

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно-правовий факультет

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

(тип кваліфікаційної роботи)

Магістр

(освітній ступінь)

на тему «Вплив Інтернет залежності на тривожність учнів 8-9 класів»

ХАІ.704.7-96п1.22О.053. 9749540 КР

Виконав: здобувач (ка) б курсу групи №7-96п2

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

(код та найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»

(код та найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія»

(найменування)

Барієва А. О.

(прізвище та ініціали здобувача (ки))

Керівник: Бідюк І. А.

(прізвище та ініціали)

Рецензент: Фоменко К. І.

(прізвище та ініціали)

Харків – 2022

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Факультет Гуманітарно-правовий факультет

Кафедра психології

Рівень вищої освіти другий магістерський

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
(код і найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»
(код і найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія
(найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
Ю. І. Гулий

(підпис) (ініціали та прізвище)
«01» вересня 2022 р.

**ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ**

Барієва А. О.

(прізвище, ім'я та по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи Вплив Інтернет-залежності на тривожність учнів 8-9 класів

керівник кваліфікаційної роботи Бідюк І. А., канд. психол. н., доц.

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом Університету №1586-уч від «17» листопада 2022 року.

2. Термін подання здобувачем кваліфікаційної роботи «18» грудня 2022 р.

3. Вихідні дані до роботи дослідити вплив Інтернет залежності на тривожність учнів 8-9 класів

4. Зміст пояснювальної записки (перелік завдань, які потрібно розв'язати)

- Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми дослідження.

- Визначити особливості інтернет залежності та тривожності у хлопців 8-9 класів.

- Визначити особливості інтернет залежності та тривожності у дівчат 8-9 класів.

- Здійснити порівняльний аналіз двох досліджуваних груп

5. Перелік графічного матеріалу: _____

Рис. 2

Табл. 3

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Бідюк І. А., канд. психол. н.	11.10.22	15.10.22
2	Бідюк І. А., канд. психол. н.	18.10.22-	23.10.22
3	Бідюк І. А., канд. психол. н.	15.11. 22-	22.11.22

Нормоконтроль _____ С. В. Кузьміна «18» грудня 2022 р.
(підпис) (ініціали та прізвище)

7. Дата видачі завдання «01» вересня 2022 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів кваліфікаційної роботи	Примітка
1.	Затвердження теми, мети та завдань дипломної роботи	01.09.22-07.10.22	
2.	Складання плану роботи	08.10.22-10.10.22	
3.	Аналіз літературних джерел. Написання першого розділу дипломної роботи	11.10.22-15.10.22	
4.	Визначення психодіагностичного інструментарія для проведення практичної частини дослідження . Написання другого розділу дипломної роботи.	18.10.22-23.10.22	
5.	Проведення практичної частини дослідження.	24.10.22-07.11.22	
6.	Статистична обробка отриманих даних.	08.11.22-12.11.22	
7.	Написання третього розділу дипломної роботи.	15.11. 22-22.11.22	
8.	Написання загальних висновків. Оформлення списку використаних літературних джерел, додадку(ків) та змісту.	23.11. 22-29.11.22	
9.	Передзахист.	30.11.2022-01.12.22	
10	Внесення коректив до тесту дипломної роботи.	02.12.22-11.12.22	
11	Оформлення та підписання відповідної документації(висновок керівника, висновок кафедри, рецензія та довідка на предмет наявності порушень академічної доброчесності)	12.12.22-17.12.22	
12	Підготовка електронної презентації та тексту доповіді.	14.12.22-17.12.22	
13	Строк подання студентом роботи на кафедру.	18.12.22	
14	Захист.	20.12.22-21.12.22	

Здобувач

(підпис)

_____ А. О. Барієва

(ініціали та прізвище)

Керівник кваліфікаційної роботи _____
(підпис)

І. А. Бідюк
(ініціали та прізвище)

Реферат

Дипломна робота: 52 с., 13 табл., 10 рис., 57 джерел.

Ключові слова: ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ, ПІДЛІТКИ, АДИКТИВНА ПОВЕДІНКИ, ТРИВОЖНІСТЬ, СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ.

Об'єкт дослідження: Інтернет-залежність.

Предмет дослідження: вплив Інтернет-залежності на тривожність в учнів 8-9 класів.

Мета дослідження – дослідити вплив Інтернет залежності на тривожність учнів 8-9 класів.

Методи дослідження: 1. Теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження. 2. Тестування (Тест Кімберлі Янг на інтернет залежність; Опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття Інтернету»; Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін); Методика «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк); Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності Юр'євої Л. Н., Больбот Т. Ю.) 3. Методи математико-статистичної обробки (U-критерій Манна — Уїтні)

За результатами дослідження було зроблено наступні висновки:

Дослідження групи хлопців 8 та 9 класів був виявлений високий рівень інтернет-залежності, який проявляється у сприйнятті інтернету як кращого, порівняно з реальним життям, але в жодного учня не було виявлено другої стадії залежності, що за думкою Юр'євої Л. Н. та Больбот Т. Ю. є найнебезпечнішою стадією залежності. Досліджувані мають низький рівень ситуативної тривожності та середній рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язано з тим, що через воєнні дії на території України діти змінили місце проживання і на момент дослідження проходили адаптаційний процес. Дослідження групи дівчат 8 та 9 класів був виявлений високий рівень інтернет-залежності, який проявляється у нецілеспрямованому використанню інтернету та сприйнятті інтернету як кращого, порівняно з реальним життям. У більшості досліджуваних дівчат виявлено низький рівень ситуативної та середній рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язаний

психологічним стресом який дівчата переживали під час дослідження. Порівняльний аналіз показав, що хлопці 8-9 класів мають статистично вищий показник інтернет-залежності, ніж дівчата. Досліджувані з обох груп сприймають інтернет як кращий, порівняно з реальним життям, щі може бути пов'язано з умовами, у яких знаходяться підлітки, що спонукають їх шукати порозуміння та позитивне у соціальних мережах. У рівнях тривожності значимої різниці між групами виявлено не було, тож обом групам властивий низький рівень ситуативної тривожності та середній рівень особистісної.

Abstract

Thesis: 52 pages, 13 tables, 10 figures, 57 sources.

Keywords: INTERNET ADDICTION, ADOLESCENTS, ADDICTIVE BEHAVIOR, ANXIETY, SOCIAL NETWORKS.

Research object: Internet addiction.

The subject of the study: the effect of Internet addiction on anxiety in students of grades 8-9.

The purpose of the study is to investigate the impact of Internet addiction on the anxiety of 8th-9th grade students.

Research methods: 1. Theoretical analysis of scientific sources on the research problem. 2. Testing (Kimberly Young Internet Addiction Test; E. A. Shchepilina's Internet Perception Questionnaire; Reactive and Personal Anxiety Scale (Spilberger, Hanin); Methodology "Self-Assessment of Mental States" (H. Eysenck); Computer Screening Diagnostic Method of computer dependence Yuryeva L.N., Bolbot T.Yu.) 3. Methods of mathematical and statistical processing (Mann-Whitney U-criterion)

Based on the results of the study, the following conclusions were made:

A study of a group of 8th and 9th grade boys revealed a high level of Internet addiction, which manifests itself in the perception of the Internet as better than in real life, but no student was found to have the second stage of addiction, which according to Yuryeva L.N. and Bolbot T. Yu. is the most dangerous stage of

addiction. The subjects have a low level of situational anxiety and an average level of personal anxiety, which may be related to the fact that due to the military operations in the territory of Ukraine, the children changed their place of residence and were undergoing an adaptation process at the time of the study. A study of a group of 8th and 9th grade girls revealed a high level of Internet addiction, which is manifested in unintended use of the Internet and perception of the Internet as better than real life. A low level of situational and an average level of personal anxiety was found in most of the studied girls, which may be related to the psychological stress experienced by the girls during the study. Comparative analysis showed that boys in grades 8-9 have a statistically higher rate of Internet addiction than girls. Subjects from both groups perceive the Internet as better compared to real life, which may be related to the conditions in which teenagers find themselves, which prompts them to seek understanding and positivity in social networks. No significant difference between the groups was found in the levels of anxiety, so both groups have a low level of situational anxiety and an average level of personal anxiety.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ.....	5
1.1 Поняття Інтернет залежності.....	5
1.2 Психологічні особливості підліткового віку.....	11
1.3 Психологічні особливості Інтернет залежності у підлітків.....	16
РОЗДІЛ 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ..	19
2.1 Характеристика вибірки.....	19
2.2 Характеристика методів дослідження.....	20
РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	24
3.1 Особливості інтернет залежності та тривожності в учнів 8-9 класів... 24	
3.2 Особливості інтернет залежності та тривожності в учениць 8-9 класів.....	29
3.3 Порівняльний аналіз двох досліджуваних груп.....	34
ВИСНОВКИ.....	44
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	46

1. ВСТУП

Актуальність дослідження.

Віртуальний світ - це тільки ще одна реальність, створена людьми, - кожним для власних цілей. Комусь він потрібний для роботи, іншому - для спілкування. Не варто забувати, що тут, поза вікном браузера, є багато не менш цікавого, і тільки якщо, потрапивши у віртуальний світ, людина може з легкістю повернутися в справжній, світ електронної пошти та веб-сайтів буде по-справжньому цікавим і корисним, а не нудним і набридливим.

Особи віком від 14 до 21 років представляють собою групу ризику для розвитку такого виду адиктивної поведінки як інтернет-залежність. Цьому сприяє ряд факторів - широке розповсюдження домашніх комп'ютерів, легкість підключення до інтернет-мережі, комп'ютеризація шкільних та університетських програм навчання, велика кількість комп'ютерних клубів та інтернет-салонів, особливо у великих містах. Зазвичай юнаки знайомляться з комп'ютером у школі, університеті або комп'ютерному клубі. Практично всі вони проходять стадію природної захопленості та зацікавленості і певна частина переходить у категорію інтернет-залежних.

Проблемою інтернет-залежності займалися такі вчені, як Голдберг А., Войскунский А. Є., Жичкіна А. Є., Єгорова А.Ю., Короленко Ц.П., Янг К., Д. Грінфілд, К. Сурратт та інші фахівці. Серед українських фахівців, що в різних аспектах досліджують феномен інтернет-залежної поведінки: Юр'єва Л.М., Чабан О.С., Пілягіна Г. Я, Бугайова Н. М.

Отже, Інтернет може приносити і користь, і шкоду для своїх користувачів, а також для тих, хто навколо. Саме тому це дослідження є актуальним.

Об'єкт дослідження: Інтернет-залежність.

Предмет дослідження: вплив Інтернет-залежності на тривожність в учнів 8-9 класів.

Мета дослідження: дослідити вплив Інтернет залежності на тривожність учнів 8-9 класів.

Задачі дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми дослідження.
2. Визначити особливості інтернет залежності та тривожності у хлопців 8-9 класів.
3. Визначити особливості інтернет залежності та тривожності у дівчат 8-9 класів.
4. Здійснити порівняльний аналіз двох досліджуваних груп.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження.
2. Тестування (Тест Кімберлі Янг на інтернет залежність; Опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття Інтернету»; Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін); Методика «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк); Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності Юр'євої Л. Н., Больбот Т. Ю.)
3. Методи математико-статистичної обробки даних (Манна-Уїтні).

В дослідженні взяли участь 50 учнів. Вибірку склали 25 учнів та 25 учениць 8-9 класів.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

1.1 Поняття Інтернет залежності

Перше психологічне дослідження залежності від комп'ютера було проведено в восьмидесятих роках минулого століття М. Шоттон. Наприкінці 1994 року К. Янг розробила і розмістила в інтернеті спеціальний опитувальник, отримала майже 500 відповідей, з яких 400 були відправлені, відповідно до обраного нею критерію, адиктами. А. Голдберг в 1995 році одним із перших запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету, побудований на основі ознак патологічної пристрасті до азартних ігор. У 1997-1998 роках були створені дослідні та консультативно-психотерапевтичні веб-служби з даної проблематики. У 1998-1999 роках К. Янг, Д. Грінфілд і К. Сурагт опублікували перші монографії на тему комп'ютерної залежності. До кінця 1998 року, як зазначає Сурагт, комп'ютерна адикція виявилася фактично легалізована - не як клінічний напрямок у вузькому сенсі слова, але як галузь досліджень і сфера надання людям практичної психологічної допомоги. Серед українських фахівців, що в різних аспектах досліджують феномен інтернет-залежної поведінки: Л.М. Юр'єва, О.С. Чабан, Г.Я. Пілягіна, Н.М. Бугайова. [56]

Комп'ютерна залежність (інтернет-залежність) — адиктивне, що відхиляється від норми поведінку, при якому особистість втрачає зв'язок з реальністю, занурюючись в комп'ютерні ігри або віртуальні чати. Найчастіше про інтернет-залежності говорять, маючи на увазі безцільне проведення часу в інтернеті (листування, ігри, перехід від однієї новини до іншої), проте іноді і користування інтернетом з метою саморозвитку стає залежністю і варіантом відходу від реальності [13].

