрастие к компьютеру разрушающе воздействует на психику человека, снижает его работоспособность. Особенно важно решение этой проблемы во время подросткового периода жизни, когда Интернет-зависимость начинает только зарождаться.

Воспитание компьютерной культуры, самовоспитание пользователей – вот противоядие Интернет – зависимости и главную роль здесь должны сыграть родители, педагоги и психологи.

Мы считаем, что наша работа должна заинтересовать педагога- психолога, который в результате анкетирования может выявить студентов страдающих интернет зависимостью и провести с ними индивидуальную работу и помочь им освободиться от этой зависимости.

В заключение мы хотим дать несколько практических советов тем, кто хочет освободиться от интернет- зависимости:

1. Заведите хобби или увлечение.
2. Посещайте различные группы и клубы, занимайтесь спортом, музыкой, танцами, пением и т.д.
3. Займитесь вместе с другом физическими упражнениями.
4. Поспите вместо того, чтобы сидеть в интернете.
5. Посмотрите фильм, сходите на концерт, почитайте книгу. Найдите какой-нибудь интерес, который станет для вас альтернативой интернету
6. Пополните запас ваших знаний. Наверняка, в вашем доме скопилось множество книг, которые вы давно хотели прочесть. Займитесь этим. Таким образом, вы не только отвлечетесь от интернета, но и займетесь самообразованием
7. Избегайте походов в те места, где есть доступ в интернет, например в интернет-кафе. Иначе вы можете поддасться соблазну заглянуть туда на несколько часов.
8. Установите лимит времени работы вашего компьютера. Выключайте компьютер, если у вас нет необходимости в нем.
9. Созванивайтесь и встречайтесь с друзьями в реальном времени.

Говорят, что Интернет – благо для нового поколения, мы согласны с этим и надеемся, что новое поколение воспользуется Интернетом с пользой для себя.

Список литературы

1. Балонов И.М. "Компьютер и подросток" М., 2002 г.
2. <http://www.scienceforum.ru/2014/411/3068>
3. <http://bibliofond.ru/view.aspx?id=40174>
4. file:///C:/Users/user1/Downloads/20121211095144internet.pdf

Приложение 1.

Анкета на выявление уровня Интернет-зависимости

Этот тест поможет Вам определить, зависимы ли Вы от сети Интернет. Не раздумывайте долго над ответами, так как правильных и неправильных ответов здесь нет. При ответе на вопросы используйте следующие варианты ответов:

1 = Редко

2 = Иногда

3 = Часто

4 = Очень часто

5 = Всегда

0 = Не применимо

1. Как часто Вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем задумывали?

2. Как часто Вы забрасываете свои домашние обязанности для того, чтобы провести больше времени в сети?

3. Как часто Вы предпочитаете развлечения Интернета близости с Вашим партнером?

4. Как часто Вы строите новые отношения с друзьями по сети?

5. Как часто Ваши знакомые жалуются по поводу количества времени, которое Вы проводите в сети?

6. Как часто от времени, проведенного в сети, страдает Ваше образование и работа?

7. Как часто Вы проверяете свою электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?

8. Как часто страдает Ваша эффективность или продуктивность на работе из-за использования Вами Интернета?

9. Как часто Вы сопротивляетесь и секретничаете, когда Вас спрашивают о том, что Вы делаете в сети?

10. Как часто Вы отодвигаете на второй план неприятные мысли о своей жизни, заменяя их успокаивающими мыслями об Интернете?

11. Как часто Вы обнаруживаете у себя предвкушение следующего выхода в сеть?

12. Как часто Вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, пустой и безынтересной?

13. Как часто Вы огрызаетесь, кричите или действуете раздраженно, когда кто-то беспокоит Вас, когда Вы в сети?

14. Как часто Вы теряете сон из-за поздних ночных сеансов в сети?

15. Как часто Вы чувствуете, что поглощены Интернетом, когда находитесь в сети, или воображаете, что Вы там?

16. Как часто Вы замечаете свои слова "еще пару минут...", когда находитесь в сети?

17. Как часто Вы пытаетесь урезать свое время пребывания в сети и терпите неудачу?

18. Как часто Вы пытаетесь скрыть количество времени, проведенное Вами в сети?

19. Как часто Вы выбираете провести больше времени в сети вместо того, чтобы встретиться с людьми?

20. Как часто Вы чувствуете подавленность, плохое настроение, нервничаете, когда Вы вне сети, что вскоре исчезает, стоит Вам выйти в Интернет снова?

