

ІНТЕРНЕТ – ЗАЛЕЖНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ТА СУСПІЛЬСТВА

Анотація. Стаття присвячена проблемі інтернет-залежності серед сучасної молоді, що може стати новою суспільною хворобою XXI століття. Дослідивши окреслену проблему, автори наводять переваги використання мережевих ресурсів у навчанні та розвитку дітей, а також наголошують на ризиках для їхнього життя і здоров'я, за умов надмірного та неконтрольованого захоплення всесвітньою павутиною.

Охарактеризовано особливості різних видів інтернет-залежності: комп'ютерну, компульсивну навігацію в мережі, перевантаженість інформацією, кіберсексуальну та кіберкомунікативну залежність. Детально вивчено можливі ризики надмірного захоплення з кожного з них: ризик дезадаптації – надмірним захопленням комп'ютерними іграми; зниження цінності міжособистісних контактів у реальному житті, зниження рівня концентрації тощо. Наводяться статистичні данні шкідливого впливу мережевих ресурсів на різні вікові групи. Наголошено на загрозливих симптомах інтернет – залежності, що може призвести до деградації суспільства та заміни реальних загальнолюдських норм на віртуальні. Автори демонструють глибоке вивчення даної проблеми та наводять шляхи її подолання, що полягають у комплексних змінах суспільного життя.

Ключові слова: інтернет - залежність, сучасна молодь, програмування, азартні ігри, онлайн - аукціони, блог, чат, форум, сайт-серфінг.

Annotation. The article deals with the problem of Internet addiction among modern youth, that may become a new social disease of the XXI century. Having explored the problem outlined, the authors show the benefits of using network resources in the teaching and development of children, and emphasize the risks to their lives and health on the assumption of excessive and uncontrolled devotion to the World Wide Web.

The different types of Internet addiction are characterized: computer, compulsive navigation in the network, information overload, cyber-sex and cybercommunication addiction. The risks of excessive enthusiasm for each of them are carefully studied: the risk of disadaptation – excessive enthusiasm for computer games; reducing the value of interpersonal contacts in real life, reducing the level of concentration, etc. The statistical data of the harmful effects of network resources on different age groups is presented. The emphasis is placed on the threatening symptoms of Internet addiction that can lead to degradation of the society and the replacement of real human standards on the virtual ones. The authors demonstrate a deep study of this problem and identify the ways to overcome it consisting in complex changes of the social life

Keywords: Internet addiction, modern youth, programming, gambling, online auctions, blog, chat, forum, site-surfing.

Кожне десятиліття породжує нові, властиві тільки йому пристрасті, потяги та залежності. Молодь як провідна та прогресивна ланка суспільства, на яку завжди покладаються значні надії, виступає в цьому випадку таким собі лакмусовим папером, що показує наявні суспільні суперечності. На тлі залежностей, що вже давно існують, поступово починають проявлятися нові, більш актуальні та злободенні, підкреслюючи своєю появою саме ті проблемні сфери, що не впорядковані належним чином.

Доступність до все нових видів «блогів», безперервний розвиток гаджетів, спрямованих саме на розважальну складову суспільного споживання, складності в стосунках із рідними та близькими, падіння рівня емпатійності – це лише частина довгого списку, але вона окреслює негативний бік

становлення сучасної української молоді в суспільстві. Всі ці чинники зумовлюють появу на тлі «старих видів» залежностей (алкоголізм, тютюнопаління, вживання наркотичних речовин, «нових», що динамічно набирають обертів і стрімко розширюють свій ареал в Україні).

У цьому разі залежності виступають своєрідним способом втекти від реального світу, на деякий час відволіктися від життєвих потреб, постійної конкуренції та суєти людського буття.