Інтернет-залежність (інтернет-адикція) – це вид нехімічної залежності, який трактується, 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.

Аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових здобутків з теми дослідження показав, що проблему психології залежності від Інтернету можна розглядати в різних ракурсах.

По-перше, питання інтернет-залежності розкриваються в рамках проблеми девіантної поведінки. Згідно з класифікацією Ц. П. Короленко та Т. О. Донських, всі поведінкові девіації поділяються на дві групи: нестандартну і деструктивну поведінку. Нестандартна поведінка може мати форму нового мислення або таких дій, що виходять за рамки поведінкових стереотипів. Деструктивна поведінка, залежно від спрямованості, поділяється на внутрішньодеструктивну (суїцидальна, конформістська, аутична поведінка) та зовнішньодеструктивну, яка, в свою чергу, поділяється на антисоціальну поведінку (полягає у діях, які порушують існуючі закони і права інших людей у формі асоціальної поведінки) та адитивну поведінку (передбачає використання яких-небудь речовин або специфічної активності з метою відходу від реальності і отримання бажаних емоцій) [24].

По-друге, виникнення Інтернет-залежності розглядається як наслідок зниження психологічної стійкості особистості [27]. Оскільки психологічна стійкість оберігає особистість від дезінтеграції і особистісних розладів, складає основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, то зниження її призводить до дезінтеграції особистості, порушення регуляції поведінки та діяльності, розпаду системи життєвих цінностей, мотивів, цілей, що підвищує ризик виникнення залежності.

Залежність від Інтернету, як вказує О.Є Войскунський, розуміється широко і включає в себе такі форми її прояву: пристрасть до роботи з комп'ютером (програмування, ігрова та інші види діяльності); пошук

інформації у віддалених базах даних; пристрасть до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів та електронних покупок; залежність від спілкування в 38 чатах, від участі у групових іграх і телеконференціях; залежність від порнографічних сайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах [9]. На теперішньому етапі розвитку комп'ютеризації і розширення доступу до Інтернету в Україні, на щастя, усе ще мало розповсюдилася патологічна пристрасть до опосередкованих Інтернетом азартних ігор та онлайн-аукціонів. Порівняно нечасто зустрічається заміна реальних людей віртуальними фігурами. Частіше спостерігається компульсивна навігація по веб-мережі, пошук у різних базах даних. Інші варіанти зустрічаються досить часто у всіх вікових групах наших користувачів.

Л. М. Юр'єва та Т. Ю. Больбот за результатами проведеного дослідження виділили наступні етапи розвитку комп'ютерної залежності:

- 1-й етап - етап ризику розвитку комп'ютерної залежності;
- 2-й етап - етап сформованої комп'ютерної залежності (емоційно-вольові порушення, психічна залежність);
- 3-й етап - етап тотальної комп'ютерної залежності (психічна та фізична залежність, синдром актуалізації компульсивного потягу). [65]

Основними характеристиками етапу ризику розвитку комп'ютерної залежності є збільшення часу, проведеного для досягнення поставленої мети і роботи за комп'ютером, втрата відчуття часу, отримання емоційного задоволення за комп'ютером, витрата більшої кількості грошей на комп'ютерну діяльність, перші ознаки соціальної дезадаптації. [65, 66]

Доктор М. Орзак виділяє не тільки психологічні, а й фізичні симптоми інтернет-залежності, до яких відносять:

- ураження нервових стовбурів руки, пов'язане з тривалим перенапруженням м'язів;
- оніміння пальців руки, що тримає «мишку»;
- сухість та різі в очах;

- головні болі за типом мігрені;
- розлади сну, зміна режиму сну;
- нехтування особистою гігієною;
- болі у спині;
- нерегулярне харчування.

Фізичні ознаки комп'ютерної залежності представлені порушеннями з боку очей (погіршення зору, дисплейний синдром та ін.), опорно-рухового апарату (викривлення хребта тощо), травної системи (порушення харчування, хронічні запори). Фізичні ознаки комп'ютерної залежності менш специфічні, і, як правило, викликаються тривалим перебуванням за комп'ютером. Деякі з цих ознак можуть виникнути і у людей, які зовсім не страждають комп'ютерною залежністю, але які змушені проводити довгий час за комп'ютером.

К. Янг наводить наступні 4 симптоми Інтернет-залежності:

1. Нав'язливе бажання перевірити e-mail.
2. Постійне очікування наступного виходу в Інтернет.
3. Скарги оточуючих на те, що людина проводить занадто багато часу в Інтернеті.
4. Скарги оточуючих на те, що людина витрачає занадто багато грошей на Інтернет. [29, 55, 56]

Інші вчені доповнили цей список:

1. Скорочення часу на прийом їжі на роботі і вдома, а також прийом їжі перед монітором.
2. Вхід до Інтернету в процесі не пов'язаної з ним роботи.
3. Втрата відчуття часу on-line.
4. Більш часта комунікація з людьми on-line, ніж при особистій зустрічі.
5. Постійне передчуття чергової on-line сесії або спогади про попередні сесії.

6. Ігнорування сімейних і робочих обов'язків, суспільного життя, наукової діяльності або стану свого здоров'я у зв'язку з заглибленням в Інтернет.

7. Неможливість скоротити час перебування в Інтернеті;

8. Пропуск прийомів їжі, навчальних занять, зустрічей або обмеження сну заради можливості бути в Інтернеті.

9. Вхід до Інтернету з метою уникнути проблем або заглушити почуття безпорадності, провини, тривоги або пригніченості.

10. Поява втоми, дратівливості, зниження настрою при припиненні перебування в мережі і непереборне бажання повернутися за комп'ютер.

11. «Таємний» вхід в мережу Інтернет в момент відсутності чоловіка/дружини або інших членів сім'ї, що супроводжується відчуттям полегшення або провини.

12. Заперечення наявності залежності. [27]

В ряд факторів, які роблять інтернет привабливим, як засіб для отримання задоволення, тобто адитивним агентом, включено:

- відхід у віртуальну реальність. Бурхливе життя в мережі легко замінює реальне існування: люди там закохуються, сваряться, радіють і хвилюються легше і частіше, ніж в «реалі». Уявлення заповнюють порожнечу, яку залишили почуття. Інтернет замінює реальне життя. Особливо це важливо для тих людей, життя яких з різних (зовнішніх або внутрішніх) причин збіднене у сенсі міжособистісної комунікації. [34, 66] Найчастіше залежність від Інтернету виникає у людей, що мають проблеми у спілкуванні, вікові проблеми, проблеми в родині та занижену самооцінку. Зазвичай, саме для таких осіб характерне переживання суб'єктивних труднощів у встановленні взаємин з іншими людьми, особливо з представниками протилежної статі. Інтернет створює можливість для заміни незадоволених реальних потреб задоволенням за допомогою заміни об'єкта.

[3]

- можливість створення нових образів «Я», оригінальних варіантів самопрезентації; втілення уявлень, і/або фантазій, неможливих в повсякденному житті. Найчастіше це кіберсекс, рольові ігри в чатах, різні варіанти представлення ідентичності і соціальних ролей. Як правило, ті, хто стають Інтернет-залежними, змінюють свою особистість. По-перше, для адиктів характерна зміна адиктивної реалізації. Сьогодні він - Інтернет-залежний, завтра - любовний адикт, післязавтра - патологічний гравець, а через певний час він може звернутися до наркотиків чи алкоголю. Тобто це не виключено. По-друге, небезпека полягає в тому, що дуже часто, рано чи пізно, адитивні особистості стають соціально дезадаптованими [66].

- в Інтернеті існує можливість анонімних соціальних інтеракцій. Особливе значення має відчуття безпеки при їх здійсненні, включаючи використання електронної пошти, ICQ тощо. Використовуючи Інтернет, людина може включатися в різні віртуальні соціальні ланки, і, як наслідок, має можливість отримання будь-якого соціального статусу (пошук самоствердження). Цей фактор має велике значення для тих, хто не зміг досягти бажаного місця в суспільстві в реальному житті. [65]

- необмежений доступ до інформації - інформаційний вампіризм [6]. Залежність від мережевого простору є психологічною проблемою, тому в якості лікування використовують різні форми психотерапії, зокрема, когнітивно-біхевіоральну - поступова зміна розумових установок і поведінкових стереотипів залежного. Це досить тривалий процес (до декількох місяців), так як для закріплення нових форм мислення і поведінки потрібен час. Також популярністю користуються багатоступеневі програми за типом 12-крокової системи, що використовується для лікування алкогольної залежності. Парадоксально, але факт - існують інтернет-центри, які допомагають звільненню від інтернет-залежності. Такий собі віртуальний клуб, де спілкуються люди, охочі позбавитися від надмірного захоплення комп'ютером. [36]

1.2 Психологічні особливості підліткового віку

Підлітковий період - період завершення дитинства, виростання з нього, перехідний від дитинства до дорослості. Зазвичай він співвідноситься з хронологічним віком з 10-11 до 14-15 років. Сформована у навчальній діяльності в середніх класах школи здатність до рефлексії направляється школярем на самого себе. Порівняння себе з дорослими і з більш молодшими дітьми призводить підлітка до висновку, що він вже не дитина, а скоріше дорослий. Підліток починає відчувати себе дорослим і хоче, щоб і навколишні визнавали його самостійність і значимість.

Початок підліткового віку можна помітити в активних змінах фізіологічного розвитку, поведінки, смаків, поглядів дитини. Найбільш помітним є нестабільний емоційний фон, який багато в чому пояснюється активним виробленням організмом гормонів. Підліток може болісно сприймати дуже багато життєвих ситуацій та моментів.

Усі **пізнавальні психічні процеси** підлітків характеризується довільністю.

У підлітків вдосконалюється чутливість відчуттів, на основі чого сприймання стає більш повним і детальним, планомірним і послідовним.

Розвиток уяви підлітків характеризується розширенням змісту та появою нових способів утворення її образів. Уява стає більш довільною. Уявляються не тільки предмети, але й образи майбутніх ситуацій. Важливою формою уяви в цьому віці стає мрія. За її допомогою підлітки творять образи свого бажаного майбутнього.

Також у цьому віці збільшується обсяг пам'яті (за рахунок появи логічного мислення), вона стає більш керованою, формується смислова логічна пам'ять, збільшується кількість прийомів запам'ятовування.

Розвивається абстрактне і формується понятійне мислення. З'являються гіпотетично-дедуктивні судження. Розвивається здібність до розумових

експериментів, оперування гіпотезами. Формується активне, самостійне, творче мислення.

Мовлення підлітків розвивається за чотирма напрямками: 1) як засіб спілкування; 2) як спосіб набуття знань; 3) як інструмент творення та засіб вираження емоційних станів і вольової регуляції поведінки; 4) як об'єкт вивчення.

У підлітків активно розвивається довільна увага, її стійкість, розподіл та переключення. Істотно зростає обсяг уваги, її самоконтроль, регуляція зовнішніх проявів уваги, збільшується концентрація уваги на поведінці та діях людей.

Паралельно у підлітків підвищується інтерес до оволодіння виразністю мовлення для демонстрації "інтелектуальної сили", розвивається чутливість до художнього слова, виникає потяг до написання віршів, зменшується кількість зайвих слів, збільшується словниковий запас, вдосконалюється писемне мовлення. Однак є і труднощі в розвитку мовлення: відсутня красномовність (невміння використовувати мову для відтворення почуттів), часто мова є уривчастою і з неадекватною інтонацією, наявна багатослівність, довгі речення.

Психічний розвиток підлітків характеризується тим, що фактично весь цей період супроводжується кризою, яку умовно називають "криза 13 років".

Її передумовою є руйнування старої структури особистості, внутрішнього світу, системи переживань дитини, що були сформовані до цього віку.

Основними причинами кризи є наступні:

- 1) дорослі не змінюють своєї поведінки у відповідь на появу в підлітків прагнень до нових форм взаємин із батьками та вчителями;
- 2) у поведінці з'являється пряме відображення статевого дозрівання.

Суть кризи полягає у глибокій якісній зміні всього процесу психічного розвитку дитини, її внутрішнього світу (а не в яскравих зовнішніх проявах поведінки).

