

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний аерокосмічний університет ім. М.Е. Жуковського

«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно-правовий факультет

Кафедра психології

Дипломна робота

Магістр

(освітній ступень)

на тему «Психологічні особливості інтернет-залежності підлітків»

«ХАІ.704.7-96п1.20О.053 383-9/19 ДР».

Виконав: студент 2 курсу групи №7-
96 пс 1/2

Спеціальність 053 «Психологія»

(код та найменування)

Освітня програма: «Психологічне
консультування та психотерапія»

(найменування)

Башкатова Тетяна Сергіївна

(прізвище й ініціали студента)

Керівник: кандидат психологічних
наук, доцент кафедри психології

Макаренко А.О.

(прізвище й ініціали)

Рецензент: кандидат психологічних наук,
доцент Фролова Є В

(прізвище й ініціали)

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

Факультет гуманітарно-правовий факультет
(повне найменування)

Кафедра кафедра психології
(повне найменування)

Рівень вищої освіти другий (магістерський)

Спеціальність 053 «Психологія»
(код та найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія»
(найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ
завідувач кафедри 704 (психології),
доцент Ю. І. Гулий
“ 08 ” жовтня 2020 року

ЗАВДАННЯ
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЕКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТУ

Башкатова Тетяна Сергіївна
(прізвище, ім'я та по батькові)

1. Тема дипломного проекту (роботи) Психологічні особливості інтернет-залежності підлітків

керівник дипломного проекту (роботи) Макаренко Амалія Олексіївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології

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

затверджені наказом Університету № 11 уч від « 11 » січня 2021 року

2. Термін подання студентом дипломного проекту (роботи) 12 лютого 2021 р.

3. Вихідні дані до роботи виявити психологічні особливості інтернет-залежних підлітків.

4. Завдання дипломної роботи 1) провести теоретичний аналіз літератури з теми дослідження;

2) дати психологічну характеристику дітей підліткового віку;

3) вивчити індивідуально-психологічні особливості підлітків з інтернет-залежною поведінкою;

4) на основі проведеного емпіричного дослідження встановити зв'язок Інтернет-залежності різної ступені з емоційним станом підлітків;




5) сформулювати висновки за результатами проведеного дослідження.

5. Перелік графічного матеріалу _____

Рисунків- 8

Таблиць- 5

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Макаренко А.О.. кандидат психологічних наук, доцент	16.10.20	06.11.20 
2	Макаренко А.О.. кандидат психологічних наук, доцент	09.11.20	27.11.20 
3	Макаренко А.О.. кандидат психологічних наук, доцент	14.01.21	22.01.21 

Нормоконтроль _____

(підпис)

Кузьміна С. В. «12» лютого 2021 р.

(ініціали та прізвище)

7. Дата видачі завдання 08 жовтня 2020

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Затвердження теми, мети та завдань дипломної роботи	08.10.20-11.10.20	
2.	Складання плану роботи	12.10.20-16.10.20	
3.	Аналіз літературних джерел. Написання першого розділу дипломної роботи	16.10.20-06.11.20	
4.	Визначення психодіагностичного інструментарія для проведення практичної частини дослідження. Написання другого розділу дипломної роботи.	09.11.20-27.11.20	
5.	Проведення практичної частини дослідження.	01.12.20-12.12.20	
6.	Статистична обробка отриманих даних.	14.12.20-31.12.20	
7.	Написання третього розділу дипломної роботи.	04.01.21-22.01.21	
8.	Написання загальних висновків. Оформлення списку використаних літературних джерел, додачу(ків) та змісту.	23.01.21-29.01.21	
9.	Передзахист.	01.02.2021	
10.	Внесення коректив до тесту дипломної роботи.	02.02.21-05.02.21	
11.	Оформлення та підписання відповідної документації.	08.02.20-09.02.21	
12.	Підготовка електронної презентації та тексту доповіді.	10.02.21-11.02.21	
13.	Строк подання студентом роботи на кафедру.	12.02.21	
14.	Захист.	16/17.02.21	

Студент


(підпис)

Башкатова Т.С.
(прізвище та ініціали)

Керівник роботи _____

(підпис)

Макаренко А.О.
(прізвище та ініціали)

Реферат

Дипломна робота: 68 с., 5 табл., 8 рис. 6 дод., 95 джерел.

Ключові слова: ЗАЛЕЖНІСТЬ, ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ, ПІДЛІТКИ, ІГРОВА ЗАЛЕЖНІСТЬ.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості підлітків. Предмет дослідження: психологічні особливості Інтернет-залежних підлітків. Мета дослідження: виявити психологічні особливості Інтернет-залежних підлітків. Методи дослідження: вивчення психолого-педагогічної літератури; тестування; статистичний аналіз емпіричних даних.

Висновки: В роботі досліджено сутність Інтернет-залежності, визначено основні прояви її в підлітковому віці, проведено дослідження Інтернет-залежності серед підлітків та дано методи корекції.

Abstract

Diploma thesis: 68 p., 5 tab., 8 p.. 6 appx., 95 sources.

Keywords: ADDICTION, INTERNET ADDICTION, TEENAGERS, GAME ADDICTION.

Object of research: psychological features of adolescents. Subject of research: psychological features of Internet-addicted adolescents. The purpose of the study: to identify the psychological characteristics of Internet-addicted adolescents. Research methods: study of psychological and pedagogical literature; testing; statistical analysis of empirical data.

Conclusions: The essence of Internet addiction is investigated, the main manifestations of it in adolescence are determined, the research of Internet addiction among teenagers is carried out and the methods of correction are given.

Реферат

Дипломная работа: 68 с., 5 табл.. 8 рис., 6 доп., 95 источников.

Ключевые слова: ЗАВИСИМОСТЬ, ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ, ПОДРОСТКИ, ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ.

Объект исследования: психологические особенности подростков.
Предмет исследования: психологические особенности Интернет-зависимых подростков. Цель исследования: выявить психологические особенности Интернет-зависимых подростков. Методы исследования: изучение психолого-педагогической литературы; тестирование; статистический анализ эмпирических данных.

Выводы: В работе исследована сущность интернет-зависимости, определены основные проявления ее в подростковом возрасте, проведено исследование Интернет-зависимости среди подростков и даны методы коррекции.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕ-ЗАЛЕЖНИХ ПІДЛІТКІВ	6
1.1 Проблема Інтернет-залежності у психолого-педагогічній літературі	6
1.2 Психологічні особливості дітей підліткового віку	14
1.3 Сучасний стан проблеми індивідуально-психологічних особливостей особистості підліткового віку з Інтернет-залежністю	20
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	28
2.1 Характеристика вибірки дослідження	28
2.2 Методики дослідження	29
РОЗДІЛ 3 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ З ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЮ	33
3.1 Дослідження рівня Інтернет-залежності підлітків	33
3.2 Психологічна корекція Інтернет-залежності підлітків	47
ВИСНОВКИ	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	58
ДОДАТКИ	66

ВСТУП

Актуальність теми. На сьогоднішній день життя без застосування інформаційно-комунікаційних технологій не є можливо. Інформатизація та комп'ютеризація ставлять перед сучасним суспільством ряд вимог, які полягають в освоєнні нових знань, навичок і умінь, з метою адаптації до актуальних реалій сьогодення. Від кожного індивіда на тому чи іншому рівні вимагається вміння використовувати дані технології як в професійній сфері, так і в повсякденному житті. Зовсім не останню участь в цьому процесі відіграє Всесвітня павутина.

На даний момент Інтернет - головний інструмент для обробки, зберігання і розповсюдження інформації, а також платформа для роботи і навчання, спілкування між людьми з різних точок планети.

Надмірна захопленість Інтернетом змушує більшу частину соціуму проводити багато часу в Мережі, що несе в собі і негативні наслідки - певні адикції, звані Інтернет-залежністю. Простежується чіткий взаємозв'язок між закономірностями виникнення Інтернет-залежності і закономірностями формування пристрасті до алкоголю, тютюнопаління, прийому психотропних речовин.

Дана залежність спостерігається серед людей різної вікової категорії. Однак, як показують дослідження, найбільш вразливою до формування Інтернет-адикції є молодий прошарок населення - підлітки. Пов'язано це, головним чином, з незрілістю психофізіологічних бар'єрних механізмів протистояння віртуальній реальності. Для молоді Всесвітня мережа є джерелом для самовизначення і самоствердження, а поінформованість в новітніх веб-технологіях - можливістю підкреслити власну значущість і індивідуальність. Перебування в Мережі часто стає свого роду критерієм оцінки особистості у молодіжному середовищі.

Саме тому метою даного дослідження стали розгляд Інтернет-залежності, як нагальної проблеми сучасної школи, і визначення можливостей

використання навчальних проектів як варіанта профілактики даної адикції.

