МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПІДЛІТКІВ З ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЮ ПОВЕДІНКОЮ**

Виконала: студентка 2 курсу,
групи 8.0533-з-2
спеціальності 053– Психологія
Притуленко Юлія Андріївна
Керівник: Малина О.Г., к. психол.н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Залановська Л.І., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Запоріжжя – 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Притуленко Юлії Андріївні

Тема роботи Патохарактерологічна характеристика підлітків з інтернет-залежною поведінкою

керівник роботи Малина Г.О., к.психол.н., доцентка кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з сучасних досліджень проблеми інтернет-залежної поведінки підлітків в психології; визначити онтогенетичні, соціально-психологічні та особистісні детермінанти формування інтернет адикції у підлітковому віці, емпірично дослідити патохарактерологічні особливості інтернет залежних підлітків; визначити шляхи профілактичної роботи та надати рекомендації батькам з попередження формування інтернет залежної поведінки підлітків.

5. Перелік графічного матеріалу: 4 таблиці, 1 рисунок

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Малина О.Г., доцент		
Розділ 1	Малина О.Г., доцент		
Розділ 2	Малина О.Г., доцент		
Розділ 3	Малина О.Г., доцент		
Висновки	Малина О.Г., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ Ю.А. Притуленко

Керівник роботи _____ О.Г. Малина

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ О. М. Гредінарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 64 сторінок, 1 рисунок, 4 таблиці, 122 джерела, 4 додатка.

Об'єкт дослідження:.інтернет-залежна поведінка підлітків

Предмет дослідження: патохарактерологічні особливості підлітків з інтернет-залежною поведінкою

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі проблеми інтернет-залежної поведінки підлітків і емпіричному обґрунтуванні їх патохарактерологічних особливостей.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що певні патохарактерологічні риси, загострюючись у сенситивний період формування акцентуацій характеру в підлітковому віці, виступають чинниками ризику формування інтернет-залежної поведінки.

Методи дослідження: теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, синтез і узагальнення літератури по проблемі дослідження); мпіричні (анкетування, тестування, опитування); статистичні – знаходження середніх величин та їх достовірності.

Наукова новизна дослідження полягає в отриманні достовірних емпіричних даних про типологічні особливості патохароктерологічної і вікової детермінації схильності до інтернет-залежної поведінки у підлітковому віці.

Результати дослідження можуть бути використані при впровадженні профілактичної і корекційно-розвивальної роботи з підлітками щодо попередження інтернет-залежної поведінки у практиці психологічних служб закладів освіти.

ПІДЛІТКИ, АДИКЦІЯ, ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНА ПОВЕДІНКА, АКЦЕНТУАЦІЯ ХАРАКТЕРУ, ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНІ ТИПИ, ПСИХОПРОФІЛАКТИКА НЕХІМІЧНИХ АДИКЦІЙ

SUMMARY

Prytulenko Yu.A. Pathological characteristics of Adolescents with Internet Addictive Behaviour

Object of study:.internet-dependent behavior of adolescents

Subject of study: pathocharacterological features of adolescents with internet-dependent behavior

The purpose of the study is to theoretically analyze the problem of internet-dependent behavior of adolescents and empirically substantiate their pathocharacterological features.

The hypothesis of the study is the assumption that certain pathocharacterological features, exacerbated during the sensitive period of formation of character accentuations in adolescence, act as risk factors for the formation of internet-dependent behavior.

Research methods: theoretical (theoretical and methodological analysis, synthesis and generalization of literature on the research problem); empirical (questionnaire, testing, survey); statistical - finding average values and their reliability.

The scientific novelty of the study lies in obtaining reliable empirical data on the typological features of the pathocharacterological and age-related determination of the tendency to Internet-dependent behavior in adolescence.

The results of the study can be used in the implementation of preventive and correctional and developmental work with adolescents to prevent Internet-dependent behavior in the practice of psychological services of educational institutions.

Keywords: adolescents, addiction, internet-addictive behavior, character accentuation, pathocharacterological types, psychoprophylaxis of non-chemical addictions.

ЗМІСТ

ВСТУП……...…….7
РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОБЛЕМИ …….....10
1.1. Поняття інтернет-залежної поведінки в сучасних психологічних дослідженнях……..……..10
1.2. Психологічні закономірності формування інтернет-залежної поведінки особистості …….…….18
1.3. Онтогенетичні особливості формування інтернет-залежної поведінки у підлітковому віці……..24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ……31
2.1. Організація та методика дослідження патохарактерологічних особливостей інтернет-залежної поведінки підлітків……..…….....31
2.2. Аналіз результатів дослідження типів акцентуацій характеру у інтернет-залежних підлітків…….……...……...35
2.3. Профілактичні аспекти роботи та психологічні рекомендації батькам щодо попередження формування інтернет адикції у підлітковому віці.....…46
ВИСНОВКИ ……...…….50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……...…….53
ДОДАТКИ……65

ВСТУП

Стрімкий розвиток і прогрес інформаційних технологій, потужне розширення кібер простору змінили сучасний спосіб життя. Впливаючи на усі сфери життя, ці зміни перш за все відбиваються на особливостях соціалізації дітей і молоді. Особливо вразливим до негативних наслідків життя в мережі є підлітковий вік, оскільки провідною діяльністю підлітків є спілкування, що переважно відбувається онлайн. Дистанційне навчання, розрив сімейних і дружніх зв'язків як негативні наслідки війни, намагання уникнення стресових ситуацій через альтернативні способи самореалізації зумовлюють захоплення віртуальною реальністю і згодом залежність від Інтернету.

Інтернет-залежність стала поширеним явищем у світі, що визиває тривогу педагогів, лікарів і психологів. Життя у кіберпросторі стає все більш тотальним і породжує проблему залежної поведінки і контролю над потягами, коли все складніше зберігати баланс між реальністю і віртуальним світом у межах здорової поведінки без шкоди для здоров'я. Найбільш вразливою категорією вважається вікова група від 14 до 24 років, але ситуація стає загрозливою і для інших вікових груп.

Наразі психічний розвиток, особистісне становлення і соціалізація підлітків відбувається одночасно у соціальній реальності і у віртуальній реальності, яка для підлітка стає більш привабливою і тому за своїми психологічними наслідками небезпечною. На сьогодні темпи розвитку і масштаби Інтернет-залежності, її суттєвий вплив на становлення особистості і трансформацію суспільства зумовили необхідність її усебічного вивчення.

Актуальність проблеми, її практична значущість і необхідність теоретичного визначення психологічних детермінант формування інтернет залежності та її ролі у психічного розвитку особистості у піздітковому віці зумовили вибір теми даного дослідження – «Патохарактерологічна

характеристика підлітків з інтернет-залежною поведінкою».

В основу даного дослідження покладено припущення, що вікові особливості психічного і особистісного розвитку підлітків виступають психологічними детермінантами сенситивності загострення патохарактерологічних рис і формування акцентуацій характеру, певні типи яких є чинниками ризику формування інтернет-залежної поведінки.

Об'єкт дослідження:.інтернет-залежна поведінка підлітків

Предмет дослідження: патохарактерологічні особливості підлітків з інтернет-залежною поведінкою

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі проблеми інтернет-залежної поведінки підлітків і емпіричному обґрунтуванні їх патохарактерологічних особливостей.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що певні патохарактерологічні риси, загострюючись у сенситивний період формування акцентуацій характеру в підлітковому віці, виступають чинниками ризику формування інтернет-залежної поведінки.

Методи дослідження: теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, синтез і узагальнення літератури по проблемі дослідження); мпіричні (анкетування, тестування, опитування); статистичні – знаходження середніх величин та їх достовірності.

Завдання дослідження:

1. здійснити теоретичний аналіз вивчення проблеми інтернет-залежної поведінки в сучасних психологічних дослідженнях;

2. охарактеризувати онтогенетичні, соціально-психологічні, особистісні детермінанти розвитку інтернет адикції в підлітковому віці;

3. емпірично дослідити патохарактерологічні аспекти формування інтернет-залежної поведінки підлітків;

4. розглянути напрямки профілактичної роботи з попередження формування інтерне-залежної поведінки підлітків та надати психологічні рекомендації батькам підлітків, схильних до інтернет адикції.

Теоретико-методологічну основу роботи склали основні положення зарубіжних досліджень М. Шоттон, Д. Грінфілд, Дж. Грохот, К. Янг і результати наукових робіт вітчизняних науковців, серед яких Асєєва Ю. О., Бацилова О. В., Пузь І. В., Бігун Н. В, Вакуліч Т.М., Ванда М. А., Бондаренко Н. Б., Гавалешко О. М., Самборська О. Я., Гуменюк Л. Й Іванків І. І.. Камінська О. В.. Карабін Т.В.. Кришовська О. О., Лучинкіна А. І., Малєєва Н. С., Музиченко К. В., Петрунько О. В., Рациборинська-Полякова Н. В., Семененко К. М., Беляєва Н. М., Яворовенко О. Б., Куриленко І. В., Стрільчук О. В., Субашкевич І.Р., Гринаш М.І., Турецька Х. І., Ховрич М. О., Міткевич М. О., Чаплак Я. В., Чуйко Г. В., Зварич І. М., Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю., Яворський М. В.

Наукова новизна дослідження полягає в отриманні достовірних емпіричних даних про типологічні особливості патохароктерологічної і вікової детермінації схильності до інтернет-залежної поведінки у підлітковому віці.

Результати дослідження можуть бути використані при впровадженні профілактичної і корекційно-розвивальної роботи з підлітками щодо попередження інтернет-залежної поведінки у практиці психологічних служб закладів освіти.

РОЗДІЛ 1.
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОБЛЕМИ

1.1. Поняття інтернет-залежної поведінки в сучасних психологічних дослідженнях

Проблема адиктивної поведінки для сучасної психологічної науки є актуальною і традиційно викликають інтерес науковців. Останнім часом саме не хімічні, поведінкові адикції привертають все більше уваги науковців.

Наразі тотальне використання комунікативно-інформаційних технологій, масове використання гаджетів, девайсів, цифрових пристроїв зумовили появу нових форм зміненої реальності і нових залежностей – залежності від інтернету і комп'ютерного світу. Бажання перебувати у віртуальній реальності зумовлено і обставинами соціальної нестабільності, непевності, безпорадності, розгубленості та розмитої перспективи майбутнього, спричиненими сучасними умовами життя у війні. Проте , маючи особистісно-захисний характер, вихід у віртуальне життя, призвродить до трансформації соціалізації, змін в структурі особистості, негативних змін у структурі ієрархії потреб та сфері спілкування і деформації особистісного розвитку , особливо для підлітків, що зумовлено закономірностями психічного розвитку і становлення особистості.. Ці негативні зміни можуть стати підґрунтям до розвитку адитивної поведінки і призвести до формування аномалій особистості.

Саме тому особливої уваги психологів наразі потребують , визначення особливостей формування інтернет залежної поведінки, вивчення психологічних особливостей і особистісних рис підлітків, що схильні до адитивних форм поведінки (перш за все комп'ютерної), пошук методичних шляхів запобігання подальшому зростанню інтернет-залежної поведінки,

розробка ефективних психокорекцій них технологій подолання Інтернет-залежнооїповедінки у підлітковому віці є надзвичайно актуальним.

Дослідження проблеми психології залежності від Інтернету як поведінкової адикції широко висвітлено здебільшого у зарубіжній літературі у працях таких науковців як М. Шоттон, Д. Грінфілд, Дж. Грохот, К. Янг та ін.

Серед вітчизняних дослідників проблеми Інтернет-залежностіширокоо відомі роботи Асєєва Ю. О., Бацилова О. В., Пузь І. В., Бігун Н. В, Вакуліч Т.М., Ванда М. А., Бондаренко Н. Б., Гавалешко О. М., Самборська О. Я., Гуменюк Л. Й Іванків І. І.. Камінська О. В.. Карабін Т.В.. Кришовська О. О., Лучинкіна А. І., Малєєва Н. С., Музиченко К. В., Петрунько О. В., Рациборинська-Полякова Н. В., Семененко К. М., Беляєва Н. М., Яворовенко О. Б., Куриленко І. В., Стрільчук О. В., Субашкевич І.Р., Гринаш М.І., Турецька Х. І., Ховрич М. О., Міткевич М. О., Чаплак Я. В., Чуйко Г. В., Зварич І. М., Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю., Яворський М. В.

Поняття «віртуальна реальність» було введено в науковий обіг в 1984 році Джарон Ланье, який разом з групою вчених розробляв систему віртуальної реальності в області симуляції хірургічних операцій і трактувалося як ілюзорна реальність, породжена комп’ютерними технологіями.

Віртуальна реальність характеризується як нематеріальність і умовність субєктивної частини психологічної реальності людини. Науковці виділяють наступні характерні риси віруальної реальності: породження, актуальність, автономність, інтерактивність. Породження – віртуальна реальність продукується активністю будь-якої іншої реальності, зовнішньої по відношенню до неї. Актуальність – віртуальна реальність існує актуально, тільки «тут і тепер», тільки поки активно породжує реальність. Автономність – у віртуальній реальності свого часу, простір і закони існування. У віртуальній реальності для людини, яка в ній знаходиться, немає зовні

існуючого минулого і майбутнього. Інтерактивність – віртуальна реальність може взаємодіяти з усіма іншими реальностями, в тому числі і з тим що породжує, так і онтологічно незалежна від них.

Самореалізація у віртуальному світі можлива через використання електронних девайсів та ґаджетів, що призвело до нових понять у психологічному тезарусу - Інтернетзалежності, кібер-адикції, ґаджет-адикції, комп'ютерної залежності та інших.