До симптомів кризи належать:

1. Зниження продуктивності навчальної діяльності (а також спроможності нею займатися) навіть у тих сферах, де підліток обдарований (часто це зумовлюється переходом від конкретного до логічного мислення).

2. Негативізм. Підліток ніби відштовхується від оточуючих. Схильний до сварок, порушень дисципліни, у нього часто виникає внутрішнє занепокоєння, невдоволення, прагне самотності та самоізоляції.

Почуття дорослості - це психологічний симптом початку підліткового віку. За визначенням Д. Б. Ельконіна, почуття дорослості є новоутворення свідомості, через яке підліток порівнює себе з іншими (дорослими або товаришами), знаходить зразки для засвоєння, будує свої відносини з іншими людьми, перебудовує свою діяльність. Перехідність підліткового віку, звичайно, включає біологічний аспект. Це період статевого дозрівання, інтенсивність якого підкреслюється поняттям гормональна буря. Фізичні, фізіологічні, психологічні зміни, поява сексуального потягу роблять цей період виключно складним, в тому числі і для самого стрімко росте у всіх сенсах підлітка.

Л. С. Виготський перерахував декілька основних груп найбільш яскравих інтересів підлітків, які слідом за А. Б. Залкіндом він назвав домінантами, а саме:

1. “Егоцентрична домінанта” – інтерес підлітка до власної особистості;
 2. “Домінанта далі” – установка підлітка на широкі, великі масштаби, які для нього набагато більш суб’єктивно прийнятні, ніж ближні, поточні, сьогоденні;

3. “Домінанта зусилля” – тяга підлітка до опору, подолання, до вольових напруг, які іноді виявляються в упертості, хуліганстві, боротьбі проти батьківського авторитету, протесті й інших негативних проявах;

4. “Домінанта романтики” – прагнення підлітка до невідомого, ризикованого, до пригод, до героїзму.

Психологічні особливості спілкування і взаємин підлітків з однолітками проявляються в наступному:

- підлітки прагнуть зайняти місце в групі однолітків, яке б відповідало їх претензіям. Це є провідним мотивом поведінки;

- спілкування з однолітками поступово виходить за межі шкільного життя і навчальної діяльності, охоплює нові інтереси, види діяльності, стосунки. Усе це поступово виокремлюється в надзвичайно важливу для підлітка сферу життя;

- спілкування з однолітками набуває такої цінності, що відтісняє на другий план навчання і стосунки з рідними;

- невдоволення своїми стосунками з однолітками часто є причиною зниження рівня навчальних досягнень та порушень поведінки;

- у спілкуванні для підлітків стають важливими особистісні якості (знання, чесність, сміливість...);

- стосунки характеризуються орієнтацією на вимоги товаришів, їх врахування. Проявом цього є "вуличні закони", "кодекс честі" тощо;

- підлітки інтенсивно формуються в групі, в яких наявний високий рівень конформізму (пасивне, пристосовницьке прийняття групових стандартів поведінки, безумовне схилення перед авторитетами);

- у підлітків з'являються референтні групи (група-еталон, на норми та цінності якої вони орієнтуються у своїх вчинках і самооцінці);

- постійно триває пошук друга, на фоні ревнощів, образ підлітки дорожать дружбою;

- з'являється взаємне зацікавлення хлопців та дівчат, бажання сподобатись, тому виникає стурбованість щодо зовнішності.

Психологічні особливості спілкування і взаємин підлітків з дорослими характеризуються такими проявами:

- підлітки не погоджуються на нерівноправні стосунки, оскільки вони не відповідають їх уявленням про власну дорослість та самостійність. Вони вимагають поваги, довіри, самостійності, обмежують права дорослих і розширюють свої. Часто це призводить до невиконання розпоряджень дорослих, нехтування обов'язками, протесту;

- конфліктність виникає за умови, коли зміни в розвитку особистості підлітка випереджають корективи стосунків з дорослими;

- характер спілкування підлітків з дорослими істотно впливає на особливості самооцінки підлітків, їм потрібна довіра.

Суттєво змінюються психологічні особливості навчання підлітків:

- підлітки обирають такі способи навчання, які роблять їх більш незалежними, більш дорослими в їх очах (обирають самостійні форми занять, а від вчителя потребується розуміння, підтримка, допомога);

- виникають нові мотиви учіння: освіченість, прагнення влаштуватись у майбутньому (подальше навчання, робота), прагнення самоствердження і самовдосконалення, необхідність виконувати вимоги батьків;

- знання стають цінністю. Вони дозволяють зайняти певний статус серед однолітків;

- з'являється спрямованість на самостійний пошук нових знань;

- процес засвоєння знань у школі може супроводжуватись інтелектуальними емоціями, але особливістю є те, що вони не самі обирають знання, тому одні учні їх легко засвоюють, інші - тільки вибірково предмети;

- оцінка для підлітків є статусом, показником рівня знань, стимулом;

- підлітки активно випробовують свої сили в різних галузях трудової діяльності: організація різних заходів, суспільно-політичне життя тощо.

Отже, у підлітковому віці дитина робить значний поступ в усвідомленні своєї особистості. Процес самопізнання є складним і досить суперечливим, самооцінка та рівень домагань — часто неадекватними та нестійкими. У підлітків ще не виникає цілісний Я-образ.

1.3 Психологічні особливості Інтернет залежності у підлітків

Стрімке поширення інтерактивних технологій та глобальна комп'ютеризація набула ще більших темпів за останні роки. Це пояснюється не лише легкою доступністю і зручністю використання електронних девайсів, а й соціально-антропогенними факторами, зокрема, особливостями існування людства в умовах карантинних обмежень пандемії covid-19. Електронні девайси дозволяють з легкістю здійснювати пошук інформації, розширюють можливості взаємозв'язку та міжособистісного спілкування, що економить час, розширює можливості виконання професійної чи навчальної діяльності, дозволяє отримувати, зберігати та обробляти гігантські масиви інформації [18, 46, 482, 609].

У підлітків комп'ютерна залежність, як правило, свідчить про проблеми з соціалізацією і самореалізацією. Підліток йде в інтернет:

1. - через проблеми у взаєминах з однолітками.
2. труднощів в сім'ї.
3. складнощів в навчанні.
4. при неприйнятті себе.

Деякі вчені вказують на особистісні чинники, що сприяють розвитку адиктивної поведінки у підлітків. Наприклад, Н. Пихтіна вказує на те, що на розвиток адиктивної поведінки у підлітків впливають такі чинники: емансипація, компенсації, стрес, незайнятість, відсутність пізнавальних інтересів [12]. І. Гурвич указує на взаємозв'язок між адиктивною поведінкою та відчуженням [4]. А. Адлер указує на відчуженість, що може спричинити розвиток адикції, як на фактор, що є елементом комплексу неповноцінності та формою прояву поведінкового деструктивізму [4]. Н. Максимова вказує на наявність особистісної схильності до адиктивної поведінки, що проявляється у нездатності особистості адекватно сприймати життєві ситуації, ставитися до людей і до самої себе, правильно регулювати свою поведінку [11].

Б. Сегал визначає такі психологічні особливості осіб з адиктивними формами поведінки: знижена здатність боротьби з труднощами повсякденного життя; прихований комплекс неповноцінності і зовнішній прояв переваги; бажання казати неправду; прагнення звинувачувати інших, знаючи, що вони не винні; схильність уникати відповідальності в прийнятті рішень; стереотипність, повторюваність поведінки; залежність; тривожність [8, с. 125].

О. Ратинська визначає особистісні особливості підліткового періоду, які є групою факторів ризику у формуванні адиктивної поведінки: підвищений егоцентризм; потяг до протиставлення, протесту, боротьбі проти виховних авторитетів; підвищене бажання стати дорослим і незалежним від сім'ї; незрілість моральних переконань; занадто чутливе реагування на пубертатні зміни; схильність перебільшувати ступінь складності проблем; криза ідентичності; негативна чи несформована Я-концепція; гіпертрофовані поведінкові реакції; перевищення пасивних допінг-стратегій у подоланні труднощів [14, с. 234].

Соціальні мережі володіють неймовірною популярністю саме серед молодого покоління. Як зазначалось вище, саме в онтогенетичному відрізку 14 – 24 роки зареєстровано найбільшу частку осіб з проявами Інтернет-залежності. Для залежних від кіберпростору підлітка чи юнака зовнішній світ виявляється дискомфорнтним місцем для реалізації власних планів. Кіберпростір пропонує привабливий матеріал, з якого індивід може побудувати нову, штучну реальність. Дійсність відчужується за допомогою привабливих ілюзій, що утворюють бар'єр між людиною і тим, що існує насправді. Утворюється імітація, яка може повністю відповідати уявленням особистості про те, яким має бути життя. Створена віртуальна реальність не вимагає зусиль для досягнення бажаної мети, розвиток для цього здібностей, рефлексії, подолання перешкод. Вона пропонує молодій особі «вже досягнуту мету».

Слід звернути увагу і на комплексні моделі формування адиктивної поведінки у підлітків. Наприклад, О. Змановська дає уявлення про природу залежної поведінки у вигляді моделей: моральної, хвороби, симптоматичної, психоаналітичної та системно-особистісної [6]. Відповідно до теорії О. Змановської, моральна модель пояснює виникнення адикції з погляду етичних та моральних переконань суспільства у конкретному історичному ракурсі; симптоматична – як наслідок певних поведінкових звичок; психоаналітична – як наслідок проявів порушення особистісної динаміки та індивідуальних особливостей особистості, що формуються в перші роки її життя; системно-особистісна – як наслідок дисфункціональних порушень, пов'язаних зі збоєм життєво важливих функцій.

Отже, саме в підлітковому та юнацькому віці існує найбільша вірогідність формування схильності до адиктивної поведінки і, зокрема, до формування кіберадикції. Найпоширенішими чинниками, які підштовхують молоду особистість у кіберпростір стають постійні конфлікти між батьками, емоційно-психологічна напруга в сім'ї, брак спілкування з батьками, однолітками і, загалом, зі значущими особами. Також, причинами можуть послужити занижена самооцінка, несформованість навичок міжособистісної комунікації та емоційна нестабільність при безпосередній взаємодії з навколишнім середовищем. Спроби уникнення некомфортних реальних умов призводять до втечі в кіберпростір, однак, віртуальна реальність не дає справжнього уявлення про навколишній світ і лише створює уявлення про реальність віртуального світу, нав'язуючи хибне уявлення про абсолютну непотрібність природного та повсякденного буття.

РОЗДІЛ 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Характеристика вибірки

У дослідженні прийняли участь 50 підлітків, що навчаються у 8-9 класах. Через повномасштабну війну більша частина (70%) учнів знаходяться у європейських країнах, менша (30%) на території України.

Відповідно до мети дослідження за результатами опитування усі респонденти були поділені на дві полярні групи за статевою приналежністю.

Першу групу склали 25 хлопців, що навчаються у 8-9 класах.

Другу групу склали 25 дівчат, що навчаються у 8-9 класах..

На підготовчому етапі було проведено аналіз вітчизняної та зарубіжної наукової літератури з проблеми дослідження, визначені актуальність, об'єкт, предмет, мета та завдання дослідження, сформовано план дослідження, підібраний відповідний психодіагностичний інструментарій. Підготовлено онлайн-форми із стимульним матеріалом для проведення дослідження.

На основному етапі було здійснено тестування (серпень 2022 р. – вересень 2022 р.), збір, обробка та аналіз отриманих даних. Учасникам дослідження було запропоновано заповнити гугл форми з бланками наступних методик.: Тест на якість прив'язаності (У. Карвер); Шкала співзалежності (Спанна-Фішера); Шкала любові і симпатії (З. Рубін, адаптація адаптованої Л. Я. Гозман і Ю. Є. Алешина); Опитування задоволеності шлюбом (Столін, Романова); Тест на супружну сумісність (Добрович); Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності (Рассел, Фергюссон).

Більш детально описані методики у підрозділі 2.2.

2.2 Характеристика методів дослідження

1 Тест Кімберлі Янг на інтернет залежність. Тест інтернет-залежності (Internet Addiction Test, IAT) К. Янг – методика, розроблена та апробована в 1995 році доктором Кімберлі Янг (Kimberley S. Young), професором психології Пітсбурзького університету в Бретфорді. Тест являється інструментом самодіагностики патологічної пристрасті до інтернету (незалежно від форми цієї пристрасті). Однак слід враховувати, що діагностична категорія інтернет-адикції досі остаточно не визначена.