После того, как Вы ответили на все вопросы, подсчитайте свои баллы, складывая цифры у отмеченных Вами ответов. Чем больше Ваш суммарный балл, тем выше уровень зависимости и проблем, которые возникают из-за использования Интернета. Вот общая шкала для объяснения Вашего результата:

0 – 19 баллов: Вы не пользуетесь Интернетом или проводите там минимальное количество времени. Интернет не вызывает никаких проблем в Вашей жизни.

20 - 49 баллов: Вы - средний пользователь сети. Вы можете изучать сеть временами чуть дольше нужного, но определенно владеете ситуацией.

50 - 79 баллов: Вы, по всей видимости, испытываете некоторое количество проблем из-за Интернета. Вам стоит учитывать серьезное влияние сети на Вашу

жизнь. Это начальный уровень Интернет-зависимости.

80 - 100 баллов: Ваше пользование Интернетом вызывает значительные проблемы в Вашей жизни. Вам стоит оценить влияние сети на Вас и Вашу жизнь и немедленно обсудить со специалистом по психическому здоровью проблемы, вызванные Вашей деятельностью как пользователя сети Интернет.

Приложение 2

Анкета

идентификации компьютерной игровой зависимости (геймер-аддитивность)

Верны ли эти утверждения?

1. Вы заранее думаете об компьютерных играх, часто вспоминаете предыдущие этапы игры, предвкушаете последующие?
2. Вы постоянно ощущаете недостаток времени, проведенного за компьютерными играми, постоянно хочется играть подольше?
3. Вам приходилось просить учителей, руководителей или родителей заменить хотя бы часть занятий компьютерными играми.
4. Вы чувствуете, что Вам не всегда удастся сразу же прекратить игру.
5. Вы чувствуете себя раздраженным или усталым, если долго не играете на компьютере.
6. Обычно Вы занимаетесь компьютерными играми больше, чем планировали.
7. Были случаи, когда Вы шли на риск создать неприятности в учебе или личной жизни из-за компьютерной игры.
8. Вам приходилось обманывать родителей, педагогов, врачей или других людей, чтобы скрыть свое увлечение компьютерными играми.
9. Вам приходилось срочно закрывать окно с компьютерной игрой, когда подходили родители, учителя, друзья.
10. Считаю, что лучшие игры это 3D-экшин (Doom, Quake, Cont.Str., St.Trek Voyager и т.п.)
11. Считаю, что именно те, кто не играет в 3D-экшин и прочие такого рода игры - Ламеры.
12. У Вас дома более 3-х дисков с играми 3D-экшин, которые вы часто используете.

13. Вы не раз использовали компьютерные игры для ухода от проблем реальной жизни.

14. Вам приходилось садиться за компьютерную игру, чтобы исправить себе настроение (например, чувство вины, беспомощности, раздраженности) или просто, чтобы успокоиться.

Сколько утверждений здесь справедливы для Вас?

Интерпретация результатов:

Если испытуемый ответил утвердительно более чем на 5 вопросов – высокий уровень игровой зависимости, игровая зависимость как свершившийся факт.

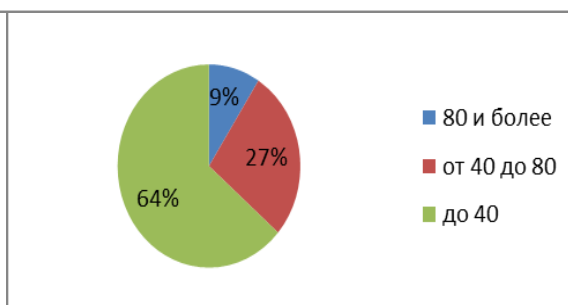
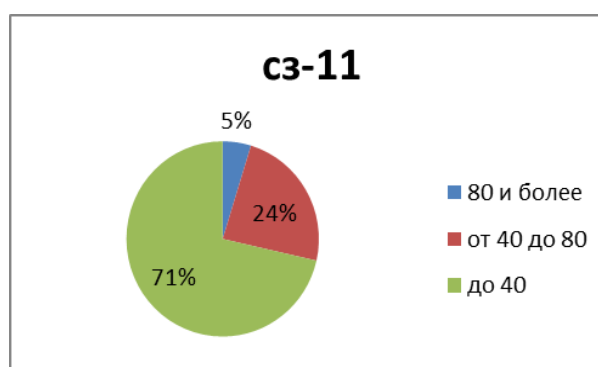
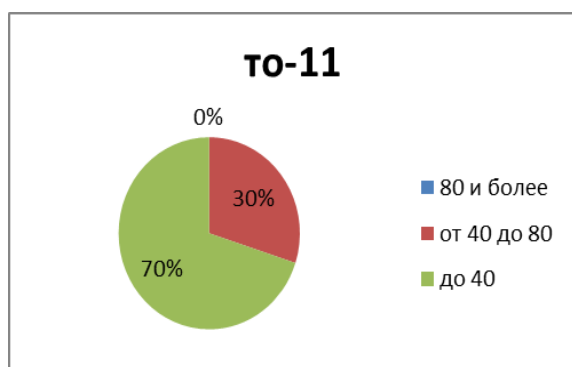
Утвердительный ответ на 3 и более вопроса – средний уровень зависимости, проблема актуальна.

