

А.О. Сангилбаева
Л.О. Сарсенбаева

Казахский национальный женский педагогический университет, Алматы, Казахстан
(E-mail: sangilbaeva@gmail.com)

К проблеме чрезмерного использования молодежью сети Интернет

Аннотация. Распространение использования интернета на сегодняшний день столь масштабно, что становится правомерной постановка вопроса об индивидуально-психологических и социальных последствиях глобальной информатизации и компьютеризации. Главным вопросом на современном этапе изучения проблемы избыточного использования интернета, является теоретическое осмысление результатов полученных в ходе прикладных исследований, а также определение дальнейших перспектив изучения воздействия информационно-коммуникационных технологий на когнитивные процессы. Сегодня наблюдается активное внедрение информационных технологий во многие сферы жизнедеятельности, что может привести к возрастанию и воспроизводству рисков злоупотребления информационно-коммуникационными гаджетами. С целью исследовать влияние социальных сетей на когнитивные процессы, авторами изучались цели и время нахождения студентов в сетевом пространстве. Основным методом сбора информации стали метод наблюдения, опрос, анкетирование. В ходе исследования определялись мотивы и продолжительность нахождения учащихся в сети Интернет, частота использования социальных сетей, потребление товаров и услуг онлайн, производства мультимедийного контента и др. Исследование показало наличие проблем с контролем времени проводимого в сети, используемого не для целей, связанных с образованием. Таким образом, продемонстрирована актуальность развития полезного и продуктивного проведения досугового времени. Психологическая зависимость от Интернета, в частности от социальных сетей (Instagram, TikTok, Telegram и др.) рассматривается в актуальном контексте поведенческих и, как разновидность последних, зависимостей от информационно-коммуникативных технологий.

Ключевые слова: информационно-коммуникативные технологии (ИКТ), студенты, интернет, социальные сети, когнитивные процессы, гаджет, аддикция.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2022-140-3-464-470>

Введение

Одной из причин активного внедрения информационно-коммуникативных технологий (ИКТ) стала сложившаяся ситуация, с пандемией COVID-19 и введение в марте 2020 г. дистанционного обучения. Учащиеся образовательных учреждений были вынуждены перейти на онлайн-обучение, что привело

к увеличению времени нахождения детей и подростков в сети интернет, при этом освоение онлайн-ресурсов чаще всего происходило самостоятельно и стихийно. В условиях самоизоляции фактически все общение было переведено в онлайн-формат посредством социальных сетей и платформ [1].

Переход на дистанционное обучение, повсеместное распространение Интернета и

стремительный рост количества информации показали наличие проблем и трудностей, в том числе недостаточную цифровую грамотность детей, родителей и учителей, отсутствие цифровых компетенций у детей и родителей, незнание основ цифровой безопасности, существенный цифровой разрыв между детьми и родителями, между детьми и учителями [2].

Бурное развитие ИКТ, неспособность контролировать время их использования привело к появлению новой психологической зависимости, получившей название Интернет-аддикция. Проблема её выявления и профилактики является чрезвычайно актуальной, так как чрезмерное использование ИКТ в первую очередь оказывает неблагоприятное воздействие на психические когнитивные процессы (внимание, память и др.), а также снижает работоспособность. Особенно важно рассмотрение этой проблемы для молодого поколения, когда интернет зависимость начинает только зарождаться. При рассмотрении возможных трансформаций когнитивных процессов под влиянием современных гаджетов, зачастую изменения затрагивают внимание, память и аналитическое мышление. К таким выводам пришли не только пользователи Интернета на основе самоанализа своей деятельности, но и психологи, исследующие указанные процессы. Также было замечено, что люди теряют способность к восприятию объемных текстов, требующих продолжительной концентрации внимания и выделения первостепенных мыслей. Те, кто проводят много времени в сети, с трудом могут фокусировать внимание, выделять главное, они некритически соединяют куски информации, полученной из разных источников.

