

Internet zavisnost

Od mnogobrojnih bolesti zavisnosti najizraženije, u skoro svakom društvu, su narkomanija i alkoholizam. Među ovakvim adutima, ne treba zaboraviti i one, naizgled manje vrijedne, poroke, kojim često podliježemo, a pritom nijesmo ni svjesni toga.

U prošlom izlaganju sam pomenio od čega zavisnost počinje i što je uslovljava. Naveo sam da su za to odgovorne psihoaktivne supstance, koje se nalaze u određenim konzumatornim sredstvima. Što se tiče internet zavisnosti, sredstvo koje, na neki način, konzumiramo jeste naš računar, a supstanca koja izaziva zavisnost jeste internet. Internet baš i ne možemo, tehnički, opisati kao supstancu, jer internet nije materija i nije opipljiv, ali, po svemu ostalom, ima odlike takve vrste. Internet možemo nazvati i drogom mladih, jer su oni najpogođeniji i najizloženiji, ali nije i da stariji ljudi ne uživaju u ovom poroku. Naime, ovakava zavisnost je itekakao opasna po naše zdravlje iz mnogo razloga: Kada uđemo na internet mrežu (društvene mreže, online igrice, online serije...) na njoj provodimo dosta vremena, a sati kao da nekud žure, i dok trepneš, počeo je naredni dan. Samim tim gubimo dosta vremena, koje bi mogli iskoristiti za puno važnije stvari. Osim toga, toliko provedenih sati za računarom i nijesu na zavidnom zdravstvenom nivou. Previše oštećuju i naprežu rožnjče i opterećuju CNS (centralni nervni sistem), na koji ostavlja posledice, zbog viščasovnog rada. Po statistici, najveći broj slučajeva gubitka i oslabljenja vida jesu posledice zračenja računara i digitalnih uređaja. Internet zavisnost ne donosi samo fizička (zdravstvena) oštećenja, već i duševna i mentalna. Pristup internetu ima veći broj svjetske populacije (globalizovana mreža podataka), tako da je velika vjerovatnoća pojave i prisustva manijaka, psihički nestabilnih ljudi, kao i ljudi koji, na neki način, žele da ugroze tuđe živote. Mladi, dosta često, ulaze u razgovore sa strancima i zbog svoje radoznalosti i neiskustva upadaju u zamke raznih „pedofila“ ili, ranije pomenutih, kriminalaca koji se bave plasiranjem ilegane prostitucije. Tada treba da se zapitamo: Da li smo mi i naša djeca bezbjedna na internetu? Jasno govoreći: I nijesmo... Osim navedenih kriminalnih lica, na internetu, ljudi (koji imaju pristup njemu) imaju slobodu da se izjasne i iskažu svoj stav o nekoj pojavi ili dešavanju, pritom bivaju u situacijama u kojima će njihovo izlaganje biti osuđivano na razne moguće načine od strane hater-a (hejtera). Nažalost danas je, a najviše na internetu, prisutna pojava toksicizma. Ljudi jednostavno iznose neke mračne i veoma potresne izjave i komentare, na štetu drugih osoba. Pojava koja se često upotrijebljava u ovakvoj vrsti „konverzacije“ jeste „hate speech“ (govor mržnje). U to najčešće spadaju: rasizam, nacionalizam, etno-nacionalizam, pol, seksualna orijentacija, religija... Hater-i (oni koji mrze) ovo, najčešće rade iz pakosti, jer nijesu u direktnom kontaktu sa osobom koju zlostavljaju, već se, podmuklo, kriju „sa druge strane monitora“ na možda čak i milje udaljenosti. Nego, hater-i nijesu veliki problem koliko druge pojave na internetu. Žrtve, već pomenutih kriminalaca i hater-a, su

tinejdžeri, donekle zrelije osobe, sa skoro već izgrađenom ličnošću. A što ćemo sa „djecom“? I oni spadaju u pogođene grupe. Djeca, u svom periodu odrastanja, imaju veoma veliku memoriju i veću sposobnost učenja, nego, recimo, stariji ljudi. Na veliku žalost, kao i ostale starostne dobi, i oni su stalno izloženi internetu, a možda i najviše. Složićemo se da na internetu možemo naučiti i vidjeti puno divnih stvari: kako napraviti tortu, božićni ukras, gledanje divnih pejzaža i životinja... Sve su to neke divne čari, koje nas mame na internet mrežu. Međutim, postoje i mnogo zabrinjavajući sadržaji, kojima su upravo i djeca izložena. U takvim sadržajima, djeca se po prvi put upozanju sa pojmovima nasilja, seksualizma i mnogih stavari koje nijesu određene za njihov uzrast. Društvo igra veliku ulogu u nastanku ovog problema. Naime, mi mladi, učimo od starijih (kako je i pozanto u psihološkom vidu učenja), a stariji su jednostavno postali robovi ovakve pojave. Teško ih je i kriviti, jer smo jednostavno takvo društvo, takav svijet. Tehnologija stalno napreduje, a svi težimo da budemo u korak sa vremenom. Električni uređaji su jednostavno postali dio našeg života i dio našeg domaćinstva, bez kojih obavljanje osnovnih funkcija ne bi bilo moguće. Iako igra značajnu ulogu u razvoju ovakve bolesti, društvo nastoji i da riješi ovaj problem. Uvode se razne zdravstvene i preventivne mjere, s kojima je upoznata većina stanovništva, mjere tipa: više od 3h provedena na računaru/internetu je štetno, određena pravila sjedenja i udaljenost između ravni očiju i monitora računara... Takođe, svaki roditelj je upoznat sa mjerama zaštite svoje djece na internetu, napravljeni su čak i programi preko kojih roditelji mogu da prate aktivnosti i listu pretraga svoje djece i na taj način sprečavaju nepoželjne ishode.

Što se tiče tehnologije, svijet je tek u razvoju. U bliskoj budućnosti, najvjerovatnije, će svaka nacija postati sajber-nacija, sudeći po putanji kojoj težimo. Na takvu sudbinu smo spremni, ali ona sa sobom nosi i određene količine zla. Pojava internet zavisnosti je još malda, ali ćemo vidjeti koliko daleko će dogurati i da li će naša budućnost doprinijeti njenom razvoju, ili će nas izvući iz ove pošasti.