Wpływ Internetu na człowieka

Internet daje właściwie nieograniczone możliwości. Człowiek za jego pomocą zmienia świat, ale także na nowo kształtuje własną osobowość. Internet to przestrzeń, w której możesz być, kim tylko zechcesz. Póki podawanie nieprawdziwych informacji na swój temat jest zabawą, nie ma niebezpieczeństwa. Groźnie robi się, jeśli zaczynasz wierzyć w wykreowany obraz siebie. Po jakimś czasie możesz już nie pamiętać, kim byłeś w „realu".

1. Wirtualna rzeczywistość

Wielu internautów, zwłaszcza tych, których dotknęło uzależnienie od Internetu, traci zdolność odróżniania rzeczywistości realnej od rzeczywistości wirtualnej. Pokonując niebieską granicę monitora, wchodzą tak mocno w wykreowany przez siebie świat, że powrót do prawdziwego życia staje się niemożliwy. Szczególnie podatni na działanie Internetu są młodzi ludzie, zafascynowani nowinkami i możliwościami technologicznymi. Zatopienie się w kolorowej rzeczywistości internetowej stanowi rodzaj odskoczni od monotonii i szarości świata zewnętrznego. W Internecie można znaleźć informacje na każdy temat, zwiedzić cały świat, nie ruszając się z domu, porozmawiać z ludźmi z całego świata.

To wszystko oczywiście ma pozytywny wpływ na człowieka, ale wymaga zachowania zdrowego rozsądku. Internet kształci, może rozwijać kreatywność, ułatwia naukę, dostarcza najbardziej aktualnych wiadomości, pobudza sferę emocjonalną człowieka. Z drugiej jednak strony, łatwo się zatracić w tych „pozytywach" rzeczywistości wirtualnej. Najbardziej podatna na uzależnienia od Internetu jest grupa nastolatków, którzy przeżywają okres buntu, „burzy i naporu", którzy ze względu na zmiany hormonalne są chwiejni emocjonalnie i którzy poszukują swojego prawdziwego „Ja", swojej tożsamości. Substytut tożsamości może oferować wówczas Internet. Młodzi ludzie, np. wyalienowani i odrzuceni przez grupę rówieśniczą, mogą szukać „ukojenia" w świecie fikcji . Piękny i barwny świat Internetu to alternatywa dla ponurej rzeczywistości, a nawet jeśli ktoś zdemaskuje nieprawdę, to łatwo uciec – wystarczy usunąć konto na stronie internetowej, wylogować się albo zmienić nick. Cienka granica między iluzją internetową a rzeczywistością realną rozmywa się.

2. Wpływ Internetu na osobowość

Jaka jest zależność między „Ja” a Internetem? Dzięki Internetowi możemy bez skrępowania i ograniczeń mówić o swoich prawdziwych poglądach, szczerze wypowiadać się na temat siebie samego. Dzięki anonimowości mamy poczucie bezpieczeństwa, możemy się „schować” za monitorem. Wygląd przestaje mieć tu znaczenie, liczy się nasza osobowość.
Z drugiej jednak strony, anonimowość daje także możliwość manipulowania własnym wizerunkiem. Można zyskać uznanie za zdolności i wiedzę, której dany użytkownik tak naprawdę nie posiada. Możemy spełniać własne pragnienia i marzenia, które w „realu” są niewykonalne. Dochodzi wówczas do dysocjacji osobowości. Coraz bardziej utożsamiamy się z wykreowaną postacią, poświęcamy jej coraz więcej czasu, w końcu nie chcemy już naszego prawdziwego „Ja”, gdyż liczy się tylko „Ja” wirtualne. Niebezpieczeństwo jest jeszcze większe, gdy nieprawdziwy obraz siebie tworzymy z premedytacją w celu zaszkodzenia innym. Dopuszczając się różnych mechanizmów manipulacji, można skrzywdzić innych użytkowników Internetu, co czynią np. pedofile.
Jakie są jednak zalety wirtualnego „Ja”? Wykreowana przez nas osobowość nie musi być jedynie zagrożeniem. Czasem pomaga pokonywać pewne granice, ułomności i lęki. Wirtualna rzeczywistość pomaga sprawdzić się w rolach, w których nie mielibyśmy okazji się znaleźć w prawdziwym świecie. Prowadzi to do zwiększenia pewności siebie, podejmowania odważniejszych życiowych kroków, a w konsekwencji – odnoszenia nowych sukcesów. Internet, dający poczucie anonimowości, nie musi sprzyjać patologii, może stać się metodą walki z nieśmiałością. Kiedy trudno porozmawiać z człowiekiem „twarzą w twarz”, można skorzystać z komunikatora internetowego i w ten sposób przełamywać „pierwsze lody” w interakcjach społecznych. Internet to nie samo zło, ale jak ze wszystkim w życiu, tak i z Internetem, należy zachować zdrowy umiar, by nie zrobić sobie krzywdy.

Obejrzyj film ,,Uzależnienie od internetu’’ -

https://youtu.be/ZgwoPqHKQvI

Obejrzyj film ,,Wirtualne uzależnienie’’ –

https://youtu.be/--oKykv9_TA

Serdecznie Pozdrawiamy