

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА СУСПІЛЬСТВО

Вінницький національний технічний університет

Анотація

Розглянуто проблему інтернет-залежності різних вікових категорій у сучасному суспільстві, з'ясовано найбільш вразливі групи людей щодо впливу соціальних мереж, комп'ютерних ігор.

Ключові слова: інтернет-залежність, технології, інтернет, соціальні мережі, суспільство.

Abstract

The problem of Internet addiction of different age categories in modern society is considered, the most vulnerable groups of people to the influence of social networks and computer games are identified.

Keywords: internet addiction, technology, internet, social networks, society.

Вступ

У світі з неймовірною швидкістю розвиваються технології. З'являється все досконаліша техніка. Життя людей стає більш комфортним і насиченим. Поява інтернету стала невід'ємною частиною нашого життя з своїми зручностями та небезпеками. Інтернет-залежність є однією з найбільш важливих проблем для сучасного суспільства. Її вплив постійно зростає з розвитком все більш цікавих та захоплюючих ігор, соціальних мереж, створенням анімаційних фільмів. Такий стан речей не завжди дає позитивний ефект на покоління, адже люди стають замкненими та ізольованими, не здатними спілкуватися в реальному світі.

Результати дослідження

Інтернет стає доступним у найвіддаленіших куточках планети. Нікого вже не здивує відео з глухого містечка нашої землі. З кожним роком кількість користувачів інтернету зростає. За даними статистики на жовтень 2024 року кількість користувачів інтернету становила 5,52 мільярди, а соціальних мереж – 5,22 мільярди [1], що показує значний стрибок у порівнянні з попередніми роками. Дана інформація свідчить про затребуваність віртуального середовища широкими колами людей, що, безумовно, має свої позитивні та негативні наслідки. Суспільство, яке зловживає інтернетом, втрачає свій спокій та часто не помічає красу навколишньої дійсності. Не помічаючи інших, народи живуть в ув'язненому світі, не можуть логічно мислити, за них усе робить техніка. Людина ніби робот натискає клавіші, не думаючи про наслідки такого існування.

Особливо небезпечною є інтернет-залежність для дітей. Адже саме у їхньому віці це приносить найбільше шкоди, оскільки їхній організм розвивається та росте, а свідомість формується й ще не випрацьовані належні механізми критичного мислення, які убезпечують людину від необдуманих рішень. Згідно з дослідженням Pew Research Center результати показують, що 71 % батьків дітей віком до 12 років стурбовані тим, що діти проводять забагато часу перед екранами телефонів [2]. Також на них чекає найрізноманітніша кількість інтернет-шахрайств, таких як кіберзалякування, емоційне насильство, грумінг, сексуальне насильство. Дитина тягнеться до яскравого екрану, де все мерехтить, бігає, розмовляє. Вона не боїться страшних звірів, до них можна доторкнутися рукою. На екрані з'являються незнайомі люди, і все, що вони роблять зацікавлює малюків. Малеча прив'язується до телефону чи ноутбуку. Діти добре знають як його ввімкнути самим, коли дорослі зайняті своїми справами. Дитину вже не захоплюють прогулянки та ігри на свіжому повітрі. Вона погано спить, вередує, пригальмовується її розумовий розвиток.

Не менш важливим фактором є інтернет-залежність у підлітків. Згідно даних National Library of Medicine спостерігається збільшення інтернет-залежності серед підлітків, особливо чоловічої статі [3].

Вони є найбільш привабливі для кібершахраїв. Тому що їм усе цікаво, у такому віці важко відмовитися від спокусливої пропозиції незнайомих, зіграти онлайн на гроші чи інші винагороди. Підлітки повністю занурюються у віртуальний світ, не помічаючи як змінюється їхнє життя. Роздратованість, небажання робити домашні завдання, допомагати батькам по господарству.

Крім того, було проведено дослідження у Туреччині, яке включало 1363 підлітків [4]. Опитування організувалося за допомогою заповнення анкети шкали соціальної тривоги (SAAS), шкали залежності від соціальних мереж (SMAS) і шкали емоційного харчування (EES-C). Дане дослідження показало, що 24,4% підлітків є залежними від соціальних мереж. Але зв'язку між тривогою підлітків щодо соціальної зовнішності, залежністю від соціальних мереж та емоційною харчовою поведінкою виявлено не було.