Пошуки, проведені українським інститутом соціальних досліджень імені Олександра Яременка за підтримки Представництва ЮНІСЕФ в Україні та Європейського моніторингового центру з наркотиків і наркоманії (ЕМСДДА) в межах міжнародного проекту ESPAD продемонстрували поступове, але вже стійке зменшення тютюнопаління та вживання алкоголю серед української молоді. Здавалося би, що ці позитивні тенденції мають радувати представників соціальних структур. Але ж насправді вони приховують під собою актуалізацію більш сучасних видів залежностей, інтернет – залежність, вживання ПАР (психотропних засобів, психоактивних речовин, наркотиків), азартні ігри тощо.

Особливої уваги заслуговує проблема інтернет – залежності, оскільки вона розвивається масштабно та всеосяжно та зі свого боку нагадує складний пазл, що проявляється в нав'язливому захопленні відео та комп'ютерними іграми.

Я не прибічник технопесимістів, але маю підкреслити нову стурбованість щодо поглиблення проблеми інтернет – залежності серед молоді. Незважаючи на всі переваги масової комп'ютеризації населення, цей процес має серйозні соціальні наслідки. І оскільки станом на сьогодні інтернет є невід'ємною частиною життя сучасної людини, потрібно зуміти сформувати той необхідний баланс між віртуальним і реальним життям, що дозволить кожному реалізувати себе як різносторонню особистість у всьому ансамблі людських взаємин без шкоди для здоров'я.

Як відомо, в Україні інформаційні технології розвиваються досить повільно порівняно з економічно розвиненими країнами. Проте вже зараз масштаби інтернет – залежності настільки суттєві, що її виокремлюють в низку нових залежностей, котрі суттєво впливають на становлення української молоді і суспільство в цілому.

Останнім часом за кордоном значна увага приділяється саме цій проблемі. З появою нових технологій з'являються нові види залежностей. Так, американська вчена Кімберлі Янг (Янг, 2000, 26) виокремлює 5 основних видів інтернет – залежності:

1. Комп'ютерна залежність (computer addiction) – особлива пристрасть до роботи за комп'ютером (програмування, ігри, інші види діяльності).
2. Комппульсивна навігація в мережі (net compulsions) - комппульсивний пошук інформації у віддалених базах даних.
3. Перевантажність інформацією (information over load) – схильність до опосередкованих інтернетом азартних ігор, онлайн – аукціонів, електронних покупок.
4. Кіберсексуальна залежність (cybersexual addiction) - залежність від «кіберсексу», тобто відвідування порносайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах або закритих групах «для дорослих» тощо.
5. Кіберкомунікативна залежність (cyber - relation- addiction) – залежність від спілкування в соціальних мережах, форумах, чатах, групових іграх і телеконференціях, що може призвести до заміни реальних членів сім'ї і друзів – віртуальними.

На нинішньому етапі діти та підлітки, молодь особливо захоплюється комп'ютерними іграми.

Знаючи багато з написаного вище, деякі батьки вважають, що комп'ютерні ігри несуть для дітей лише негативний як заряд, так і емоції. Звісно ж, це не так! Саме диференційовано для дітей 2,5 – 5 років, 4-8 і для 9-14 – річних підлітків є значна кількість ігор, що у веселій ігровій формі розвивають уже одержані в процесі життя й навчання знання, і якщо вибрати своїй дитині правильну гру, то це заняття буде доволі корисніше будь – яких телевізійних передач. Чому? Річ у тім, що такі ігри, насамперед, розвивають стратегічне мислення, пам'ять, уважність до деталей, розвивають також зорово-рухову методику та координацію рухів. Виробляється почуття простору, розвивається зорове сприймання, і, що особливо важливе, уява. Плюс до всього, деякі нюанси, такі, як спільні ігри з батьками, їх обговорення, доставляють підлітку задоволення.

Є декілька видів комп'ютерних ігор. Навчальні – це ігри, в котрих дитина вчить букви, цифри, іноземні мови, малювання, інші корисні навички та знання. Навчальні ігри виглядають як яскраві

мультфільми, в яких беруть участь знайомі дітям мультгерої. Перегони- популярний у хлопців вид ігор. Віртуальні перегони наявні на найрізноманітніших видах транспорту: автомобілі, літаки, ракети; не менш популярні спортивні ігри, в яких ще сидячи в кріслі, дитина може стати футболістом, боксером, баскетболістом, тенісистом тощо. Для дорослих школярів ефективні освітні програми з хімії, фізики, астрономії і т.д.

