

Социальные аспекты интернет-зависимости

Г.Н. Мустафаева

Всякий от чего-либо или от кого-либо зависит ...

Одной из стремительно развивающихся областей прикладных исследований в современной психологии и теории информации является изучение особенностей коммуникации с помощью новых информационных, в том числе и компьютерных технологий. Ученых интересует, прежде всего, не сугубо технологический, а «человеческий» аспект проблемы: какие существуют новые возможности убеждения и влияния, как меняется восприятие партнера по взаимодействию, по каким нормам и правилам строится подобное общение, что происходит при этом с личностными диспозициями (отношениями) самого коммуникатора. Впервые термин Internet-addiction – (по-русски «интернет-аддикция» или «интернет-зависимость») появился в конце 90-х годов прошлого столетия. Его предложил американский психолог доктор Айвен Голдберг для описания неоправданно долгого, возможно патологического, пребывания в Интернете. Тему с удовольствием подхватили журналисты. Посыпались статьи с предположениями о том, что молодое поколение уйдет в «виртуальный мир» от скучной реальности.

Профессор Питтсбургского университета Кимберли Янг выпустила книги с броскими названиями: «Пойманные в Сеть» и «Запутавшиеся в Паутине» (www.netaddiction.com). Но является ли пристрастие к Интернету действительно опасным явлением? Существует ли интернет-зависимость вообще и, если существует, то, какие формы она принимает? Что думают об этой проблеме другие профессиональные психологи?

Возрастающая компьютеризация и «интернетизация» порождают проблему неразумного использования Интернета. Первыми с интернет-зависимостью (синонимы: интернет-аддикция, нетаголизм, виртуальная аддикция) столкнулись врачи-психотерапевты, а также компании, использующие в сво-

ей деятельности Интернет и несущие убытки, когда у сотрудников появляется патологическое влечение к пребыванию в сети. Cyber Disorder (CD) войдет в DSM-V на равных с другими нехимическими аддикциями – гэмблингом, любовными, сексуальными аддикциями, аддикциями избегания отношений, стремлением к трате денег и работооголизмом.

Чтобы отличить времяпрепровождение в сети, характерное для лиц, которым по роду деятельности приходится в рабочее время находиться on-line, от аддиктивной реализации во время пребывания в сети, необходимо учитывать особенности аддиктивного поведения. По определению Короленко и Сигала, аддиктивное поведение характеризуется стремлением к уходу от реально-



Гюнай Надир гызы Мустафаева – диссертант
Института информационных технологий Национальной
академии наук Азербайджана

сти посредством изменения своего психического состояния. Вместо решения проблемы «здесь и сейчас» человек выбирает аддиктивную реализацию, достигая тем самым более комфортного психологического состояния, откладывая имеющиеся проблемы «на потом». Этот уход может осуществляться различными способами. Элементы аддиктивного поведения в той или иной степени присущи практически любому человеку (употребление алкогольных напитков,

пределении и непосредственном самоконструировании. Иными словами – особенности Интернета дают возможность пользователю экспериментировать с собственной идентичностью, создавая «виртуальные личности», которые часто отличаются и от персональной идентичности и от реальной самопрезентации пользователей. Психологический анализ данной феноменологии в основном сфокусирован вокруг проблемы мотивации

Проблема аддикции (патологической зависимости) начинается тогда, когда стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния, начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей, вторгающейся в жизнь, приводя к отрыву от реальности.

азартные игры и пр.).

Проблема аддикции (патологической зависимости) начинается тогда, когда стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния, начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей, вторгающейся в жизнь, приводя к отрыву от реальности. Происходит

подобных «игр с идентичностью». Он исходит из некоего общего посыла: Интернет обеспечивает человеку возможность «убежать из собственного тела»: как от внешнего облика, так и от индикаторов статуса во внешнем облике, а, следовательно, и от ряда оснований социальной категоризации: пола, возраста, социально-экономического

Интернет обеспечивает человеку возможность «убежать из собственного тела»: как от внешнего облика, так и от индикаторов статуса во внешнем облике, а, следовательно, и от ряда оснований социальной категоризации: пола, возраста, социально-экономического статуса, этнической принадлежности и т.п.