В настоящее время компьютерные технологии стали частью обыденной жизни многих людей. С каждым годом растет количество пользователей, увеличивается число различных интернет-ресурсов, а в интернет-деятельность вовлекаются все новые социальные и возрастные слои населения. Роль Интернета является достаточно разнообразной, включая в себя множество видов деятельности, различающихся по характеру, целям, мотивам. Так,

А.Е. Войскунский [3] отмечает, что общество под влиянием Интернета подвергается культурным и психологическим изменениям, что в процессе подобного взаимодействия меняются человеческие потребности, стремления и взгляды, изменяется культура, происходит формирование новых социальных групп, и все это отражается в новом мире современных цифровых технологий. С психологической точки зрения, человеческая активность в Интернете подчинена удовлетворению основных видов потребностей. Особенно ярко это проявляется в молодом возрасте, в котором наиболее часто возникают увлеченность сетью. Виртуальная сеть многоликое и гибкое пространство, которое можно сформировать под себя и выбрать наиболее привлекательную деятельность. Однако чрезмерное бесконтрольное использование интернет-ресурсов ведет к негативным последствиям. Так, Интернет зависимость (аддикция) молодого поколения – одна из наиболее серьезных проблем, которая способствует ухудшению нарушений отношений внутри семьи и в макросоциуме, успеваемости в школе и университете.

В деятельности пользователей Интернета требуется высокий уровень умений, относящихся к работе онлайн, контроля, высокий уровень мобилизованности, фокусированность внимания, интерактивность. С другой стороны существенно и то, что опыт потока ведет к нарушению чувства времени, к отвлечению от окружающей физической и социальной среды. Таким образом, возникающий эффект легкого изменения сознания позволяет человеку отвлечься от субъективных или объективных жизненных трудностей, облегчить переживания, снизить уровень психического напряжения и стресса.

Методология исследования

В последние годы заметна тенденция к разработке стандартизированных методик с учетом возможных социокультурных особенностей, к примеру, ведется работа по составлению новых опросных инструментов для оценки степени зависимости от Интернета.

В этом видится влияние инициативной группы, сосредоточившейся вокруг издающегося в Будапеште журнала *Journal of Behavioral Addictions* и проводящей начиная с 2012 г. представительные международные конференции по данной теме. В целом следует отметить, что за последние несколько лет было опубликовано множество статей и глав в коллективных монографиях, в которых показано, что феноменология интернет-зависимости наблюдается в самых разных общностях и странах, на всех континентах. Примером могут служить статьи, опубликованные в указанном журнале, или изданная при деятельном участии К. Янг коллективная монография [4]. Не мало исследований посвящено выявлению уровня компетентности, безопасности употребления цифровой среды детьми и родителями. Самыми распространенными цифровыми устройствами на сегодняшний день являются мобильный телефон и ноутбук. Далее следовали телевизор, стационарный компьютер и планшет. Сравнение с опросами предыдущих лет показывает, что основным устройством выхода в Интернет остается смартфон, снижается пользование домашним стационарным компьютером (в 2014 г. – 47,2 %, в 2021 г. – среди взрослых им пользовались 40,2 %, среди подростков – 28,7 %, среди детей – 25,6 %), увеличивается пользование ноутбуком (среди взрослого населения с 34,1 % в 2014 г., до 64,2 % в 2021 г.). Дети и подростки активно пользуются социальными сетями не только для общения и получения информации, но и сами ведут свои каналы. Более 31,2 % подростков и 34,2 % младших школьников являются производителями своего контента в Instagram, Tik-Tok, YouTube, Like и Facebook. Контент, который производили школьники в социальных сетях, был самым разнообразным: видео, фотографии, всевозможные посты и перепосты. Наиболее активными производителями своего контента были девочки, среди которых 37 % вели свой канал [5].

Целью настоящего исследования было выявить основной вид деятельности студентов во вне учебное время, т.е. чему посвящает свой досуг молодежь, в том числе компетент-

ность и безопасность использования интернета. Основным методом сбора информации стало использование методов наблюдения, опроса и анкетирования. Опросники и тесты включали вопросы, касающиеся цифрового потребления и коммуникации. Выборочная совокупность исследования составила 80 студентов 1-2 курсов, различных специальностей Казахского женского педагогического университета г. Алматы. Средний возраст студенческой молодежи принявших участие в опросе составил 18-20 лет. Опрос содержал следующие вопросы:

1. Сколько времени в день Вы проводите используя интернет?;
2. Как долго я сижу в смартфоне с не касающейся учебы целью (социальные сети, сериалы, игры);
3. Свободное от занятий время чаще всего я посвящаю (интернет, спорт, книги, общение с друзьями).