Треба розуміти, що розв'язання певних задач на папері та у віртуалі значно різняться в плані сприйняття і, відповідно, мотивації до діяльності. Якщо виконання завдань на папері - це просто обов'язок, то навчання у «віртуалі» - це можливість для підлітка вдосконалення водночас цікавих, захопливих і результативних дій. Особливого значення набуває одержання знань за допомогою «віртуала» для дітей з особливими (обмеженими) можливостями. Це надає їм можливість дізнатися, а іноді і відчувати на власному досвіді такі явища і процеси, з якими вони в реальному житті не зіткнулися, та і належну освіту, з якою вони можуть повноправно вступати в цей світ, вони одержують за допомогою Інтернету.

Сьогодні використання нових технологій для переходу з реального світу у віртуальний на різних етапах навчання здійснює величезний вплив на збільшення як обсягу, так і якості матеріалу. Вкрай цікаві нинішні дослідження, які наголошують про те, що для дітей молодшого шкільного та середнього віку є величезна ймовірність того, що в подальшому розвиток тих, хто навчається у «віртуалі» буде йти більш швидкими темпами. Крім того, діти, порівняно з дорослими, швидше дорослих проходять процес занурення та навчання у «віртуалі».

Зауважимо, що при всьому благополуччі навчальних комп'ютерних ігор існує й значна небезпека. Якщо в комп'ютерних іграх є елементи насильства, в дитини можливі спалах агресії в реальній обстановці. Якщо діти увесь вільний час, а часто – густо і невільний час зайняті лише іграми, це негативно впливає на розвиток їхніх творчих задатків і фізичних навичок. Школярі починають швидко виконувати домашні завдання, падає успішність. Із-за слабкої фізичної активності та навантаження, сильної напруги очей, хронічного недосипання починаються проблеми зі здоров'ям. А найбільш небезпечно – розвивається ігрова залежність, дитина «уходить» у віртуальний світ і в неї зникає інтерес до реального спілкування.

Величезним негативом є те, що під час віртуальних ігор дитина асоціює себе з певним комп'ютерним героєм – ризик дезадаптації. Це, коли дитина починає не віддавати собі звіту (частіше всього на підсвідомому рівні) відносно того, де вона перебуває, які соціальні норми діють у подібному випадку і як їх дотримуватися. Локалізація всіх цих негативних нюансів залежить від батьків. Необхідним є час від часу спостерігати та контролювати з боку батьків за тим, чим займаються їхні діти, які комп'ютерні ігри, програми перебувають у користуванні. Найважливішим для батьків є чітке і систематичне обмеження часу користування всіма можливими гаджетами.

Один із засновників сучасної цифрової індустрії Стів Джобс взагалі забороняв своїм дітям користування айпадом, а інші гаджети заборонялися для користування вночі й у вихідні дні. Кріс Андерсен – головний редактор американської газети «Vired», один із засновників 3D Roboties обмежував своїх дітей у користуванні гаджетів і його правило таке: ніяких екранів у спальні. Сини створювача сервісів «Blogger» та «Twitter» можуть користуватися своїми планшетами не більше одного часу в день. Директор OutCastAgency обмежує використання старшими дітьми планшета 30 хвилинами в день, а молодші діти взагалі не мають екранів.

Деякі дуже обмежені батьки практично забороняють своїм дітям грати на комп'ютері, роблячи тим самим «заборонений плід» ще більш «солодким». Інші впадають в протилежну крайність: зовсім не цікавляться, чим саме займаються їхні діти. Між тим, серед комп'ютерних ігор є й ігри «для дорослих», що містять нецензурщину, насильство та інші елементи, допускати до яких дітей, взагалі недопустимо. Хочемо наголосити, що нині фахівці та багато мислячих батьків вважають, що негативні сторони дуже ранньої зайнятості дітей комп'ютерами, гаджетами, мобільними телефонами завжди перевищує так звану «користь» від них.