Проблему комп'ютерної залежності досліджують психологи, педагоги, соціологи, лікарі. Вперше проблема Інтернет-адикції почала вивчатися зарубіжними дослідниками: С.Бернштейн (S.Bernstein), К.Янг (K.Young), І.Голдберг (I.Goldberg), С.Кінг (S.King). В Україні феномен Інтернет-залежності, особливості діагностики, профілактики та корекції досліджували Т.Больбот, Т.Вакуліч, Т.Карабін, Л.Юр'єва та інші [94]. Разом з тим вивчення соціально-педагогічних аспектів профілактики Інтернет-адикції здійснювалося в недостатньому обсязі, що дає підстави для продовження досліджень в зазначеному напрямку. Проблема даної адикції в Україні досліджувалася фахівцями відповідних галузевих установ – таких, як зокрема «Інститут неврології, психіатрії та наркології Національної академії медичних наук України», Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України (В.Посохова)[73], а також ученими Одеського (Е. Мельник) та Дніпропетровського (Л. Юр'єва, Т. Больбот) медичних університетів[94]. Серед українських фахівців, які в різних аспектах досліджують феномен інтернет-залежної поведінки слід згадати також О.Чабана, Г.Пілягину (Інститут судової психіатрії, м.Київ), Н.Бугайову (Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України)[64].

Об'єкт дослідження: психологічні особливості підлітків.

Предмет дослідження: психологічні особливості інтернет-залежних підлітків.

Мета дослідження: виявити психологічні особливості інтернет-залежних підлітків.

Завдання дослідження:

- 1) провести теоретичний аналіз літератури з теми дослідження;
- 2) дати психологічну характеристику дітей підліткового віку;
- 3) вивчити індивідуально-психологічні особливості підлітків з інтернет-залежною поведінкою;
- 4) на основі проведеного емпіричного дослідження встановити зв'язок

Інтернет-залежності різної ступені з емоційним станом підлітків;

5) сформулювати висновки за результатами проведеного дослідження.

Методи дослідження:

теоретичні - вивчення психолого-педагогічної літератури;

емпіричні – бесіда, опитування, тестування;

статистичний аналіз емпіричних даних.

Методики дослідження: шкала Інтернет-залежної поведінки (Chen Internet addiction Scale, CIAS), що пройшла перевірку і адаптацію для випробовуваних Малигіним В.Л. і Феклісова К.А.; опитувальник Кеттелла Р., що включає 142 позиції і націлений на аудиторію осіб 12-16 років; методика самооцінки психічних станів Айзенка; методика «Самовідношення» В. Століна.

Вибірка дослідження: всього в дослідженні взяло участь 37 підлітків - учні 7- 8 класів (13-14 років) ЗОШ м. Донецьк. З них 20 чоловік - дівчата (54,1%), 17 - юнаки (45,9%). Критерієм для включення випробовуваних в дослідження був факт наявності у підлітків доступу до Інтернет-ресурсів.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНИХ ПІДЛІТКІВ

1.1 Проблема Інтернет-залежності у психолого-педагогічній літературі

До поняття терміну «залежність» відносять отриману гостру потребу здійснювати якісь дії або вживати якісь речовини. На теперешній час, цей термін має кілька значень.

З точки зору Г. Любочкіної, термін «залежність» у повсякденній мові використовується в основному стосовно людей, які зловживають наркотиками, алкоголем та сигаретами. У ширшому контексті можна послатися на багато інших видів поведінки, таких, як ігри, перегляд телевізора, комп'ютерна залежність, Інтернет або сексуальна залежність [58]. Залежність поділяють на фізіологічну та психічну.

Дії, що відбуваються через залежність людини від тої чи іншої речовини, яку вона вживає, найчастіше є шкідливими для організму людини. Перш за все вони перешкоджають людині розвиватися як розумово, так і фізично. Серед цих звичок виділяють декілька найшкідливіших - це наркоманія, алкоголізм, токсикоманія та тютюнопаління.

Психологічна залежність - неоднозначний психологічний термін.

У сучасній західній психологічній літературі використовується в єдиному сенсі: залежність від наркотиків, п'яних речовин. Тим не менш, у такого явища є коріння в нормальній психічній діяльності людини, і в цьому випадку такий засіб може виступати як заступник відсутнього джерела певних емоцій.

У професійному середовищі існує думка, що психологічна залежність не є виліковною в повній мірі, але можливе заміщення однієї залежності на іншу, як правило у бік зменшення завданої шкоди для здоров'я індивідуума або для

здоров'я соціуму. Наприклад більш соціально небезпечну - наркотичну на менш соціально небезпечну - адреналінову (заняття спортом, секс, творчість). Також може бути психологічна залежність від партнера, коли йде часткове або повне підпорядкування волі однієї людини іншій, найчастіше - в будь-яких приватних аспектах, а не взагалі. У цьому випадку, для індивідуума зміна напрямку залежності не є формою зцілення (нормальної психічної діяльності), так як аномально висока потреба одного, на шкоду іншим потребам (з супроводжуваними періодами усвідомлення цього збитку), при пригніченій волі до відмови, залишається.

Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічну пристрасть людини до роботи або проведенню часу за комп'ютером [64].

Вперше стосовно залежності від комп'ютерів заговорили на початку 80-х років американські вчені. У наш час термін «комп'ютерна залежність» все ще не визнаний багатьма вченими, що займаються проблемами психічних розладів, однак сам феномен формування патологічного зв'язку між людиною і комп'ютером став очевидний і набуває все більшого розмаху.

Комп'ютерна залежність підрозділяється на 3 основні типи:

1. Кіберсексуальна залежність – непереборний потяг до відвідування порносайтів і заняття кіберсексом, до обговорення сексуальної тематики в чатах, спеціальних телеконференціях «для дорослих».

2. Пристрасть до віртуальних знайомств – перевага (заміна) реальних відносин, сім'ї та друзів віртуальними «кібер-відносинами», залежність від спілкування в чатах, групових іграх і телеконференціях.

3. Нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми (стрілялки – «Doom», «Quake», «Unreal», стратегії типу «Star Craft»). В даний час комп'ютерні ігри як форма комп'ютерної діяльності отримують все більш широке поширення. Для багатьох підлітків вони стають єдиною метою роботи з комп'ютером.

Хоча, як уже згадувалося вище, термін «комп'ютерна залежність» все ще не визнаний на міжнародному рівні, існують ряд діагностичних критеріїв, які допомагають визначити наявність патологічної пристрасті по відношенню до

роботи за комп'ютером.

Термін «інтернет-залежність» вперше був запропонований американським лікарем Голдбергом кілька років тому. Під цим поняттям він розумів непереборне бажання до Інтернету, що характеризується «згубною дією на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності». За ступенем виходу від реальності інтернет-залежність дуже нагадує потяг до наркотиків, алкоголю, азартних ігор. Згідно з дослідженням американських учених, 6-8% користувачів Інтернету вже мають дану патологію, адже багато хто використовує його не тільки для роботи або навчання, але і ведуть листування, користуються сайтами, призначеними для розваг [95].

Поведінкова Інтернет-залежність виявляється в тому, що люди настільки віддають перевагу життю в Інтернеті, що фактично починають відмовлятися від свого "реального" життя, проводячи до 18 годин на день у віртуальній реальності та не менше 100 годин в тиждень.

Комп'ютер сьогодні є прикладом речі, без якої не обійтись, тим більше, коли комп'ютер перетворюється на предмет залежності. У 1995 році в Сполучених Штатах Америки було офіційно визнано існування такого явища, як комп'ютерна залежність. Вона не несе в собі прямої, явної загрози суспільству, та все ж має негативні наслідки для людини і соціуму в цілому. Людина, яка проводить більшість часу за комп'ютером, не заважає і не загрожує оточуючим, але при цьому вона поступово втрачає важливі соціальні контакти, перестає повноцінно виконувати соціальні функції, може деградувати як особистість.

Потужний потік нової інформації, застосування комп'ютерних технологій, саме поширення ігор здійснює значний вплив на виховання сучасних дітей і підлітків. Створення виховного простору - це необхідна умова становлення дитини не тільки у стінах освітнього закладу, але й за його межами. Сьогодні істотно змінюється структура дозвілля дітей і підлітків. І все більше науковців говорять про розвиток такого виду залежності як

комп'ютерна.

Розповсюдження комп'ютерної залежності несе соціальну небезпеку, тому доцільно розглянути її найбільш типові форми, фактори ризику та негативні наслідки прояву для особистості підлітка. На основі аналізу низки джерел ми узагальнили погляди соціальних психологів на цю проблему. Отже, основні негативні прояви комп'ютерної залежності такі.

Надмірне спілкування он-лайн в соціальній мережі. Соціальні мережі - особливий тип соціальних відносин або зв'язків великих груп людей, що виникають для обміну різного роду інформацією за допомогою Інтернету. Тут не існує ієрархії, формальних обов'язків, а має місце лише власне бажання спілкуватися.

Спочатку цю залежність підлітки не відчують, але як тільки вони втрачають доступ до соціальної мережі, то відразу виникають симптоми залежності: проблеми зі сном, відчуття тривоги або страху, незадоволеність, роздратованість, перепади настрою тощо.

Соціальні мережі можна класифікувати за функціональною приналежністю: для розшуку людей, для розваг та спілкування; для роботи та бізнесу; спеціалізовані соціальні мережі для тематичного спілкування особливих соціальних груп та категорій людей (людей з функціональними обмеженнями, батьків з малими дітьми, людей з нетрадиційною сексуальною орієнтацією, програмістів тощо) та глобальні. Соціальна небезпека для підлітка виявляється в заміні безпосереднього спілкування віртуальним. Підліток має необмежену аудиторію для потенційного спілкування та великі можливості для самовираження. Шкода для особистості виявляється в невмінні та небажанні здійснювати реальне спілкування, побоюванні його, втечі в світ ілюзій. Ще однією небезпекою є те, що в цих мережах можливе спілкування з кіберзлочинцями, психічно хворими людьми та збоченцями, які видають себе за однолітка, наполягають на спілкуванні та зустрічі. До груп ризику належать саме підлітки, тому що в них найбільш актуальною є потреба в самоствердженні, спілкуванні з однолітками, пошуку нових емоцій,

демонстрації себе, та разом з цим недосвідченість, бажання ризикувати .