На сьогоднішній день існують два базових визначення розладу, пов'язаного з використанням комп'ютера. Поняття Інтернет залежності запропонувавв Ivan Goldberg, який під цим поняттям розумів розлад поведінки в результаті використання Інтернету і комп'ютера. Вони і досі використовуються як синонімічні і рівнозначні.

Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічну пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Комп'ютерна залежність (кібер-адикції, Інтернет-залежність) – це психічний розлад, що супроводжується проблемами зі здоров'ям і в стосунках з іншими людьми, що виражається в нездатності людини своєчасно закінчити заняття за комп'ютером (вийти з мережі Інтернет) і наполегливому бажанні повернутися за комп'ютер (у віртуальну Мережу).

Інтернет залежність – вид нехімічної залежності; психічний розлад, що виявляється в нав'язливому бажанні людини підключитися до Інтернету, а також болючою нездатністю вчасно відключитись від нього. Інтернет-залежність – це розлад в психіці, що супроводжується великою кількістю поведінкових проблем і в загальному полягає в нездатності людини вчасно вийти з мережі, а також в постійній присутності нав'язливого бажання туди увійти.

Інтернет-залежність (Internet Addiction Disorder) – психічний стан, для якого характерно нав'язливе бажання користуватися Інтернетом і неможливість припинити це робити (Griffiths M.D., Kuss D.J., & Billieux J., 2019).

Кібер-залежність є саме захворюванням, а не поганою звичкою, вадою виховання або несприятливим збігом обставин, вона знаходиться в одному рядку з іншими видами хімічних (наркоманія і алкоголізм) і нехімічних (ігроманія, тренінгоманія) залежностей, так як виявляє всі ознаки захворювання (причина виникнення, симптоматика, перебіг, лікування і прогноз). Кібер-адикція – вид девіантної поведінки, пов'язаний з формуванням схильності до відходу від реальності через зміну свого психічного стану за допомогою постійної фіксації уваги на інтерактивній взаємодії з ігровими комп'ютерними програмами або з іншими користувачами за допомогою цих програм, що дозволяє нам виявити індивідуально-психологічні особливості підлітків, схильних до кібер-адикції (Больбот Т.Ю., 2004; Hawi N., 2018).

На думку Kandell's (1998) поняття «Інтернетзалежність» включає в себе будь-який вид діяльності в мережі (Kandell J. J. 1998:11-17).

R. Davis запропонував когнітивно-біхевіоральную модель для патологічного використання Інтернету, а саме виділив такі категорії, як специфічне патологічне використання Інтернету і генералізоване патологічне використання Інтернет (Davey S., & Davey A. (2015: Davis R., Flett G., & Bessre, A., 2002).

Перше включає в себе активацію вже існуючих специфічних видів комп'ютерних адикцій – гемблінг або порнографічні сайти, а друге – всі види комп'ютерних технологій (чати, пошук інформації і інше). Тобто R. Davis доповнив визначення К. Young, виділив головний зміст, коморбідність, показав, що патологічне використання Інтернету може активізувати вже існуючу патологію або виступити як окремий вид залежності.

Alex S. Hall і Jeffrey Parsons (2001) представили третій термін – Інтернет-залежна поведінка. Вони згодні з тим, що надмірне використання Інтернету може нашкодити когнітивній, поведінковій і афективній сфеам, тобто вплинути на стан здоров'я людини, але вони не підтримують

патологічну етіологію цієї проблеми (Hall A., & Parsons J., 2001; Hawi N., 2018).

На даний момент серед фахівців немає єдиної думки про те, як слід називати цей феномен. Вперше наявність залежності відзначили американські вчені у 80-х роках (Shotton, M.A., 1989), які вказували, що формування комп'ютерної залежності обумовлено не тільки потребою відходу від реальності або особисті проблеми, а й індивідуальні характеристики людини (наприклад, особливості характеру, що визначають поведінку людини).

Один з перших дослідників Інтернету професор Джон Сулер зазначає, що, можливо, слід говорити про кібер-адикції – залежність від віртуального середовища, створеного за допомогою комп'ютерних технологій (Suler, J., 2008).

Виділяють три різновиди кібер-діяльності, які викликають глобальні негативні зміни особистості, до них відносяться:

1. Захопленість пізнанням в сфері програмування та телекомунікацій, як крайній варіант – хакерство.

2. Захопленість комп'ютерними іграми та іграми за допомогою Інтернету, як крайній варіант – ігрова наркоманія.

3. Захоплення мережевий комунікацією, як крайній варіант – Інтернет-адикція – залежність від Інтернету

Першими дослідниками Інтернет-залежності і, фактично, родоначальниками нового напряму в психологічній науці – психології залежності від Інтернету – стали К. Янг та І. Голдберг.

Вперше це явище було описано в 1995 році доктором Айвеном Голдбергом, який виділив такі основні симптоми Інтернет-залежності: використання комп'ютерних ігор викликає хворобливий негативний стресовий стан або дистрес; використання комп'ютерних ігор завдає шкоди фізичному, психологічному, міжособистісному, економічному чи соціальному статусу (Goldberg I., 1996).

Також він запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету, в основу яких були взяті ознаки патологічного пристрасті до азартних ігор (гемблінга).

Доктор Kimberly Young ввела дещо інше поняття – проблемне використання Інтернету, виділивши такі характерні риси: нав'- язливе бажання перевірити e-mail; постійне очікування наступного виходу в Інтернет; скарги навколишніх на те, що людина проводить занадто багато часу в Інтернет та скарги навколишніх на те, що людина витрачає занадто багато грошей на Інтернет.

Надалі K. Young виділила п'ять основних видів Інтернет-залежності:

1. Комп'ютерна залежність (computer addiction): обсесивна пристрасть до роботи за комп'ютером (програмування, ігор або інших видів діяльності);

2. Компульсивна навігація в мережі (net compulsions): компульсивний пошук інформації у віддалених базах даних;

3. Перевантаженість інформацією (information overload): патологічна схильність до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів, електронних покупок;

4. Кіберсексуальна залежність (cybersexual addiction): залежність від «кіберсексу», тобто від відвідування порнографічних сайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах або закритих групах «для дорослих»;

5. Кіберкомунікативна залежність (cyber relational addiction): залежність від спілкування в соціальних мережах, форумах, чатах, групових іграх і телеконференціях, що може призвести до заміни реальних членів сім'ї і друзів віртуальними.

У своєму «Центрі онлайнової залежності» К. С. Янг розробила трирівневу модель, що пояснювала прихильність багатьох людей до азартного використання Інтернету.

Ця модель позначається абревіатурою ACE (Accessibility, Control, Excitement), оскільки залежність від Інтернету виникає:

- в силу його доступності (Accessibility), за рахунок збереження

контролю (Control) за власними діями і наслідками прийнятих рішень,

- на тлі емоційного підйому,
- порушення (Excitement) від результатів власних дій.

Mark Griffiths відокремив дві групи Інтернет залежних: адикти (залежні) першого і другого порядків. Адикти першого порядку відчувають себе в підвищеному настрої під час гри, люблять грати групами в Мережі, отримують позитивне підкріплення з боку групи, коли стають переможцями і саме це є для них головним. Комп'ютер для них – засіб отримати соціальне винагороду.

Адикти другого порядку використовують комп'ютер для втечі від проблем у своєму житті, і їх залежність від ПК – симптом глибших проблем (наприклад, фізичні недоліки, низька самоповага і т.п.).

В даний час не існує загальновизнаної класифікації комп'ютерної залежності, в різних джерелах виділяються наступні типи залежностей, які пов'язані з комп'ютерними технологіями:

комп'ютерні ігри та Інтернет-залежність (пристрасть до онлайнових біржових торгів та азартних ігор);

нав'язливий серфінг (подорож в мережі, пошук інформації по базах даних і пошукових сайтах);

ігрова залежність – нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми по мережі;

віртуальні знайомства (великі обсяги листування, постійна участь в чатах, веб-формах, надмірність знайомих і друзів в Мережі);

кіберсекс (захоплення порносайтами) .

На початку дослідження проблеми увага дослідників була звернена на психологічні та соціальні аспекти інтернет залежності (M. D Griffiths, S. E. Caplan, K. Young, M. Cole, J. Jacobson, Т. Больбот, Е. Мельник, К. В..), в яких виділені різні дефініції, соціально-психологічні чинники формування, симптоми і стадії, клінічні аспекти, класифікації та типології, висвітлені

питання взаємодії дітей з комп'ютером, поведінка користувачів у «мережі» тощо.

Більшість вітчизняних і зарубіжних авторів (Л. Весмер, В. Міллер, М. Ландрі.) використовують терміни адикція, адиктивна поведінка і залежність, як синонімічні поняття.

Слід зазначити, що при всьому різноманітті думок і підходів більшість авторів адиктивну поведінку все ж відносять до деструктивної поведінки, що виражається прагненням до відходу від реальності за рахунок зміни свого психічного стану. Дж. Томер описує адиктивну поведінку, як зосередженість на вузькоспрямованій сфері діяльності при ігноруванні інших і прагненні до втечі від реальності.

Отже, як комп'ютерна залежність, Інтернет залежність так і кібер-адикція більшістю науковців трактується як психічний розлад, що впливає на нормальний процес життєдіяльності особистості та має свої варіанти прояву та процес течії.

Інтернет-залежність (Інтернет-адикція) розглядається як, вид нехімічної залежності, як психічно-поведінковий розлад, що виражається в нав'язливому чи компульсивному бажанні постійно перебувати в режимі on-line, викликаючи порушення нормального процесу життєдіяльності, а неможливість перебування в режимі on-line призводить до змін емоційного стану й спричиняє негативні зміни в когнітивній, поведінковій та афективній сферах особистості.

Узагальнюючи прояви, характерні для Інтернет-залежності можна виділити основні її ознаки:

- неможливість суб'єктивного контролю за використанням Інтернет і дезадаптація, яка відображає негативний вплив його використання на міжособистісні
- стосунки, здоров'я, роботу, навчання, емоційний, психологічний стан, фінансовий статус, та ін., характерні, втім, для будь-якого залежної поведінки.

Необхідно також враховувати наступну важливу ознаку поведінкової залежності – це те, що даний вид діяльності носить контрпродуктивний (непродуктивний, даремний) характер.

Цілком очевидно, що Інтернетзалежність, кібер-адикція, як хворобливі розлади, повинні відповідати тим відомим шести компонентам, які є універсальним для всіх варіантів адикцій (R. Brown, 1993; M. Griffiths,):

1) особливість, «надцінність» (salience);

2) зміни настрою (mood changes);

) зростання толерантності (tolerance);

4) симптоми відміни (withdrawal symptoms);

5) конфлікт з оточуючими і самим собою (conflict);

6) рецидив (relapse).

Таким чином, актуальним питанням і на сьогоднішній день залишається визначення тієї межі, коли яскравий, барвистий і захоплюючий світ кіберпростору з безліччю різних героїв, образів, місць настільки опановує психіку, що переростає в інтернет-залежну поведінку.

1.2. Психологічні закономірності формування інтернет-залежної поведінки особистості

Термін «інтернет залежна поведінка» визначає патологічну пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Вперше про інтернет залежну поведінку заговорили на початку 80-х років американські вчені. У наш час феномен формування патологічного зв'язку між людиною і комп'ютером став очевидний і придбаває все більший розмах.

Інтернет залежність - форма відходу від реальності. Реальності, яка травмує і яку складно передбачити, де доводиться будувати відносини з різними людьми - і з симпатичними нам, і не дуже. Реальність пов’язана з конфліктами і розчаруваннями, хворобливими провалами і гіркими втратами. Ще тому ще не навчився існувати в дорослому жорсткому світі підлітку і

здається, що комп'ютер, віртуальне життя – ідеальний вихід [9; 10]. Залежність від комп'ютера усвідомлюють оточуючі дитину друзі, родичі, знайомі, але зовсім не він сам, що дуже схожий з будь-яким іншим видом залежності. Основними критеріями, що визначають початок комп'ютерної залежності, можна рахувати наступні:

- -беспричинне збудження або млявість, часті і різкі перепади настрою від байдуже-пригніченого до эйфорически-підведеного, -болезненная і неадекватна реакція на критику, зауваження, ради, -нарастающая опозиційність до батьків, старих друзів,
- значне емоційне відчуження;
- погіршення пам'яті, уваги;
- зниження успішності, систематичні прогули занять;
- обмеження спілкування з раніше значущими людьми: родичами, друзями, улюбленою людиною, значна зміна кола спілкування, -підозрілі контакти, телефонні дзвінки, зустрічі;
- відхід від участі в справах, які раніше були цікаві, відмова від хобі, улюбленої справи;
- пропажа з будинку цінностей або грошей, поява чужих речей, грошові борги дитини;
- виверткість, брехливість;
- неохайність, не характерна раніше;
- напади депресії, страху, тривоги.

Комп'ютер, виконує дійсно широкий спектр задач: програвання музики і радіо, відображення фільмів і телевізійних каналів, фіксація текстових напрацювань, відображення текстів, графічних об'єктів і анімації, виконання функцій телефону і калькулятора, відображення і надання можливості вивчення глобальних мереж і участі в електронних іграх, а також багато що інше. Таким чином, перед дитиною відкривається новий світ незліченної кількості можливостей і інтересів, який "відключає" його від реального світу, "перемикаючи" на себе. Психологічна неможливість співволодіти з бажанням

насититися новою інформацією, і їсти комп'ютерна залежність [11; 28] Не дивлячись на те, що прагнення, що виникають при інтернет залежності, спочатку несуть позитивні аспекти, даний тип залежності, як і будь-яка інша аддікция, веде до деградації особи, розкладання соціального статусу, втраті власного «Я», погіршенню психологічного здоров'я, збудженню внутрішніх подразників, виникненню агресії, замкнутості.