Ще одна серйозна проблема: чи мають батьки право мати доступ до аккаунтів своїх дітей? Звісно, до певного віку, - відповідь «так»! Дитина це «tabularasa» (чиста дошка) і написати на ній можна, що завгодно. З самого початку дитина засвоює найпростішу інформацію, і вона має бути особливо, моральною, і все це має бути під батьківським контролем. На що ж у першу чергу треба звертати увагу батькам? Значні витрати часу, коли дитина «зависає» в Інтернеті не на користь іншим заняттям, що замінює в реальному світі на хаотичне сприйняття цікавих «картинок» і, звісно ж, на неадекватну реакцію під час спроби відволікання від екрана. Дитина в цих випадках починає розражатися і хамити у відповідь на виключення комп'ютера, оскільки у неї з'явився значимий

дискомфорт, що свідчить про те, що це синдром залежності...

Далі виникає питання: дійсно Інтернет – таке страшне зло? Інтернет – залежність та ігрова залежність, як уже згадувалося, відносяться до варіантів нехімічної залежності. За великим рахунком, нинішня точка зору, особливо та, що розглядає ситуацію «дитина – підліток - юнак» і Інтернет – це не так добре, але й не так погано. Точно так само, як відкриття атомної енергії, що може бути корисною й одночасно небезпечною для людства. Як і будь – який інструмент – топор, бензопила, молоток, котрі можна використовувати в різних іпостасях. І, звісно ж, нарешті треба зрозуміти що Інтернет може підняти нинішні покоління, як на високий рівень розвитку, так і морально, фізично і психологічно вбити.

На жаль, самотійно справитися з інтернет – залежністю практично неможливо! У дорослих такі випадки одиничні: сильне потрясіння (навіть і позитивне), нова цікава та престижна робота, закоханість, коли замість віртуальних форм задоволення падає, але це, в основному, виключення з правил. Насамперед, потрібна інтенсивна робота з психологом, який допоможе зрозуміти причину уходу у «віртуал». І робити все, щоб дитина, підліток усвідомили, що в них є проблема – залежність від віртуала. Треба, щоб це розуміли і батьки та налаштовували на те, що від цієї залежності необхідно позбавитися. А це не дуже просто, важко пояснити, довести, що реальне життя значно цікавіше, ніж те, що з картинками в Інтернеті, і спілкуватися з якимось страшилками, яких у житті не існує.

Проте, на жаль, батьки звертаються до психологів дуже пізно, тоді, коли вже потрібен лікар. Якщо алкоголік все ж готовий визнати свою проблему, хоча і не в повною мірою, наркоман також визнає свою залежність, знає, що хворий... То з комп'ютерною залежністю (незалежно від віку) спостерігаємо практично повне непогодження з тим, що в нього така проблема є, оскільки вони абсолютно не критичні до себе. Нажаль, для багатьох нинішніх юнаків і дівчат потрібні реабілітаційні центри, іноді й примусова госпіталізація, де можна було б повністю закрити вхід у «віртуальний світ» до тих пір, поки нормальне життя, не буде бажаним у першу чергу.

У Німеччині вже понад двох років до списку загальних захворювань введено SitzKrankheit (сидяча хвороба). У середньому, дорослі в Німеччині з 12-14 годин денного часу сидять 7.5 годин, а молодь - до 9 годин. Виходячи з того, що «велике сидіння» багато в чому пов'язане з цифровими технологіями, екранним сприйняттям життя, нині суттєва увага приділяється профілактиці комп'ютерної залежності. Складність полягає в тому, що не всюди віртуальна залежність визнана хворобою, а це не передбачає спеціальних центрів для виліковування таких молодих людей.