Захоплення в пошуку інформації. Соціальна небезпека виявляється в необмеженій втраті часу з метою пошуку цікавої інформації, що створює ілюзорне відчуття власної значущості. Особлива небезпека стати залежним від Інтернету підстерігає тих, для кого комп'ютерні мережі стають основним засобом комунікації зі світом. Для особистості шкода виявляється в безцільному накопиченні начебто корисної інформації, недоцільній витраті часу, порушенні режиму сну тощо. Для підлітка в першу чергу небезпечним є неконтрольований доступ до небезпечної для психіки інформації. Це - матеріали антигуманного та порнографічного змісту, пропаганда насилля та наркотиків. Для підлітка це нова інформація, що містить елементи «дорослого життя», яка потрібна для задоволення цікавості, самоствердження. Це може призвести до дефектів самосвідомості, засвоєння соціально-небезпечної інформації, недостовірних фактів .

Комп'ютерна ігроманія - це патологічна пристрасть людини до постійного проведення часу за комп'ютером з метою зміни свого психічного стану шляхом надмірної фіксації на певних видах комп'ютерних ігор [31]. Її умовно можна поділити на залежність від азартних та неазартних ігор.

Азартні ігри - різновид ігор, в яких виграш і програш залежать головним чином від випадку, удачі і набагато менше - від уміння гравця та, як правило, змістом виграшу чи програшу є гроші. Прикладами є комп'ютерні варіанти карткових ігор, рулетка, лотерея, імітатори ігрових автоматів, тобто комп'ютерні варіанти ігрового репертуару казино.

Соціальна небезпека полягає в збільшенні матеріальних витрат на гру та ризик програшу, уникнення реалій, підміна реального життя нереальним світом гри, підштовхування особи до будь-яких шляхів (у тому числі злочинних) отримання необхідних коштів для гри, небезпека реальних психічних розладів (захворювання на гемблінг - патологічний азарт).

Неазартні комп'ютерні ігри умовно поділяють на рольові та не рольові. Рольові мають найбільший вплив на психіку гравця, характеризуються

найбільшою глибиною «входження» в гру, а також мотивацією ігрової діяльності. До не рольових комп'ютерних ігор відносять аркадні, головоломки та «квести», ігри на швидкість реакції або «симулятори». Гравець не бере на себе роль комп'ютерного персонажу, тобто формування залежності і вплив ігор на особу людини не такі значні.

Основними мотивами комп'ютерних ігор є: азарт досягнення мети; психічне розвантаження або прагнення гострих відчуттів, пошук дефіцитарних емоцій; «проходження» гри для самоствердження, бажання обіграти комп'ютер; розвага, структурування вільного часу; цікавість; прагнення слідкувати за модою; корисні цілі; навчання [31].

Схильність до комп'ютерної залежності визначається явищем, що зумовлюється багатьма чинниками. Однак система взаємопов'язаних чинників лише в певних умовах може виступати причиною певної залежності. Отже, головне завдання як теоретичного, так і практичного аналізу порушеної проблеми полягає у тому, щоб визначити, який саме чинник чи їх система та у співвідношенні з якими умовами відіграє роль причини виникнення залежності від комп'ютера.

Чинники виникнення комп'ютерної залежності традиційно поділяються на:

психологічні чинники (тип акцентуації характеру, привабливість відчуттів і переживань, які виникають, вироблення гедоністичних настанов, відсутність соціальних інтересів, прагнення до самоствердження);

соціальні чинники (доступність, ступінь можливої відповідальності, вплив однолітків);

біологічні чинники (обтяжена спадковість, хронічні хвороби, органічні ураження мозку та ін.) [31].

Соціальна небезпека для гравця, що виникає внаслідок комп'ютерної залежності, на думку деяких авторів, характеризується наступним:

наростання агресивності завдяки наявності в цих іграх жорстокості, великої кількості крові та переоцінка моральних цінностей (можливість

робити те, що не дозволено в реальному житті, можна приймати будь-яке рішення і не боятися відповідальності). Це відбувається завдяки процесу співучасті та активного ототожнення гравця з героєм;

втрата часу, потрібного на соціально-корисні справи (навчання, спорт, спілкування) та виконання своїх обов'язків (сімейних, дружніх, професійних), викликає проблеми в реальному житті. Виникають труднощі в міжособистісних стосунках, порушення дисципліни на виробництві та в закладах освіти, конфлікти та розлучення. Людина зупиняється в особистому розвитку, навіть деградує;

дискомфорт, невпевненість у собі, навіть можливі напади депресії у гравця, якщо він протягом якогось часу не мав змоги грати у комп'ютерну гру;

нездатність досягти позитивних емоцій та задоволення поза грою, постійне бажання змінити реальний світ на віртуальний для отримання необхідного відчуття повноти існування. Виникає неможливість перемкнути свою увагу на щось інше;

порушення режиму сну, виникнення хронічної втоми, підвищеної дратівливості, конфліктності гравця внаслідок перенесення часу перебування за комп'ютером з денних і вечірніх на нічні години дня;

отримання можливості виконання сімейних, учбових та професійних обов'язків. З метою подолання сонливості гравці нерідко непомірно вживають каву, міцний чай, сигарети та інші тонізуючі речовини, у тому числі й наркотики;

фізіологічні зміни (порушення кровообігу, перепади тиску, головний біль), навіть виникнення захворювань опорно-рухового апарату, шлунково-кишкового тракту (надмірна вага, відсутність апетиту, нерегулярне харчування) або їх загострення завдяки тривалому статичному перебуванню за комп'ютером. Концентрація погляду на екрані монітора й неправильне освітлення негативно впливають на зір гравця [31].

Незважаючи на те, що офіційно проблема Інтернет-залежності не визнана, вона приймається до уваги в багатьох країнах, наприклад, у

Фінляндії молодим людям з Інтернет-залежність надається відстрочка від армії. Вже й юристи визнали правомірність залежності від Інтернету – коли відомого американського хакера Кевіна Мітніка засудили в перший раз, то захист будувався на визнанні його адиктом, і даний «діагноз» був прийнятий і визнаний пом'якшуючою обставиною. Захисники британця Пола Бедуорта змогли переконати суд, що їх підзахисний страждає нав'язливими потягами до комп'ютерів і не підлягає засудженню за свої злочини, всі з яких відбулися в Мережі. Відзначаються особливості Інтернет-залежності. Це не хімічна залежність, тобто вона не приводить до руйнування організму. Якщо для формування традиційних видів залежності вимагаються роки, то для Інтернет-залежності цей термін різко скорочується. За даними К. Янг, 25% залежних придбали залежність протягом півроку після початку роботи в Інтернеті, 58% - протягом другого півріччя, а 17% - незабаром по закінченні року [95]. Крім того, якщо довготривалі наслідки залежності від алкоголю та наркотиків добре досліджені, то стосовно Інтернет-адикції відсутня можливість довготривалого спостереження. Завзятого комп'ютерника можна відрізнити відразу. Він звернений усередину себе, не помічає або ігнорує зовнішні події, погано адаптується до реального життя. Навіть краса природи – і та сприймається з меншим захопленням, оскільки можливості комп'ютерної графіки безмежні, і на екрані монітора з'являються чудові, фантастично прекрасні, але неіснуючі насправді, пейзажі. Потяг до комп'ютерних ігор – із подорожами до неймовірних світів усе більше занурює у віртуальність. Цей стан вже й називається інтернет-залежністю [70].

На першій стадії це більш-менш легкий розлад. Через захоплення «новою іграшкою», людина перестає займатися усім іншим. Поступово людина віддаляється від родичів і друзів, залишаючи пріоритет за «усесвітньою павутиною». Як правило, користувач приховує від рідних (або співробітників в офісі), скільки часу він проводить на сайтах.

На другій стадії симптоми наростають як сніжний ком. Якщо людину силою відлучити від мережі, то вона переживатиме сильні психічні муки. . У

користувача порушується увага, знижується працездатність, з'являються нав'язливі думки, безсоння, аж до повного відмовлення від сну, різко зростає потяг до стимуляторів - кави, сигарет, спиртних напоїв, наркотиків, причому деколи "на голку" сідають і ті, хто ніколи в житті наркотиків не пробував. Тому можна вважати, що в деяких випадках наркотична залежність є наслідком захоплення спілкуванням у мережі. До психічних розладів додаються головний біль, перепади тиску, ломить кістки.

Третя стадія – соціальна дезадаптація. Користувач, вже не одержуючи задоволення від спілкування через Інтернет, все-таки постійно «висить» на сайтах. Стан депресії призводить до серйозних конфліктів на роботі і в сім'ї.