Дитину привертає в грі:

- наявність власного (інтимного) миру, в який немає доступу нікому, окрім нього самого;
- відсутність відповідальності;
- реалістичність процесів і повне абстрагування від навколишнього світу;
- можливість виправити будь-яку помилку шляхом багатократних спроб;
- можливість самостійно ухвалювати (будь-які) в рамках гри рішення, незалежно від того до чого вони можуть привести.

Віртуальна реальність - це нематеріальність дії, умовність параметрів і ефемерність, - це не є життя, це лише вторинна частина життя, це паралельний, але не основний процес. Немає значення ігнорувати комп'ютерні можливості, необхідно їх використовувати в міру необхідності, а розваги у вигляді комп'ютерних ігор, необхідно сполучати з реальними активними діями в реальному світі. В більшості випадків комп'ютерна, Інтернет- або ігрова залежність виникають на фоні зірваної або явної незадоволеності навколишнім світом і неможливості самовираження, при страху бути тим, що не зрозуміють.

Зазвичай, інтернет залежність (або її різновиди) викликають обурення і засудження з боку оточуючих, що ще більш заглиблює конфлікт, а, отже, підсилює пристрасть до проведення часу за комп'ютером. для дітей комп'ютер і комп'ютерні ігри – це варіант проведення дозвілля, яке «так

захоплює дитину, що вона йде від реального життя». При цьому «страждає» як фізичне, так і психічне здоров'я дітей».

На думку фахівців, причини формування інтернетї залежності у тому, що на перших етапах звикання дитини до комп'ютерної гри батьки заохочують ці дії. Вони усвідомлюють проблему тільки тоді, коли дитина перестає реагувати на їх вимоги вимкнути комп'ютер, у неї падає успішність в школі, погіршується зір.

На підставі запропонованої динаміки залежності можна виділити чотири стадії розвитку психологічної залежності від комп'ютера ігор, кожна з яких має свою специфіку. Стосовно цього аспекту нагадаємо, що всі теоретичні викладення засновані на вивченні впливу рольових комп'ютерних ігор (як найбільш дослідженого різновиду комп'ютерної залежності), проте можливість їх розповсюдження на інші ігри і види комп'ютерної діяльності не виключена.

1. Стадія легкої захопленості. Після того, як людина (підліток) один або кілька разів пограв в рольову комп'ютерну гру, він починає «відчувати смак», йому починає подобається комп'ютерна графіка, звук, сам факт імітації реального життя або якихось фантастичних сюжетів. Хтось все життя мріяв постріляти з ручного кулемета, хтось — посидіти за кермом Ferrari або за штурвалом бойового винищувача. Комп'ютер дозволяє людині з досить великою наближеністю до реальності здійснити ці мрії. Починає реалізовуватися неусвідомлювана потреба в ухваленні ролі. Людина одержує задоволення, граючи в комп'ютерну гру, чому супроводять позитивні емоції. Природа людини така, що він прагне повторити дії, що приносять задоволення, задовольняють потреби. У слідство цього людина починає грати вже не випадковим чином опинившися за комп'ютером, прагнення до ігрової діяльності приймає деяку цілеспрямованість. Проте специфіка цієї стадії у тому, що гра в комп'ютерні ігри носить швидше ситуативний, ніж систематичний характер. Стійка, постійна потреба в грі на цій стадії не сформована, гра не є значущою цінністю для людини.

2. Стадія захопленості. Чинником, що свідчить про перехід людини на цю стадію формування залежності є поява в ієрархії потреб нової потреби — гра в комп'ютерні ігри. Насправді нова потреба лише узагальнено позначається нами як потреба в комп'ютерній грі. Насправді структура потреби набагато складніша, її істинна природа залежить від індивідуально-психологічних особливостей самої особи. Іншими словами, прагнення до гри — це, швидше, мотивація, детермінована потребами втечі від реальності і ухвалення ролі. Гра в комп'ютерні ігри на цьому етапі приймає систематичний характер. Якщо людина не має постійного доступу до комп'ютера, тобто задоволення потреби фрустрірується, можливі достатньо активні дії по усуненню фрустрірующих обставин.

3. Стадія залежності. За даними Шпанхеля, всього 10-14% гравців є «завзятими», тобто імовірно знаходяться на стадії психологічної залежності від комп'ютерних ігор. Ця стадія характеризується не тільки зрушенням потреби в грі на нижній рівень піраміди потреб, але і іншими, не менш серйозними змінами — в ценностносмислової сфері особи. Відбувається інтерналізация локуса контролю, зміна самооцінки і самосвідомість. Залежність може оформлятися в одній з двох форм: социалізированной і що індивідуалізується. Социалізована форма ігрової залежності відрізняється підтримкою соціальних контактів з соціумом (хоча і в основному з такими ж ігровими фанатами). Такі люди дуже люблять грати спільно, грати за допомогою комп'ютерної мережі один з одним. Ігрова мотивація в основному носить характер змагання. Ця форма залежності менш згубна в своєму впливі на психіку людини, ніж індівідулізірованная форма. Відмінність у тому, що люди не відриваються від соціуму, не йдуть «в себе»; соціальне оточення, хоча і що складається з таких же фанатів, все ж таки, як правило, не дає людині повністю відірватися від реальності, «піти» у віртуальний світ і довести себе до психічних і соматичних порушень.

Для людей з формою залежності, що індивідуалізується, такі перспективи набагато більш реальні. Це крайня форма залежності, коли порушуються не тільки нормальні людські особливості світогляду, але і взаємодія з навколишнім світом. Порушується основна функція психіки — вона починає відображати не дію об'єктивного світу, а віртуальну реальність. Ці люди часто довго грають поодинці, потреба в грі знаходиться у них на одному рівні з базовими фізіологічними потребами. Для них комп'ютерна гра — це свого роду наркотик. Якщо протягом якогось часу вони не «приймають дозу», то починають відчувати незадоволеність, відчувають негативні емоції, впадають в депресію. Це клінічний випадок, психопатологія або спосіб життя, ведучий до патології. У зв'язку з цим ми в цій роботі детально не зупинятимемося на цьому, оскільки це питання вимагає окремого вивчення.

4. Стадія прихильності. Ця стадія характеризується згасанням ігрової активності людини, зрушенням психологічного змісту особи в цілому у бік норми. Відносини людини з комп'ютером на цій стадії можна порівняти з не щільно, але міцно пришитим гудзиком. Тобто людина «тримає дистанцію» з комп'ютером, проте повністю відірватися від психологічної прихильності до комп'ютерних ігор не може. Це найтриваліша зі всіх стадій — вона може тривати все життя, залежно від швидкості згасання прихильності. Комп'ютерні ігри мають не велику історію, проте випадків повного згасання залежності одиниці. Людина може зупиниться у формуванні залежності на одній з попередніх стадій, тоді залежність угасає швидше. Але якщо людина проходить всі три стадії розвитку психологічної залежності від комп'ютерних ігор, то на цій стадії він буде знаходиться тривалий час. Визначаючим тут є той факт, до якого рівня відбудеться спад величини залежності після проходження максимуму. Чим спад сильніший, тим менше за часом угасатиме залежність. Проте є підстави припустити, що повністю залежність не пройде ніколи, але ми не можемо підтвердити це експериментально. Слід зазначити також і такий факт, як можливе короткочасне зростання ігрової

залежності, в слідство появи нових цікавих ігор. Після того, як гра поглине людину, сила залежності повертається на початковий рівень.

Таким чином, розбиття процесу формування інтернет залежності на стадії представляється нам важливим кроком на шляху дослідження феномена кіберадикції, оскільки передбачає типологизацію адиктів, виходячи з їх фіксації на певній стадії залежності. Таким чином, ми розглянули поняття інтернет залежності (ігрової), її вплив на здоров'я і психіку підлітків, виявили стадії інтернет залежної поведінки.

1.3. Онтогенетичні особливості формування інтернет-залежної поведінки у підлітковому віці

Рівень розвитку, що характеризує підлітковий вік, не є постійним. Підліток росте і змінюється разом із зміною умов життя суспільства. Сучасний підліток усебічно проінформований. Для поведінки підлітка характерно і те, що він перестав все приймати на віру, став тточніше помічати недоліки в поведінці і висловах дорослих. Проте яскраво виражена критичність по відношенню до оточуючих уживається у нього з недостатньою самокритичністю, невмінням об'єктивно оцінити свої успіхи і невдачі, небажанням визнати свою провину. У всіх аспектах психічної діяльності підлітків виявляються певні суперечності:

- з одного боку, непримиренність до зла, неправди, готовність вступити в боротьбу з щонайменшим відхиленням від істини і, з другого боку, - невміння розібратися в складних явищах життя;
- підліток хоче бути хорошим, прагнути до ідеалу і в той же час не любить, щоб його виховували, не терпить тієї «оголеності» ідей, тенденцій, яка іноді стає справжньою бідою шкільного виховання;
- бажання самоствердуватися і невміння це зробити;
- необхідність в пораді, допомозі — і в той же час, немов небажання, звернутися до старшого;

- суперечність між багатством бажань, з одного боку, і обмеженістю сил, досвіду, можливістю для їхнього здійснення — з іншою;
- показне заперечення авторитетів, захоплення ідеальним і сумнів у тому, що ідеальне може бути в нашому буденному житті;
- презирство до егоїзму, індивідуалізму і чутлива самолюбність;
- здивування перед невичерпністю науки, бажання багато знати, переживання натхнення, радощі інтелектуальної праці і в той же час поверхневе, навіть легковажне відношення до навчання, до своїх повсякденних завдань;
- романтична захопленість і грубі витівки, моральне неуцтво, захоплення красою і іронічне відношення до краси [6; 13].

Дитина, ставши підлітком, потерпає від непідготовленості управляти власним бурхливим розвитком, своїми переживаннями. Самі по собі ці переживання не є причиною відхилень в поведінці. Відхилення в поведінці підлітка з'являються в результаті помилок, допущених батьками у виховній роботі через незнання або ігнорування ними вікових особливостей підлітків.

Як нами вже було зазначено, сприйняття підлітків характеризується більшою організованістю, усвідомленістю і цілеспрямованістю в порівнянні із сприйняттям дітей молодшого шкільного віку. Сприйняття носить вибірковий характер. Підліток схильний сприймати найцікавіші для нього предмети і явища. Для уваги в цьому віці також характерна вибірковість. Підліток уважний до того, що його цікавить, і захоплюючою його роботою займається зосереджено і тривалий час, не відчуваючи утомленості. Разом з тим, внаслідок великої збудливості, дітям і підліткам властива нестійкість уваги. Пам'ять дітей і підлітків удосконалюється, якісно змінюється, розвиваються здібності логічного запам'ятовування. Школяр прагне осмислити матеріал, що вивчається, відтворити прочитане своїми словами. Правильно поступають ті батьки, які тренують сина або дочку у викладі прочитаного своїми словами, учать його робити це легко і вільно [7; 41].

Прагнучи до самостійності, діти і підлітки іноді ухиляються від перевірки знань з боку дорослих. Вони відмовляються повторювати навчальний матеріал вголос, запевняючи батьків, що все знають. В результаті — неміцність, а деколи і занедбаність знань.

У підлітковому віці стають досконалішими мислення і мова. Домінуючим у підлітка стає логічне мислення, спостерігається розширення кола засвоюваних абстрактних понять і якісне їх збагачення. Разом з тим, спостергається накопичення конкретних образів і уявлень, збагачення їхього змісту. Уявлення і поняття стають абстрактнішими. Мова дітей і підлітків характеризується ускладненням структури пропозицій, частішим вживанням абстрактних виразів. З'являється потреба в умінні мислити самостійно. Діти і підлітки прагнуть мати і відстоювати свої думки. Важливою особливістю їх мислення є критичність, особливо по відношенню до висловів дорослих. З'являється прагнення самому розібратися в житті. Ця особливість мислення сприяє виробленню самостійних поглядів і переконань, що має важливе значення в становленні його особистостіі.

Під впливом навчання, накопиченого соціального досвіду і джерел інформації розширюється коло інтересів, загострюється допитливість [13; 27].

У підлітковому віці такі відчуття як дружба, товариство відрізняються більшою усвідомленістю, ніж раніше. Дружба виникає найчастіше на основі загальної діяльності — навчальної, ігрової, спортивної, суспільної, на основі одних і тих же інтересів і схильностей. Підліток дорожить дружбою, готовий постояти за товариша в будь-яких обставинах. Дружба сприятливо позначається на формуванні його особистості, на вихованні високих етичних якостей: уважності і чуйності, доброзичливості, правдивості і чесності, взаємодопомоги і взаємовиручки.

Особливо гостро у дітей і підлітків проявляється відчуття колективізму. Хлопчика або дівчинку характеризує підвищена потреба в загальній колективній діяльності, прагнення знайти своє місце в учнівському

колективі. Підліток дорожить думкою однокласників і прагне заслужити своєю поведінкою їх схвалення. Невміння знайти своє місце в колективі учнів приводить до замкненості, відчуття самотності, що може з'явитися причиною недисциплінованості, пошуків діяльності поза колективом однолітків.