Звісно, не все так безнадійно, все залежить від батьківської мудрості і уваги. Якщо з тими залежними молодими людьми, в яких збереглися попередні цінності ще щось не виходить, то покоління нинішнього дня, яке виросло в Інтернеті, не буде, строго кажучи, хворим, але на жаль, реальний світ їм буде потрібен, щоб заробляти на віртуальний. І ще раз наголосимо, що лише батьківська любов, увага, твердість і забота про свою дитину, залежну від «віртуалу», допоможуть дитині користуватися Інтернетом саме для власного розвитку.

До недавнього часу в науковому середовищі все ще йшли дискусії: інтернет-залежність – це діагноз чи тип поведінки. Нині низка країн (насамперед, Китай) офіційно визнали це хворобою. Найкоротший термін формування залежності такий – від наркотиків (задоволення приходить у момент прийняття), потім алкоголь – очікування «позитивного» результату – 15-20 хвилин. А потім – азартна та інтернет-залежність – це й ігрові процеси, коли за один сеанс можна одержати серййне задоволення, що й є основою розвитку будь-якої залежності.

Нині в підростаючого покоління в будь-якій країні йде тихе божевільня на цифровій техніці. І разом з цим у світ проникає «вірус» цифрового слабого розуму і, на жаль, це не жарт, а діагноз. Ще 10 років тому було помічено, що все більше дітей, прив'язаних до «всесвітньої павутини» (так називають Інтернет), страждають розладами уваги, втратою пам'яті, відсутністю належного рівня самоконтролю, відчувають пригніченість і депресію. Вже перші дослідження того часу показали, що в дітей-«цифровиків» відбуваються різні зміни як після одержання черепно-мозкових травм або на ранній стадії деменції (слабого розуму), що зазвичай розвивається в похилому віці.

У це складно повірити, проте сьогоденні дослідження свідчать таке: середньостатистичний 7-річний європейець вже провів біля екрану понад одного року свого життя, а 18-річний – понад 4 роки. Все абсолютно зрозуміло, оскільки в цьому випадку головне зауваження треба спрямувати батькам, яким легше посадити 1,5 – 2 річну дитину, капризного або того, який не бажає їсти, біля гаджета чи дати йому мобільний телефон, ніж зайнятися ним. Багато батьків заперечать: нині підрастають зовсім інші діти, не бачать «порядків вище», які сприймають значно більше інформації і т. ін. Але мозок у них точно такий самий, як і тисячу років тому – 100 млрд. нейронів, кожний пов'язаний з 10 тис. собі подібних і цей мозок треба «розвивати і годувати».

Мозок формується, коли постійно присутні зовнішні стимули, і чим більше їх буде, тим краще для мозкової діяльності. Тому найважливіша необхідність, щоб діти досліджували світ фізично, а не віртуально. Це потрібно мозкові, який росте, як і тисячу років тому. Нині вже відомо, що за останні 35 років на 90% зменшився показник активності дітей під час вивчення простору навкруги свого дому, вулиці, де вони колись вільно досліджували оточуючий світ.

Науковці, виходячи з низки досліджень, дійшли висновку, що в подальшому в дітей сьогодення навіть невелике спілкування в мережах буде народжувати інтернет-залежність. Чому? Будь-яке подібне спілкування безвідповідальне – ніхто, нікому нічого не винен («спілкувався» сьогодні, забув завтра). Таким чином знімається певна напруженість, від якої нікуди не дітисся в реальному спілкуванні. Пусте – вистави, фото, написав фразу, хтось лайкнув, подивився новину – задоволення.

Ми ж всі біологічно заточені на одержання задоволення від нової інформації. Але річ у тім, що коли інформація системна – це позитивно, але інше, коли вона тупо завантажує мозок. Подивилися, щось потрібне (погоду, маршрут, анонс), але виникла чергова політична новина, клікнув – наступна, клікнув – заголовок про якийсь скандал... через декілька кліків сайти знайомств, еротичні сайти тощо... так виникає сайт-серфінг, тобто ковзання файлами і одержання малого, проте задоволення (в реальному житті такий каскад задовольняє у стиснутий час не можна одержати), що й є однією з форм інтернет-залежності.