Результаты и их обсуждение

По результатам опроса были получены следующие результаты. «сколько времени в день Вы проводите в сети интернет, в том числе не связанной с учебной целью». В среднем количество времени проводимого в сети составило 4-6 ч в день (Рис 1).

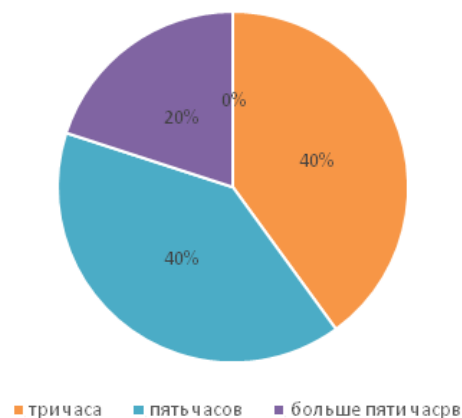


Рисунок 1. Количество времени проводимого в сети интернет

В ходе исследования, результаты метода наблюдения показали что аддиктам, по сравнению со студентами со здоровым использо-

ванием Интернета, более характерна робость, нерешительность, неуверенность в своих силах, застенчивость, смущение в присутствии других, сдержанность в эмоциях и проявлениях, т.е. качества, которые мешают социальной активности. Зачастую они не уверены в себе, полны тревоги и сомнений. Интернет становится безопасной зоной, где можно без смущения и робости заявлять о своих желаниях и потребностях и достаточно легко реализовывать их, не сильно заботясь о реакции окружающих, отсутствующих в принципе или находящихся в формате таких же виртуальных созданий.

Следующим показателем было определить как проводят свое досуговое время студенческая молодежь (Рис 2). В результате опроса были выявлены следующие результаты: 39% студентов отдают предпочтение общению со сверстниками, около 33% тратят вышеупомянутое время, пользуясь социальными сетями (Instagram, TikTok, Fb и др.); 17% опрошенных в свободное от занятий время посвящают активному отдыху (спорт, горы и др.); 11 % .



Рисунок 2.

Особенно это свойственно тем, для кого социальные сети (Instagram, Telegram, TikTok и др.) являются еще и дополнительной пло-

щадкой не только для социальных взаимодействий, но и средством избегания повседневных бытовых задач, а также выполнения заданий связанных с учебой. Однако получается, что в Интернете подросток, предпочитающий игры проводит больше времени, так как он не только играет, но и общается, ищет информацию, смотрит фильмы и сериалы. Однако у подростков, предпочитающих сервисы онлайн-общения проследить время, затраченное контрпродуктивно намного сложнее, ибо общение в социальных сетях, форумах и тому подобное происходит чаще всего перманентно, но с возможностью переключать деятельность. То есть, даже делая задания, читая книгу или занимаясь творчеством, студенты постоянно отвлекается, чтобы ответить на сообщения или проверить новости в социальных сетях. Учитывая распространенность смартфонов, планшетов и других мобильных устройств с постоянным доступом в сеть, остается мало видов деятельности, при которой нет возможности выйти в Интернет.

Кроме этого выявлено, что у студентов с интернет-зависимым поведением существенно снижено количество дополнительной социальной активности, помимо учебного заведения. Так, среди опрошенных характеризующихся здоровым использованием сети Интернет, дополнительную социальную активность имеют 44 чело 52 века (73 %). Напротив, с интернет-зависимым поведением, выявлены абсолютно противоположные результаты – лишь 24 человека (36 %) имеют дополнительную социальную активность.

Выводы и заключение

Любое растущее научное направление независимо от того, является ли оно узкоспециальным или комплексным, всесторонне развивается, в силу этого, наряду с максимально углублением в природу явлений, напрямую относящихся к предмету данного научного направления, следует в то же время приветствовать поиск и фиксацию его связей, с параллельно развивающимися научными направлениями.