процесс, во время которого человек не только не решает важные для себя проблемы (например, бытовые, социальные), но и останавливается в своем личностном развитии. Этому процессу могут способствовать биологические (например, индивидуальный способ реагирования на алкоголь, как на вещество, резко изменяющее психическое состояние), психологические (личностные особенности, психотравмы), социальные (семейные и внесемейные взаимодействия) факторы. Важно отметить, что аддиктивная реализация включает в себя не только аддиктивное действие, но и мысли об уходе от реальности, о возможности и способах его достижения.

Исследователи дают описание феноменологии интернет-коммуникации. Отмечается, что в силу ряда объективных характеристик виртуальная коммуникация задает пользователю максимальные возможности в само-

статуса, этнической принадлежности и т.п. Считается, что именно возможность максимального самовыражения вплоть до неузнаваемого самоизменения является одной из распространенных мотиваций для интернет-коммуникации у наиболее активных ее участников.

Многочисленные исследования направлены сегодня на изучение патологического использования Интернета (Pathological Internet Use – PSU). Между тем, вопрос о том, что же является нормой, до сих пор остается открытым. В статье «Pathological Internet Use – Some Examples» обсуждались основные положения PSU, высказанные Марком Гриффитсом (Mark Griffiths) на ежегодном конгрессе Американской Психологической Ассоциации (APA) в 1997 году. Анализируя психологические проблемы, связанные с использованием Интернета, Гриффитс предлагает взять за основу общую модель аддикции.

Какое же использование Интернета можно считать «нормальным»? Несколько ответов на этот вопрос были представлены в сборнике APA. Исследование Виктора Бреннера (Victor Brenner) проводилось на одном из сайтов в Интернете. В «Psychological Reports» были опубликованы его предварительные результаты, которые в целом согласуются с полученными ранее.

По мнению Бреннера, речь может идти в среднем о 19 часах работы в Интернете в неделю. Многие из полученных ответов содержали до 10 признаков нарушения нормального функционирования (прежде всего, неспособность контролировать время, нарушения сна и режима питания). Неожиданным оказалось и то, что у 80% респондентов были обнаружены, по крайней мере, пять из таких признаков. Эти данные показывают, что присутствие некоторого уровня проблем является нормальным и его не следует рассматривать в контексте патологии. Характеристика Интернета как крайне привлекательной среды определяет закономерность его влияния на жизнь пользователей, проводящих много времени в сети.

По результатам опроса были выделены три группы пользователей. «Патологические» пользователи проводили за компьютером в среднем 8,5 часов в неделю. Люди с ограниченным набором признаков патологического использования – в среднем 3,2 часа в неделю. И, наконец, люди, у которых подобных признаков обнаружено не было – 2,4 часа в неделю.

У «патологических» пользователей наблюдался и ряд других важных отличий. Так, сообщалось о значительно большем ощущении одиночества (by UCLA Loneliness Scale), чем у других респондентов. Они больше, чем другие играли в игры on-line и использовали технически сложные аспекты сети. При этом они пользовались IRC (Internet Relay Chat) не чаще, чем остальные.

Таким образом, по-прежнему нет однозначного ответа на вопрос, что же является нормой в использовании Интернета. Для большинства людей, не пользующихся Интернетом, это и есть норма. Исследователи говорят о восьми часах в неделю. Но и 20 часов могут не вызвать сколько-нибудь серьезных проблем. То, что вы делаете в сети,

бывает гораздо важнее того, сколько времени вы в ней проводите. Некоторые действия могут быть более привлекательными и, как следствие, потенциально более «аддитивными». В этом контексте уже упоминались on-line игры и чаты. Однако исследования показывают ограниченные аддитивные возможности последних.

В каких же случаях можно говорить о патологическом использовании Интернета? Ответ прост: как только это начинает мешать остальной вашей жизни. Для любой зависимости характерно навязчивое стремление продолжать действие, несмотря на причиняемый им вред.

Пользователи различных телекоммуникационных сетей осуществляют социальные коммуникации в среде, получившей название «киберпространство» или «виртуальная реальность». Для того, чтобы в полной мере осознать философский и социальный смысл указанного феномена, необходимо исследовать вопросы, связанные с таксономией самого термина «пространство» как фундаментальной характеристики бытия объективного и субъективного.

Древнегреческие философы Демокрит, Эпикур, Лукреций Кар и др. пришли к пониманию пространства как пустоты, исходя из своего атомистического учения. Аристотель, выступая против идеи атомистического строения мира, отбросил вместе с ней и идею пустого пространства. С точки зрения Аристотеля, пространство представляет собой совокупность мест, занимаемых телами.