Психолого-педагогічні дослідження показують, що більшість учнів підліткового віку займається самовихованням, хоча не у всіх воно носить стабільний характер. Проте їх прагнення активно впливати на себе не завжди співпадає, а деколи і вступає в суперечність з його звичками, стихійно виникаючими бажаннями. В результаті з'являється неорганізованість, недисциплінованість [17; 23]. Весь процес формування дисциплінованості дітей носить суперечливий характер. Школяр може усвідомлювати необхідність дисципліни, планувати шляхи її формування і вдосконалення і в той же час порушувати її. У свідомості і поведінці підлітка одночасно уживаються дитинство і зрілість.

У нашому суспільстві діти і підлітки значною мірою засвоюють ролі і правила поведінки з сюжетів комп'ютерних ігор, телепередач, фільмів і інших засобів масової комунікації. Символічний зміст, представлений в цих медіа, надає глибоку дію на процес соціалізації, сприяючи формуванню певних цінностей і зразків поведінки дітей і підлітків.

Кожного разу підліток «з головою» поринає у гру, взаємодіючи з об'єктами, що беруть в ній участь, які підкоряються певним законам, що описують їх поведінку. Він має нагоду досліджувати в деталях весь час новий, постійно обновляється світ гри, стикаючись деколи з несподіваними явищами в рамках заздалегідь сформованих законів цього світу.

В основному його улюблені персонажі або об'єкти «живуть», щоб, змінюючись в нескінченних поєднаннях і варіаціях, доставляти йому радість. Серед них є «погані» і «хороші», «добрі» і «злі», «розумні» і «дурні». Перш за все, гра дає всі ті емоції, які не завжди надає дитині життя. Щонайширший спектр емоцій (від позитивних до негативних) можна випробувати, не

зсовуючись з місця! Це захоплення, задоволення, захопленість, досада, гнів, роздратування. Гра дає вихід надмірної життєвої сили, відпочинок і розрядку, прагнення до верховенства, компенсацію шкідливих спонук, заповнення монотонної діяльності, підпорядкування природженому інстинкту наслідування, вправа в самовладанні, задоволення нездійсненних в реальній обстановці бажань, здійснює тренування перед серйозною справою [20; 29] У грі дітям і підліткам добре. Вони сильні, сміливі, успішні.

Є і інший важливий аспект: дитина в грі одержує владу над світом, практично не прикладаючи зусиль, використовуючи лише як аналог чарівної палички комп'ютерну мишу. У нього створюється ілюзія оволодіння цим світом. Програвши, він може переграти, повернутися назад, щось переробити, наново прожити невдалий фрагмент гри. Це особливо захоплює дітей і підлітків, який хворобливо відчуває свою неуспішність, якого привертає можливість позбавлення від своїх комплексів, сьогохвилинного отримання задоволення, представлення себе в різних облічьях. В основному стан комп'ютерної залежності дезадаптує дітей і підлітків, вибиває з життя, причому таким чином, що у нього не залишається інших інтересів, окрім гри. Дитина вже не може без неї жити. Вона стає домінантною, тому можна сказати, що комп'ютерна залежність - своєрідний вид наркоманії. Надмірне захоплення комп'ютерними іграми стало однією з актуальних проблем початку третього тисячоліття. У них формується потяг, з яким самі вони вже не завжди здатні справитися. Їх поведінка відрізняється неадекватністю реакції на різні життєві ситуації, оскільки реальний мир управлінню за допомогою натиснення на клавіші не піддається. З'являється дратівливість, агресивність, імпульс, швидка стомлюваність, нездатність перемикатися на інші розваги, відчуття уявної переваги над оточуючими, порушується сон, пропадає бажання спілкування з ким-небудь. Загальний розвиток такої дитини сповільнюється. Якщо підліток залежить від комп'ютерних ігор, то, зазвичай, він не може контролювати час, що проводиться за комп'ютером (обіцяє зменшити його, вийти з програми, але не в силах цього зробити),

бреше, приховує вид занять, який виконував, переоцінює роль комп'ютера в своєму житті. Діти і підлітки відчувають депресію і тривогу, коли що-небудь або хто-небудь заважає його планам «посидіти» за комп'ютером, часто занурений у віртуальну активність, будучи поза доступом до комп'ютера, наприклад, роздумуючи про те, як пройти наступний рівень гри, страждає через незроблені важливі справи реального життя. Вони використовують комп'ютер як спосіб сховатися від проблем або уникнути відчуття неадекватності в реальному житті.[23; 26]

У будь-якому суспільстві знаходяться люди, що вважають за краще «тікати» від проблем, а комп'ютерні ігри, особливо рольові, є одним із способів так званої «аддіктівной реалізації», тобто відходу від реальності. «Випірнаючи» з віртуального світу в реальний, діти і підлітки випробовують дискомфорт, відчувають себе маленьким, слабким і беззахисним в агресивному середовищі. І бажають якнайскоріше повернутися туди, де він переможець. Їх комп'ютерний герой і весь віртуальний світ дозволяють задовольнити ті потреби, які не задоволені в реальному житті. Цього героя поважають, на його думку зважають, він супермен. Для підлітка дуже приємно входити в роль такого персонажа, відчувати себе їм. Далі, чим більше він грає, тим більше починає відчувати контраст між «ним реальним» і «ним віртуальним», що ще сильніше притягає його до комп'ютерної гри і усуває від реального життя. Гра стає засобом компенсації життєвих проблем. Особа починає реалізовуватися в ігровому світі, а не в реальному. Залежності схильні ті, у кого занижена або завищена самооцінка. І якщо перші знаходять в комп'ютері розуміючого співбесідника і друга, а також можливість досягти успіху в комп'ютерному житті, то для других важливе досягнення результату при мінімумі зусиль.[30; 31]

Таким чином, основною причиною виникнення інтернет залежної поведінки і підлітків можна вважати недолік спілкування і взаєморозуміння з батьками, однолітками і значущими людьми. На перших порах комп'ютер компенсує спілкування, потім оточуючі стають неважливі. Підлітковий вік -

це період формування життєвих цінностей, розширення соціальних контактів. А залежна дитина обмежує свій круг спілкування комп'ютером. Комп'ютерні ігри в даний час стали для багатьох дітей важливі за навчання або прогулянку з друзями. Вони прив'язують підлітка до неіснуючих об'єктів, заважаючи одержувати задоволення від спілкування з навколишніми людьми. В результаті у деяких підлітків наголошується відсутність життєвого досвіду, інфантилізм в рішенні життєвих питань, трудності в соціальній адаптації. І це притому, що розумовий коефіцієнт у таких дітей, як правило, високий.

Отже, підлітковий вік через вікові психолого-педагогічні особливості є найбільш сенситивним для формування інтернет залежної поведінки.

РОЗДІЛ 2.
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПАТОХАРАКТЕРОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2.1. Організація та методика дослідження патохарактерологічних особливостей інтернет-залежної поведінки підлітків

У зв'язку з процесом глобальної комп'ютеризації життя людини виникають питання про вплив комп'ютера на її організм і, в першу чергу, на її фізичне і психічне здоров'я.

Людям, які не уявляють своє життя без комп'ютера, «живуть» в Інтернеті, часто потребують соціальної підтримки: вони відчувають незадоволеність, труднощі у спілкуванні, їм притаманна низька самооцінка у реальному житті, комплекси тощо. За даними дослідників феномену комп’ютерної залежності, людина, що відноситься до групи ризику (адиктів), має наступні психологічні симптоми:

- збільшення часу перебування за комп’ютером не на користь родини та друзів;
- відчуття спустошеності, роздратування, депресія при неможливості «сидіти», працювати або грати за комп’ютером;
- обманювання працедавця або членів родини про свою діяльність, проблеми з роботою або навчанням;
- гарне самопочуття або ейфорія від передчуття «спілкування» з комп’ютером, небажання та й неможливість «відірватися» від нього ні на хвилину [20].

Отже, за поясненнями голови Вінницької організації Української спілки психотерапевтів та суспільної організації «Світозір», практикуючого психолога обласного Центру сімейного психологічного консультування Анатолія Киливника, сутність комп’ютерної залежності полягає у тому, що

комп’ютер починає управляти людиною [7]. Також, за словами Анатолія Киливника, з часом для залежної людини стає важливим не результат гри, а сам процес. Окрім того, в процесі гри втрачається контроль над часом: так, психотерапевтом зафіксовано випадок, коли 14-річний хлопчик просидів за комп’ютером 22 години поспіль [7].

Основною причиною виникнення комп’ютерної залежності у дітей психологи вважають нестачу спілкування і відсутність взаєморозуміння з батьками, однолітками та значущими людьми.

За даними психологів та психотерапевтів, найчастіше схильні до комп’ютерної залежності діти, чиї батьки працюють за кордоном або часто від’їжджають у відрядження, а також діти успішних бізнесменів. Попервах комп’ютер компенсує спілкування з батьками, а потім батьки стають неважливими.

Крім того, до залежності схильні ті, у кого занижена або завищена самооцінка. І якщо перші знаходять у комп’ютері всерозуміючого співрозмовника і друга, а також можливість досягти успіху у комп’ютерному житті, то для інших важливим є досягнення результату при мінімумі зусиль.

Сьогодні психологи виявляють комп’ютерну залежність й у шестирічних дітей, проте найбільш небажаною вона є для підлітків 12–15 років [7]. Причому на одну залежну дівчинку приходиться дев’ять-десять хлопчиків. Пов’язане це з тим, що комп’ютерні ігри в основному розраховано на хлопчиків, крім того, й криза підліткового віку хлопчиками переноситься важче.

Оскільки підлітковий вік – це період формування цінностей, розширення соціальних контактів, а залежна дитина обмежує своє коло спілкування комп’ютером, в результаті у неї відсутній життєвий досвід, інфантилізм у вирішенні життєвих проблем, труднощі у соціальній адаптації. Все це при цьому, що розумовий коефіцієнт у таких дітей, як правило, достатньо високий.

Залежну дитину, як відмічають спеціалісти, можуть дратувати інші люди. Часто такі діти проявляють агресію по відношенню до батьків, які намагаються обмежити їх спілкування з комп'ютером. В літературі описано випадок, коли найсильнішим бажанням залежного підлітка було, щоб не стало його батьків.

Комп'ютер стає втечею від реальності з її проблемами. І неможливість виправити «помилки» у житті з такою ж легкість, як у комп'ютері, викликає у залежної дитини різні легкі психічні відхилення емоційного плану — від агресії до депресії, від повного протиставлення себе світу до уходу в себе [7].

Кожна п'ята-шоста залежна від комп'ютера дитина переростає цю проблему самостійно та без наслідків.

Коли вдома немає комп'ютера, а грати хочеться, діти відправляються у комп'ютерні зали. І коли вдома батьки мають можливість простежити, в що і як грає дитина, то хазяїни та працівники клубів цим себе не утруднюють. За думкою фахівців, захоплення комп'ютерними іграми може спричиняти проблеми кримінального характеру: крадіжки внаслідок нестачі грошей на комп'ютерні клуби тощо. Вирішити проблему, за думкою науковців, допоможе присутність в кожному комп'ютерному клубі педагога, який буде контролювати спілкування дітей з комп'ютером та рекомендувати, в які ігри грати, оскільки у десятці найбільш популярних комп'ютерних ігор три-чотири носять явно кримінальний характер, в результаті чого у дитини формується хибне уявлення про оточуюче середовище: якщо ти сильний, спритний й хитрий, ти можеш порушити закон та уникнути відповідальності [7].

Припущення про наявність або відсутність залежності можна зробити за допомогою спеціальних тестів. Існує безліч опитувальників різного ступеня складності, розроблених з метою виявлення залежності. Ці опитувальники є списком питань або тверджень, пов'язаних з проявами IAD. Вони призначені для заповнення самим адиктом, або його рідними чи друзями.

Оскільки, як вже було зазначено, за даними вітчизняних та зарубіжних дослідників, під вплив новітніх технологій більшою мірою підпадають діти, особлива увага повинна бути надана вивченню стану залежності від комп'ютера саме у дітей, особливо підліткового віку, що обумовлене як більшою чутливістю організму дитини до всіляких чинників навколишнього середовища, так і можливими віддаленими наслідками такого впливу, які позначаться лише через багато років. Таке дослідження необхідне для виявлення кола можливих захворювань користувачів комп'ютерів, розробки методів їх профілактики, діагностики і лікування.

Таким чином, метою нашого дослідження стало визначення наявності або відсутності комп'ютерної залежності у учнів 8-11-х класів.

Відповідно до мети дослідження, нами було сформульовано наступні задачі:

1. Підтвердити або спростувати факт наявності у сучасного школяра психологічних симптомів адиктивної поведінки, у тому числі комп'ютерної залежності (ігроманії, інтернет-залежності тощо).

2. Порівняти реальний час, який школяр проводить за комп'ютером з існуючою нормою.

3. Відстежити наявність кореляції між схильністю до адективної поведнки та акцентуацією підлітків.

Дані дослідження було отримано за допомогою наступних методів:

- анкетування школярів 8-11-х класів;
- тестування на Інтренет-залежність; тестування-опитування «Адиктивна схильність»; тестування–опитування на встановлення залежності від комп'ютерних ігор; анкетування «Місце сучасни технологій»; патохарактерологіче діагностичне опитування.
- аналіз одержаних анкетних даних.

Проведенню анкетування передувало попереднє ознайомлення з можливими шкідливими факторами, діючих на користувача комп'ютера, а також з наслідками таких дій.