Наибольшее количество публикаций посвящено взаимосвязям между зависимостью от Интернета и личностными параметрами — как социально-демографическими, так и собственно психологическими. Могут быть выделены, к примеру, следующие направления исследований: стадии развития интернет-аддикции, выявление возможных корреляций и связей данного феномена с другими психологическими параметрами, например, с удовлетворенностью жизнью, параметрами эмоционального и социального интеллекта, эгоцентричностью, самооценкой, застенчивостью, наличием расстройств когнитивного спектра, психосоциальной зрелостью, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, а также с отношениями в семье, степенью успешности в учебной деятельности, возмож-

ным одиночеством, склонностью к другим видам зависимостей. В контексте зависимости от Интернета уделяется внимание соматическому здоровью и сопутствующим заболеваниям, качеству и продолжительности сна, бессоннице, также активно анализируются социокультурные, возрастные и гендерные аспекты зависимости от Интернета [3]. Исследовательская проблематика зависимости от Интернета интересует специалистов на протяжении 20 лет и несомненно остается актуальной по сей день.

Таким образом, правомерны следующие рекомендации: контролировать время проведенное за смартфоном; свободное от учебных занятий время посвящать здоровому образу жизни, а также культурному, духовному и нравственному просвещению.

Список литературы

1. Проказина Н.В. Цифровая грамотность как основа диалога власти и населения в условиях пандемии // Цифровая социология. – 2021. – Т. 4. – № 3. – С. 36–43.
2. Уваров А.Ю. Цифровая трансформация и сценарии развития общего образования. Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования / А.Ю. Уваров. – Москва: НИУ ВШЭ, 2020. – 108 с.
3. Войсунский А.Ю. Концепции зависимости и присутствия применимо к поведению в Интернете // Медицинская психология в России: электрон. науч. журнал. – 2015. – № 4(33). – С. 11.
4. Янг К.С., Абреу К.Н. Интернет-зависимость: Справочник и руководство по оценке и лечению / К.С. Янг, К.Н. Абреу. – Нью-Джерси: John Wiley & Sons, 2011. – 208 с.
5. Неустроева А.Б., Филиппова Л.Д. Компетентность и безопасность потребления цифровой среды детьми и родителями // Цифровая социология. – 2022. – Т. 5. – № 1. – С. 107–116.

А.О. Сангилбаева, Л.О. Сарсенбаева

Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті, Алматы, Қазақстан

Студенттердің интернетті шамадан тыс пайдалану мәселесі

Аңдатпа. Бүгінгі таңда Интернетті қолданудың кең ауқымдылығы сонша, жаһандық ақпараттандыру мен компьютерлендірудің жеке психологиялық және әлеуметтік салдары туралы мәселені көтеру маңызды болды. Интернетті шамадан тыс пайдалану мәселесін зерттеудің қазіргі кезеңіндегі негізгі мәселе қолданбалы зерттеулер барысында алынған нәтижелерді теориялық тұрғыдан түсіну, сонымен қатар ақпараттық-коммуникациялық технологиялардың когнитивті процестерге әсерін зерттеудің одан әрі перспективаларын анықтау болып табылады. Әлеуметтік желілердің когнитивті процестерге әсерін зерттеу үшін студенттердің желілік кеңістікте өткізетін мақсаттары мен уақыттары зерттелінді. Ақпаратты жинаудың негізгі әдістері байқау, сауалнама, сұрақ қою әдістері қолданылды. Зерттеу барысында студенттердің интернетпен қолданатын мотивтері мен ұзақтығы, әлеуметтік желілерді пайдалану жиілігі,

онлайн заттар мен қызметтерді тұтыну, мультимедиялық контентті өндіру және т.б. анықталды. Әлеуметтік желілермен қолдану уақытын шектеу мәселе болып анықталды. Осылайша, бос уақытты пайдалы және өнімді дамытудың өзектілігі көрсетілді. Интернетке, атап айтқанда әлеуметтік желілерге (Instagram, TikTok, Telegram және т.б.) психологиялық тәуелділік қазіргі мінез-құлық контекстінде және соңғысының бір түрі ретінде ақпараттық-коммуникациялық технологияларға тәуелділік ретінде қарастырылады.