Опитувальник, який був використаний у дослідженні, є перекладеною та модифікованою версією Тесту К.Янг, виконаною В.А. Лоскутової (Бурова). Після проведення дослідження довжиною у 4 роки В.А. Лоскутова захистила дисертацію на здобуття наукового ступеня кандидата медичних наук на тему «Інтернет-залежність як форма нехімічних адиктивних розладів».

На думку Кімберлі Янг, адиктивність інтернету визначається трьома головними факторами:

- Доступність інформації, інтерактивних зон та порнографічних зображень.
- Персональний контроль і анонімність інформації, що передається.
- Внутрішні почуття, які на підсвідомому рівні встановлюють більший рівень довіри до спілкування онлайн.

Тим часом, досі немає узгодженої думки про те, що є інтернет-залежністю, як немає і будь-яких вироблених діагностичних критеріїв.

У результаті, розробляючи тест на інтернет-адикцію, Кімберлі Янг спиралася в основному на вже наявні уявлення та тестові методики діагностики алкоголізму та патологічної схильності до азартних ігор (геймблінгу).

2. Опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття Інтернету». Тест, розроблений Щепіліною Е. А., включає 67 питань з 12 шкалами. Питання

№67 (соціолінгвістичне), було введено для визначення ступеня приналежності опитуваних до мережевої субкультури та аналізується окремо.

3. Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін). Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) є інформативним способом самооцінки рівня тривожності в даний момент (реактивна тривожність як стан) та особистісної тривожності (як стійка характеристика людини). Методика була розроблена в 1970 році.

У рамках цього тесту створені 2 підшкали.

Перша, шкала стану тривоги (ситуативної тривожності), оцінює поточний стан тривоги, вимірюючи, як респонденти відчують себе «прямо зараз», використовуючи суб'єктивні відчуття страху, напруження, нервозності, неспокою та збудження вегетативної нервової системи.

Ситуативна, або реактивна тривожність як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напруженням, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічністю в часі.

Друга, шкала особистої тривожності, оцінює відносно стабільні аспекти особистості, її схильність до занепокоєння, оцінює відчуття/стан спокою, впевненості та безпеки.

Під особистісною тривожністю розуміють стійку індивідуальну характеристику, яка відображає схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широке «віяло» ситуацій як загрозливі, відповідаючи на кожну з них певною реакцією.

Особистісна тривожність являє собою конституційну межу, яка обумовлює схильність сприймати загрозу в широкому діапазоні ситуацій. При високій особистісній тривожності кожна з цих ситуацій є стресом для індивідуума й викликає у нього виражену тривогу.

Як властивість особиста тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні (у т.ч. для

самооцінки, самоповаги). Особи, які належать до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці й життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати дуже вираженим станом тривожності.

Якщо STAI показує у респондента високий показник особистісної тривожності, це дає підставу припускати в нього появу стану тривожності в різних пересічних ситуаціях. Дуже висока особистісна тривожність прямо корелює з емоційними і невротичними зривами та психосоматичними захворюваннями.

4. Методика Самооцінка психічних станів (Г. Айзенк). Методика самооцінки психічних станів одна із особистісних опитувальників, розроблених Г. Айзенком (60-80-ті роки ХХ століття). Опитувальники Г. Айзенка створювалися з урахуванням розробки автором нового типологічного підходу до вивчення особистості. У цьому використовувалися як теоретичні підходи К. Юнга, Р. Вудвортса, І. П. Павлова, Е. Кречмера та інших відомих психологів, психіатрів і фізіологів, і дані великих експериментальних досліджень самого Г. Айзенка. Особові опитувальники Г. Айзенка мають досить високі коефіцієнти валідності та надійності і широко використовуються в практичній психодіагностиці.

Опитувальник самооцінки психічних станів призначений для діагностики рівня вираженості станів як тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність. Опитувальник є переліком із 40 тверджень, які випробуваний повинен оцінити щодо себе за трихотомічною шкалою (варіанти відповідей: "підходить", "підходить, але не дуже", "не підходить"). При цьому твердження згруповані у 4 шкали: тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.

Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку суми балів за кожною шкалою. Отриманий результат свідчить про рівень виразності виділених чотирьох станів.

1. Тривога;
2. Фрустрація;

3. Агресивність;

4. Ригідність.

Опитувальник складається із 49 тверджень.

Орієнтовний час тестування 15-20 хвилин.

5. Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності Юр'євої Л. Н., Больбот Т. Ю. Методика є скринінговим самоопитувачем, спрямованим на виявлення кібер-адикції (у тому числі інтернет-адикції). Методика була спочатку розроблена та адаптована до використання у російськомовному середовищі Л. М. Юр'євої та Т. Ю. Больбот.

При розробці методики автори керувалися загальними уявленнями про залежну поведінку та накопичений досвід діагностики та лікування кіберадикцій. Зокрема, автори спиралися на критерії діагностики інтернету залежності Голдберга та Орзак.

Опитувальник складається з 11 тверджень щодо проявів емоційного стану особистості за комп'ютером або в інтернеті, міркувань щодо реалізації задумів та передчуття задоволення, кількості часу перебування за комп'ютером та матеріальних витрат, пов'язаних з цим, вольових властивостей, відчуттів, які отримують під час проведення комп'ютерного дозвілля, асоціативного. характеру сприйняття одержуваного задоволення, впливу захоплення комп'ютером на соціально-побутові обов'язки, ролі соціальних зобов'язань у повсякденному побуті, впливу комп'ютера на психофізичний стан, режим сну та неспанья.

Кожне твердження супроводжується 4 ступенями згоди з ним. Можливим відповідям «ніколи», «рідко», «часто» або «дуже часто» надають бали 1, 2, 3 та 4 відповідно. Максимальний бал за єдиною шкалою методики становить 44 бали.

РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1 Особливості інтернет залежності та тривожності в учнів 8-9 класів

Для дослідження інтернет-залежності у школярів ми використовували декілька методик. Перша з них це тест Кімберлі Янг на інтернет залежність. Середній бал за цією методикою дорівнює 85,7. Для того щоб проаналізувати результати побудували таблицю з кількісними показниками.

Таблиця 3. 1

Частота показників зустрічальності рівнів інтернет-залежності у учнів
8-9 класів

Рівень задоволення шлюбом	Результати групи №1	
	Кіль-сть	%
Звичайний користувач Інтернету	-	-
Надмірне захоплення Інтернетом	11	44%
Інтернет-залежність	14	56%

З таблиці 3.1, ми бачимо, що Інтернет-залежність в даній групі має більшість досліджуваних (52 %), надмірно захоплюються Інтернетом менша кількість учнів (48%). Зауважимо, що у цій групі не виявлено жодного учня як звичайного користувача Інтернетом.

Наступним опитувальником для розкриття особливостей Інтернет-залежності ми взяли опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття Інтернету». Для аналізу результатів побудували таблицю 3.2. відсоткового співвідношення балів за рівнем вираженості.

Таблиця 3. 2

Частота показників зустрічальності рівнів Інтернет – залежності у учнів
8-9 класів (у %) (N=25)

Шкали	Рівні	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Приналежність до мережевої субкультури		76%	20%	4%
Нецілеспрямованість поведінки		32%	60%	8%
Потреба в сенсорній стимуляції		32%	60%	8%
Мотивація використання інтернету		4%	48%	48%
Зміна стану свідомості під впливом інтернету		44%	56%	-
Сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям		40%	44%	12%
Спілкування		44%	40%	16%
Час в інтернеті		8%	60%	32%
Простір в інтернеті		40%	40%	20%
Сприйняття інтернету як проєктивної реальності		60%	20%	20%
Сприйняття інтернету як живої істоти		80%	16%	4%
Прагнення перенести норми віртуального світу в реальний		20%	72%	8%

За таблицею 3.2 ми бачимо, що шкала приналежності до мережевої субкультури найбільше виражена з низьким рівнем(76%), на другому місці середній рівень (20%) та найменш виражений високий рівень(4%). Шкала нецілеспрямованості поведінки найбільш виражена з середнім рівнем(60%), на другому місці низький рівень (32%) та найменш виражений високий рівень (8%). Шкала потреба в сенсорній стимуляції найбільш виражена з середнім рівнем (60%), на другому місці низький рівень(32%) та найменш виражений високий рівень (8%). Шкала мотивація використання інтернету найбільш виражена середнім рівнем (48%)та високим рівнем (48%), та

найменш виражений низький рівень (4%). Шкала зміна стану свідомості під впливом інтернету з середнім рівнем (56%), та найменш виражений низький рівень (44%). Шкала сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям з середнім рівнем (44%), на другому місці низький рівень (40%) та найменш виражений високий рівень (12%). Шкала спілкування з низьким рівнем (44%), на другому місці середній рівень (40%) та найменш виражений високий рівень (16%), Шкала час в інтернеті з середнім рівнем (60%), на другому місці високий рівень (32%) та найменш виражений низький рівень (8%). Шкала простір в інтернеті з середнім рівнем (40%) та низьким рівнем (40%) та найменш виражений високий рівень (20%). Шкала сприйняття інтернету як проективної реальності з низьким рівнем (60%) та найменш виражені середній(20%) та високий рівень(20%). Шкала сприйняття інтернету як живої істоти з низьким рівнем(80%), на другому місці середній рівень(16%) та найменш виражений високий рівень(4%). Шкала прагнення перенести норми віртуального світу в реальний з середнім рівнем(72%), на другому місці низький рівень(20%) та найменш виражений високий рівень(8%).

Та остання методика розкриття особливостей Інтернет-залежності Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності Юр'євої Л. Н., Ботьбот Т. Ю. Середній показник за цією методикою 25,3 бали. Для більш детального аналізу результатів цієї методики ми побудували таблицю.

Таблиця 3. 3

Частота показників зустрічальності рівнів комп'ютерної залежності у учнів 8-9 класів

Стадії комп'ютерної залежності	Результати групи №1	
	Кіль-сть	%
Залежності немає	5	20%
Стадія захоплення, «прилипання»	15	60%
Перша стадія залежності	5	20%
Друга стадія залежності	-	-

З таблиці 3.3, ми бачимо, що комп'ютерна залежність у даній групі є на стадії захоплення у більшості (60%), на стадіях першій та відсутності залежності знаходяться однакова кількість учнів (20%). Зауважимо, що у цій групі не виявлено жодного учня з другою стадією залежності, яка за думкою автора є найнебезпечнішою та потребує лікувальних заходів..

Для дослідження тривожності в учнів 8-9 ми обрали таку методику як Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін). Для аналізу результатів побудували графік усереднених показників

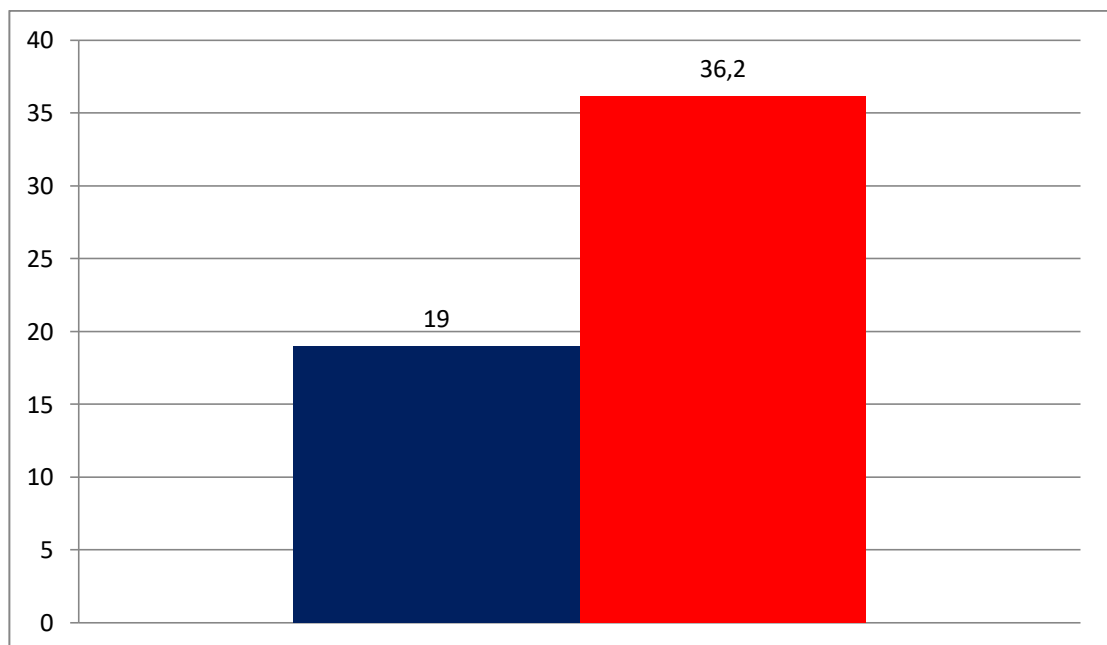


Рис. 3.1 Усереднені показники тривожності у групі хлопців з 8-9 класів:

■ - ситуативна тривожність, ■ - особистісна тривожність

За рис. 3.1 ми бачимо, що особистісна тривожність учнів має показник особистісної тривожності майже у два рази більший за показник ситуативної тривожності.