В XVII веке мощное влияние на разработку физических теорий пространства оказала теология. С точки зрения Ньютона пространство являлось бесконечной евклидовой пустотой, соединенной с Богом. Указанную точку зрения Ньютон никак научно не аргументировал. Принципиально иную позицию в отношении природы пространства сформулировал Кант. Для него пространство наряду со временем – это априорные формы чувственного созерцания.

Еще одно направление в трактовке пространства, идущее от Аристотеля, было разработано Лейбницем. Согласно теории Лейбница, пространство – это порядок взаимного расположения тел, существующих отдельно друг от друга.

В начале XX века, после разработки Эйнштейном общей и специальной теорий относительности, пришлось распрощаться с представлением о бесконечном пустом пространстве. Современная математика определяет пространство как множество каких-ли-

чают информацию в визуальной, слуховой и тактильной формах о среде, которая существует в форме данных, представленных в цифровом виде в компьютерных и аналогичных им устройствах.

Одна из важнейших функций Интернета – это общение людей в режиме

Пользователи различных телекоммуникационных сетей осуществляют социальные коммуникации в среде, получившей название «киберпространство» или «виртуальная реальность». Для того, чтобы в полной мере осознать философский и социальный смысл указанного феномена, необходимо исследовать вопросы, связанные с таксономией самого термина «пространство» как фундаментальной характеристики бытия объективного и субъективного.

бо элементов (точек) при условии, что в этом множестве установлены отношения, сходные с обычными пространственными отношениями.

Термин «киберпространство» (cyber space), был впервые употреблен американским драматургом Уильямом Гибсоном (William Gibson) в 1984 году в пьесе «Neuromancer». Термин определяет виртуальное пространство, в котором циркулируют электронные данные и осуществляются процессы электронной коммуникации.

«Наше увлечение компьютерами... имеет в значительной мере глубоко духовный характер, чем чисто утилитарный», — пишет в своей работе Майкл Хайм (Michael Heim), философ, исследующий киберпро-

on-line. Интернет здесь выступает в качестве медиума в этом новом виде человеческого общения.

Он-лайнный режим коммуникаций имеет свои особенности: это не эпистолярный жанр, но и не реальный разговор. Это принципиально новый, средний между последними двумя, вид общения. Возможность вести диалог с удаленным собеседником в режиме реального времени позволяет осуществлять индивидуальную психотерапию. Общение в «виртуальном» пространстве характеризуется следующей спецификой.

Обмен письменными посланиями, заменяющий вербальную коммуникацию, — процесс длительный. У человека есть

Общепринятого определения киберпространства до настоящего времени не существует, несмотря на то, что неоднократно предпринимались попытки осуществления таксономии указанного феномена.

странство. И далее он продолжает: «В нашей любви к этим машинам мы, в первую очередь, ищем дом для ума и сердца». Хайм выявил существенную составляющую киберпространства, а именно – опосредованные человеческие интеракции являются высшим смыслом взаимодействия пользователя и компьютера.

Общепринятого определения киберпространства до настоящего времени не существует, несмотря на то, что неоднократно предпринимались попытки осуществления таксономии указанного феномена. В общих чертах «киберпространство» может быть определено как некое обобщенное пространство технических систем, в которых пользователи осуществляют компьютерно-опосредованные интеракции. При этом они полу-

время подумать и придать своим мыслям и словам нужную ему форму. Множество полезной информации, отброшенной в процессе набора и редактирования текста, оказывается утраченной. Хотя есть мнение, что, наоборот, — обмен информацией становится более интенсивным в плане отношения содержания текста к его объему.

К чему это может привести? Во-первых, к созданию определенных субкультур, социальных групп людей, объединенных общими интересами (а подчас, и целями), поведенческими нормами (установленными для каждого конкретного случая в зависимости от уровня общения и прочих его факторов), а также наличием устойчивой структуры взаимодействия внутри данной

группы. Еще один признак выделения социальных групп – общность статуса и ролевых предписаний – является отдельной темой разговора, т.к. в данном случае можно констатировать роде-

Дистанционное взаимодействие учителя и ученика, безусловно, подразумевает их «живое присутствие». Учитель, обращающийся к ученикам с помощью текста, графики и других компьютерных средств, неизбежно вкладывает в них свою сущность, свою душу, свое «я».

ние нового общества со своими законами, нормами, правилами, обычаями, иерархией, целями и интересами. Эта новая реальность может быть в корне отлична от той, которая могла бы быть создана теми же людьми в «реальной реальности».