Отже, керуючись вище перерахованими характеристиками Інтернет-залежності, ми можемо судити про власну Інтернет-залежність чи наявність такої у своїх знайомих. Психотерапевтичний досвід показує, що якщо людина визнає в себе наявність того чи іншого виду залежності, будь те залежність від шкідливих речовин чи від Інтернету, то вона намагається впоратися з цим самотійно чи за допомогою близьких йому людей, а також фахівців (психіатрів, наркологів, психотерапевтів чи психологів).

1.2 Психологічні особливості дітей підліткового віку

Підлітковий вік можна сміливо назвати улюбленим об'єктом дослідження вікової психології. Причиною цього є те, що цей період є визначальним у житті будь-якої дитини. Він являє собою доволі довгий і проблемний перехід від дитинства до дорослості. Цей період завжди в центрі уваги і саме тому він фіксується в усіх без винятку системах періодизації розвитку дитини, якими б різними вони не були.

Проте, серед психологів не сформувалось спільної думки щодо питання меж підліткового періоду. Проблема розмежувань даного вікового етапу пов'язана із виразною соціокультурною специфікою дорослішання, зі значною неоднорідністю настання психологічних змін, характерних для віку, з явищем

акселерації тощо. Західні психологи взагалі припускають об'єднання підліткового віку і юності у віковий період, який називається періодом подорослішання (adolescence). Змістом його є перехід від дитинства до дорослості, а межі можуть простиратися за різними періодами від 12 до 25 років. У західній культурі до молоді віком від 13 до 19 років часто вживають термін „тінейджер” (від назви чисел, які закінчуються на – „teen”).

На думку сучасних вітчизняних психологів тривалість підліткового віку знаходиться в межах 11-20 років. В сучасній українській школі цей вік приходить на 5-11 класи.

Розкриття змісту теоретичних положень підліткового віку надасть змогу окреслити коло питань стосовно цього віку, його симптоматику, побачити стабільне й мінливе в психології підлітка, краще усвідомити підхід до проблем підліткового віку. Розглянемо ці концепції.

Як доводять ряд досліджень (Б.Зазо, М.Мід, Н.М.Толстая, М.Коул), специфіка протікання дорослішання дітей та тривалість підліткового періоду відрізняється залежно від рівня розвитку суспільства та його етно-культурних особливостей.

Тут необхідно відмітити наукову діяльність соціального антрополога Маргарет Мід стосовно перехідного періоду життя людини в різних архаїчних суспільствах (Самоа, Гвінея, острови Океанії). У своїх роботах М.Мід доводить, що у первісних суспільствах, незважаючи на різні традиції подорослішання, підлітковий вік протікає без особливих потрясінь [66]. У більшості архаїчних суспільств перехід від дитинства до дорослості супроводжується особливою традицією, яка виконує у такому суспільстві функцію соціалізації, групової та гендерної ідентичності. Такі традиції більш направлені на хлопчиків. Але вони не орієнтовані на розвиток індивідуальності, а більш спрямовані на розвиток єдності людини з певною соціальною групою.

У той же час, підлітковий вік в економічно розвинених суспільствах носить тривалий і кризовий характер. Це пов'язано з тим, що в умовах

різноманітної культури біологічна зрілість настає раніше, ніж психологічна та соціальна; у процесі особистісного соціального становлення може відбуватися індивідуальна мінливість; жорсткий гендерний фактор вже не має такої значущості; молодь більше прагне до самовизначення.

Таку різницю у проходженні підліткового періоду в постіндустріальних та архаїчних суспільствах М. Мід пояснює відмінністю у змісті завдань соціалізації людини.

Е.Шпрангер розробив культурно-психологічну концепцію підліткового віку, відповідно до якої підлітковий вік — це вік вrostання в культуру: “Душевний розвиток в період юності є вrostання індивідуальної психіки в об'єктивний і нормальний дух даної епохи”[90].

Е.Шпрангер описав три типи розвитку підліткового періоду:

м'який - поступовий і плавний ріст; підліток включається до дорослого життя без серйозних змін у власній особистості;

активний – при зіткненні з внутрішніми тривогами й кризовими станами, підліток сам намагається формувати себе і розвивати завдяки зусиллям волі;

критичний - підлітковий період сприймається як друге народження через різкі кризові перебіги, наслідком чого виникає нове “Я”.

Головні новоутворення цього віку, за Е.Шпрангером, — відкриття “Я”, виникнення рефлексії, усвідомлення своєї індивідуальності [90].

Ш. Бюлер в своїх роботах намагається знайти зміст перехідного періоду у єдності органічного дозрівання і психічного розвитку. За думкою Ш. Бюлер, причинами переживань, які відчувають підлітки у період перехідного періоду, є біологічні потреби доповнення. Тобто по мірі вступу підлітка в фазу пубертата, він починає відчувати зовнішнє і внутрішнє збудження, яке повинне вивести підлітка зі стану самовдоволення і спокою. Відчуття такої напруги спонукає його до пошуків і зближення з істотою протилежної статі.

Основними фазами пубертату Ш. Бюлер вважає:

прелюдія до періоду психічної пубертатності (11-12 років) - підлітки

стають неприборкані й задержувати. Вони ще не розуміють ігор старших за віком підлітків, але у той же час для дитячих ігор вони вважають себе занадто дорослими. У них вже немає дитячого підпорядкування авторитету, але перейнятися високими ідеалами та особистою гідністю вони ще не можуть;

негативна фаза – у цей період підліткі відчувають дратівливість, неспокій, збуджений стан, незадоволення собою і навколишнім світом. Таке самопочуття виражається в дратівливості й вередуванні. Ця фаза закінчується завершенням тілесного дозрівання;

позитивна фаза - у цей період підлітки починають відкривати для себе нові джерела радості, до яких вони до цього часу не були сприйнятливими. Ця фаза приходить поступово. Одним з таких джерел стає любов, яка здатна давати вихід найважчій напрузі [17].

Е. Штерн розробив типологію особистості підлітка, первинно ґрунтуючись на їх особистісних цінностях:

соціальний тип – де сенсом життя є спілкування, любов, життя для інших людей;

естетичний тип – така особистість не намагається пізнати різноманітність світу, вона прагне досягнути одиничний випадок;

теоретичний тип - усі прагнення спрямовані на об'єктивне пізнання дійсності;

економічний тип – ідея вигоди керує життям такої людини. Вона прагне досягнути найбільших результатів, при цьому не докладаючи потрібних зусиль;

релігійний тип – співвідносить загальний сенс життя з будь-яким одиничним явищем;

політичний тип – характерним для такої особистості є прагнення до влади, панування і впливу.

Е. Штерн вважає, що перехідний вік відображає особливий спосіб дій, спрямованість думок, прагнення до почуттів. У цей період особистість націлена на заняття спортом, серйозно замислюється над вибором професії

тощо.

Вітчизняні психологи Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Л.І Божович розглядають специфіку підліткового віку у системі трьох нерозривних категорій: умови розвитку, джерело, рушійні сили.

Наведені категорії демонструють особливість розвитку підлітка, як соціально активну та діяльну особливість.

За Л.С. Виготським найголовнішим фактором у розвитку підлітка становиться те, що з'являється нова діюча особа, яка має абсолютно новий вплив, і ця особа - особистість підлітка. Найбільш детально Виготський роздивлявся питання інтересів у перехідному віці та вважав це «ключем до всієї проблеми психологічного розвитку підлітка». У своїх роботах Виготський звертав увагу на те, що всі фази розвитку які проходить дитина починаючи із свого народження, а також у підлітковому віці, є не хаотичним, не випадковим та не автоматичним процесом, а є наслідками бажань та інтересів. Л.С.Виготський наголошував на те, що у підлітковому віці безпосередній вплив має згасання старих бажань та інтересів, а також закінчення формування нового біологічного фундаменту, на якому згодом проростають нові бажання та прагнення [20]. У своїх дослідженнях Виготський називає декілька найважливіших розділів самих основних інтересів підлітків, яким він дав назву домінантами: - «езопова домінанта» - яка є символом того, що підліток проявляє інтерес до своєї власної особистості:

- «домінанта далини» - описує інтерес підлітка до великих цілей, які набувають перевагу надо щоденними, простішими цілями;

- «домінанта зусилля» - характеризує здатність підлітка до чинення опору, до вольової стійкості, яка іноді проявляється в упертості, запереченні виховательського авторитету, вираженні протесту суспільній системі та у інших явищах, які мають негативний вплив;

- «домінанта романтики» - описую прагнення підлітка до подорожей та пригод, до героїзму та відваги, бажанням пізнати невідоме та ризиковане. Також Л.С.Виготський виділив дві особливості підліткового віку: розвиток

рефлексії, а також її похідної - самосвідомості. Виготський писав, що розвиток рефлексії у підлітковому віці не зупиняється на глибоких змінах особистості, тому що наслідком зародження самосвідомості є можливість підлітка більш сильно розуміти оточуючих його людей. Як вважав Виготський розвиток самосвідомості найбільше з усіх інших граней душевного життя залежить від того який культурний вплив несе оточуюче середовище[21].