Для більш детального аналізу результатів цієї методики ми побудували таблицю.

Таблиця 3. 4

Частота показників зустрічальності рівнів тривожності в учнів 8-9 класів

Види тривожності	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Кіль-сть	%	Кіль-сть	%	Кіль-сть	%
Ситуативна	17	68%	8	32%	-	-
Особистісна	2	8%	15	60%	8	32%

З таблиці 3.4, ми бачимо, що ситуативна тривожність у даній групі виражена найбільше (68%) на низькому рівні, найменше (32%) на середньому рівні. Ситуативної тривожності високого рівня не виявлено. Особистісна тривожність у даній групі виражена найбільше (60%) на середньому рівні, на другому місці – високий рівень (32%) та найменш виражений низький рівень (8%).

Для більш детального аналізу переживань школярів ми обрали Методику «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. За результатами цієї методики побудували графік усереднених показників.

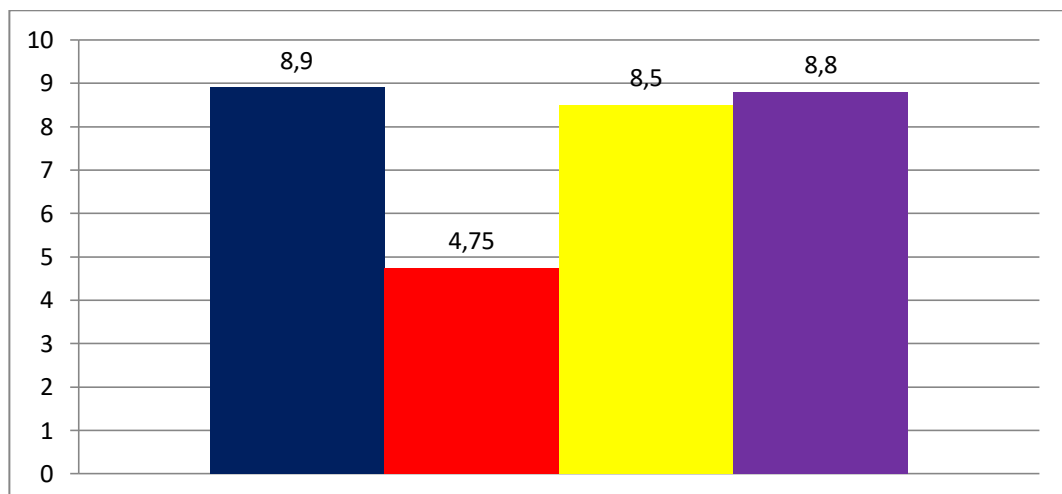


Рис. 3.2 Усереднені показники психічних станів у групі хлопців з 8-9

класу: ■ - тривожність, ■ - фрустрація, ■ - агресивність, ■ - ригідність

За рис. 3.2 ми бачимо, що найбільш вираженим у групі показником психічного стану є тривожність, на другому місці – ригідність, на третьому – агресивність та найменш вираженою є фрустрація.

3.2 Особливості інтернет залежності та тривожності в учениць 8-9 класів

Для дослідження Інтернет залежності у школярів ми використовували декілька методик. Перша з них це тест Кімберлі Янг на інтернет залежність. Середній бал цієї методики дорівнює 83,3. Для того щоб проаналізувати результати побудували таблицю з кількісними показниками.

Таблиця 3. 5

Частота показників зустрічальності рівнів Інтернет –залежності у дівчат з 8-9 класів

Рівень задоволення шлюбом	Результати групи №1	
	Кіль-сть	%
Звичайний користувач Інтернету	-	-
Надмірне захоплення Інтернетом	10	40%
Інтернет-залежність	15	60%

З таблиці 3.5, ми бачимо, що інтернет-залежність в даній групі має більшість досліджуваних (60 %), решта надмірно захоплюються інтернетом менша кількість учнів (40%). Зауважимо, що у цій групі не виявлено жодного учня як звичайного користувача Інтернетом.

Наступним опитувальником для розкриття особливостей інтернет-залежності ми взяли опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття інтернету».

Для аналізу результатів побудували таблицю 3.6. відсоткового співвідношення балів за рівнем вираженості.

Таблиця 3.6

Частота показників зустрічальності рівнів Інтернет – залежності у учнів
8-9 класів (у %) (N=25)

Шкали	Рівні	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Приналежність до мережевої субкультури		76%	20%	4%
Нецілеспрямованість поведінки		32%	60%	8%
Потреба в сенсорній стимуляції		32%	60%	8%
Мотивація використання інтернету		4%	48%	48%
Зміна стану свідомості під впливом інтернету		44%	56%	-
Сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям		40%	44%	12%
Спілкування		44%	40%	16%
Простір в інтернеті		40%	40%	20%
Сприйняття інтернету як проєктивної реальності		60%	20%	20%
Сприйняття інтернету як живої істоти		80%	16%	4%
Прагнення перенести норми віртуального світу в реальний		20%	72%	8%

За таблицею 3.6 ми бачимо, що шкала приналежності до мережевої субкультури найбільше виражена з низьким рівнем (76%), на другому місці середній рівень (20%) та найменш виражений високий рівень (4%). Шкала нецілеспрямованості поведінки найбільш виражена з середнім рівнем (60%), на другому місці низький рівень (32%) та найменш виражений високий рівень (8%). Шкала потреба в сенсорній стимуляції найбільш виражена з середнім рівнем (60%), на другому місці низький рівень (32%) та найменш виражений високий рівень (8%). Шкала мотивація використання інтернету найбільш виражена середнім рівнем (48%) та високим рівнем (48%), та найменш виражений низький рівень (4%). Шкала зміна стану свідомості під впливом інтернету з середнім рівнем (56%), та найменш виражений низький

рівень (44%). Шкала сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям з середнім рівнем (44%), на другому місці низький рівень (40%) та найменш виражений високий рівень (12%). Шкала спілкування з низьким рівнем (44%), на другому місці середній рівень (40%) та найменш виражений високий рівень (16%), Шкала час в інтернеті з середнім рівнем (60%), на другому місці високий рівень (32%) та найменш виражений низький рівень (8%). Шкала простір в інтернеті з середнім рівнем (40%) та низьким рівнем (40%) та найменш виражений високий рівень (20%). Шкала сприйняття інтернету як проективної реальності з низьким рівнем (60%) та найменш виражені середній (20%) та високий рівень (20%). Шкала сприйняття інтернету як живої істоти з низьким рівнем (80%), на другому місці середній рівень (16%) та найменш виражений високий рівень (4%). Шкала прагнення перенести норми віртуального світу в реальний з середнім рівнем (72%), на другому місці низький рівень (20%) та найменш виражений високий рівень (8%).

Остання методика для розкриття особливостей Інтернет-залежності Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності Юр'євої Л. Н., Больбот Т. Ю. Середній показник за цією методикою 27,6 балів. Для більш детального аналізу результатів цієї методики ми побудували таблицю.

Таблиця 3. 7

Частота показників зустрічальності рівнів комп'ютерної залежності у дівчат з 8-9 класів

Стадії комп'ютерної залежності	Результати групи №1	
	Кіль-сть	%
Залежності немає	7	28%
Стадія захоплення, «прилипання»	11	44%
Перша стадія залежності	7	28%
Друга стадія залежності	-	-

З таблиці 3.7, ми бачимо, що комп'ютерна залежність у даній групі є на стадії захоплення у більшості (44%), на стадіях першій та відсутності залежності знаходяться однакова кількість учнів (28%). Зауважимо, що у цій групі не виявлено жодного учня з другою стадією залежності, яка за думкою автора є найнебезпечнішою та потребує лікувальних заходів..

Для дослідження тривожності у дівчат з 8-9 ми обрали таку методику як Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін). Для аналізу результатів побудували графік усереднених показників

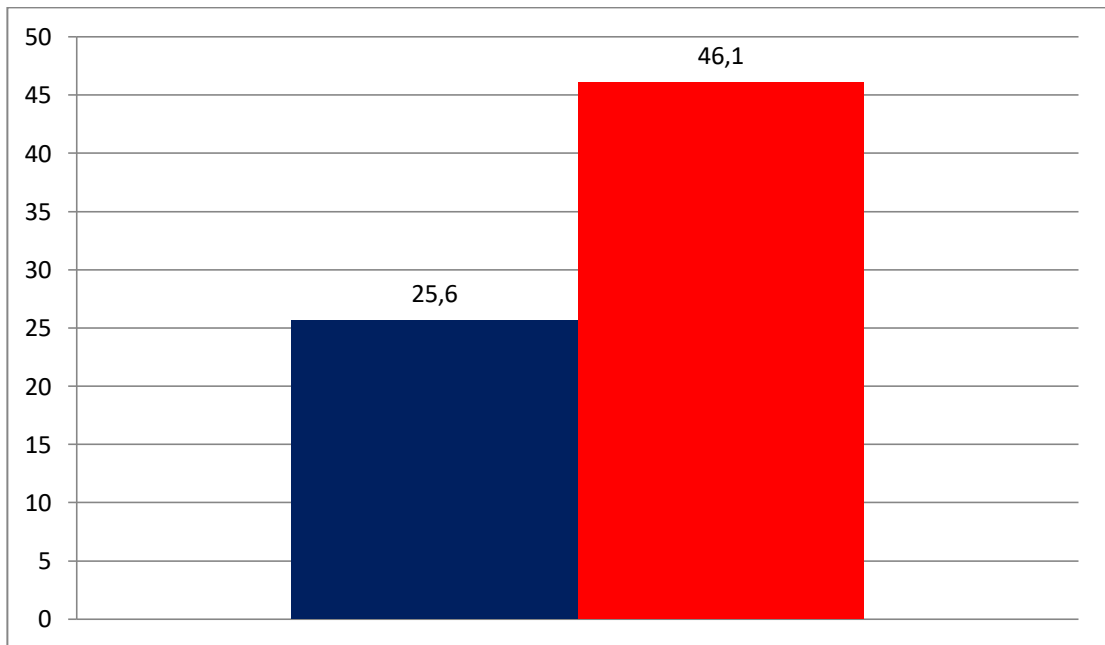


Рис. 3.3 Усереднені показники тривожності у групі дівчат з 8-9 класів:

■ - ситуативна тривожність, ■ - особистісна тривожність

За рис. 3.1 ми бачимо, що особистісна тривожність учнів має показник особистісної тривожності майже у два рази більший за показник ситуативної тривожності.

Для більш детального аналізу результатів цієї методики ми побудували таблицю.

Частота показників зустрічальності рівнів тривожності у дівчат 8-9 класів

Види тривожності	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Кіль-сть	%	Кіль-сть	%	Кіль-сть	%
Ситуативна	14	56%	11	44%	-	-
Особистісна	2	8%	5	20%	18	72%

З таблиці 3.8, ми бачимо, що ситуативна тривожність у даній групі виражена найбільше (56%) на низькому рівні, найменше (44%) на середньому рівні. Ситуативної тривожності високого рівня не виявлено. Особистісна тривожність у даній групі виражена найбільше (72%) на високому рівні, на другому місці – середній рівень (20%) та найменш виражений низький рівень (8%).

Для більш детального аналізу переживань школярів ми обрали Методику «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. За результатами цієї методики побудували графік усереднених показників.