Таким образом, интернет-зависимость рассматривается, как обычная поведенческая зависимость (то есть не химическая), наряду с такими ее видами, как игромания, трудовая или пищевые зависимости. Единственная специфика заключается в том, что интернет-зависимость связана с Интернетом. Это ее единственное отличие от других поведенческих зависимостей. Сама по себе интернет-зависимость может быть определена как навязчивое желание войти в сеть и нежелание выходить из нее. Здесь я подчеркиваю слово «навязчивое». Навязчивое стремление блуждать по Интернету иногда совершенно бесцельно (навязчивая навигация – это так называемая компульсивная деятельность). Этим и отличается обычное пользование компьютером Интернетом от зависимого. Кроме того, происходит уход от реальности. Человек перестает выполнять функции, которые были присущи ему в обыденной жизни. И – очень важный момент – происходит социальная дезадаптация. Другими словами, нарушаются общественные связи: меньше общения с семьей, с реальными друзьями и т.д. Вот это, наверное, самое тяжелое последствие интернет-зависимости, когда человек полностью обрывает связи с реальным миром и с головой уходит в мир виртуальный.

Если подходить к интернет-зависимости с точки зрения педагогической психологии, то речь пойдет, прежде всего, о виртуальном обучении. Сейчас много говорят о перспективах дистанционного обучения. В какой мере обуча-

ющая программа или удаленный в пространстве преподаватель, общающийся с учениками через сеть, может заменить живое присутствие учителя? И в какой степени не может?

Дистанционное взаимодействие учителя и ученика, безусловно, подразумевает их «живое присутствие». Учитель, обращающийся к ученикам с помощью текста, графики и других компьютерных средств, неизбежно вкладывает в них свою сущность, свою душу, свое «я». Одно и то же слово, например, слово «жизнь», написанное человеком или сгенерированное машиной, имеет раз-

Открытость дистантных форм взаимодействия, безусловно, расширяет мировоззрение учеников до планетарного уровня. Чувство близости всех стран и континентов – одно из первых чувств, возникающих практически у каждого школьника, который начинает работать с электронной почтой или web-системой сети Интернет.

личную энергетику и отличается по своему воздействию так же, как живописный оригинал картины отличается от ее репродукции. Проблема живого присутствия учителя в процессе образования характерна не только для дистанционного, но и для традиционного обучения. Не секрет, что можно встретить учителей, которые весьма отчужденно выполняют свои функции, присутствуя на уроках формально, а не «живую». Дистанционное обучение, кстати, давно используется в традиционном учебном процессе. Например, ученики читают книги, изучают законы или слушают музыку, а авторы этих произведений могут быть значительно удалены от них во времени и пространстве.

Как можно оценить влияние новых информационных технологий (компьютерные учебные программы и игры, мультимедийные CD-ROM, Интернет) на формирование психологии и мировоззрения школьников?

Компьютерные игры привлекают детей, прежде всего, своей интерактивностью, то есть возможностью совершения определенных действий, требующих быстроты, ловкости, смекалки. Успех

компьютерных игр у подростков обусловлен интенсивной деятельностью, которую предполагают эти игры. К сожалению, интерактивных учебных программ сегодня почти нет.

Чаще всего на CD-ROM встречаются «обучалки», отличающиеся от привычных бумажных учебников лишь некоторыми мультимедийными средствами, но не возможностью ученика самореализовывать себя. Дистантные формы обучения снимают многие психологические проблемы, связанные с коммуникацией школьников, позволяют им быть более искренними. Возможность поработать над своей мыслью помогает ученикам устранить погрешности устного общения. Открытость дистантных форм взаимодействия, безусловно, расширяет мировоззрение учеников до планетарного уровня. Чувство близости

всех стран и континентов – одно из первых чувств, возникающих практически у каждого школьника, который начинает работать с электронной почтой или web-системой сети Интернет. Отдельная проблема – мировоззрение человека в виртуальном мире. В чем будут состоять особенности взглядов на мир выпускников виртуальной школы? Какими личностными чертами они будут обладать? Виртуальный и реальный мир – в чем сходство и отличие их целей и ценностей? Что такое виртуальное образование? Ответы на эти вопросы могут дать лишь будущие комплексные научно-практические исследования.