У концепції Д.Б.Ельконіна підлітковий вік є наслідком періода життя підлітка який завершився перед ним, така залежність характерна не тільки для підліткового етапу життя, а і для всіх періодів розвитку. На етапах розвитку спрямованість на навколишній світ замінюється на спрямованість на самого себе. У своїх роботах, як уже відмічалось, переважна чисельність дослідників зводили прояв підліткового віку до старту статевого дозрівання. Незважаючи на це Д.Б.Ельконін у своїх роботах веде мову про те, що підліток починає розуміти свою самозаміну перш за все психологічно, що є наслідком його навчальної та пізнавальної діяльності, а фізичні зміни лише за все підкреслюють це. Внаслідок цього звернення до себе набуває більш інтимний відтінок. Підліток починає порівнювати себе з оточуючими його дорослими людьми і врешті решт розуміє що між ним і дорослими людьми немає жодної різниці. Для підлітка становиться важливим той факт, щоб його права були на тому ж рівні що і права дорослих, він не бажає щоб до нього відносились як до дитини. Зароджується наступна сходинка розвитку дитини: правління дитини над дорослими. У підлітковому віці навколишнє середовище має дуже важливий вплив на розвиток моральних норм, тому що на цьому фундаменті будуть будуватися соціальні відносини дорослого життя. Ще одним найголовнішим впливом у розвитку дитини за Д.Б. Ельконіним є його відносини та спілкування з його ровесниками. Саме завдяки цьому підлітки засвоюють та закріплюють соціальні норми поведінки та норми моралі, також на цьому етапі підлітки починають проявляти повагу до інших. В цій діяльності формується самосвідомість.

Роздивляючись питання кризи підліткового віку Божович пояснює її

протиставленням бажання підлітка зайняти більш самостійну та дорослу сходинку у житті і відсутністю жодних реальних можливостей зробити це. Описуючи підлітковий вік, Л.І. Божович перш за все говорить про великі зміни у мотиваційних цінностях підлітка - це є направленість на майбутнє життя, поставлені цілі, вже сформовані моральні та соціальні погляди на життя. Також вона вважає дуже важливим новоутворенням підліткового віку самовизначення, яке визначається розумінням себе та своєї сходинки у оточуючому суспільстві, розуміння своїх бажань та можливостей. [11].

Таким чином, зібравши різні погляди та дослідження які були наведені вище можна говорити про те, що особливості протікання підліткового періоду безпосередньо залежать від соціального оточення підлітка, середовища у якому він живе, займаної їм сходинки у світі дорослих. Але найголовнішу роль психологічного розвитку підлітка грає система соціальних відносин, коли біологічний (фізіологічний) чинник має лише другорядний вплив.

1.3 Сучасний стан проблеми індивідуально-психологічних особливостей особистості підліткового віку з Інтернет-залежністю

Період підліткового віку - один з найважливіших етапів становлення та розвитку особистості. У цей період молода людина шукає відповіді на життєво важливі питання: хто він, який він, які можливості є у нього, щоб реалізувати себе, знайти місце в навколишньому світі і т.д. Відповіді на ці питання забезпечують особистісне і професійне самовизначення підлітка, його соціалізацію. Таким чином, якою буде особистісна і соціальна орієнтація молодої людини в цей період, в такому напрямку і буде він розвиватися все своє дальніше свідоме життя. Які риси і установки сформуються у підлітка до закінчення підліткового періоду онтогенезу, така основа і буде в процесі подальшої його особистісної самореалізації.

Закріплені в підлітковому віці риси характеру і звички впливають на спосіб життя і взаємодії з навколишньою соціальною дійсністю індивіда вже в

більш зрілі роки. Як уже зазначалося, підлітковий вік - дуже суперечливий і складний період життя молодого людини. Саме в цей період з-за емоційної нестабільності, зміни пріоритетів в плані значущих людей, реакція емансипації провокує підлітка до конфліктів з оточуючими, особливо дорослими (найчастіше це батьки та вчителі), пошуку способів задоволення своїх потреб. Малий соціальний досвід, нестійкість самооцінки, невисокий рівень комунікативної компетентності є причинами конфліктів і з однолітками. Все це призводить до того, що, дитина, отримавши нові емоції та інформацію, при цьому задовольнивши свої потреби в спілкуванні в щодо безпечних умовах мережі Інтернет, він стає «завсідником» глобальної мережі, проводячи в ній весь вільний час і забуваючи про навколишній світ. Результатом даного процесу є швидке формування Інтернет-залежності, яка носить стійкий характер.

Інтернет-залежна поведінка підлітків призводить до виникнення і поглиблення цілого ряду проблем: конфлікти з оточуючими, депресія, перевагу віртуального простору реальному житті, великі труднощі в адаптації в навколишньому соціальному просторі, нерозвиненість волевих якостей, виникнення почуття дискомфорту при відсутності можливості користування Інтернетом, інфантильність, боязнь прямих контактів в спілкуванні і т.д.

Використовуючи Інтернет, підліток замість прагнення «думати» і «вчити» вважає за краще «шукати». Багато підлітків зізнаються, що в таємниці від оточуючих відвідують заборонені сайти. При цьому у них формується ілюзія всюдозволеності і безкарності, яка спонукає порушувати права людини, що в свою чергу може привести до девальвації моральності підлітка [92].

Розглянемо основні причини, за якими підлітки стають частими користувачами Інтернету, і в кінцевому підсумку, Інтернет - залежними:

1. Хакерство. Найчастіше хакерством починають займатися саме підлітки. Однією з першопричин є недостатня розвиненість соціальних навичок, особистісної та морально-правової сфери, на що вказує їх заборонені і кримінальні дії.

2. Ігрова діяльність. Повсюдно визнається важливість впливу ігрової діяльності на розвиток особистості, як індивіда, так і суспільства в цілому. Але захоплення комп'ютерними іграми часто носить негативно впливає на розвиток особистості підлітка, у яких виражена ігрова залежність, що характеризується відходом від вирішення проблем реального світу. Існують методики, за допомогою яких можна визначити, чи є захоплення Інтернет-іграми безневинними або це вже залежність.

3. Комуникативна діяльність в мережі Інтернет. Комуникативна діяльність, що здійснюється за допомогою Інтернету, багато в чому різноманітна. В даний час відбувається інтенсивне експериментування з анонімністю, від граничного саморозкриття з елементами ексгібіціонізму і / або аггравации до обману, схильності до маніпулювання та спроб фактично управляти думкою про себе.

В Інтернеті існує ексклюзивна можливість пошуку нового співрозмовника, що задовольняє практично будь-яким критеріям. При цьому немає необхідності утримувати увагу одного співрозмовника, тому що в будь-який момент можна знайти нового.

Зі здобуттям доступу в Інтернет розширюється можливість включення людини в різні віртуальні соціальні мережі, і, як наслідок, можливість отримання якогось соціального статусу (пошук самоствердження). Цей фактор має особливе значення для тих, хто не досяг бажаного соціального статусу в реальному житті.

Не останню роль відіграє і необмежений доступ до інформації ("інформаційний вампіризм"), тому що в основному небезпека стати залежним від Інтернету підстерігає тих, для кого комп'ютерні мережі виявляються іноді єдиним засобом спілкування.

Таким чином, соціальні контакти в віртуальному співтоваристві мають специфічну природу, поєднуючи такі якості, як вибірковість, анонімність і доступність. Інтернет як спосіб адиктивної реалізації досить унікальний, але лише одне це не може пояснити появу інтернет-адикції, має бути присутня

певна особистісна схильність. "Комплекс недостатності" (низька самооцінка, незадоволеність собою), схильність до фантазій, сором'язливість, наявність соціальної фобії, усвідомлення нестачі соціального статусу або уваги до своєї персони - ось риси особистості, які можуть привертати до виникнення інтернет-залежності.

Формування основної недостатності призводить до адиктивного розвитку особистості. Адикція може стати тимчасовою точкою кристалізації, навколо якої людина намагається зібрати себе, як би консолідує своє "Я". Це прагнення набуває екзистенційно-вітальний характер. Вибудована таким чином особистість може бути названа адиктивною. Сприйняття і світовідчуття адиктивної особистості включає себе, інших, систему цінностей, переваг, прийняті рішення, мислення, емоції, мрії. На тлі нової консолідації попереднє життя за контрастом здається дефектною, сірою, тьмяною.

Більшість дослідників феномена Інтернет-залежності виділяють п'ять причин її виникнення у дітей та підлітків [40]:

1. Дефіцит спілкування і теплих довірчих взаємин (або їх повна відсутність) в родині. Недостатня кількість уваги приділяється, часу, участі в повсякденному житті дитини з боку батьків або близьких родичів. Відсутність зацікавленості з боку останніх внутрішнім світом і душевною рівновагою дитини, його думками й почуттями, проблемами й переживаннями. Зрозуміло, із зазначених причин можуть розвиватися і інші види адикцій або відхилень у поведінці.

2. Незацікавленість дитини будь-яким серйозним захопленням, відсутність хобі, уподобань, не пов'язаних з комп'ютером.

3. Труднощі налагодження контактів з оточуючими, відсутність друзів у дитини. Особливо часто зустрічається у підлітків соромливих і нерішучих, внутрішньо закріпачених. Також не останню роль відіграє наявність видимого фізичного дефекту або неприваблива зовнішність, які для однолітків служать відштовхуючим чинником в спілкуванні з дитиною, або у нього проявилися риси характеру, що перешкоджають встановленню дружніх комунікативних

відносин, а саме: замкнутість, відстороненість, агресивність, надмірна вразливість, мстивість, жадібність.