Як відомо, ми всі використовуємо Інтернет за деякими напрямками. Це пізнання (для пошуку певної теми, статті з конкретної проблеми тощо), одержання інформації (новини, анонси, погода, розклад і т. ін.), творчість (малюємо, пишемо, розміщуємо фото), контакти (скайп, соціальні мережі), ігрове поле, зрештою – і сексуально-еротичне, небажане для дітей). В ситуації залежності кожний напрям має різну ступінь безпеки. Найбільш негативні ігри, де цікавий не лише результат, а й процес. Людина, особливо, підліток, перебуває в нереальному світі, одержуючи величезний потік ендорфінів – речовин, що дають неперервне задоволення. Чим новіша технологія, тим більше безпека – яскравість задоволення буде значно зростати.

Негативною складовою для підлітків є еротичні та сексуальні мрії. Потім – контактний напрям. З одного боку, певна користь – можливість людям з будь-якими інтересами знайти однодумців, а для тих, які мають фізичні обмеження – це просто вікно в світ. Інша сторона – зниження цінності цих контактів, якщо вони не переходять в очні.

Нині європейські дослідження свідчать про 8-10 % залежності як про медичну проблему. В останні роки в пошуках допомоги значно виросла кількість звернень батьків з приводу комп'ютерної залежності дітей. Скарги однотипні: дитина закинула всі справи, щось перехоплює поїсти та замикається в кімнаті за комп'ютером. Не має друзів, не ходить в гості, на вулицю не виженеш, не слідкує за своїм зовнішнім виглядом.

Однак батьки звертаються за допомогою, коли вже спостерігають початок деградації. На початку, коли малюк починає з ранку не відриватися від гаджета з мультиками, а під них їсть з апетитом, потім підлітком зависає в мережі, батьки вважають, що все в нормі, якась чудова дитина, слухається, сидить вдома, немає поганого оточення, тощо. І лише коли починаються проблеми зі школою та будь-яка спроба відволікти від комп'ютера викликає приступ агресії, коли дитина влаштовує батькам реальні скандали, вони починають розуміти – ситуація вийшла з-під контролю.

Дитина потребує повноцінного сну, проте, на жаль, мало того, що сучасні діти не здатні самостійно вийти з «віртуалу», відірватися від ігор, але так само, як колись у дитинстві їхні дідусі й батьки ховалися під ковдрою, читаючи освітлені фонарем книжки, так і вони «користуються» вночі своїми гаджетами та смартфонами. Все це різко зменшує тривалість і якість сну. Яким може бути розвиток організму, коли в постійно втомленої дитини головний біль і, звісно, ніякі уроки в голову не лізуть.

Що ж відбувається з мозком дитини під дією «цифрових» технологій? Одна з найбільш значних неприємностей така: із-за одноманітного проведення часу в Інтернеті обмежуються зовнішні стимули. Дитина не одержує потрібного життєвого досвіду, не розвиваються ділянки мозку, що відповідають за співпереживання, самоконтроль, прийняття рішень. Але ж те, що не працює, на жаль, – відмирає. Відсутня навичка запам'ятовувати інформацію, простіше знайти відповіді в пошукових системах. Виникає проблема з пам'яттю, оскільки вона не тренується. На жаль, завдяки Інтернету діти не стають розумнішими – нинішні 11-річні виконують завдання на рівні 8-9 річних дітей 30 років тому. І причина одна – життя у віртуальному світі. Виникає справедливе питання, що чекає наших дітей через 10-20 років, якщо вони по півдня проводять перед суперсучасними екранами.