Если испытуемый дал 3 и более утвердительных ответа – результат низкий.

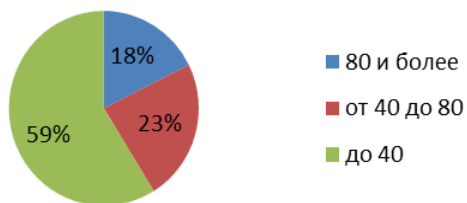
	МЭ-11	ТО-11	СЗ-11	ЭС-11	МЦ-11	МЭ-21	ТО-21	СЗ-21	ЭС-21	МЦ-21
80 и более	2	0	1	3	0	0	0	1	2	2
от 40 до 80	6	6	5	4	4	3	5	6	6	3
до 40	14	14	15	10	12	19	16	11	15	12
Всего	22	20	21	17	16	22	21	18	23	17

Приложение №3
Результаты обработки Анкеты №1

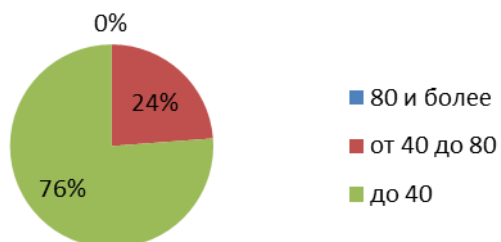
Всего респондентов	Баллы	курс	
		курс 1	курс2
11	80+	6	5
48	40+ 80	25	23
138	до 40	65	73
197		96	101