Түйін сөздер: ақпараттық-коммуникациялық технологиялар (АКТ), студенттер, интернет, әлеуметтік желілер, когнитивті процестер, гаджет, тәуелділік.

A.O. Sangilbayeva, L.O. Sarsenbayeva

Kazakh National Women's teacher training university, Almaty, Kazakhstan

Overuse of the Internet by the youth as a problem of contemporaneity

Abstract. Nowadays the use of the Internet is so widespread that it becomes reasonable to raise the question of the individual psychological and social consequences of global informatization and computerization. The main issue at the present stage of studying the problem of excessive use of the Internet is the theoretical understanding of the results obtained in the course of applied research, as well as determining further prospects for studying the impact of information and communication technologies on cognitive processes. Today, there is an active introduction of information technologies in many spheres of life, which can lead to an increase and reproduction of the risks of abuse of information and communication gadgets. In order to investigate the influence of social networks on cognitive processes, the authors studied the goals and time spent by students in the network space. The main method of collecting information was the method of observation, survey, and questioning. The study determined the motives and duration of students' stay on the Internet and the frequency of using social networks. The study showed that there are problems with controlling the time spent on the network, which is not used for educational purposes. Thus, the relevance of the development of useful and productive leisure time has been demonstrated. Addiction to the Internet, in particular on social networks (Instagram, TikTok, Telegram, etc.) is considered in the current context of behavioral dependence on information and communication technologies.

Keywords: information and communication technologies (ICT), students, Internet, social networks, cognitive processes, gadget, addiction.

References

1. Prokazina N.V. Tsifrovaya gramotnost' kak osnova dialoga vlasti i naseleniya v usloviyakh pandemii. Tsifrovaya sotsiologiya [Digital Literacy as a Basis for Dialogue between Power and Population under Pandemic Conditions. Digital Sociology]. 2021. Vol. 4. No. 3. P. 36–43, [in Russian].
2. Uvarov A.Y. Tsifrovaya transformatsiya i stsennariy razvitiya obshchego obrazovaniya. Natsional'nyy issledovatel'skiy universitet «Vysshaya shkola ekonomiki», Institut obrazovaniya [Digital transformation and scenarios for the development of general education. National Research University Higher School of Economics, Institute of Education], (NIU VSHE, Moscow, 2020, 108 p.), [in Russian].
3. Voyskunskiy A.Y. Kontseptsii zavisimosti i prisutstviya primenitel'no k povedeniyu v Internetе. Meditsinskaya psikhologiya v Rossii: elektron. nauch. Zhurn [Concepts of Dependence and Presence Applied to Behavior on the Internet. Medical Psychology in Russia: electronic scientific journal]. 2015. No. 4 (33). P.11, [in Russian].
4. Young K.S., Abreu C.N. Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment. (John Wiley & Sons, New Jersey, 2011, 208 p.).
5. Neustroyeva A.B., Filippova L.D. Kompetentnost' i bezopasnost' potrebleniya tsifrovoy sredy det'mi i roditelyami. Tsifrovaya sotsiologiya [Competence and safety of digital consumption by children and parents. Digital Sociology]. 2022. Vol. 5. No.1. P. 107–116, [in Russian].

Сведения об авторах:

Сангилбаева А.О. – автор для корреспонденции, магистр социальных наук по специальности «Психология», Казахский национальный женский педагогический университет, Алматы, Казахстан

Сарсенбаева Л.О. – кандидат психол. наук, доцент Казахский Национальный Педагогический университет имени Абая, Алматы, Казахстан

Sangilbayeva A.O. – **Corresponding author**, Master of Social Sciences in Psychology, Kazakh National Women's teacher training University, Almaty, Kazakhstan.

Sarsenbayeva L.O. – Candidate in Psychology sciences, Associate Professor, Abay Kazakh National Pedagogical University, Алматы, Казахстан