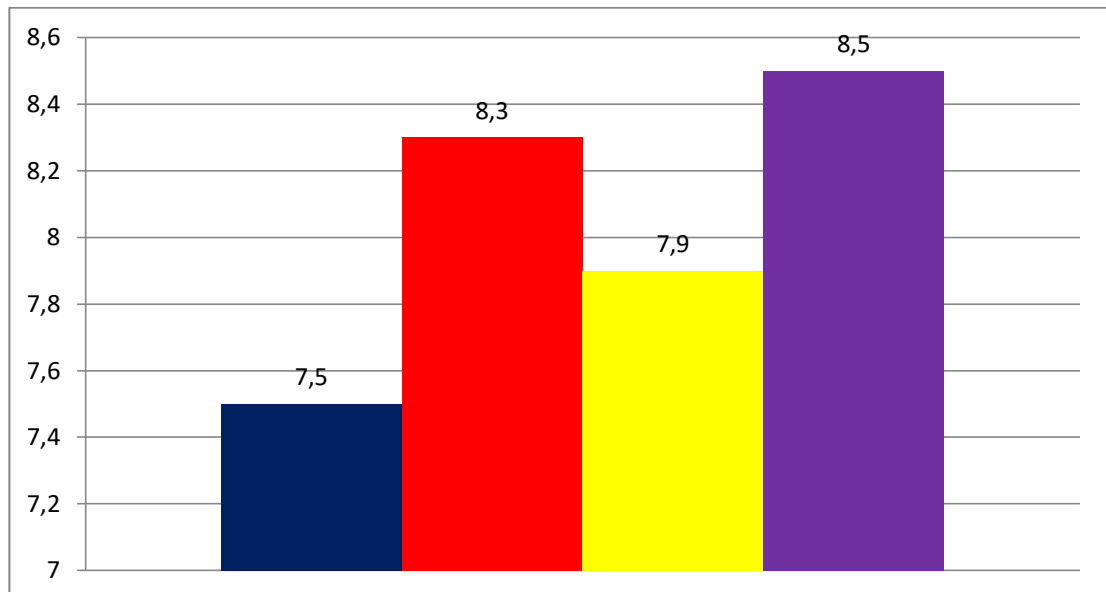


Рис. 3.4 Усереднені показники психічних станів у групі хлопців з 8-9 класу: ■ - тривожність, ■ - фрустрація, ■ - агресивність, ■ - ригідність

За рис. 3.4 ми бачимо що найбільш вираженим у групі показником психічного стану є ригідність, на другому місці – фрустрація, на третьому – агресивність та найменш вираженою є тривожність.

3.3 Порівняльний аналіз двох досліджуваних груп

Метою цього підрозділу є порівняльний аналіз двох досліджуваних груп та висновки за результатами усіх методик. Перша методика, за якою порівнюватимемо школярів 8-9 класів є тест Кімберлі Янг на інтернет залежність. Побудували графік за усередненими показниками.

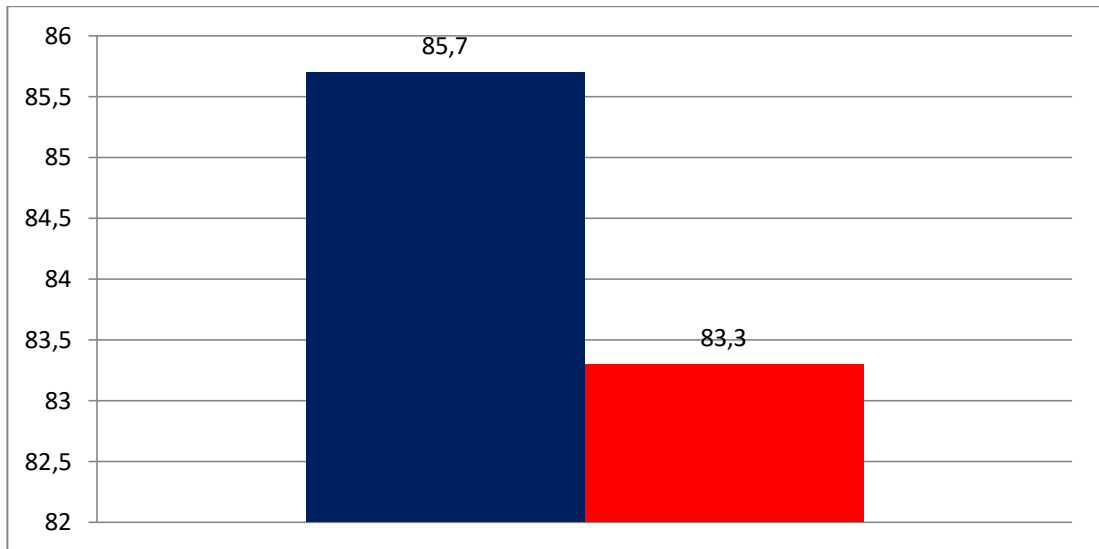


Рис. 3.5 Усереднені показники інтернет-залежності у хлопців (група №1) та дівчат (група №2): ■ - група №1, ■ - група №2

На рис. 3.5 ми бачимо, що у хлопців (група №1) показник інтернет-залежності більш виражений, ніж показник дівчат (група №2).

Для того щоб більш детально проаналізувати результати побудували графік з відсотковими показниками.

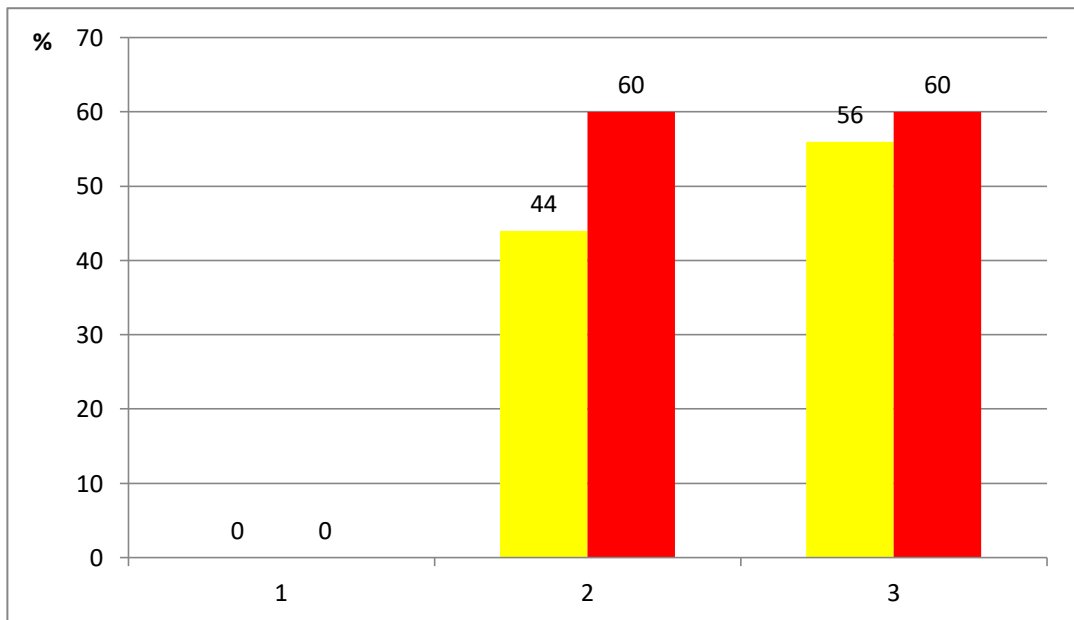


Рис. 3.6 Порівняння вираженості Інтернет-залежності у групі хлопців (група №1) та дівчат (група №2) з 8-9 класів: ■ – група №1, ■ – група №2, 1 - звичайний користувач інтернету, 2 - надмірне захоплення інтернетом, 3 - інтернет-залежність

За рис. 3.6 ми бачимо, що показник у надмірного захоплення більший (60%) у групі дівчат (група №2), ніж у першій групі (44%), показник Інтернет залежність рівний у двох групах (60%).

Такий високий рівень залежності в обох групах може бути пов'язаний з тим, що українська школа зараз онлайн (особливо прифронтові зони), більшість дітей знаходяться у різних країнах Європи та різних областях України, тому окрім соціальних мереж вони не мають інших джерел спілкування із друзям, однокласниками, однолітками.

Для перевірки достовірності в розбіжностях між видам тривожності було використано U-критерій Манна-Уїтні. У таблиці 3.9 представлені результати.

Таблиця 3.9

Розбіжності в інтернет-залежності між групами хлопців (група №1) та дівчат з 8-9 класів (група №2)

Інтернет-залежність	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості (p≤)
	2142	2082	2014	0,01

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.9 видно, що досліджувані дівчата мають менший статистично значущий рівень виразності Інтернет-залежності.

Досліджувані хлопці, на відміну від другої групи, мають вищий рівень виразності показника Інтернет-залежності (U=263, p<0,015).

Вищий показник у хлопців може бути пов'язаний з багатьма факторами: захопленням комп'ютерними іграми, дезадаптацією, стресові фактори, які спонукають підлітка уникати реального світу.

Наступним опитувальником для розкриття особливостей Інтернет-залежності ми взяли опитувальник Е. А. Щепіліної «Сприйняття інтернету».

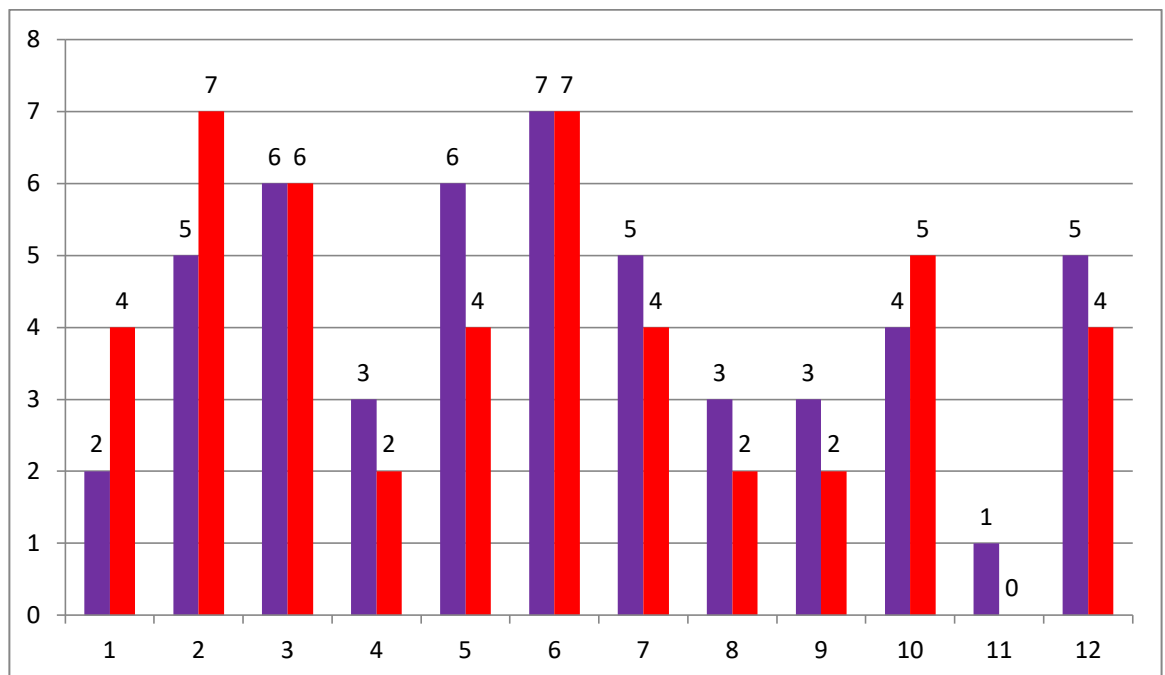


Рис. 3.7 Усереднені показники шкал у групі хлопців (група №1) та дівчат (група №2) 8-9 класів: ■ - група №1, ■ - група №2, 1 – приналежність до

мережевої субкультури, 2 – нецілеспрямованість поведінки, 3 – потреба у сенсорній стимуляції, 4 – мотивація використання інтернету, 5 – зміна стану свідомості під впливом інтернету, 6 - сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям, 7 – спілкування, 8 – час в інтернеті, 9 – простір в інтернеті, 10 - сприйняття інтернету як проєктивної реальності, 11 - сприйняття інтернету як живої істоти, 12 - прагнення перенести норми віртуального світу в реальний

За Рис. 3.7 ми бачимо, що найбільш вираженим показником у групі хлопців 8-9 класів (група №1) є сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям. Також за рис. 3.7 ми бачимо, що вираженими показниками у дівчат 8-9 класів (група №2) вираженими показниками є сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям та нецілеспрямованість поведінки.

Можна припустити, що в інтернеті хлопці і дівчата почувають себе у більшій безпеці, ніж можуть знаходитись, їх там краще розуміють, що може бути пов'язаним з підлітковою кризою, саме тому вони віддають перевагу інтернету.

Для перевірки достовірності в розбіжностях між видам тривожності було використано U-критерій Манна-Уїтні. У таблиці 3.10 представлені результати.