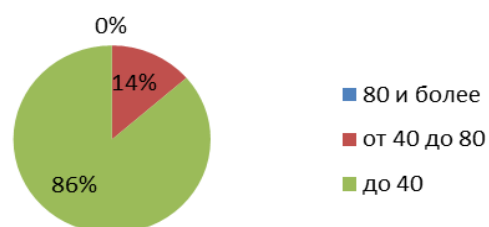
эс-11



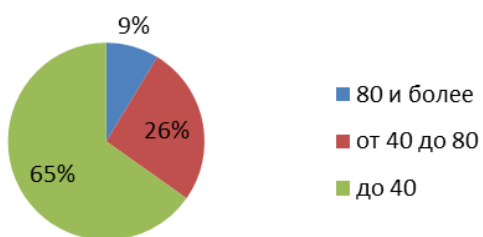
то-21



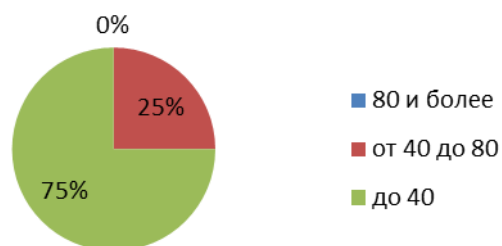
мэ-21



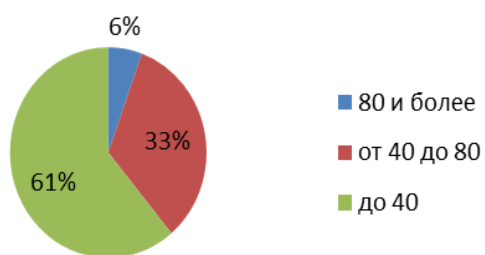
эс21



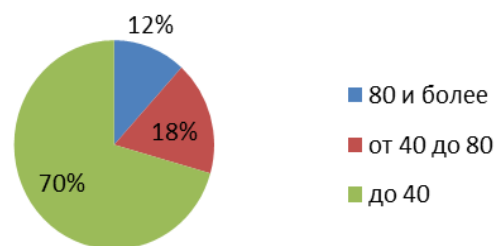
мц-11



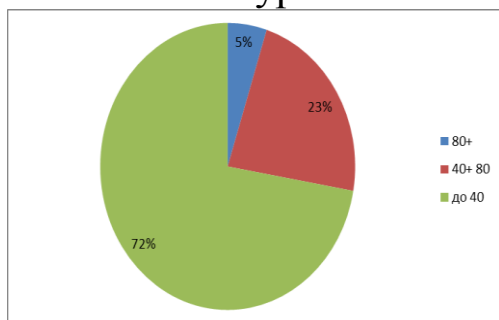
сз-21



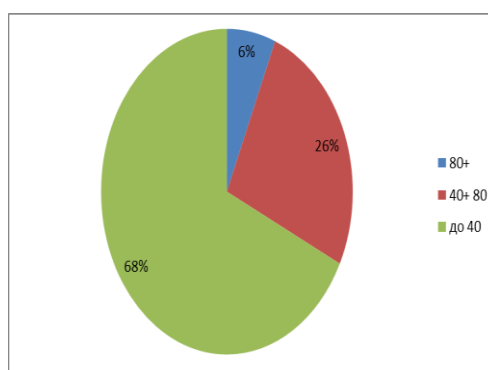
мц-21



1 курс.

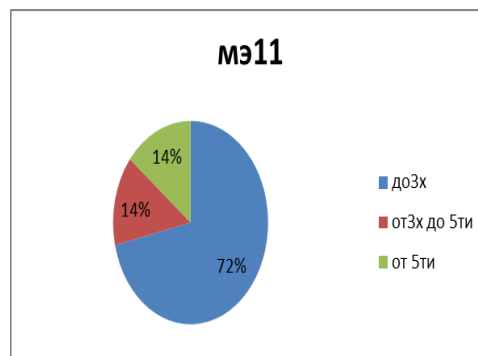
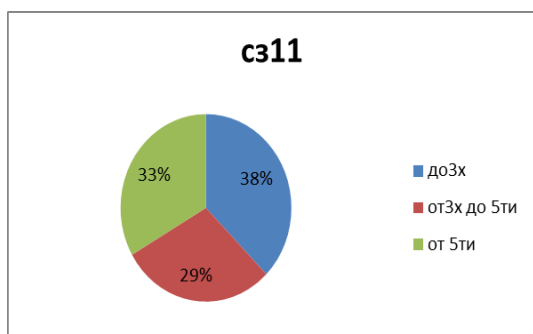
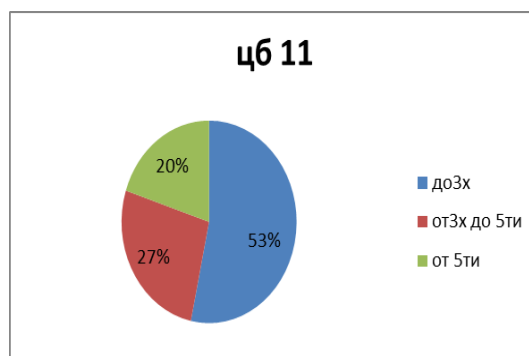
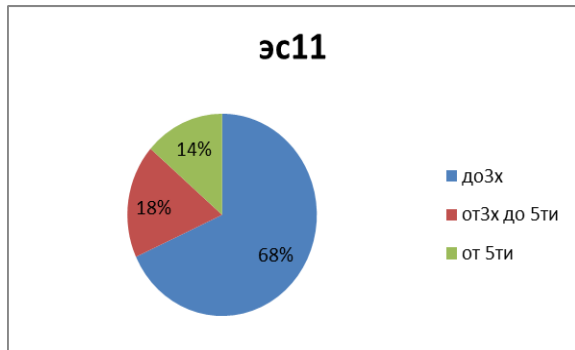