2.2. Аналіз результатів дослідження типів акцентуацій характеру у інтернет-залежних підлітків

За результатами аналізу літератури було встановлено, що до перших ознак розвитку комп’ютерної залежності у дитини відносять наступні:

– прийом їжі або напоїв, підготовка уроків за комп’ютером;

– перебування хоча б одну ніч за комп’ютером;

– прогули школи внаслідок знаходження за комп’ютером;

– робота (ігри. спілкування) за комп’ютером відразу після приходу додому;

– забування поїсти, почистити зуби (раніше такого не спостерігалось);

– перебування у поганому, роздратованому настрої, безцільне проводження часу, якщо комп’ютер зламався;

– конфліктування, погрожування, шантаж у відповідь на заборону знаходитися за комп’ютером.

У гміназії № 76 і середньої школи 32 міста Дніпра нами було проведено анкетування «Місце сучасних інформаційних технологій в житті дітей і підлітків». У онлайн опитуванні брали участь учнів 8-11-х класів, всього 138 школярв, з них 54 хлопчики і 84 дівчаток. Такої вибірки респондентів виявилося досить для того, щоб скласти уявлення про провідні переваги в дозвільній сфері учнів і виявити ступінь значущості інформаційних технологій, що впливають на їх життєві орієнтири.

У анкеті торкалися ряду аспектів, які певною мірою дозволяють охарактеризувати особливості відношення підлітків до нових інформаційних технологій. Це місце комп'ютера і телебачення в структурі дозвілля підлітка; значущість телебачення як джерела корисної інформації; вплив регулярного користування комп'ютером на психологічне здоров'я дітей і підлітків, а також вплив сучасних інформаційних технологій на організацію вільного часу підлітка.

Анкету поділено на 4 блоки:

Найпопулярніші види діяльності в структурі дозвілля підлітка

Роль комп'ютера в житті підлітка

Роль телебачення в житті підлітка

Ставлення батьків до вільного часу підлітка

При аналізі першого блоку анкети ми враховували 2 аспекти:

Віковий аспект

Гендерний аспект

Як з таблиці, найпопулярнішими видами діяльності серед хлопчиків-підлітків 13-17 років є такі види діяльності, як:

Таблиця 2.1

Найпопулярніші види діяльності серед хлопчиків-підлітків

Вид діяльності	Вік			
	13-14 років	14-15 років	15-16 років	16-17 років
гуляю з друзями	15%	19%	17%	18%
читаю	8%	8%	3%	10%
граю в комп'ютерні ігри	18%	12%	10%	10%
слухаю музику	15%	17%	19%	20%
відпочиваю	10%	9%	16%	13%
відвідую клуби,	6%	5%	10%	12%
відвідую театр	3%	5%	5%	12%
відвідую музеї	0%	0%	0%	1%
дивлюся TV, смарт TV	21%	12%	20%	17%

Одержані дані ми піддали статистичній обробці.

З представлених в таблиці даних ми бачимо, що відсоток дітей, захоплених читанням книг, відвідинами кружків, музеїв, театрів дуже низький, що ж стосується захопленістю комп'ютерними іграми, то, наприклад, для хлопчиків 13-14 років це вид діяльності, якому 18 % з них віддають перевагу. Для хлопчиків 14-15 і 16-17 років захопленість комп'ютерними іграми зменшується у 2 рази і, швидше за все це пов'язано з

тим, що 9 – й і 11 – й класи – це випускні класи, а також з тим, що вони віддають перевагу спілкуванню з однолітками, у тому числі протилежної статі, отже, можна зробити припущення, що інтереси дітей зміщені в учбову та комунікативну діяльність. До 16-17 років зростає відсоток відвідування підлітками дискотек, клубів, це пов'язано з тим, що провідним видом діяльності підлітків є інтимно–особистісне спілкування з однолітками. Відсоток дітей, відвідуючих різні клуби, секції, кухлі також дуже малий. Також ми бачимо, що відсоток відвідин дітьми виставок, музеїв – нульовий, це говорить про низьке культурному рівні хлопчиків у віці від 13 до 17 років. Все вищесказане дозволяє зробити висновок про те, що у зв'язку з комп'ютеризацією дозвілля витісняються такі види дозвільної діяльності, як читання книг, відвідування музеїв, театрів, секцій, гуртків. Також можна зробити висновок, що хлопчики у віці 13-14 років захоплені комп'ютерними іграми більше, ніж хлопчики у віці 14-15 і 16-17 років.

З таблиці 2.2 можна побачити, що найпопулярнішими видами діяльності серед дівчаток-підлітків 13-17 років є такі види діяльності, як:

Таблиця 2.2

Найпопулярніші види діяльності серед дівчаток-підлітків

Вид діяльності	Вік			
	13-14 років	14-15 років	15-16 років	16-17 років
гуляю з друзями	16%	17%	15%	18%
читаю	3%	3%	9%	10%
граю в комп'ютерні ігри	7%	10%	8%	10%
слухаю музику	21%	19%	18%	20%
відпочиваю	15%	16%	11%	13%
відвідую клуби	7%	10%	9%	12%
відвідую театр	5%	5%	11%	12%
відвідую музеї	0%	0%	2%	1%
дивлюся TV, смарт TV	19%	20%	13%	10%

З представлених в таблиці даних ми бачимо, що види, яким віддається перевагу, діяльності дівчаток у віці від 13 до 17 років різко відрізняється від видів діяльності, яким віддають перевагу хлопчики цього ж віку. Відсоток дівчаток у віці 13-14 років, що захоплюються комп'ютерними іграми також доволі високий (7%), як і у хлопчиків в цьому ж віці. Дівчатка всіх представлених категорій віків в основному віддають перевагу спілкуванню з друзями, прогляданню телевізора, як джерела корисної інформації, прослуховуванню музики. Визначивши загальну структуру дозвілля хлопчиків і дівчаток у віці від 13 до 17 років важливо звернути також на вельми характерні відмінності між ними. Так, результати дослідження показують, що хлопчики частіше вказують на відання переваги проведенню часу за комп'ютерами, ніж дівчатка. Ці дані дозволяють уточнити зроблений нами висновок. Як ми бачимо, комп'ютеризація дозвілля в основному відобразилася на субкультурі хлопчиків-підлітків у віці 13-14 років.

Другий блок нашої анкети визначає місце комп'ютера в житті сучасних дітей і підлітків.

Так, наприклад, ми з'ясували, що з 138 опитаних підлітків 99% мають комп'ютер, з них 61% придбали комп'ютер від 6 років тому; 38% - від 4-х до 5-и років тому; 1% - від півроку до 1 року тому. Отже, можна підтвердити інформацію про те, що комп'ютеризація країни почала відбуватися приблизно 5-6 років тому.

Також ми з'ясували, скільки часу в середньому підлітки проводять за комп'ютером. Виявилося, що 39% підлітків проводять за комп'ютером велику частину свого вільного часу, а саме більше 2 годин в день; 31% - приділяють спілкуванню з комп'ютером не більше 1 години в день; 30% - до 2 годин в день. Таким чином, підлітки віддають перевагу як «спілкуванню» з комп'ютером, так і спілкуванню з друзями або іншим видам дозвільної діяльності.

З постійним розвитком комп'ютерних технологій зростають і можливості комп'ютера. Сучасний комп'ютер зараз може використовуватися не тільки для того, щоб проводити обробку текстів при написанні документів, листів, але і для того, щоб грати в комп'ютерні ігри, користуватися Інтернетом, малювати за допомогою графічних програм, також сучасний комп'ютер виконує функцію музичного центру, оскільки за допомогою комп'ютера можна прослуховувати музику, записану в якому-небудь форматі, дивитися фільми, займатися програмуванням, складати музику і багато що інше. В ході проведення нашої анкети ми визначили цілі придбання комп'ютера хлопчиків і дівчаток 13-17 років. При визначенні цілей ми враховували вікові і статеві відмінності. Ми одержали наступні дані.

Основною метою придбання комп'ютера є хлопчиків 13-14 років:

48% – для того, щоб спілкуватися через Інтернет;

38% хлопчиків 13-14 років комп'ютер потрібен для того, щоб грати в комп'ютерні ігри;

14% для того, щоб виконувати доповіді, реферати.

Щодо хлопчиків – підлітків 14-15 років ми одержали наступні дані:

39% комп'ютер потрібно для того, щоб виконувати доповіді і реферати;

32% для того, щоб грати в комп'ютерні ігри;

26% для того, щоб спілкуватися через Інтернет.

Хлопчикам – підліткам 16-17 років комп'ютер потрібен для того, щоб:

36% - грати в комп'ютерні ігри;

35% - виконувати доповіді, реферати;

29% - для того, щоб спілкуватися через Інтернет.

Виходячи з цього, ми можемо зробити висновок про те, що хлопчики 13-14-і років головною метою придбання комп'ютера вважають грання в комп'ютерні ігри та перебуання у Інтренет-мережі. Підлітки 14-15-и і 16-17-и років на перший план виносять таку мету придбання комп'ютера, як виконання доповідей, рефератів по навчанню, це говорить про те, що

хлопчики цього віку велику увагу надають навчанню.

Проаналізувавши результати опиту дівчаток щодо цього ж питання ми одержали наступну картину.

Дівчатка 13-14 років, також, як і хлопчики цього ж віку, головною метою придбання комп'ютера вважають

32% – грання в комп'ютерні ігри;

36% дівчаток комп'ютер потрібен для того, щоб виконувати доповіді, реферати;

32% - для того, щоб спілкуватися через Інтернет.

Ми бачимо, що дівчатка і хлопчики 13-14 років пріоритетною метою придбання комп'ютера відзначають таку мету, як іграння в комп'ютерні ігри та пілкуавння в Інтернет-мережі.

Дівчатка 14-15 років практично не розійшлися в думках з хлопчиками цього ж віку, оскільки головною метою придбання комп'ютера визничили як:

38% – виконання доповідей, рефератів по навчанню;

27% дівчаток комп'ютер потрібен для того, щоб грати в комп'ютерні ігри і спілкуватися через Інтернет;

8% дівчаток відзначають такі цілі, як: перегляд фільмів на комп'ютері і прослуховування музики.

Дівчаткам у віці 16-17 років, також як і хлопчикам цього ж віку комп'ютер потрібен для того, щоб:

46% - виконувати доповіді, реферати по навчанню;

44%-для того, щоб спілкуватися через Інтернет;

10%-для того, щоб грати в комп'ютерні ігри.

З усіх одержаних даних можна зробити висновок про те, що мета придбання комп'ютера у хлопчиків і дівчаток однієї і тієї ж вікової категорії майже ті ж самі. Дані багатьох досліджень говорять про те, що комп'ютер впливає не тільки на фізичне здоров'я дітей і підлітків, але і на їх психічний стан здоров'я. За допомогою нашої анкети ми вирішили узнати думку хлоп'ят про те, чи впливає комп'ютер на їх психічне і фізичне здоров'я, і одержали

наступні результати:

39% підлітків вважають, що комп'ютер впливає на їх психічне і фізичне здоров'я. Проте зовсім не малий відсоток дітей і підлітків, а саме, 27% вважають, що комп'ютер в жодному разі не впливає на їхнє здоров'я; 20% учнів не замислювалися над цим питанням і 14% школярів важко відповісти на це питання.

Отже, більшість підлітків все-таки підтверджують думку багатьох досліджень про те, що комп'ютер впливає на стан, як психічного, так і фізичного здоров'я.

Для підлітків провідною діяльністю є інтимно–особистісне спілкування з однолітками. Ми з'ясували, як підлітки відносяться до того, що їх однолітки більше часу проводять за комп'ютером, ніж з своїми друзями. Були отримані настпні результати:

52% підлітків негативно відносяться до того, що багато дітей шкільного віку проводять з комп'ютером більше часу, ніж з друзями;

25% відносяться до цього байдуже;

11% позитивно;

12% важко відповісти на це питання.

Не дивлячись на всі одержані дані щодо другого блоку нашої анкети – 44% опитаних підлітків уявляють собі своє життя без комп'ютера; 37% не уявляють свого життя без комп'ютера і 19% учнів важко відповісти на це питання. Як ми бачимо, комп'ютеризація відобразилася в основному на структурі дозвілля хлопчиків – підлітків.

В даний час не тільки комп'ютер і Інтернет є причиною зміни структури дозвілля підлітків, телебачення як і раніше займає велику частину часу в структурі вільного часу дітей. Третій блок нашої анкети має за мету визначити місце телебачення в життєдіяльності підлітків. В ході аналізу даного блоку ми одержали наступні результати:

35% опитуваних учнів проводять свій вільний час за прогляданням телевізора більше 2 годин в день.

Причому, більшість підлітків віддають перевагу перегляду музичних і розважальних програм, а ніж пізнавальним.

Дослідження такого питання, як жанри, яким «віддається перевагу, фільмів» дозволив нам з'ясувати, які ж фільми найбільш цікавлять наших дітей.

Ми з'ясували, що більше, ніж половина хлопчиків 13-17 років подобається дивитися фільми жахів, фантастичні фільми і бойовики на відміну від дівчаток, 67%, яких подобається дивитися комедії, мелодрами. Також ми з'ясували, які сцени у фільмах привертають увагу дітей, а які не викликають у них належного інтересу і з'ясували, що хлопчиків понад усе привертають сцени насильстві і жорстокості у фільмах у дівчаток же сцени подібного характеру не викликають інтересу їх привертають сцени дружби, романтичні і комедійні сцени.

Останній блок нашої анкети присвячений відношенню батьків до вільного проведення часу своїх дітей.