Для регулирования доступа детей к определенным частям Сети существуют специальные программы, практикуемые в семьях на западе: Cyber Patrol (www.cyberpatrol.com), Net Shepherd's DaxHound (www.netshepherd.com), SafeSurf (www.safesurf.com), Cybersitter (www.solidoak.com). Встроенная функция «родительского контроля» есть в Internet Explorer 3.0 (вкладка Security).

Скорее всего, обучающий Интернет на первом этапе будет создаваться хаотично, по инициативе наиболее «продвинутых» школ, вузов и педаго-

гов. Упорядочивание его содержания произойдет после того, как будет наработан первичный материал. Тогда к этой работе подключатся административные, научно-исследовательские и массовые образовательные структуры. Дистанционное образование в ближайшие 2–3 года будет носить характер дополнительного, и лишь затем начнет представлять собой полноценную форму образования, эквивалентную очной форме обучения. Детский Интернет вряд ли выделится в отдельную струк-

туру. Вероятно, он будет интегрирован в систему общего дистанционного образования и услуг. Возможные области обучающего Интернета могут быть следующие:

- а) коммуникация учеников, учителей, школ с целью самоопределения и завызывания знакомств;
- б) дистантные образовательные проекты (базы данных, условия участия в них и др.);
- в) дистантные курсы – дополнительные, базовые, подготовка в вузы;

г) система тестирования, дистантные формы выпускных и вступительных экзаменов;

д) виртуальные классы и школы с комплексным дистантным образованием;

е) система учительской подготовки – дистантные семинары, банки педагогических находок, базы данных по различным методикам, дистантная аттестация учителей;

ж) дистантное студенческое обучение,

з) родительские страницы и т.д.

Литература:

1. Алексеева М., Лебедева А. **Интернет: рождение новой реальности**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.psyvlad.ru/wp/?3.1.1.1.1.2.2004_03_21_12_35
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. **Интернет: воздействие на личность**
// Гуманитарные исследования в Интернете. – М., 2000.
3. Белинская Е.П., Жичкина А.Е. **Современные исследования виртуальной коммуникации: проблемы, гипотезы, результаты**
// Образование и информационная культура. – М., 2000.
4. Белл Д. **Социальные рамки информационного общества**
// Новая технократическая волна на Западе / под ред. П.С. Гуревича. – М., 1988.
5. Бондаренко С.В. **К вопросу о таксономии киберпространства**
// Рационализм и культура на пороге третьего тысячелетия : материалы третьего российского философского конгресса (16-20 сентября 2002 г.). Т. 4. – Ростов на Дону : Издательство СКНЦ ВШ, 2002. – С. 130-131.
6. Бурова В.А. **Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости.**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://user.lvs.ru/vita/doclad.htm>.
7. Войскунский А. С. **Общение, опосредованное компьютером**
// диссертация ... канд. психол. наук. – М., 1990.
8. Жичкина А.Е. **Взаимосвязь идентичности и поведения в Интернете пользователей юношеского возраста**
// автореферат дис канд. психол. наук. – М., 2001.
9. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. **Социодинамическая психиатрия.**
// М. : Акад. Проект ; Екатеринбург : Деловая кн., 2000. – 459, [4] с. – (Библиотека психологии, психоанализа, психотерапии).
10. Леонард Холмс «Норма» и «патология» в использовании Интернета.
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.mytests.ru/articles/344>
11. Нестеров В. **К вопросу об эмоциональной насыщенности межличностных коммуникаций в Интернете.**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://cyberpsy.ru/2011/05/vadim-nesterov-k-voprosu-ob-ehmocialnojj-nasyshhennosti-mezhlichnostnykh-kommunikacij-v-internete/>
12. Фриндте В., Келер Т., Шуберт Т. **Публичное конструирование «Я» в опосредствованном компьютером общении**
// Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А.Е. Войскунского. – М., 2000.
13. Янг К. **Запутавшиеся в Паутине.**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : www.netaddiction.com
14. Янг К. **Пойманные в Сеть.**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : www.netaddiction.com
15. Brenner V. **Parameters of Internet Use, abuse, and addiction: The first 90 days of the Internet Usage Survey**
// Psychological Reports. – 1997. – 80. – 879-882.
16. Gibson W. **Neuromancer.**
L. Gollancz, 1984.
17. Griffiths.M. **Technological Addictions. Routledge, 1995.**
// [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.pscvv.uva.nl/sociosite/psyberspace.html>
18. Heim M. **The Ontology of Cyberspace**
// M. Benedikt (ed.), Cyberspace: First Steps. – Cambridge, Mass. : MIT Press, 1991. – P. 61.