4. Загальна невдачливість дитини. У цій причини багато спільного з попередньою. Припустимо, у підлітка погана успішність в школі, складності в спілкуванні з однолітками, проблеми в стосунках з батьками. Такий песимістичний стан речей навряд чи влаштуватиме дитину, підсвідомо йому захочеться компенсувати свою невдачливість. Здійснити задані запити в повній мірі зможе віртуальна реальність. У Мережі така дитина може створити собі абсолютно будь-який образ, з більшою ймовірністю протилежний реальному: нове ім'я, нова зовнішність, нова, більш "вигідна" самопрезентація. Це захоплює його, адже він - головний герой, він на вершині успіху, він переможець. І саме на цій хвилі уявного благополуччя підліток легко може впасти в залежність від комп'ютерних ігор.

5. Наявність серйозного захворювання, вродженого або набутого дефекту, інвалідності. Якщо у дитини-інваліда навчання на дому, коло його спілкування досить і досить обмежений, він майже не залишає стін власного будинку, якщо важкі каліцтва перешкоджають встановленню контактів з оточуючими, - в таких випадках комп'ютер може замінити друзів для таких дітей, стати чи не єдиним засобом спілкування, отримання нової інформації, розвагою і дозвіллям. Під фізичними вадами, що утруднюють спілкування з оточуючими і однолітками, мають на увазі дефект або відсутність слуху чи зору, дитячий церебральний параліч, утруднену мову, важку форму епілепсії, декомпенсовані вроджені або набуті вади серця, м'язові атрофії та ін. [29].

Таким чином, причини розвитку Інтернет-залежності численні: від особистісних особливостей до певних життєвих обставин.

На сьогоднішній день Інтернет-залежна поведінка серед підлітків визнається однією з найактуальніших проблем даного віку. Тому вчені активно вивчають дану проблему з метою розробки ефективних заходів боротьби з сформованою Інтернет-залежністю, а також профілактики даного поведінкового порушення в підлітковому середовищі.

Разом з тим, висвітлюючи особливості виникнення підліткової комп'ютерної залежності, слід зазначити, що у віці 11-15 років, перш за все, стоїть потреба в спілкуванні з однолітками, причому у сучасних школярів з'явилися та стрімко набирають тренду нові форми комунікації – через соціальні мережі Інтернету. Водночас, різні підліткові комплекси (такі як невдоволення своєю зовнішністю, способом життя), проблеми комунікативних взаємин, типологічні властивості і риси характеру також можуть стати причиною відходу в віртуальну реальність замість прийняття і зміни власної реальності.

Проте, на думку Н.Ю. Максимової, захоплення різними комп'ютерними технологіями для сучасних підлітків це більш норма, ніж відхилення від неї. Діяльність в Мережі надає підлітку необмежені можливості для розширення кругозору, навчання, оволодіння новими навичками, дозволяє знайти друзів зі схожими інтересами з будь-якого куточка Землі. Однак, для підлітків схильних до адикції, Інтернет - це Всесвіт, у якому не потрібно вирішувати проблеми або нести відповідальність, дорослішати. Для таких дітей принадність віртуального світу настільки велика, що єдине, чого вони хочуть, - це перманентно знаходитися в ньому [60].

Л.М. Юр'єва та Т.Ю. Больбот, працюючи над проблемою комп'ютерної адикції, видокремили 4 стадії її формування:

1. стадія, де відсутній ризик розвитку залежності;
2. стадія захопленості;
3. стадія ризику розвитку комп'ютерної залежності;
4. стадія наявності комп'ютерної залежності [94].

З точки зору ризику розвитку залежності, всіх Інтернет-користувачів можна поділити на 4 категорії:

- люди, для яких діяльність за комп'ютером носить суто інструментальний характер, пов'язаний з необхідністю вирішення конкретного завдання – знайти потрібну інформацію та обробити її, виконати навчальну або професійну роботу;

- люди, які отримують задоволення, відчуваючи позитивні емоції від роботи за комп'ютером, яка носить ситуативний характер;
- люди, в яких з'являється потреба в діяльності за комп'ютером. Діяльність приймає систематичний характер. Якщо людина не має постійного доступу до комп'ютера, то вона робить активні дії для усунення перешкоджаючих обставин. Зростає ризик розвитку Інтернет-адикції (по суті, це вже початковий етап формування залежності);
- люди зі сформованою комп'ютерною залежністю, в яких потреба в діяльності за комп'ютером набирає величезної ваги в ієрархії потреб особистості. Відбуваються серйозні особистісні зміни, виражені ознаки дезадаптації [2].

Зловживання Інтернет-мережею несе в собі загрозу фізичному та психічному здоров'ю людини, зокрема підлітка, симптомами якої, за словами М. Орзака, є неможливість зупинитися, постійне збільшення часу перебування за комп'ютером, виникнення при цьому почуттів роздратування, спустошеності, депресивного стану тощо [87].

Висновки до розділу 1

Проведене теоретичне дослідження проблеми Інтернет - залежної поведінки серед дітей середнього підліткового віку дозволяє зробити наступні висновки:

Інтернет-залежність є наявність нав'язливого бажання підключитися до Інтернету і болючою нездатністю відмовитися від нього.

Симптоматика Інтернет-залежності визначається виникненням в процесі використання Інтернету проблем психологічного характеру, формування стресів, а також падіння статусу користувача в соціальному, психологічному або матеріальному плані, порушення його фізичних можливостей.

Підлітковий вік є основним періодом для особистісного формування

індивіда, визначення його подальшої професійної спрямованості, створення стратегій власного розвитку і самореалізації в суспільстві, вибору моделей взаємодії із зовнішнім соціальним середовищем. Які соціально-особистісні орієнтири сформууються в підлітку, такий напрямок руху буде їм вибрано і в подальшому житті. Таким чином, в підлітковому періоді необхідно приділяти підвищену увагу питанням напрямки і коригування курсу формується індивіда.

Для підлітків характерна емоційна нестабільність і часта кардинальна зміна орієнтирів. Найчастіше нестабільність виражається в підвищеній тривожності і агресії, конфліктності особливо з людьми старшого віку, наприклад, батьками або шкільними педагогами. Постійний пошук стану повної задоволеності призводить до того, що підлітки виявляються в інтернеті, де стають залежними користувачами, прагнучі мати постійну присутність в комфортній для себе середовищі.

Наявність Інтернет-залежності в підлітковому віці стає причиною формування різноманітних психологічних проблем, прояву депресивного стану, догляду від спілкування в реальному житті на користь віртуального простору, погіршення рівня адаптації підлітків до соціального середовища, зниження самооцінки. Крім того, постійне перебування в Інтернеті веде до дискомфорту при відсутності доступу до мережі та особистісної слабкості людини, відсутності у нього вольових якостей, боязнь прямого діалогу з опонентом в житті.

Основними причинами появи у підлітків залежно від Інтернету можна назвати ряд причин особистісного характеру, що мають вікову складову. Серед них: постійне прагнення до нових відчуттів, загострений стан тривоги і агресивності по відношенню до соціального середовища, відсутність необхідних комунікативних навичок. Все це веде до того, що в Інтернеті формується величезний пласт представників підліткової середовища знаходяться в групі ризику.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Характеристика вибірки дослідження

Вивчення особистісних особливостей підлітків з Інтернет-залежною поведінкою актуально на сьогодні, і буде сприяти прогнозуванню ризику формування даної адикції з метою розробки ефективних профілактичних і корекційних заходів подолання зазначеної залежної поведінки.

Було проведено емпіричне дослідження особливостей психології особистості молоді підліткового віку, залежної від Інтернету, з метою вирішення даної проблеми.

Всього в дослідженні взяло участь 37 підлітків-школярів - учні 7-8 класів (13-14 років) спеціалізованої фізико-математичної ЗОШ м. Донецьк. З них 20 чоловік - дівчата (54,1%), 17 - юнаки (45,9%). Критерієм для включення випробовуваних в дослідження був факт наявності доступу до Інтернет-ресурсів. Кожен учень брав участь у всіх видах дослідження. Отримані в ході дослідження параметри знайшли своє відображення в таблицях, малюнках, діаграмах. Список дітей, які взяли участь у дослідженні психологічних особливостей інтернет-залежних підлітків, відображений в Додатку А.

Для досягнення завдань наукової роботи та опираючись на її мету, дослідження проводилося в 3 етапи:

1. На першому етапі були підібрані наступні методи і методики, спрямовані на вирішення поставлених цілей, і складені бланки для проведення дослідження: шкала Інтернет-залежної поведінки (Chen Internet addiction Scale, CIAS), методика «Самовідношення» В.В. Століна, опитувальник Кеттелла Р., що включає 142 позиції і націлений на аудиторію осіб 12-16 років, методика самооцінки психічних станів Айзенка.

2. На другому етапі було проведено дослідження, спрямоване на виявлення психологічних особливостей підлітків з різним ступенем Інтернет-залежності.

3. На третьому етапі були проведені аналіз і інтерпретація результатів,

отриманих в ході дослідження. Методи обробки даних припускали використання математико - статистичного аналізу. Математико-статистична обробка даних проводилася з використанням статистичного пакета програми IBM SPSS Statistics.