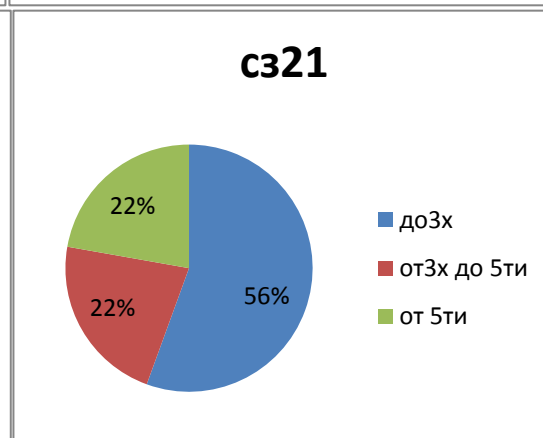
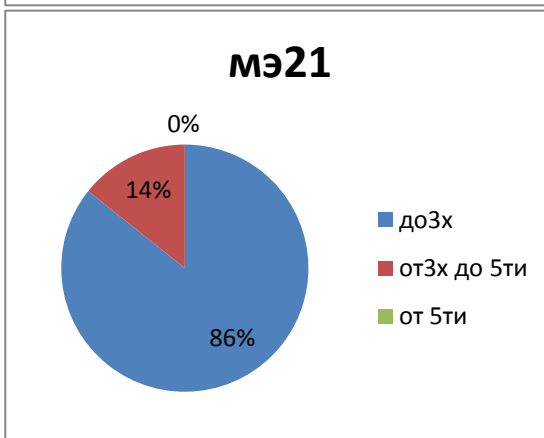
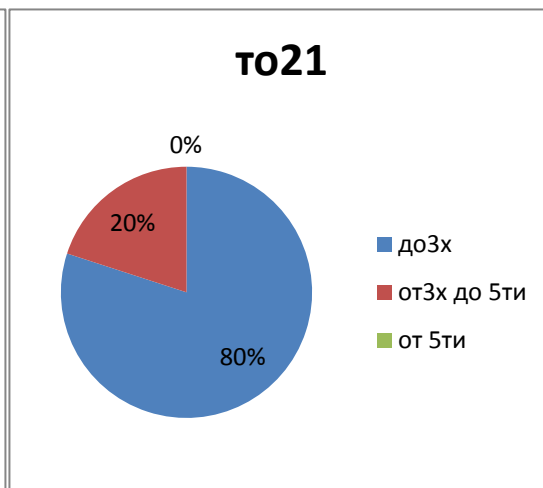
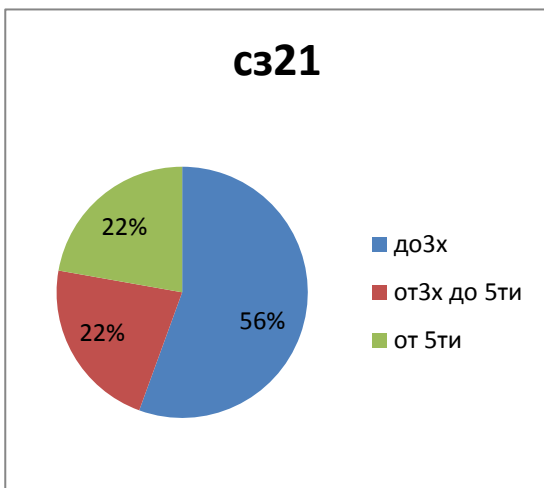
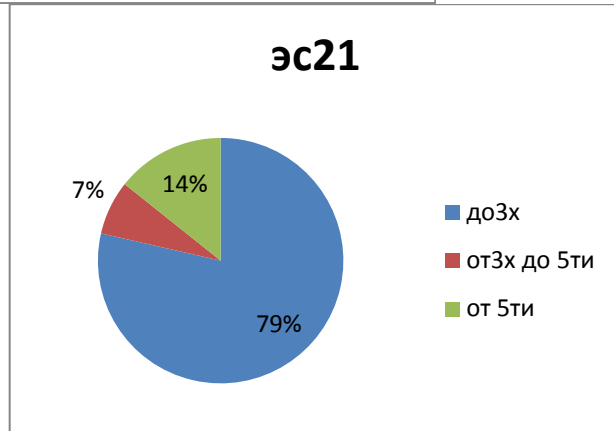
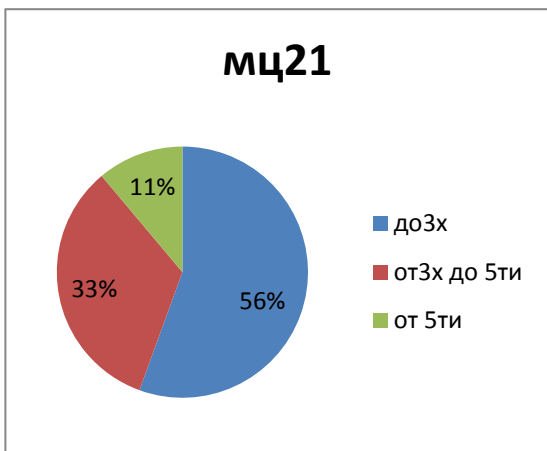
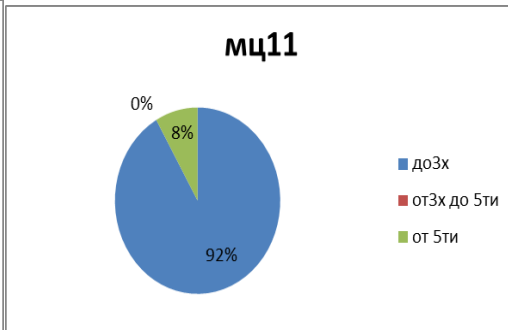
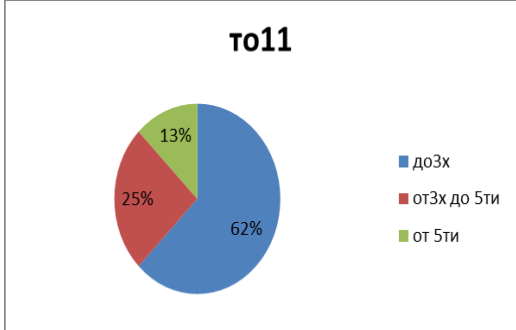
2 курс