Уже сьогодні в 25-35 річних людей різко зросли скарги на «вікову» розсіяність, неможливість сконцентрувати увагу, зібратися з думками, читати великі тексти, виникають труднощі з запам'ятовуванням чого-небудь складного. Молоді люди вважають причиною цього: стреси,

втомлюваність, погану екологію. Проте причина однозначно така: людина постійно «на зв'язку» і неперервно «підключена до інформації». Середньостатистичний користувач Інтернету прочитує й використовує не більше 20% тексту, розміщеного на певних сайтах, уникає великих абзаців, текст повністю не читає, а вибирає, вихоплює куски, знаходиться у захваті від зростання емоцій, поставленого смайлика, пересилання СМС-повідомлень, при цьому абсолютно безграмотно, без всяких правил граматики. В школярів і студентів після постійної «біганини» сайтами виникають фізичні труднощі з читанням книг – нудно, тяжко, оскільки вже склався стереотип сканування тексту, пошуку ключових слів. Не засвоюється складний синтаксис, відсутні навички аналізу прочитаного, уява підключається важко.

У більшості випадків у Інтернет «входять» за розвагами, цікавляться короткою інформацією та перетравлюють її. На консультації в соціального працівника дружина розповідає про «розумного» 30-річного непрацюючого, який другий рік «сидить на соціальній допомозі» (допомога держави), батькові родини і двох малюків, який теоретично має відповідати за їхнє благополуччя, добробут, виховання, розповідає про те, що 450 разів розіслав своїм знайомим і просто людям відео з анекдотами. Його дружина, з найпростішим телефоном, без підключення до мережі, працює на двох роботах, сплачує за дорогий гаджет чоловіка. І якими ж виростуть діти з подібним батьком?

Схема проста, спроба замінити виховання та спілкування з дитиною «підсаджуванням» його спочатку на кнопкові телефони, потім гаджети- все це простіше, ніж прочитати казку, сходити на прогулянку тощо. А через деякий час (1,5-2 роки) підліток, який з дитинства прив'язаний до «цифрової техніки», за навіть саму малу небезпеку має бути відключеним від мережі й техніки, відчуває жорстку агресію, депресію, паніку та фізичне нездужання. І якщо в різні часи «розкріпачена» дитина із-за самого малого незадоволення, могла, розмахуючи руками і ногами з криками кидатися на підлогу, то сьогодні заборона на гаджет, на жаль, - це привід для маленького чоловічка накинутися з кулаками на батьків.

Звісно ж, Інтернет – це прогресивний захід сьогоднішнього дня, якщо користуватися ним розумно, проте, на жаль, для багатьох молодих людей це не менш страшно, ніж наркотична залежність.

Варто сказати, що будь – які залежності – це лише симптоми того, що суспільне життя все менше відповідає людському. І доволі самовпевнено вважати, що можнавилікувати хворобу позбавленням лише від певних її проявів. Для аналізу та роздумів українській громадськості залишається ще багато матеріалів, проте для конкретної протидії необхідно перш за все діяти всупереч споживацькому суспільству та культивувати такий саме діяльнісний підхід серед молоді.

Список використаних джерел:

1. Арестова О.Н., Бабаник Л.Н., Войскуненко А.Е. Мотивация пользователей интернета. <http://www.follow.ru/catalog/18/>
2. Бурова В.А. Социально – психологические аспекты Интернет зависимости. [http:// user.lvs.ru/vita](http://user.lvs.ru/vita)
3. Губенко Є.В. Психологические аспекты интернет – аддикции : Интернет – аддикция и трудности межличного обучения <http://psynet. Carfax.ru/texts/gubenko.html>.
4. Минаков А.В. Некоторые психологические свойства и особенности Интернет как нового слоя реальности [http:// www.vspu.ac/ru/ vip/index.html](http://www.vspu.ac/ru/vip/index.html).
5. Посохова В. Особливості життєвого планування Інтернет – залежної молоді// Психологічні перспективи. – 2004. – Вип.6.- с.150-157.
6. Goldberg I. Internet Addictive Disorder. <http://psycom.net/I Adcriteria.html>.
7. Yong K.S., Rodgers R.S. Internet Addiction ; Personality Traits Associated with its Development .http://www.netaddiction.com/articles/personality_correlates.html.