Для перевірки нормальності розподілів використовувався критерій Колмогорова - Смирнова, який дозволяє знайти точку, в якій сума накопичених розбіжностей між двома розподілами є найбільшою, і оцінити достовірність цієї розбіжності.

Для порівняльного аналізу використовувався U-критерій Манна-Уїтні (тому що розподіл даних по більшій частині змінних значимо відрізняється від нормального).

В ході обробки результатів дослідження були зроблені висновки за первинними балами, тому що бали дають більш конкретне бачення результатів.

2.2 Методики дослідження

Методичний інструментарій дослідження склали наступні методики: шкала Інтернет-залежної поведінки (Chen Internet addiction Scale, CIAS), методика «Самовідношення» В.В. Століна, опитувальник Кеттелла Р., що включає 142 позиції і націлений на аудиторію осіб 12-16 років, методика самооцінки психічних станів Айзенка.

1. Шкала Інтернет-залежної поведінки (Chen Internet addiction Scale, CIAS)

Даний тест розроблений китайським дослідником С.Ченом і його колегами (Chen S.-H., et al., 2003), адаптований на кафедрі психологічного консультування психокорекції та психотерапії МДМСУ (Феклісов К.А., Малигін В.ІІ. 2011). Тест включає в себе п'ять оціночних шкал:

- шкала компульсивних симптомів (Com);
- шкала симптомів відміни (Wit);
- шкала толерантності (Tol);

- шкала внутрішньоособистісних проблем і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (ІН);
- шкала управління часом (ТМ).

Крім пошкальної оцінки існують 2 типа надшкальних критеріїв - інтегральні (ключові) симптоми безпосередньо самої Інтернет-залежності (включає в себе перші 3 шкали (ІА-Sym), і критерій негативних наслідків використання Інтернету (включає в себе останні 2 шкали (ІА-РР)). Сума всіх шкал або загальний CIAS бал = (Com + Wit + Tol + ІН + ТМ) є інтегральним показником - загальним показником наявності Інтернет-залежної поведінки.

Для оцінки Інтернет-залежної поведінки був використаний інтегральний показник шкали Інтернет-залежності (загальний бал CIAS).

2. Методика «Самовідношення» В.В. Століна

Тест-опитувальник самоствавлення, побудований відповідно до розробленої В.В. Століним ієрархічною моделлю структури самоствавлення. Зазначена версія опитувальника дозволяє виявити три рівні самовідношення, що відрізняються за ступенем узагальненості:

1. глобальне самоствавлення;
2. самоствавлення, диференційоване за самоповазі, аутосимпатії, самоінтересу і очікуванням ставлення до себе;
3. рівень конкретних дій (готовності до них) у відношенні до свого «Я».

В якості вихідного приймається відмінність змісту «Я-образу» (знання або уявлення про себе, в тому числі і у формі оцінки вираженості тих чи інших рис) і самоствавлення. В ході життя людина пізнає себе і накопичує про себе знання, ці знання становлять змістовну частину його уявлень про себе. Однак знання про себе самого, природно, йому небайдужі: те, що в них розкривається, виявляється об'єктом його емоцій, оцінок, стає предметом його більш-менш стійкого самоствавлення.

Опитувальник включає наступні шкали:

- Шкала S - вимірює інтегральне почуття «за» або «проти» власне «Я» випробуваного.

- Шкала I - самоповага.
- Шкала II - аутосимпатія.
- Шкала III - очікуване ставлення від інших.
- Шкала IV - самоінтерес.

Опитувальник містить також сім шкал спрямованих на вимірювання вираженості установки на ті чи інші внутрішні дії, спрямовані на адресу «Я» випробуваного.

- Шкала 1 - самовпевненість.
- Шкала 2 - ставлення інших.
- Шкала 3 - самоприйняття.
- Шкала 4 - саморуководство, самопослідовність.
- Шкала 5 - самозвинувачення.
- Шкала 6 - самоінтерес.
- Шкала 7 - саморозуміння.

3. Опитувальник Кеттелла Р., що включає 142 позиції і націлений на аудиторію осіб 12-16 років

Підліткова 14 факторная методика містить 142 питання з трьома варіантами відповідей для вибору найбільш підходящого. Дана методика включає в себе 14 факторів: А (шизотимія-афектотимія), В (брехня), С (ступінь емоційної стійкості), D (флегматичність-збудливість), Е (підпорядкованість-домінування), F (обережність-легковажність), G (ступінь прийняття моральних норм), Н (сором'язливість-авантюризм), І (реалізм-сензитивність), J (неврастенія, фактор Гамлета), О (самовпевненість-схильність до почуття провини), Q2 (ступінь групової залежності), Q3 (ступінь самоконтролю), Q4 (ступінь внутрішньої напруги).

4. Методика самооцінки психічних станів Айзенка

Для визначення психічних станів була використана методика самооцінки психічних станів Айзенка, яка дозволяє виявити чотири базисних станів людини (тривожність, фрустрація, агресія, ригідність), що є домінуючими в певному континуумі часу. Методика складається з 40 питань,

відповіді на які варіюються від 0 до 2 балів в залежності від ступеня вираженості того чи іншого пропонованого якості або ситуації. Домінуючим є стан, який в сумі визначається набором більше 10 балів).

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ З ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЮ

3.1 Дослідження рівня інтернет-залежності підлітків

Згідно з результатами дослідження за методикою «Шкала Інтернет-залежної поведінки (Chen Internet addiction Scale, CIAS)» було виділено 3 групи підлітків:

підлітки з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності (загальний бал CIAS не більше 42). Дану групу склали 14 осіб (37,84% від загальної вибірки). З них 9 хлопчиків-підлітків (64,3%) і 5 дівчаток (35,7%)

підлітки зі схильністю до Інтернет-залежності (загальний бал CIAS від 43 до 64). Дану групу склали 16 підлітків (43,24% від загальної вибірки). З них 8 хлопчиків (50%) і 8 дівчаток (50%)

підлітки, у яких Інтернет-залежність виражена і стійка (загальний бал CIAS більше 65). Дану групу склали 7 підлітків. З них 7 (100%) - дівчинки.

Дівчатка-підлітки в досліджуваних групах мають більш виражену Інтернет-залежність, ніж хлопчики. При бесіді з соціальним педагогом навчального закладу з'ясувалося, що 6 з 7 дівчаток, які потрапили в категорію «залежних», проживають у неблагополучних сім'ях. Таким чином, відмінності даних за статевою ознакою в цій ситуації не є показовими.

Результати розподілу груп відображені в Таблиці 3.1.

Викликає тривогу, що більше половини підлітків (62,16%) потрапляють в групу ризику, тому що мають схильність або виражену інтернет-залежність.

Процентні показники за методикою «Шкала Інтернет-залежної поведінки (CIAS)» представлені на малюнку 3.1 наочно показує тривожну тенденцію схильності сучасних підлітків до виникнення Інтернет-залежності. Разом з тим досить високий відсоток підлітків у вибірці має вже сформовану залежність.

Таблиця 3.1

Рівень інтернет - залежності за методикою Чена

№ групи	Рівень Інтернет-залежності	%
1	Мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежності	37,84
2	Схильність до виникнення Інтернет-залежності	43,24
3	Виражена і стійка Інтернет-залежність	18,92

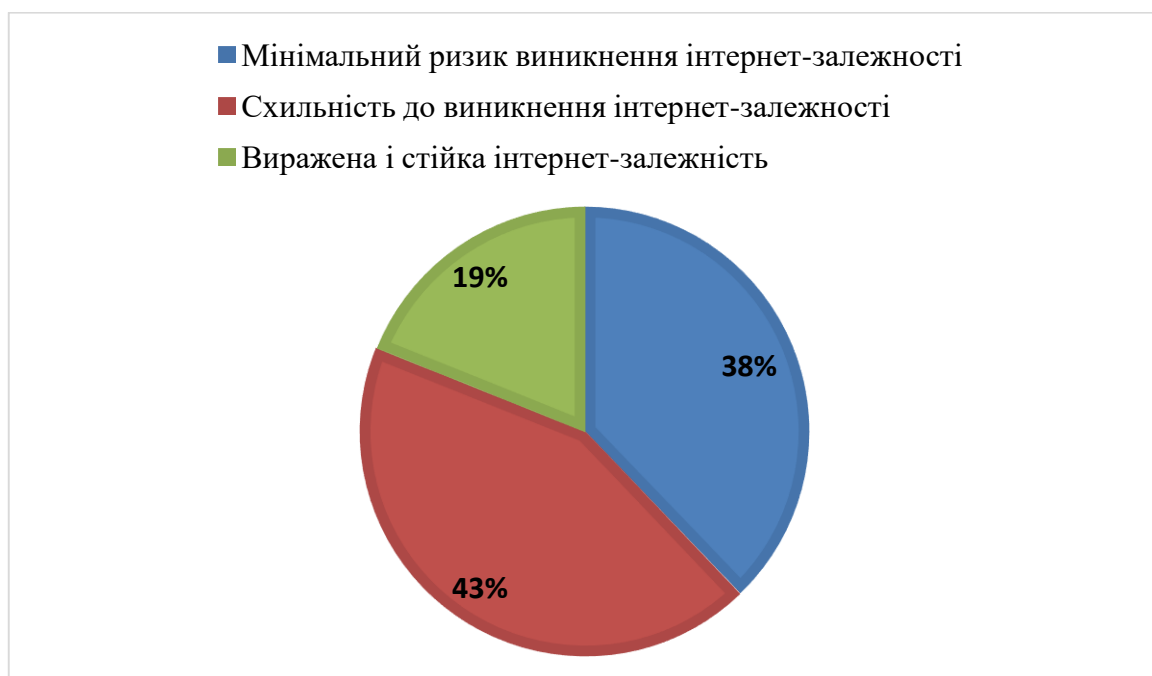


Рис.3.1. Процентні показники за методикою «Шкала Інтернет-залежної поведінки (CIAS)»

Використовуваний в дослідженні інструментарій (Chen Internet addiction Scale-CIAS) дозволив не просто діагностувати факт наявності і відсутності Інтернет-залежності, спираючись на загальний CIAS бал, а провести якісний аналіз симптомів, що характеризують патерн залежного від Інтернету поведінки: компульсивні симптоми, симптоми скасування, толерантність, внутрішньоособистісні проблеми і здатність керувати часом в Мережі.