Ми встановили, що 85% батьків не обмежують час гри за комп'ютером і 74% батьків дозволяють дивитися своїм дітям жорстокі фільми і грати в ті ігри, яким віддає перевагу сама дитина. Ці дані свідчать про те, що відбулися порушення глибинних зв'язків нашого дорослого співтовариства і дітей, відчуження дитини від світу дорослих. Таким чином, засоби масової комунікації в світі, що стрімко змінюється, стають все більш значущим чинником існування і розвитку людини, тим більше в юному віці, коли складаються відносини з соціальним оточенням.

В цілому представлені в анкеті дані показують явний вплив техноеволюционних процесів на трансформацію підліткової субкультури. Перебудовуються і сфера дозвілля, і інформаційне середовище, змінюються і характеристики учбового процесу. І в зв'язку з цим сьогодні очевидна необхідність розширення самої проблематики досліджень, які повинні зачіпати в першу чергу власне змістовні аспекти користування комп'ютером.

Результати діагностики стосовно «Інтернет-залежності», можна представити наступним чином:

Таблиця 2.3

Схильність підлітків до Інтернет-залежності

Схильність до Інтернет-залежності	Хлопці	Дівчата
Схильні	9%	2%
Не схильні	91%	98%

Отже, як видно з таблиці, найбільший відсоток підлітків Інтернет-адиктів, спостерігається серед хлопчиків, віком від 16-и до 17-и років. У той час, як серед хлопців та дівчаток, віком від 14-и до 15-и років, таких не виявлено. На наш погляд, такі дані можуть свідчити про те, що найбільш зацікавленими в перебуванні в Інтренет-мережі є учні 11-х класів, які реалізують потребу у спілкуванні, визнанні, самопрезентації, самовираженні через Інтернет, тоді як учні 9-х класів задовольняють цю потребу шляхом безпосереднього спілкування з однолітками. Слід також зауважити, що найбільший відсоток дівчаток, схильних до Інтернет-адикції, виявлено у 10-х класах.

Результати тестування-опитування щодо встановення залежності від комп’ютерних ігор (за методикою А.В. Котлярова), виглядають наступним чином: у виборці учнів 8-11-х класів не було виявлено школярів, які залежні від комп’ютерних ігор онлайн. Отримані дані підтверджують той факт, що для підлітків провідною діяльністю є інтимно–особистісне спілкування з однолітками, та головною метою перебування за комп'ютером є спілкування у соціальних мережах, пошук новх соціальних контактів, розширення кола знайомих та друзів, а також використання комп'ютера в навчальних та пізнавальних цілях (у підготовці доповідей, рефератів тощо).

Результати за проведеним тестуванням-опитуванням щодо виявлення підлітків, схильних до адиктивної поведінки, що характеризується компульсивністю (неконтрольованістю, нападоподібністю), відсутністю

адекватного відношення до негативних наслідків такої поведінки, представлні наступними узагальненими даними:

Таблиця 2.4

Результати опитування схильності підлітків до адиктивної поведінки

Ризик адиктивної поведінки	Хлопці	Дівчата
Присутній	11%	8%
Відстутній	89%	92%

Як можна побачити з наведених даних, найбільш схильними до адиктивної форми поведінки у будь-якому віці (у нашій виборці від 13-и до 17-и років) є хлопці, причому найбільший відсоток зафіксовано у віці від 14-и до 15-и років. Отримані дані підтверджуються наявними у сучасній психологічній науці результатами досліджень щодо різноманітних сторін формування самоконтролю і саморегуляції поведінки особистості підлітків. Так, дівчата підліткового віку більш схильні до дотримання нормативної поведінки і навіть надають перевагу «гіпернормативному» середовищу, ніж хлопці. Це викликано протистоянням хлопчиків нормативному світу дорослих. Вони прямо пов'язують норму і обмежуючий вплив дорослого. Дівчата більш терпляче ставляться до впливу дорослих, їм легше адаптуватися до норм, що висуваються дорослими. Дівчата рідше використовують «покарання» як наслідок порушення норми - вони схильні пояснювати необхідність нормування прагненням людей до зручності («сміття не можна викидати у вікно, тому що машини тоді не зможуть проїхати»). Хлопці цього вікового відрізку зазвичай проявляють «надситуативну активність» і регулюють її на власний розсуд.

Узагальнюючи дані, отримані внаслідок діагностики типу акцентуації підлітків, ми можемо спостерігати наступну залежність типу акцентуації від адикції:

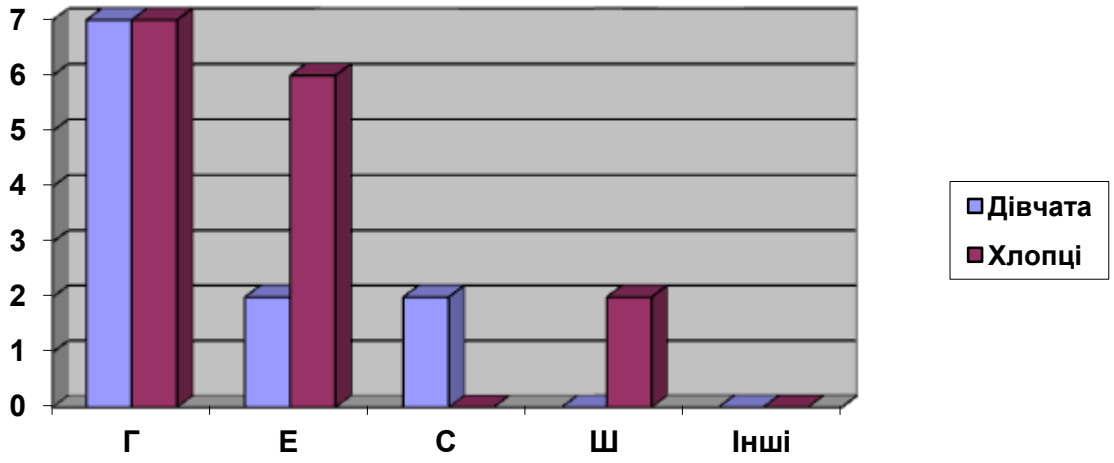


Рис. 2.1. Кількісний розподіл респондентів за показниками типу акцентуації

Де, Г – гіпертимний, Е – епілептоїдний, С – сензитивний та Ш – шизоїдний тип акцентуації.

Співставляючи дані, отримані в результаті дослідження типу акцентуації підлітків, беручи до уваги висловлювання О.Є. Лічка щодо прогнозування поведінки підлітка в певних ситуаціях, у тому числі під впливом психогенних факторів, виходячи з типу акцентуації, зауважимо, що всі підлітки, які виявилися схильними до будь-якої форми адиктивної поведінки (чи то залежність від Інтернету, чи то від комп'ютерних ігор, чи то продемонстрували загальну адиктивну схильність) характеризуються гіпертимним, шизоїдним, сензитивним та епілептоїдним типом акцентуації. Так, на думку вченого, підліткам з гіпертимною формою поведінки притаманні спроби на собі дії різних психоактивних речовин, легкий перехід від одного адиктогена до іншого. Також, харектерним для них є тяжіння до пригод та ризику, гострих переживань, невипробованим переживанням. Для «шизоїдних» підлітків викликають інтерес ті засоби, які сприяють аутистичному фантазуванню, слугують «комунікативним допінгом» - полегшують контакти з однолітками, особливо неформальні. Епілептоїдна акцентуація сама по собі визначає ризик саморуйнівної поведінки; адиктивна поведінка є одним з приватних випадків прояву аутодеструкції. Так, характерним є, починаючи з перших в житті оп'янінь бажання напитися до

«відключення». Патологічним є потяг до азартних ігор, наркотичних засобів.

Отже, отримані дані підтверджують теорію О.Є. Лічка щодо існування зв’язку між типом акцентуації підлітка та схильністю до певної форми саморуйнівної поведінки.

Аналіз акцентуацій характеру у підлітків, схильних до адиктивної поведінки, окремо в дівчат і хлопців, виявляє, що гіпертивний тип акцентуації характеру зустрічається у 7% дівчат, 7% хлопців; із опитаних виявилось 6% хлопців і 2% дівчат з епілептоїдним типом акцентуацій; сензитивний тип акцентуації переважав у 2% дівчат; шизоїдність домінувала у 2% хлопців.

Отже, в цілому можна зробити висновок про те, що сучасні інформаційні технології в цілому, і комп'ютерні технології зокрема істотно трансформували структуру дозвілля сучасних підлітків, особливо це стосується хлопчиків і дівчаток 13-14 років, оскільки одержані нами дані свідчать про те, що саме в цьому віці діти захоплені онлайн дозвіллям, переважно комп'ютерними іграми онлайн більше, ніж в старшому віці.

2.3. Профілактичні аспекти роботи та психологічні рекомендації батькам щодо попередження формування інтернет адикції у підлітковому віці

Одержані в результаті дослідження дозволили розробити методичні рекомендації батькам щодо профілактики комп'ютерної залежності підлітків.

Часто причиною виникнення інтернет залежної поведінки у підлітків стають невпевненість в собі і відсутність можливості самовираження. У таких випадках батьки повинні підтримати дитину і допомогти їй розібратися з виниклими проблемами. Абсолютно неправильно критикувати дитину, що проводить дуже багато часу за комп'ютером. Це може тільки поглибити проблему і віддалити дитину від батьків. Критика сприймається дитиною як відмова батьків зрозуміти її інтереси і тому викликає замкненість і в деяких випадках агресію.

Основним засобом запобігання виникнення залежності будь-якого типу у підлітків є правильне виховання дитини. При цьому важливо не обмежувати дітей в їхніх діях (наприклад, забороняти ті або інші ігри), а пояснювати, чому те або інше заняття або захоплення для неї не бажане.

Рекомендується обмежувати доступ підлітків контенту, заснованих на насильстві. В той же час, якщо дитина все ж таки зустрілася з такою інформацією потрібно в доступній формі пояснити їй, чому така інформація для неї небезпечна і чому вона не повинна прагнути узнати її. Категорична заборона того або іншого виду інформації без жодних пояснень тільки збільшить інтерес дитини до цієї інформації, а існування заборони зробить неможливим обговорення проблеми між батьками і дитиною.

Підлітки потребують самовираження. За відсутністю інших засобів виразу своїх думок і енергії, вони звертаються до інтернету і комп'ютерних ігор, які створюють ілюзію реальності безмежних можливостей, позбавленої відповідальності. Така ілюзія руйнівно впливає на психіку дитини і порушує її зв'язок з батьками і однолітками. Для того, щоб уникнути виникнення прихильності дитини до комп'ютера. потрібно урізноманітнити коло її інтересів і занять. Цього можна досягти, наприклад, при акцентуванні уваги дитини на спорті або різних видах мистецтв (музика, малювання та ін.).

Кажучи про профілактику інтернет залежності у дітей та підлітків, слід звернути увагу на те, що виховання дитини повинне зводитися здебільшого до того, що комп'ютер і мережа - це лише частина життя, а не найголовніший подарунок за хорошу поведінку. Єдиним на даний момент перевіреним способом не підлітку стати залежним від інтернету - це дати альтернативу, привернути увагу до процесів, не пов'язаних з комп'ютерною діяльністю, щоб електронні ігри і процеси не стали заміною реальності. Показати підлітку, що існує маса цікавих розваг окрім інтернету які не тільки дозволяють пережити гострі відчуття, але також тренують тіло і нормалізують психологічний стан.

Батькам рекомендовано:

- Постаратися регламентувати час, що підліток проводить за комп'ютером.

- Показувати особистий позитивний приклад. Важливо, щоб слова не розходилися із справою. І якщо батько дозволяє сину грати не більш однієї години в день, то сам не повинен грати по три-чотири.

- Постаратися скористатися позитивними можливостями комп'ютера - можливо, дитина почне опановувати програмування, веб-дизайн, займеться комп'ютерною графікою, анімацією. Але для цього бажана допомога зацікавленого дорослого, що не просто критикує і забороняє, а допомагає.

- Обмежуючи час перебування за комп'ютером, пояснюйте, що комп'ютер - не право, а привілей, тому спілкування з ним підлягає контролю з боку батьків. Різко забороняти працювати на комп'ютері не можна. Якщо підліток схильний до інтернет залежної поведінки, він може проводити за комп'ютером дві години в буденний день і три - у вихідний. Обов'язково з перервами.

- Запропонуйте інші можливості проведення часу. Можна скласти список справ, якими можна зайнятися у вільний час. Бажано, щоб в списку були сумісні заняття (походи в кіно, на природу, гра в шахи і т.д.).

- Використовуйте комп'ютер як елемент ефективного виховання, як заохочення (наприклад, за правильне і вчасно зроблене домашнє завдання, прибирання квартири і т.д.).

- Звертайте увагу на ігри, в які грають діти, оскільки деякі з них можуть стати причиною безсоння, дратівливості, агресивності, специфічних страхів.

- Обговорюйте ігри разом з підлітком. Віддавайте перевагу розвивавальним іграм. Вкрай важливо навчити підлітка критично відноситися до часу в інтернеті, показувати, що це дуже мала частина доступних розваг, що життя набагато різноманітніше, що гра не замінить спілкування.

У випадках, якщо ви самостійно не можете справитися з проблемою, звертайтеся до психологів, в спеціалізовані центри.

Часто буває так, що за уявною комп'ютерною залежністю можуть ховатися зовсім інші проблеми. Це неуспішність дитини в реальному житті, невміння спілкуватися, так звана соціальна неадаптованість. Така дитина комфортно відчуває себе саме у віртуальній реальності. І тоді в першу чергу потрібно звертати увагу саме на психологічні проблеми дитини.