Анализ анкеты №2

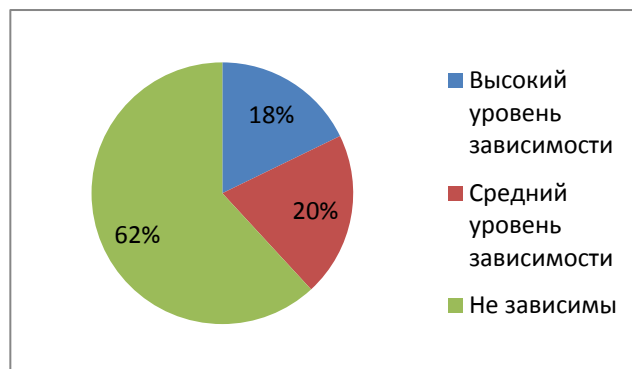
	до3х	от3х до 5ти	от 5ти	Всего
ЦБ -11	8	4	3	15
МЦ-21	5	3	1	9
ЭС-21	11	1	2	14
ТО-21	4	1	0	5
ЭС-11	15	4	3	22
СЗ-11	9	7	8	24
МЭ-11	15	3	3	21
ТО-11	15	6	3	24
МЦ-11	11	0	1	12
МЭ-21	18	3	0	21
СЗ-21	10	4	4	18
ЦБ-21	6	0	2	8
ВСЕГО				193





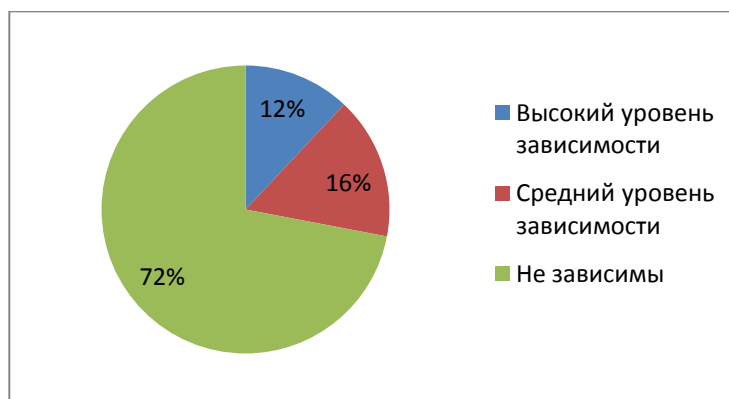
1 курс

Высокий уровень зависимости	Средний уровень зависимости	Не зависимы
21	24	73



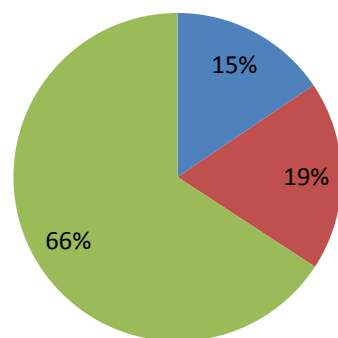
2 курс

Высокий уровень зависимости	Средний уровень зависимости	Не зависимы
9	12	54



Общая ведомость

Высокий уровень зависимости	Средний уровень зависимости	Не зависимы	всего
30	36	127	193



- Высокий уровень зависимости
- Средний уровень зависимости
- Не зависимы