Таблиця 3.10

Розбіжності в шкалах сприйняття інтернету між групами хлопців (група №1) та дівчат з 8-9 класів (група №2)

Шкали	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості (p≤)
Приналежність до мережевої субкультури	56	94	269	0,074
Нецілеспрямованість поведінки	125	172	346	0,001
Мотивація використання інтернету	63	50	264	0,37

Продовження таблиці 3.10

Шкали	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості (p≤)
Сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям	169	168	295	0,98
Спілкування	119	97	269	0,097
Час в інтернеті	63	47	341	
Простір в інтернеті	81	38	120	0,0001
Сприйняття інтернету як проєктивної реальності	100	113	364	0,48
Сприйняття інтернету як живої істоти	19	6	265	0,56
Прагнення перенести норми віртуального світу в реальний	112	94	226	0,72

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.10 видно, що досліджувані дівчата мають здебільшого менший статистично значущий рівень виразності шкал сприйняття Інтернету.

Досліджувані хлопці, на відміну від другої групи, мають вищий рівень виразності показника шкал нецілеспрямованість поведінки ($U = 346$, $p < 0,001$), зміна стану свідомості під впливом інтернету ($U = 145$, $p < 0,014$) та простір в інтернеті ($U = 120$, $p < 0,0001$).

За результатами порівняльного аналізу цієї методики ми можемо зробити висновок що а дівчата з 8 та 9 класів частіше за все користуються інтернетом нецілеспрямовано. Вони можуть це робити від нудьги або для того, щоб втекти від реальності, яка може їх пригнічувати лякати або не задовольняти їхні потреби.

Шкали зміни стану свідомості під впливом інтернету та простір в інтернеті говорять нам про те, що коли хлопці 8-9 класів користуються інтернетом вони ніби «виключаються» з реальності та перестають помічати оточуючий світ, не реагують на подразники зовні та дратуються коли їм заважають взаємодіяти з інтернетом.

Остання методика, за якою ми порівняли особливості Інтернет-залежності Спосіб скринінгової діагностики комп'ютерної залежності

Юр'євої Л. Н., Ботьбот Т. Ю. Спочатку побудували графік усереднених показників.



Рис. 3.8 Усереднені показники комп'ютерної залежності у хлопців (група №1) та дівчат (група №2) 8-9 класів: ■ - група №1, ■ - група №2

За Рис. 3.8 ми бачимо, що у групи хлопців 8-9 класів (група №1) показник комп'ютерної залежності вищий за показник групи дівчат 8-9 класів (група №2).

Для перевірки достовірності в розбіжностях між видами тривожності було використано U-критерій Манна-Уїтні. У таблиці 3.11 представлені результати.

Таблиця 3.11

Розбіжності в Інтернет залежності між групами хлопців (група №1) та дівчат з 8-9 класів (група №2)

Інтернет-залежність	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості (p≤)
	632	690	650	0,024

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.11 видно, що досліджувані дівчата мають менший статистично значущий рівень виразності Інтернет-залежності.

Досліджувані хлопці, на відміну від другої групи, мають вищий рівень виразності показника Інтернет-залежності ($U=650$, $p<0,024$). За результатами порівняльного аналізу цієї методики можна зробити висновок, що дівчата мають більший рівень залежності, що виражається у приділенні великої кількості часу соціальним мережам, роздратуванні, коли відволікають від взаємодії з інтернетом, нехтування домашніми справами, шкільними завданнями, взаєминами з оточуючими. Такий результат може бути через те, що наразі усі діти знаходяться на деякій відстані одне від одного і саме соціальна мережа єдиний спосіб спілкування. Те, що дівчата більше користуються інтернетом може свідчити про те, що їм важче адаптуватись у нових умовах.

Для дослідження тривожності у дівчат з 8-9 ми обрали таку методику як Шкала реактивної та особистісної тривожності (Спілбергер, Ханін). Для аналізу результатів побудували графік усереднених показників

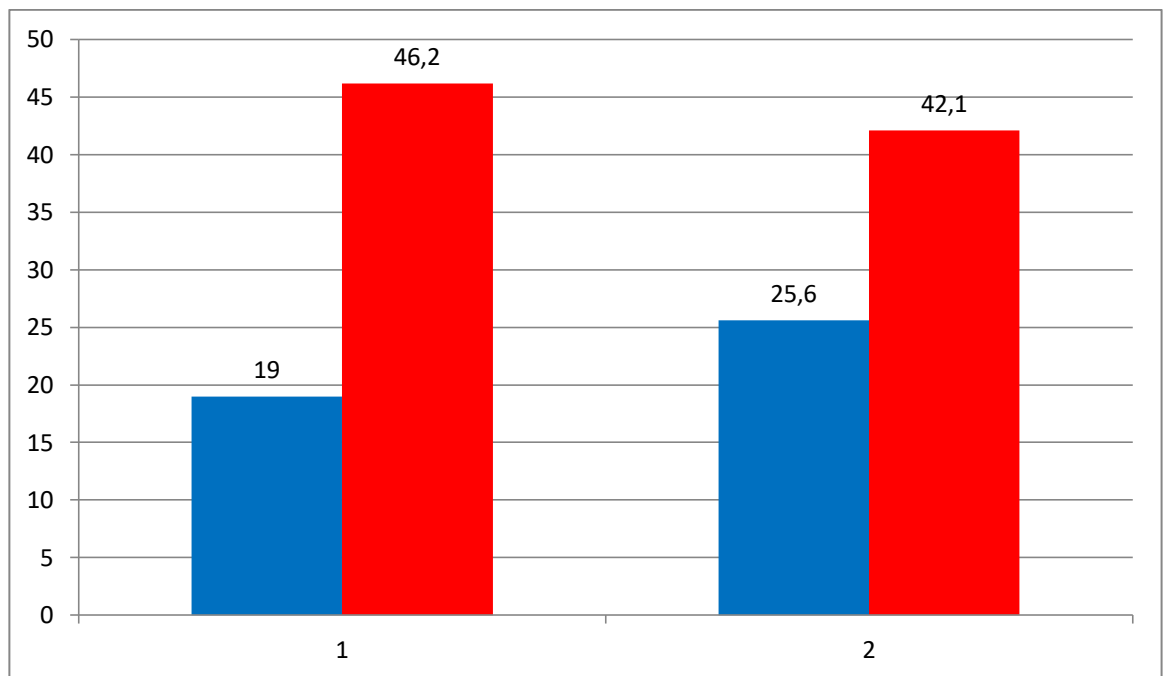


Рис. 3.9 Усереднені показники тривожності у групі (група №1) та дівчат (група №2) з 8-9 класів: 1 – група №1, 2 – група №2, ■ - ситуативна тривожність, ■ - особистісна тривожність

За Рис. 3.9 ми бачимо, що особистісна тривожність учнів має майже однакові показники, у той час як ситуативна тривожність у дівчат має більший показник, ніж хлопці.

Для перевірки достовірності в розбіжностях між видам тривожності було використано U-критерій Манна-Уїтні. Результати представлені в таблиці 3.12.

Таблиця 3.12

Розбіжності в тривожності між групами хлопців (група №1) та дівчат (група №2) з 8-9 класів

Види тривожності	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості ($p \leq$)
Ситуативна	475	640	245	0,01
Особистісна	1155	1053	324	0,62

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.12 видно, що досліджувані хлопці мають значно менший статистично значущий рівень виразності ситуативної тривожності.

Досліджувані дівчата на відміну від першої групи мають вищий рівень виразності такого показника тривожності, як ситуативна тривожність ($U=245$, $p<0,01$).

Хлопці мають більший рівень ситуативного тривожності це може бути пов'язаним з напруженням, неспокоєм, стурбованістю, що стосується умов, у яких вони знаходились на час дослідження. Можна припустити що адаптаційний процес у хлопців у хлопців проходить не так швидко, як у дівчат.

Для більш детального аналізу переживань школярів ми обрали Методику «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. За результатами цієї методики побудували графік усереднених показників.

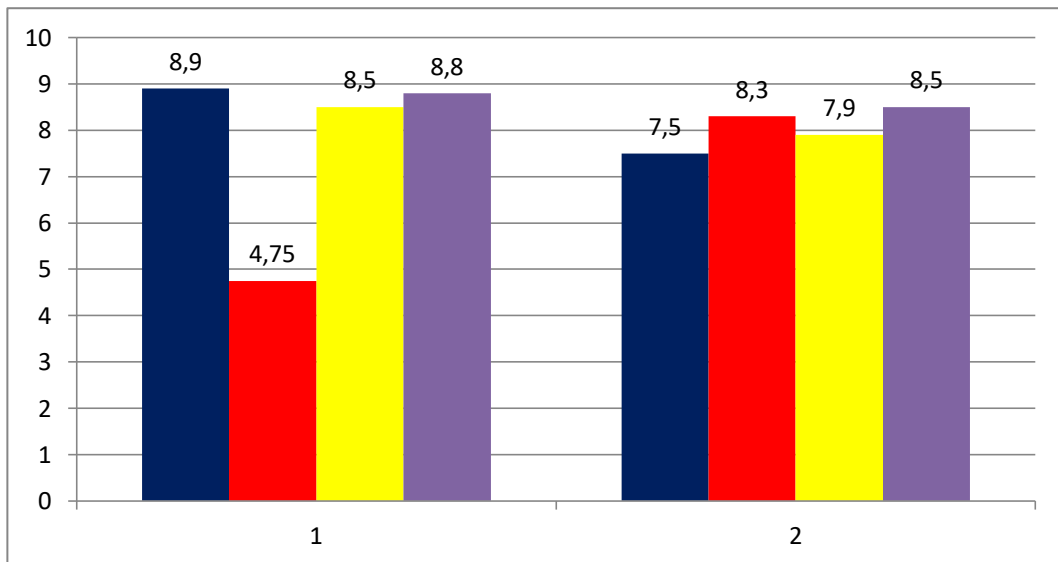


Рис. 3.10 Усереднені показники психічних станів у групі хлопців з 8-9 класу: 1 – група №1, 2 – група №2, ■ - тривожність, ■ - фрустрація, ■ - агресивність, ■ - ригідність

За Рис. 3.12 ми бачимо що показник тривожність більше виражений у хлопців (група №1), показник фрустрація більше виражений у дівчат, агресивність більш виражена у хлопців, а ригідність має схожі показники в обох групах.

Для перевірки достовірності в розбіжностях між видам тривожності було використано U-критерій Манна-Уїтні. У таблиці 3.13 представлені результати.

Таблиця 3.13

Розбіжності в шкалах сприйняття Інтернету між групами хлопців (група №1) та дівчат з 8-9 класів (група №2)

Шкали	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості (p≤)
Тривожність	223	189		
Фрустрація	119	208		0,002
Агресивність	213	198		
Ригідність	220	213		

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.13 видно, що досліджувані дівчата мають менший статистично значущий рівень виразності Інтернет-залежності, окрім показника шкали фрустрації.

Досліджувані дівчата, на відміну від першої групи, мають вищий рівень виразності показника шкали фрустрація ($U=650$, $p<0,024$). Високий рівень фрустрації вказує на те, що у дівчат на момент дослідження психологічний стрес, викликаний об'єктивно непереборними (або суб'єктивно так усвідомлюваними) перешкодами, що виникли на шляху до досягнення мети, задоволення якоїсь життєвої потреби або вирішення завдання, присутні почуття незахищеності, розпачу, розгубленість перед труднощами. Відчуття безвиході ситуації, схильність звинувачувати себе в неприємностях. Переконаність у непоправності недоліків свого характеру. Спрямованість на відмову від боротьби, переконаність у її марності. Усі ці почуття пов'язані з тим, що жоден підліток не знаходиться у себе вдома. Більша частина адаптується у чужій країні, менша частина переїхала у нове місто.

2. ВИСНОВКИ

1. Інтернет-залежність - різновид технологічних залежностей, що формується на базі різних форм використання Інтернету відповідно до динаміки, властивої адиктивному процесу, за рахунок зміщення цілей адиктивно схильної особистості у віртуальну реальність для заповнення відсутніх сфер життя шляхом конструювання у віртуальній реальності нової особистості та заміщення реальної віртуальної життєдіяльності. У підлітковому віці існує найбільша вірогідність формування схильності до адиктивної поведінки і, зокрема, до формування кіберадикції. Найпоширенішими чинниками, які підштовхують молоду особистість у кіберпростір стають постійні конфлікти між батьками, брак спілкування з батьками, однолітками та емоційна нестабільність при безпосередній взаємодії з навколишнім середовищем.

2. Під час дослідження групи хлопців 8 та 9 класів був виявлений високий рівень інтернет-залежності, який проявляється у сприйнятті інтернету як кращого, порівняно з реальним життям, але в жодного учня не було виявлено другої стадії залежності, що за думкою Юр'євої Л. Н. та Ботьбот Т. Ю. є найнебезпечнішою стадією залежності. Досліджувані мають низький рівень ситуативної тривожності та середній рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язано з тим, що через воєнні дії на території України діти змінили місце проживання і на момент дослідження проходили адаптаційний процес.