Проблема інтернет-залежної поведінки поки мало вивчена. Батьки звичайно не звертають уваги на захопленість підлітка гаджетами і перебуванням в мережі, якщо в його поведінці не виникають інших яскраво виражених відхилень, таких як крадіжка грошей, прогули школи, бродяжництво. Але не можна недооцінювати навіть потенційну небезпеку.

Зі всього сказаного можна зробити висновок про те, складний і тривалий процес профілактики інтернет залежної поведінки ґрунтується на поєднання різних методів і засобах виховання. Процес включає в себе поетапність роботи педагогів, батьків з підлітками. Для того, щоб правильно організувати діяльність підлітка і його взаємодію із інформаційно-комунікативними технологіями необхідно свою роботу будувати поетапно, і продумати який кінцевий результат своєї роботи ви хотіли б досягти. У організації профілактики інтернет залежної поведінки необхідно поєднувати різні форми і методи виховних заходів. Вся організація інтернет-залежної поведінки вимагає ретельний відбір матеріалу.

Методичні рекомендації необхідно враховувати при профілактиці інтернет залежності, для того, щоб не тільки правильно організувати процес виховання, але і щоб воно було ефективно спрямоване на усебічний розвиток і ментальне здоровя підлітків і формуванню гармонійної особистості.

ВИСНОВКИ

Підлітковий вік - це період формування життєвих цінностей, розширення соціальних контактів. Вікові особливості психічного і особистісного розвитку підлітків виступають психологічними детермінантами сенситивності загострення патохарактерологічних рис і формування акцентуацій характеру, певні типи яких є чинниками ризику формування інтернет-залежної поведінки.

Підлітки з акцентуаціями характеру складають групу підвищеного ризику розвитку порушень психічного здоров'я у зв'язку з негативним впливом навколишнього середовища та психічних травм. Акцентуації характеру, що виступають граничними варіантами норми, виступають чинником, що підвищує ризик розвитку психогенних нервово психічних порушень і порушень поведінки.

Дотепер не існує психологічного або психіатричного діагнозу Інтернет залежності. Серед фахівців дотепер немає єдності в тому, як слід називати цей феномен. Один з можливих варіантів - інтернет-адикція (IAD - Internet Addiction Disorder). За результатами вивчення сучасних літературних джерел, встановлено, що сутність поняття інтернет залежної поведінки полягає не тільки у кібер або інтернет-адикції, але також і як патологічної пристрасті людини до роботи або проведенні часу за комп'ютером

Сучасними дослідниками феномену інтернет залежності сьогодні виявлено зв'язок соціобіологічних факторів (внутрішньосімейна патологія, склад і взаємовідносини у родині та інше) з формуванням інтернет адикції, у тому числі й у підлітків.

Одним з важливих чинників формування інтернет залежної є властивості характеру особистості – підвищена образливість, вразливість, тривожність, схильність до депресії, низька самооцінка, погана стресостійкість, нездатність вирішувати конфлікти, відсторонення від проблем.

Результати анкетуваня, проведеного серед учнів 8-11-х класів показало, що велика кількість респондентів порушують норми роботи за комп'ютером (проводять за комп'ютером надто багато часу) та не можуть спланувати завершення сеансу роботи або гри на комп'ютері., що може призвести до відхилень у психічному та фізичному здоров'ї, формування адикції. Також, це може свідчити про нехтування школярами власним здоров'ям, гігієною, сном на користь проведення більшого часу за комп'ютером.

Співставляючи дані, отримані в результаті дослідження типу акцентуації підлітків, зауважимо, що всі підлітки, які виявилися схильними до будь-якої форми адиктивної поведінки (чи то залежність від Інтернету, чи то від комп'ютерних ігор, чи то продемонстрували загальну адиктивну схильність) характеризуються гіпертимним, шизоїдним, сензитивним та епілептоїдним типом акцентуації. Так, підліткам з гіпертимною формою поведінки притаманний легкий перехід від одного адиктогена до іншого. Також, харектерним для них є тяжіння до пригод та ризику, гострих переживань, невипробованим переживанням. Для «шизоїдних» підлітків викликають інтерес ті засоби, які сприяють аутистичному фантазуванню, слугують «комунікативним допінгом» - полегшують контакти з однолітками, особливо неформальні. Епілептоїдна акцентуація сама по собі визначає ризик саморуйнівної поведінки; адиктивна поведінка є одним з приватних випадків прояву аутодеструкції. Так, характерним є, починаючи з перших в житті оп'янінь бажання напитися до «відключення». Патологічним є потяг до азартних ігор, наркотичних засобів.

Отже, отримані дані підтверджують припущення про існування зв'язку між типом акцентуації підлітка та схильністю до певної форми саморуйнівної поведінки.

Аналіз акцентуацій характеру у підлітків, схильних до адиктивної поведінки, окремо в дівчат і хлопців, виявляє, що гіпертивний тип акцентуації характеру зустрічається у 7% дівчат, 7% хлопців; із опитаних виявилось 6% хлопців і 2% дівчат з епілептоїдним типом акцентуацій; сензитивний тип

акцентуації переважав у 2% дівчат; шизоїдність домінувала у 2% хлопців.

Отже, в цілому можна зробити висновок про те, що сучасні інформаційні технології в цілому, і комп'ютерні технології зокрема істотно трансформували структуру дозвілля сучасних підлітків, особливо це стосується хлопчиків і дівчаток 13-14 років, оскільки одержані нами дані свідчать про те, що саме в цьому віці діти захопленя і залежність від перебування в інтернеті, а особливо, комп'ютерними іграми онлайн більше, ніж в старшому віці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андерсон К. А., Ділл К. Е. Відеоігри та агресивні думки, почуття та поведінку в лабораторії та в житті. *Журнал особистості та соціальної психології.* 2000. Вип. 78 (4). С. 772—790.

2. Асєєва Ю. О. Комп'ютерна залежність, інтернет залежність та кіберадикції (історичний огляд дефініції). *Psychological journal*. 2020. № 6. С. 57–65.

3. Бацилова О. В., Пузь І. В. Психологічні аспекти прояву Інтернетадикції у молодіжному середовищі. *Теорія і практика сучасної психології*. Медична психологія. 2018. № 4. С. 48–52.

4. Белінська О. Дитина і комп'ютер. психологічні реалії віртуального світу. *Психолог*. 2006. № 46 (238). С. 27–29.

5. Бєлякова С. М. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2018. № 5(57). С. 454–458.

6. Бігун Н. В. Суб'єктивні образи депресії у підлітків як предмет психологічної рефлексії. *Психологія і суспільство*. 2007. № 3. С. 108–115.

7. Боголюбська А. Залежності та шляхи їх подолання. *Психолог*. 2007. №41. С. 25-28.

8. Бондаровська В. Психологічні аспекти використання комп'ютера. Психолог. 2005. № 25. С. 5–62 с.

9. Борисенко З. Психопрофілактика залежності підлітків від Інтернету. *Проблеми гуманітарних наук*. Психологія. 2021. № 49. С. 22–34.

10. Буров Ю. О. Технології та інновації в діяльності людини ери інформації. інформація і технології. Інформаційні технології і засоби навчання. 2015. Вип. 5. С. 16–25.

11. Вакуліч Т.М. Інтернет-залежність як новий вид адиктивної поведінки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Серія Психологія / за ред. Долинської Л.В. №12. Київ .: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. Вип.7 (31). С. 22-27.

12. Вакуліч Т.М. Підлітковий вік як критичний період у формуванні Інтернетзалежної поведінки. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова*. Серія №12. Психологія / за ред. Долинської Л.В. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. Вип.9(33). С. 104-112. 3.

13. Вакуліч Т.М. Провідні патерни адиктивної поведінки підлітків з Інтернетзалежністю. *Актуальні проблеми психології*. Том. І.: Соціальна психологія. Організаційна психологія. Економічна психологія: Збірник наукових праць інституту 18 психології ім. Г.С. Костюка АПН України . За ред. Максименка С.Д., Карамушки Л.М. , Київ: Міленіум, 2006. Част. 18. С. 100-105.

14. Ванда М. А., Бондаренко Н. Б. Інтернет-залежність: передумови, ознаки та ризики для підлітків. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2019. Вип. 2. С. 37–42.

15. Вікова і педагогічна психологія: навч. посібник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька та ін. Київ, 2006. 344 с.

16. Вінтюк Ю. Психологічні закономірності виникнення узалежнень у шкільному віці та способи протидії їм. *Здоровий спосіб життя*. 2008. № 34. С. 13–20.

17. Вознесенська О. Л. Медіасоціалізація: гендерні стереотипи серіальної реальності. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Психологія. 2014. Вип. 1. С. 22–27.

18. Вознюк О. М. Психолого-педагогічні умови становлення ціннісних орієнтацій як чинник національного виховання учнівської молоді. *Часопис Київського гуманітарного університету*. 2017. № 4. С. 88–92.

19. Гавалешко О. М., Самборська О. Я. Особливості психологічної залежності від комп'ютерних ігор у підлітково-юнацькому віці. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2007. № 3 (5). С. 151-156.

20. Галян І. М. Психодіагностика: навч. посіб. 2-ге вид., стереотип. Київ, 2011. 464 с.68

21. Гузьман О. А., Ляшенко Н. О. Комп'ютерна залежність підлітків: соціологічні аспекти дослідження. *Вісник ЖНАЕУ*. 2017. №1, т. 52. С. 369-380.

22. Гуменюк Л. Й. Педагогічні умови ефективного використання медіаресурсів у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів міністерства внутрішніх справ України. *Інформаційні технології і засоби навчання*: електронне наукове фахове видання. Т. 24. № 4, 2011.

23. Гуменюк Л. Й. Соціально-психологічні фактори інтернет-адикції. *Наук. вісн. Львів. держ. ун-ту внутрішніх справ*. 2013. С.10–19.

24. Іванків І. І. Моделі розвитку ідентичності підлітка в умовах кіберсоціалізації. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 33. С. 194–205.

25. Ісакова Т. О. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ, 2011. 47 с.

26. Камінська О. В. Авторська класифікація інтернет-залежності за критерієм провідного мотиву використання мережі. *Молодий вчений*. 2015. № 2(17). С. 210–213.

27. Камінська О. В. Аналіз результатів емпіричного дослідження інтерне тзалежності підлітків та юнаків. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 339–348.

28. Камінська О. В. Чинник розвитку Інтернет-залежності у молоді. *Психологічні перспективи*. Вип. 25. 2015. С. 65 – 75

29. Камінська, О. В. Психологічні основи інтернет-залежності молоді: дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 ДЗ "Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського". Одеса, 2016. – 478 с. + Додаток. Одеса, 2016. 344 с.

30. Карабін Т.В. Вплив особливостей спілкування в мережі «Internet» на процес соціалізації студентської молоді : дис. ... кандидата психол. наук: 19.00.05 Івано-Франківськ, 2005. 261 с.

31. Коваленко Н., Лащенко О. Захоплення комп'ютером або віртуальна залежність підлітків : веб-сайт. URL: http://osvita.ua/home/develop/7386 (дата звернення: 08 .07.2024).

32. Коваленко О. В. Кіберпростір – гуманістичний потенціал цивілізації. *Психологічні перспективи*. № 18. Луцьк : Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки, 2011. С. 111–121

33. Коломієць О. Г. Медіасоціалізація молоді в сучасному медіа просторі. *Information technologies in education*. 2018. №4 (37). С. 64–76.

34. Коритнікова Н. В. Інтернет-залежність та депривація в результаті віртуальний взаємодій. *Соціологічні дослідження*. 2010. № 6. С. 70–79.

35. Краснякова А. О. Соціальні інтернет-мережі – новий соціальний простір існування людини. *Управління освітою*. 2013. № 22. С. 32–36.

36. Кришовська О. О. Дослідження умов взаєморозуміння в онлайн спілкуванні. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2017. Вип. 39 (42). С. 212–221.

37. Кришовська О. О. Особливості взаєморозуміння в онлайн-спілкуванні очима користувачів Інтернету. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 37. С. 171 180.

38. Кротенко В. І. Психологічні особливості емпатії підлітків: афтореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2017. 193 с.

39. Литвинова С. Г. Хмароорієнтоване навчальне середовище, віртуалізація, мобільність – основні напрямки розвитку загальної середньої освіти XXI 75 століття. *Педагогіка вищої та середньої школи*: зб. наук. праць. Випуск 40. Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ «КНУ», 2014. 206– 213 с

40. Литвинчук Л. Соціальні патології особистості як технологічні адиктивні тенденції сучасного соціокультурного середовища. *Збірник наукових праць,* 2019. №2 (3). 158-169 с.

41. Ліщинська О. А. Модель формування адиктивного потенціалу особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 3. С. 1–9.

42. Лучинкіна А. І. Аналіз когнітивно-інструментальної складової Інтернет соціалізації. Вісник післядипломної освіти. 2012. Вип. 7. С. 312–318.

43. Лучинкіна А. І. Кіберсоціалізація людини: фактори і механізми соціалізації особистості в кіберпросторі. *Актуальні проблеми психології*. 2013. Вип. 11. С. 68–76.

44. Лютий В. П. Нехімічні адикції як предмет соціальної роботи. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (педагогічні науки)*. 2013. № 11, т. 270. С. 158 – 160.

45. Максименко С. Д. Максименко К. С., Папуча М. В. Психологія особистості / за ред. С. Д. Максименка. Київ : ТОВ «КММ», 2007. 296 с.

