Автор: Sinwind
17.10.2009 01:17 -

Интернет общение и развлечения способны захватить человека полностью и привести к замене имеющейся реальной жизни виртуальной и для развития этой поведенческой зависимости требуется совсем немного времени – всего около полугода.

Обсуждение вопроса существования Интернет - зависимости началось с 1994 года и к сегодняшнему дню развитие этой проблемы продолжило не только написание исследовательских работ, но и создание консультативно – психотерапевтических служб для оказания помощи зависимым людям.
Интернет – зависимость проявляется:

1. в зависимости к работе с компьютером (игромания)

2. в зависимости от «виртуальных отношений» (общения в чатах, групповых играх)

3. в зависимости от «виртуального секса»

4. в зависимости от, опосредствованных Интернетом, азартных игр, аукционов, электронных покупок.

Кроме того, политические, социальные и экономические причины также провоцируют человека в уход в Интернет. Ведь Интернет позволяет почувствовать себя не маленьким человеком, а Супергероем, человеком, который может в виртуальном мире ВСЕ. И здесь нет границ государства, которое накладывает на него политические рамки, нет социальных и экономических проблем. И именно поэтому, так широко распространение интернет – зависимости среди представителей разных возрастных групп.
Такого рода общение и развлечение способны захватить человека полностью и привести к замене имеющейся реальной жизни виртуальной. Тем более что для

развития поведенческой зависимости - Интернет – зависимости требуется в среднем год, когда как для развития традиционной, например, алкогольной зависимости такого срока будет недостаточно.

При Интернет – зависимости людей объединяю общие симптомы заболевания.

1. Это неспособность и нежелание отвлекаться от Интернета и досада и раздражение, при вынужденном отрыве.

2. Проведение в Интернете, постоянно увеличившееся количество времени и неспособность спланировать время выхода из сети.

3. Увеличение расходов на Интернет.

4. Ложь близким о реальном времени, проводимым за компьютером.

5. Забывание о прямых обязанностях, будь то учеба, работа или домашние дела.

6. Потеря отношений и общения прежнего круга друзей.

7. Освобождение посредством Интернета от негативных настроений и депрессий и появление при работе в сети специфической эйфории.

8. Появление нерегулярности в питании и сне.

9. Пренебрежение собственным здоровьем, физической формой, личной гигиеной.

Так как большая часть зависимых от Интернета, пользуется сервисами, связанными с общением, ученые утверждают, что зависимости подвержены, прежде всего, люди с недостаточным уровнем социальной адаптации, проще говоря, испытывающие трудности в общении. Но вместо того, чтобы развивать коммуникативные навыки, люди, имеющие трудности в сфере общения, выбирают такой способ общения, где эти навыки не нужны – Интернет – общение. И тем самым отгораживаются от простых людей все дальше.

При интернет - зависимости пропадает функция формирования образа собеседника, путем понимания его психологических и эмоциональных свойств (по невербальным проявлениям), необходимых для выбора адекватных способов общения. Поэтому зависимые не обращают внимания на эмоциональное состояние партнера при реальном общении. Кроме того, заядлым Интернет - пользователям свойственна тенденция к доминированию, ориентация на собственное мнение, нетерпимость к критике, эгоцентричность, сниженная эмоциональность и замкнутость. При реальном общении это проявляется в неумении слушать собеседника, нетерпимости к высказываниям партнера, неспособности дать возможность высказать сою позицию и невнимательности к собеседнику.

При таком подходе к общению: невниманию к собеседнику, не замечанию его переживаний, критическом настрои к чужому мнению, очень трудно найти собеседника в реальной жизни. И поэтому такие люди выбирают Интернет, где не надо удерживать партнера, а легко можно найти другого, тем более что невербальное общение дает некое ощущение безопасности.

Такое легкое получение положительных эмоций посредством виртуальной жизни формирует нежелание возвращения к реальным проблемам «живых» отношений. Такой дефицит развития коммуникативных способностей в конечном итоге перерастает в серьезные жизненные сложности. Ведь благополучие человека во многом зависит от умения налаживать контакты и навыки общения.