

БЕЛЬГА Е.А.

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ СТУДЕНТОВ

В настоящее время «Интернет зависимость» трактуется как навязчивое или компульсивное желание войти в Интернет, находясь offline, и невозможность выйти из Интернета, находясь online. Синонимы – «Интернет-аддикция», «виртуальная аддикция», «кибераддикция», «нетаголизм».

Интернет-зависимость является одним из средств аддиктивной реализации, характерной для лиц, которые имеют определенный преморбидный фон (то есть особенности, способствующие формированию собственно аддиктивной личности, или аддиктивной реализации с помощью Интернета у уже сформированного аддикта) [1].

Аддиктивное поведение (от англ. Addiction – склонность, пагубная привычка) характеризуется стремлением к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния химическим или нехимическим путем. Это стремление становится доминирующим в сознании человека, его поведение подчинено поиску средств, позволяющих уйти от реальности. В результате человек существует в виртуальном, сюрреалистическом мире. Он не только не решает своих насущных проблем, но и останавливается в своем развитии, вплоть до деградации.

Бурная жизнь в сети легко заменяет реальное существование: люди там влюбляются, ссорятся, радуются и волнуются чаще, чем в реальной жизни. Представления заполняют пустоту, оставленную чувствами. Интернет заменяет реальную жизнь. Особенно это важно для тех людей, жизнь которых по разным (внешним или внутренним) причинам межличностно обеднена. А в сети имеется эксклюзивная возможность поиска нового собеседника, который отвечает любым критериям [2].

Развитие аддикции рано или поздно приводит к изменениям образа жизни, нарушению режимов сна/бодрствования и отдыха/нагрузки, в результате чего страдает не только производительность труда, но и физическое здоровье. Длительное пребывание в сидячем положении,

специфическая нагрузка на глаза, позвоночник, мышцы верхних конечностей, пренебрежение регулярностью питания, адекватной физической нагрузкой (за счет централизации времени на использование Интернета) – все это приводит к ухудшению здоровья.

Young (1998) установила связь данного вида аддикции с депрессивными состояниями. Больные с депрессивными расстройствами, которые намного больше от других чувствуют страх предательства и нуждаются в социальной поддержке, используют Интернет, чтобы преодолеть трудности межличностных отношений в реальности. Аутодеструктивный драйв, будучи замаскированным, проявляется уходом от биологической стороны жизни. Драйв самосохранения становится притупленным, возникают депрессивные эпизоды разного регистра, суицидальные мысли [3].

Стремясь заполнить внутреннюю пустоту и избегая решения проблем, аддиктивная личность, которая выбрала Интернет как средство ухода от действительности, решает, что это и есть выход. Здесь на первое место выходит стремление аддикта к побегу от реальности, к отключению от существующих переживаний. Чем активней этот драйв, тем деструктивнее и тяжелее протекает аддикция.

Молодые люди создают «свою» виртуальную личность, наделяя ее именем – «nickname». Эта личность заводит знакомства, друзей онлайн, симпатии, влюбленности. Таким образом реализуя естественные потребности в общении, принадлежности к группе, поддержке, любви не в реальной жизни, а в Сети. Человек постепенно теряет связь с действительностью, социальные связи, резко уменьшает общение с значимыми ранее людьми (родители, братья, сестры, друзья, знакомые). Молодые люди характеризуют свое состояние за компьютером, как наплыв позитивных эмоций, повышение уверенности, решительности, могущества. Эмоциональный подъем (заинтересованность, удовольствие, восторг, хорошее настроение, ощущение свободы, силы и власти, «получение адреналина»), постоянные мысли и фантазии о компьютерной деятельности характеризуют пациентов с компьютерной зависимостью.

Список литературы: 1. *Глобальный ресурс Интернет* (материалы сайта: www.medicinform.net). 2. *Лоскутова В.А.* Интернет-зависимость – патология XXI века? // *Вопр. Ментальной медицины и экологии.* – 2000. – Т. VI, №1. – С. 11-13. 3. *Большот Т. Ю.* Психологічні аспекти формування комп'ютерної адикції // *Матеріали 57-ї Міжнародна науково-практична конференція студентів та молодих учених (20-22 квітня 2004 р.).* – Ужгород, 2004. – С. 82-83.