46. Максимець С. М. Психологічний вплив комп'ютерних ігор на емоційну сферу старшокласників. *Наука і освіта*. 2004. № 4–5. С. 42–44.

47. Максимова Н. Ю., Толстухова С. В. Соціально-психологічний аспект профілактики адитивної поведінки підлітків та молоді. Київ, 2000. 200 с.

48. Малєєва Н. С. Залежність від соціальних мереж як соціальнопсихологічний феномен. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова*. Психологія. 2015. Вип.3(37). С. 62–71.

49. Малєєва Н. С. Комунікативні інтернет-практики в сучасному суспільстві. *Навчання і виховання обдарованої дитини : теорія та практика*. 2015. Вип. 1(14). С. 128–136.

50. Малєєва Н. С. Соціальні мережі як середовище розгортання комунікативних практик. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Вип. 13. С. 325– 332.

51. Малоголова О. О. Інтернет-залежність та її вплив на підлітків Актуальні проблеми психології. Том І. Випуск 54 С.89-93.

52. Мамайчук І. І., Смірнова М. І. Діти з розладами поведінки: психологічна допомога. *Редакції загально педагогічних газет*. Київ, 2012. 120 с.

53. Матяж С. В., Березянська А. О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська*

академія». 2013. Вип. 213. С. 27–30.

54. Медіакультура особистості: соціально-психологічний підхід: навчальний посібник / За ред. Л. А. Найдьонової, О. Т. Баришпольця. Київ, 2009. 440 с.

55. Мельник В. О. Аналіз сучасного стану психічних та поведінкових розладів пов'язаних з патологічним використанням комп'ютера та інтернетмережі. *Психічне здоров'я*. 2011. № 1 (30). С. 22–25.

56. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників. *Збірник практичних матеріалів*. Київ, 2020. 132с.

57. Мироненко Г. В. Час віртуального життя: монографія. Київ, 2015. 134 с.

58. Міхеєва Л. В. Соціально-психологічні аспекти інтернет залежності молоді. *Актуальні питання теорії та практики психолого педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : матеріали VIII Всеукр. наук.-практ. конф., 9-10 квіт. 2020 р. Хмельницький, 2020. С. 76-79.

59. Мудрик А. Б. Психологія залежної поведінки: навч. посіб. Луцьк, 2022. 236 с.

60. Музиченко К. В. Феномен кіберсоціалізації підростаючого покоління. *Міжнародний науковий форум: соціологія, педагогіка, менеджмент*. 2013. Вип. 14. С. 93–102.

61. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу: підручник для слухачів системи післядипломної педагогічної освіти. Кіровоград, 2015. 244 с.

62. Никоненко Ю. П. Клінічна психологія : навч. посіб. Київ, 2016. 369 с.

63. Нітченко Г., Ховрич М. Дослідження рівня інтернет-залежності студентів вищого педагогічного навчального закладу. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, V (52), Issue: 113, 2017. С. 73-76.

64. Олексієнко О. Г. Вплив ціннісних орієнтацій на формування особистості сучасної молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Серія: Педагогічні науки. 2016. № 140. С. 316–318.

65. Панок В., Титаренко Т., Чепелєва Н. Основи практичної психології: підручник. Київ: Либідь, 2018. 536 с.

66. Пашкова Г., Сергієні О. Соціально-психологічні чинники формування інтернет-залежності підлітків. *Когнітивно-комунікативні стратегії розвитку здобувачів вищої освіти у процесі професійної підготовки*: зб. матеріалів Всеукр. наук.- практ. семінару. Дніпро: ДДУВС, 2021. С. 88-90.

67. Перепилиця А. Проблема комп`ютерних ігор як альтернатива реальності. *Актуальні проблеми психології: методологія і теорія психології*. 2019. № 4. С. 264-278. URL : //http://www.appsychology.org.ua/ data/jrn/v14/i1/27.pdf (дата звернення 10.08.2024).

68. Петрунько О. В. Діти і медіа: Соціалізація в агресивному медіасередовищі: монографія. Ніжин, 2011. 480 с.

69. Петрунько О., Телешун К. Інтернет-залежність дорослих користувачів та можливості її профілактики. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. №4(68). С. 91–99.

70. Пілецький В. Комп’ютерна залежність та її вплив на сучасних підлітків. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 2022. № 16(2). С. 46-58.

71. Поліщук О. С. Вплив соціальних інтернет-мереж на формування «Я». *Актуальні проблеми філософії та соціології*. Одеса, 2017. Вип. 16. С. 93-96.

72. Посохова В. Особливості життєвого планування Інтернет-залежної молоді. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип.6. С.150-157.

73. Рациборинська-Полякова Н. В., Семененко К. М., Беляєва Н. М., Яворовенко О. Б., Куриленко І. В. Клінічні критерії непсихотичних психічних розладів у інвалідів-учасників антитерористичної операції: методичні рекомендації. Вінниця, Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пірогова, Науково-дослідний інститут реабілітації інвалідів. 2017. 36 с.

74. Рибіна Ю. О. Розвиток медіа грамотності учнів у процесі створення шкільного медіа. *Інформаційні технології в світі*. 2017. Вип. 2 (31). С. 109–128.

75. Савенкова І.І. Патопсихологія: навч.-метод. посібник. 2-е видання. Миколаїв: МНУ, 2020. 220с.

76. Сергеєва Н. В. Соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної адикції підлітків: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.05 – соціальна педагогіка. Київ, 2010. 20 с.

77. Сидоренко О. Б. Практикум з вікової та педагогічної психології : навч. посібник для студентів подвійних спеціальностей з психологією. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. 262 с.

78. Скоробагатська О. Проблема інтернет-залежності підлітків у сучасних психолого-педагогічних дослідженнях. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2019. № 10 (94). С. 186 – 200.

79. Соловйова І. І. Девіантність особистості в умовах комп'ютеризації суспільства: соціально-філософський аспект : автореф. дис. канд.. філософ. наук : 09 00 03 , Соловйова І. І. ; Південноукр. Держ. Пед.. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2007. 34 с.

80. Сорокіна О. А. Психологія залежності: навч. посіб. Кам'янець-Подільський, 180 с.

81. Стецюра К. О. Соціально-філософська рефлексія феномену медіакультури та медіаосвіти. *Вісник НТУУ «КПІ»*. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2009. № 2 (26). С. 138–142.

82. Столбов Д. Особливості Інтернет-діяльності сучасного підлітка. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. 2014. № 3. С. 327-331.

83. Стрільчук О. В. Вплив комп'ютерної захопленості на розвиток рефлексивності у підлітків. *Психологічні перспективи*. 2015. № 25. С. 217–229.

84. Стрільчук О. В. Дослідження проблеми захопленості інтернетом та комп'ютером в середовищі сучасних українських школярів. *Актуальні проблеми психології.* 2015. Вип. 15. С. 511–521.

85. Стрільчук О. В. Соціально-психологічні механізми формування медіакультури у підлітків з Інтернет-захопленістю : дис. … канд. психол. наук: 19.00.05 / Київ: ІСПП НАПН України, 2020. 220 с.

86. Стрільчук О. В. Трансформація інтернету: від патологічного потягу до соціальної необхідності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2013. Вип. 33(36). С. 215–225.

87. Стрільчук О. В. Якісне дослідження типів інтернет-медіакультури підлітків та соціально-психологічні механізми їх формування. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 4. С.140–147.

88. Субашкевич І.Р., Гринаш М.І. Вікові особливості інтернетзалежності. *Габітус*. 2021. №22. С. 179 – 183.

89. Терещук Н. В. Ігрова залежність у підлітковому віці як форма адиктивної поведінки. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. № 1. С. 31–41.

90. Тертична Н. А. Вікова психологія : навч. посіб. Київ, 2018. 352 с. Інситут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2015. № 6. С. 93–101.

91. Турецька Х. І. Особистісна ідентичність схильних до інтернетзалежності осіб : автореф. дис. канд. психол. наук : 19. 00.05. ; Ін-т соціал. та політ. психол. АПН України. К., 2011. 32 с.

92. Турецька Х. І. Психологічні чинники інтернет-залежності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*: Серія психологічна. 2012. Вип.2. С.95-104.

93. Філіппова Н. Мова у віртуальній актуальності. *Людина. Комп'ютер. Комунікація.* Збірник наукових праць. Львів : Вид-во Нац. ун-ту «Львівська політехніка», 2010. С. 328-330.

94. Фролова Н.В. Характер міжособистісної взаємодії інтернетзалежних підлітків. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія психологічні науки. 2019. Вип. 4. С. 145 – 151.

95. Ховрич М. О., Міткевич М. О. Комп'ютерна залежність серед старшокласників як психолого-педагогічна проблема. *Актуальні проблеми дошкільної та загальної середньої освіти.* 2019. Вип. 2 (158). С. 179-183.

96. Ховрич М., Міткевич М. Комп'ютерна залежність серед старшокласників: аналіз результатів експериментального дослідження. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка.* 2019. Вип. 4 (№ 160). С. 118–123.

97. Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності. *Соціальна психологія*, 2004. № 5 (7). С. 149 –154.

98. Хозраткулова І. А. Арттерапевтична робота з тривожними підлітками під час воєнних дій в Україні. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права.* 2022. Вип. 4. С. 144.

99. Чаплак Я. В., Чуйко Г. В., Зварич І. М. Теоретичні аспекти проблеми Інтернет-залежності: актуальний стан. *Габітус*. 2023. № 45. С. 270–277.

100. Шапіро А. А. Массова коммунікація в on-line вимірі: зміна парадигми. *Вісник Національної юридичної академії України імені Ярослава Мудрого.* 2013. № 2. С. 57-65.

101. Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Комп'ютерна залежність: формування, діагностика, корекція та профілактика: монографія. Дніпро: Пороги, 2006. С. 196.

102. Яворський М. В. Генеза довірчих стосунків в мережі інтернет. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. 2013. Вип. 40. С. 339–343.

103. Яворський М. В. Соціально-психологічні чинники сприйняття об'єкта довіри в молодіжному інтернет-середовищі. *Наукові студії із соціальної та політичної психології.* 2017. Вип. 33 (36). С.165–172

104. Apperley T. H. Genre and game studies: Toward a critical approach to video game genres. *Simulation & Gaming*. 2006. Vol. 37, № 1. P. 6-23. URL: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1046878105282278.

105. Bozoglan, B., Demirer, V., Sahin, I. Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*, Vol. 54. 2013. P. 313–319.

106. Brod C. Technostress. The human cost of the computer revolution. Addison-Wesley,1984.

107. Chiu, S.-I., Hong, F.-Y., Chiu, S.-L. An analysis on the correlation and gender difference between college students' Internet addiction and mobile phone addiction in Taiwan. ISRN Addiction, 2013

108. Goldberg I. Internet Addictive Disorder [Cited 2010, 8 Dec.]. Available from: URL: http://www.psycom.net/iadcriteria.html.

109. Goldberg I. Internet Addictive Disorder. URL: http://www.psycom.net/iadcriteria.html (дата звернення 17.08.2024).

110. Green S., Bavelier D. Action-Video-Game Experience Alters the Spatial Resolution of Vision. *Psychological Science*. 2007. Vol. 18, № 1. P. 88-96. URL: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2896830/.

111. Griffiths, M. Does Internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology& Behavior*, Vol. 3(2). 2000. P. 211–218.

112. Heimann M. On the affect of multimedia computer programs: Gains made by children with autism in reading, motivation and communication skills. *IV European Congress of Psycology*, Abstracts. Ellinika Grammata, Greece, 1995,p. 180.

113. North M., North S., Coble J. Virtual reality therapy. An innovative paradigm. Colorado Springs, CO: IPI Press, 1996.

114. Safer Internet Programme 2009-2013. Europe’s information society thematic portal. URL : http://ec.europa.eu/information_society/activities/sip/policy /programme/current_prog/index_en.htm (дата звернення 26.02.2024).

115. Self-concept Development and Education Holt education ; Author, Robert B. Burns ; Edition, illustrated ; Publisher, Holt, Rinehart and Winston, 1982 URL: https://archive.org/details/selfconceptdevel0000burn.

116. Subbotsky E. Foundation of the mind. Cildren's understanding of reality. Cambrige, Mass: Harvard University Press, 1993.

117. Tsitsika A, Janikian M, Schoenmakers TM, Tzavela EC, Olafsson K, WójcikS, et al. (August 2014). "Internet addictive behavior in adolescence: across-sectional study in seven European countries". *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*. Vol. 17 (8). 2014. P. 528– 35.

118. Turkle Sh. The second self. Computers and the human spirit. New York: Simon and Shuster, 1984Cyber disorders : the mental health concern for the new millennium / K.S. Soung, M. Pistner, J. O. Mara et al. Cyber Psyhol. *Behavior*. 1999. Vol 3, No 4. P. 475-479.

119. Wolakm J., Mitchell K., Finkelhor D. Escapism or co-operation? Descriptions of teenagers, forming mutual relations in the Internet. URL: http://psynet.carfax.ru/abst.htm (дата звернення 11.10.2024).

120. Young K "The Evolution of Internet Addiction Disorder". Internet Addiction. Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics. Springer, Cham. 2017. P. 3–18.

121. Young K. S. What Makes the Internet Addictive. *Potential Explanations for Pathological Internet Use*. URL : http://www.netaddiction.com/articles/habitforming.htm (дата звернення 09.10.2024).

122. Young K. S., Rodgers R. C. The Relationship Between Depression and Internet Addiction. URL : http://www.netaddiction.com/articles/cyberpsychology.htm (дата звернення 18.09.2024)