Результати проведеного дослідження у 2024 році серед молоді за допомогою функціональної магнітно-резонансної томографії (фМРТ) показало, що інтернет-залежність впливає на мозок людини [5]. Ті підлітки, які проводили велику кількість часу в інтернеті, мали гірші показники пам'яті та здатності приймати рішення тверезо та обдуманно. Для сучасної молоді інтернет – найкращий подарунок. Де б не знаходилося підростаюче покоління, у них завжди в руках телефон чи ноутбук, що є їхньою невід'ємною частиною. Він затягує у свої тенета, з яких важко виплутатися. Перебування постійно в інтернеті, не роблячи перерви, погано впливає на їхні розумові здібності і, загалом, на здоров'я.

Тим не менш інтернет-залежність негативно впливає і на дорослих людей. Згідно з дослідженням, у якому взяли участь 623 чоловіки (34,3%) і 1194 жінки (65,7%), було виявлено, що ті, хто приділяли велику увагу інтернет-світу мали більше проблем з депресією та безсонням, ніж помірні користувачі [6]. Це свідчить про те, що не тільки дітям та підліткам потрібно обмежувати своє інтернет-дозвілля, а й дорослим. Повнолітні люди, які досягли певних висот, стали незалежними в житті, теж потерпають від неправильного користування комп'ютерною мережею. Вони потрапляють на шахрайські схеми й захоплюються різними онлайн-цікавинками, сліпо довіряючи своїм віртуальним друзям. Це вірус, який важко здолати нестійкому дорослому поколінню. Змужнілі люди потребують допомоги, як і інші верстви населення планети.

Андерс Гансен називає мобільний телефон новим наркотиком [7, с. 51], він зазначає, що «коли ми губимо смартфон, весь світ починає хитатися: 40% з нас радше прожили б цілий день без голосу (так, це правда!), ніж без мобільного. Хоч би де ми були – на вулиці, у кафе, ресторані, в автобусі чи за столом – навіть у спортзалі – усі витріщаються в екрани. Хоч би що ви про це думали, та ми стали залежними» [7, с. 53].

Висновок

Отже, роблячи підсумок усіх досліджень, можна сказати, що інтернет-залежність стала ключовою загрозою для усіх вікових груп населення. Та, звичайно ж, принесла свої негативні наслідки. Але це не означає, що потрібно припинити користування інтернетом. Людству слід замислитися, чи не втратимо ми реального спілкування від надмірного користування ним? Чи знайдемо сили від залежності онлайн світу, який є хорошим подарунком?

Подолання тих чи інших залежностей ґрунтується на відповідній мірі споживання, чи це стосується якоїсь їжі, чи це стосується якихось занять, чи ж користування гаджетами, соцмережами і т. п. Цю міру може визначити й дотримуватися конкретна особа, або якщо вона не може справитися, то необхідно залучати когось стороннього, щоб здійснював контроль за дотриманням встановленої міри споживання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Number of internet and social media users worldwide as of October 2024. URL: <https://www.statista.com/statistics/617136/digital-population-worldwide/> (дата доступу 21.12.2024)
2. Parenting Children in the Age of Screens. URL: <https://www.pewresearch.org/internet/2020/07/28/parenting-children-in-the-age-of-screens/> (дата доступу 21.12.2024)
3. Prevalence of internet gaming disorder in adolescents: A meta-analysis across three decades. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30004118/> (дата доступу 21.12.2024)
4. The contribution of social media addiction to adolescent LIFE: Social appearance anxiety. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9169592/> (дата доступу 21.12.2024)

5. Functional connectivity changes in the brain of adolescents with internet addiction: A systematic literature review of imaging studies. URL : <https://journals.plos.org/mentalhealth/article?id=10.1371/journal.pmen.0000022> (дата доступу 21.12.2024)
6. The Association of Internet Addiction with Burnout, Depression, Insomnia, and Quality of Life among Hungarian High School Teachers. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35010695/> (дата доступу 21.12.2024)
7. Гансен Андерс. Інстамозок. Як екранна залежність призводить до стресів і депресії. Наш формат. 2020. С. 200.

Маркевич Мар'яна Михайлівна – студентка групи 1БКС-23б, факультет інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, e-mail: 7mariaanaa@gmail.com

Науковий керівник: **Теклюк Анатолій Іванович** — кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця email: teklyuk.a.i@vntu.edu.ua

Markevych Mariana Mykhailivna – student of group 1BKS-23b, faculty of information technologies and computer engineering, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: 7mariaanaa@gmail.com

Supervisor: **Teklyuk Anatoliy Ivanovych** - Associate Professor, Department of Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia. teklyuk.a.i@vntu.edu.ua