3. Під час дослідження групи дівчат 8 та 9 класів був виявлений високий рівень інтернет-залежності, який проявляється у нецілеспрямованому використанні інтернету та сприйнятті інтернету як кращого, порівняно з реальним життям. У більшості досліджуваних дівчат виявлено низький рівень ситуативної та середній рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язано з психологічним стресом, який дівчата переживали під час дослідження.

4. Порівняльний аналіз показав, що хлопці 8-9 класів мають статистично вищий показник інтернет-залежності, ніж дівчата. Досліджувані з обох груп сприймають інтернет як кращий, порівняно з реальним життям, що може бути пов'язано з умовами, у яких знаходяться підлітки, що спонукають їх шукати порозуміння та позитивне у соціальних мережах. У рівнях тривожності значимої різниці між групами виявлено не було, тож обом групам властивий низький рівень ситуативної тривожності та середній рівень особистісної.

3. СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

4. Аймедов, К. В. Кіберкомунікативна залежність як вид Інтернет-залежності / К. В. Аймедов, Ю. О. Асєєва // XVIII-і читання В.В. Підвисоцького: бюлетень матеріалів наук.-практ. конф., 21–22 травня 2019 р. - Одеса: УкрНДІ медицини транспорту. - С. 212–214.
5. Асєєва, Ю. О. Дослідження психоемоційних особливостей підлітків схильних до адикцій / Ю. О. Асєєва, О. В. Костюк // East European Scientific Journal Jerozolimskie. - 2019. - № 51 (9). - С. 22–27.
6. Асєєва, Ю. О. Формування агресивності в процесі соціалізації підлітка / Ю. О. Асєєва // East European Scientific Journal Jerozolimskie. - 2019. - № 10(50) - С. 57–63.
7. Асєєва, Ю. О. Інтернальність та екстернальність особистості в сучасній психології / Ю. О. Асєєва, К. П. Малярєнко // Spirit time, Berlin, 2019. - № 11(23). – С. 39–43.
8. Асєєва, Ю. О., Костюк О. В. Дефініція поняття адикції та адиктивної поведінки / Ю. О. Асєєва, О. В. Костюк // Наукова галузь європейського континенту – 2019. Прага. Чехія. Освіта та наука. - С. 26–30.
9. Асєєва, Ю. О. Проблема вивчення самооцінки студентів у сучасній науковій парадигмі / Ю. О. Асєєва, , Г. М. Чабан // Бъдещето въпроси от света на науката 2019: матеріали XV міжнар. наук.-практ. конф., 15-22 грудня 2019 р. Софія: ООО «Бял ГРАД-БГ». - С. 57–62.
10. Асєєва, Ю. О. Проблемні питання психокорекції та профілактики кібер-адикцій у молодого покоління / Ю. О. Асєєва // Challenges of medical science and 18 education: an experience of EU countries and practical introduction in Ukraine: Collective monograph. Riga: Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2020. - С. 26-44
11. Медична психологія: в 2-х т. Т.1 Загальна медична психологія / Г.Я. Пилягіна, О.О. Хаустова, О.С. Чабан, К.В. Аймедов, Ю.О. Асєєва та ін., за ред. Г.Я. Пилягіної. - Вінниця: Нова Книга, 2020. - 288 с.

12. Асєєва, Ю.О. Взаємозв'язок кібер-адикції з алекситимією у юнаків / Ю.О. Асєєва // Український журнал «Чоловіче здоров'я, гендерна та психосоматична медицина». - 2020. - №1-2(10-11). - С.98–105.
13. Агулова, О. О. Психологічні особливості адиктивної особистості / О. О. Агулова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. - 2013. - № 46 (2). - С. 14–21.
14. Аймедов, К. В. Вплив акцентуації характеру на схильність до Інтернет-адикцій у осіб підліткового віку. / К. В. Аймедов, Ю. О. Асєєва, Д. М. Корошніченко // Матеріали XVIII Української науково-практичної конференції з міжнародною участю «Довженківські читання: вживання психоактивних речовин в умовах «гібридної» війни», присвяченої 100-річчю з дня народження Заслуженого лікаря України, Народного лікаря України О.Р. Довженка, 10–11 квітня 2018 р. - Харків: «Плеяда», - С. 3–9.
15. Аймедов, К. В. Детермінанти патологічної схильності до азартних ігор / К. В. Аймедов, Ю. О. Асєєва // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Сучасна медицина: актуальні проблеми, шляхи вирішення та перспективи розвитку» 7-8 серпня 2015 р.- Одеса: ГО «Південна фундація медицини». - С. 102–106
16. Андреева, Г. М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений 5 е изд., испр. И доп. / Г. М. Андреева. - М.: Аспект. Пресс, 2012. - 363 с.
17. Бабаева, Ю. Д. Интернет: воздействие на личность. Психология зависимости: Хрестоматия / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский, О. В. Смылова. - Мн.: Харвест, 2014. - С. 175–222.
18. Бартків, О. Вивчення схильності студентів до Інтернет-адикції / О. Бартків, В. Махновець // Молодь і ринок. - 2018. № 2 (121). - С. 141–146.
19. Белінська, О. П. Дитина і комп'ютер: психологічні реалії віртуального світу/ О. П. Белінська // Психолог. Шкільний світ. - 2016. № 46. - С. 27–29.

20. Біла, І. М. Самоздійснення, самоактуалізація особистості / І. М. Біла // Освіта та розвиток обдарованої особистості. - 2013. - № 12. - С. 102-105.
21. Білоущенко, В. В. Психологічні особливості інтернет-залежності в підлітковому віці / В. В. Білоущенко, Р. Т. Чарнецька // Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки. - 2013. - № 1. - С. 33–36.
22. Больбот, Т. Ю. Фактори ризику розвитку комп'ютерної залежності в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика): автореф. дис. ... канд. мед. Наук / Т. Ю. Больбот. - К., 2005. - 36 с.
23. Вакуленко, О. В. Формування безпечної поведінки підлітків в інтернет-мережі як психолого-педагогічна проблема / О. В. Вакуленко, В. В. Гнатюк // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія. - 2014. - № 42 (2). - 360 с.
24. Вакуліч, Т. М. Психологічний аналіз змісту та напрямів вивчення Інтернет-залежності / Т. М. Вакуліч // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. - 2017. - № 16 (40). - С. 111–118.
25. Вірна Ж.П. Психологія особистісної події : навчальний посібник / Ж.П. Вірна. - Луцьк: Вежа-Друк, 2016. - 146 с.
26. Воронов, Д. И. Компьютерная зависимость и социально-психологические закономерности ее проявления / Д. И. Воронов // Вестник Череповецкого государственного университета, 2013. - № 3 (50), - С. 167–171.
27. Гаврищак, Л. І. Інтернет-залежність як чинник девіантної поведінки / Л. І. Гаврищак, С. О. Мащак // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр.- 2012. - №13, ч. 5. - С. 56–63.

28. Губенко, Э. В. Психологические аспекты интернет-аддикции: Интернет-аддикция и трудности межличностного общения. 2017. Режим доступа: <http://psynet.carfax.ru/texts/gubenko.htm>
29. Захарова Т. Ю. Влияние кибераддикции на характеристики внимания подростков / Т. Ю. Захарова, Е. С. Синогина, А. А. Смирнова // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). - 2018. - № 2 (20). - С. 106–112.
30. Завадська, Л.А. Профілактика адиктивної поведінки / Завадська Л.А. // Соціальна педагогіка. - Луцьк, 1999. - С. 105–111.
31. Кажарская С. Г. Аддиктивное поведение подростков / С. Г. Кажарская. - Минск, 2016. - 128 с.
32. Каминская В. Г. Виртуальная зависимость в молодежной среде: девиация или реалии современности / В. Г. Каминская // Образование и общество. - 2018. - № 89. - С. 55–58.
33. Кибитов, А. О. Интернет-зависимость: клинические, биологические, генетические и психологические аспекты / А. О. Кибитов, А. В. Трусова, А. Ю. Егоров // Вопросы наркологии. Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского. - 2019. - С. 22–47.
34. Кужель І. Ю. Інтернет-залежність як актуальна проблема сучасної школи / І. Ю. Кужель // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. 2015. - №. 124. - С.86–89. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/2015_124_24
35. Корсун Л.С. Характеристика адиктивних залежностей підлітка та їх подолання / Л. С. Корсун // Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. - Випуск 6 -. С. 122–130.
36. Купцова С. А. Профилактика аддиктивного поведения учащихся в условиях образовательных учреждений / С. А. Купцова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2019. - № 2 (февраль). - С. 90–100.

37. Левушкин Р. Н., Скрипичникова И. В. Личностные особенности и жизнеспособность кибераддиктивной молодежи. Социальная компетентность и жизнестойкость личности в многополярном мире: интеграция научного знания. Исследование, практика, образование. 2012. С. 166–168.
38. Лихван А. В., Мозговая Н. Н. Особенности психологического пространства личности школьников, зависимых от компьютерных игр. Инновационная наука. 2017. № 1–2. С. 193–196.
39. Лысак И. В. Компьютерная и Интернет-зависимость: эволюция подходов к исследованию проблемы. Мир науки, культуры, образования. 2017. № 4 (65). С. 206–208.
40. Борис Мандель: Психология стресса 2014 Array Литагент «Флинта» Москва
41. Найдьонова Л. А. Кібербулінг підлітків (віртуальний терор) як новітній феномен інформаційної доби : теоретико-методичні засади подолання і профілактики. Практична психологія та соціальна робота. 2017. № 8. С. 10–18.
42. Пахомова Т. В. Некоторые психологические проблемы интернет-зависимости. Молодой ученый. 2014. № 15. С. 236–238.
43. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Уч. пособие. Самара: «Бахрах-М», 2002. 672 с.
44. Ратинська О.М. Соціальна профілактика адиктивної поведінки підлітків. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. № 1(38). С. 233–237.
45. Репина М. А. Проблемы интернет – зависимости подростков. Молодой ученый. 2014. № 20. 79 с.
46. Рогов Е. И., Рогова Е. Е. Интернет-зависимость как стремление к одиночеству [Электронный ресурс]. Психология образования в XXI веке: теория и практика. 2017. URL: http://psyjournals.ru/education21/issue/54915_full.shtml (дата обращения: 01.02.2017)

47. Саглам Ф. А. Интернет-аддикция подростков как форма проявления отклоняющегося поведения. Педагогическое образование и наука. 2019. № 5. С. 88–90.

48. В. Свідовська Адиктивна поведінка підлітків як проблема наукового дослідження Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Випуск 6. С. 108–114

49. Симакова Т. А., Гаврина Е. Е., Ковальчук И. А. Анализ психологических механизмов позитивной киберсоциализации. Прикладная юридическая психология. 2018. № 2 (43). С. 59–64.

50. Хромова Тетяна 2020 Важливі аспекти формування інтернет-залежності

51. Шайдулина А.Ф. Интернет-зависимость – новая форма аддиктивного поведения у подростков. Из материалов конгресса по детской психиатрии (Москва, 25-28 сентября 2001). М.: РОСИНЭКС, 2001. С. 64–72. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.psychiatry.ru

52. Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2008. 196 с

53. Янг К. С. Диагноз Интернет-зависимость. Мир Интернет. 2000. № 2. С. 24–29.

54. Akin A., Iskender M. Internet-addiction and depression, anxiety and stress. International Online Journal of Educational Sciences. 2017. P. 138–148.

55. Barke A., Nyenhuis N. The German version of the Internet-addiction test: a validation study. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 2012. Vol. 15. № 10. P. 534–542.

56. Caplan S. E. Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. Computers in human behavior. 2002. Vol. 18, №. 5. P. 553–575.

57. Chiu S. I. Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. Cyber Psychology and Behavior. 2004, Vol. 7(5). P. 571–581.

58. Floderus B. The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy. *Sex and tech*. 2018. P. 144–152.

59. Shepelieva V.S., Asieieva Y.O., Teens' aggression in the period of the education adaptation in the higher educational establishment. The process and dynamics of the scientific path: collection of scientific papers «SCIENTIA» with 446 Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference, February 26, 2021. Athens, Hellenic Republic: European Scientific Platform. (Vol. 2). P. 79–82. DOI 10.36074/scientia-26.02.2021

60. Soh P. C., Chew K. W. Parents vs peers' influence on teenagers' Internet-addiction and risky online activities. *Telematics and Informatics*. 2018. P. 225–236.