Для повної характеристики статистичної сукупності використовуємо кількісні показники, такі як середні величини і показники варіації. Середні значення показників окремих критеріїв інтернет- залежної поведінки по групах (Chen Internet addiction Scale-CIAS) представлені в Таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Описова статистика груп підлітків з різним рівнем інтернет-залежності за шкалами опитувальника CIAS

	Рівень інтернет залежності					
	Мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежності		Схильність до виникнення Інтернет-залежності		Виражена і стійка Інтернет-залежність	
	середнє	ст.відх.	середнє	ст.відх.	середнє	ст.відх.
компульсивні симптоми	7,2857	1,26665	9,7500	2,08167	14,4286	4,11733
симптоми відміни	6,6429	,74495	10,2500	2,26569	13,4286	2,43975
симптом толерантності	6,7857	1,31140	8,9375	1,23659	12,1429	2,96808
Загальний бал (симптоми)	20,7143	1,72888	28,9375	4,12260	40,0000	5,16398
Внутрішньоособистісні проблеми і проблеми зі здоров'ям	9,5000	1,16024	12,0000	2,33809	16,1429	2,96808
Проблеми з керуванням часом	7,4286	,85163	9,2500	1,98326	13,8571	2,26779
Загальний бал (наслідки)	16,9286	1,73046	21,2500	3,51188	30,0000	4,50925
Загальний показник (наслідки)	37,6429	2,81772	50,1875	6,11249	69,8571	7,60326

Найвищі показники за шкалами компульсивних симптомів ($Com = 14,42 \pm 4,11$), симптомів відміни ($Wit = 13,42 \pm 2,43$), толерантності ($TO1 = 12,14 \pm 2,96$), шкалою внутрішньоособистісних проблем, пов'язаних зі здоров'ям ($Ih = 16,14 \pm 2,96$), шкалою управління часом ($TM = 13,85 \pm 2,25$) спостерігаються в групі підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю. У групі підлітків зі схильністю до виникнення Інтернет- залежності ці показники нижче, ніж в групі підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю ($Com = 9,75 \pm 2,08$; $Wit = 10,25 \pm 2,26$; $Tol = 8,93 \pm 1,23$; $Ih = 12,00 \pm 2,33$; $TM = 9,25 \pm 1,98$), проте стійко вище, ніж в групі підлітків з мінімальним ризиком виникнення

інтернет-завісності (Com = $7,28 \pm 1,26$; Wit = $6,64 \pm 0,74$; Tol = $6,78 \pm 1,31$; Ih = $9,5 \pm 1,16$; TM = $7,42 \pm 0,85$).

Графічне відображення результатів середніх значень за окремими шкалами інтернет-залежної поведінки представлено на малюнку 3.2 і 3.3. На графіках можна наочно оцінити, як вираженість окремих симптомів Інтернет-залежної поведінки зростає в досліджуваних групах.

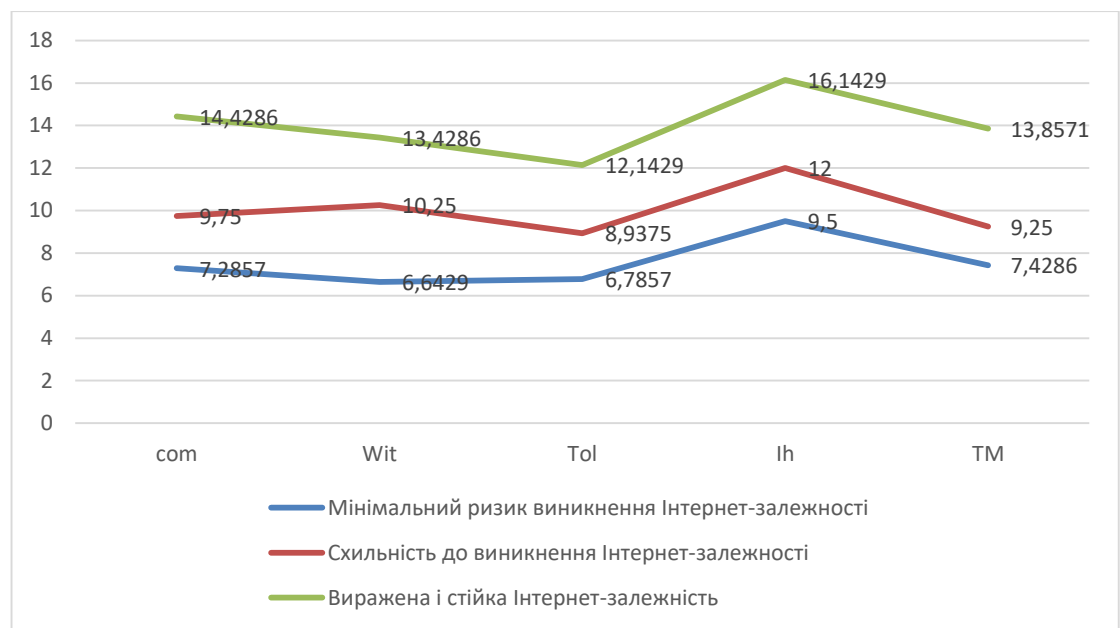


Рис.3.2. Середні значення за шкалами опитувальника CIAS в групах підлітків з різним рівнем інтернет-залежності

Результати значень за двома типами надшкальних критеріїв - основні симптоми безпосередньо самої Інтернет-залежності і критерій негативних наслідків використання Інтернету представлені на рис. 3.4. Де так само наочно видно значущі відмінності між середніми значеннями по надшкальним критеріям. Найвищі показники спостерігаються в групі підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю (IA-Sim = 40,00; IA-RP = 30,00). У групі підлітків схильних до виникнення Інтернет-залежності ці показники нижче, ніж в групі підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю (IA-Sim = 28,93; IA-RP = 21,25), проте стійко вище, ніж в групі підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності. (IA-Sim = 20,71; IA-RP = 16,92).

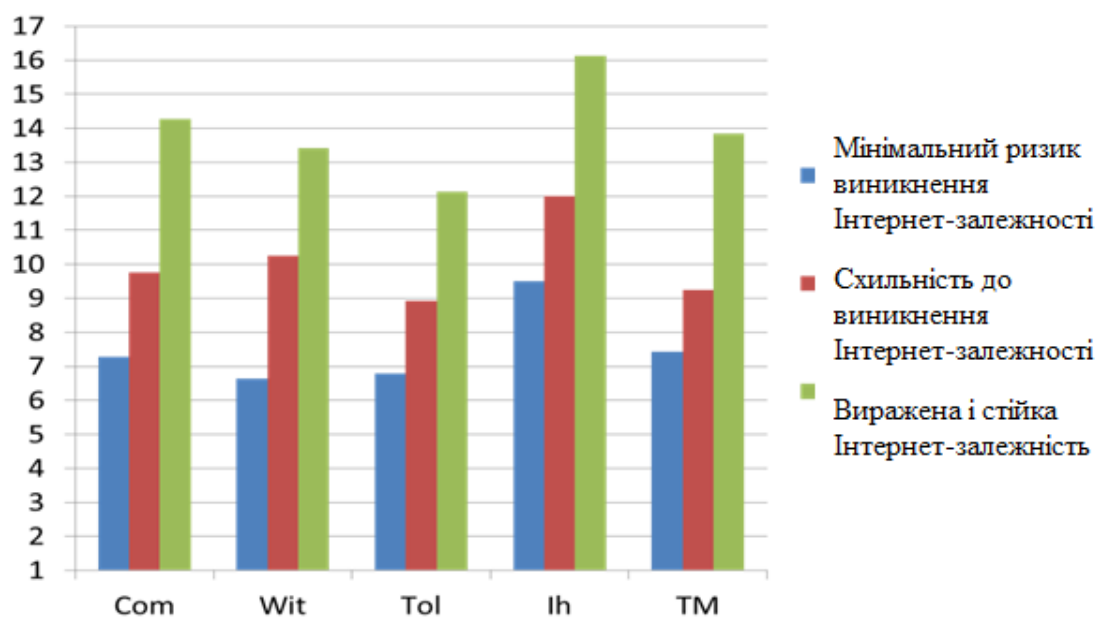


Рис.3.3. Середні значення симптомів Інтернет-залежної поведінки в досліджуваних групах

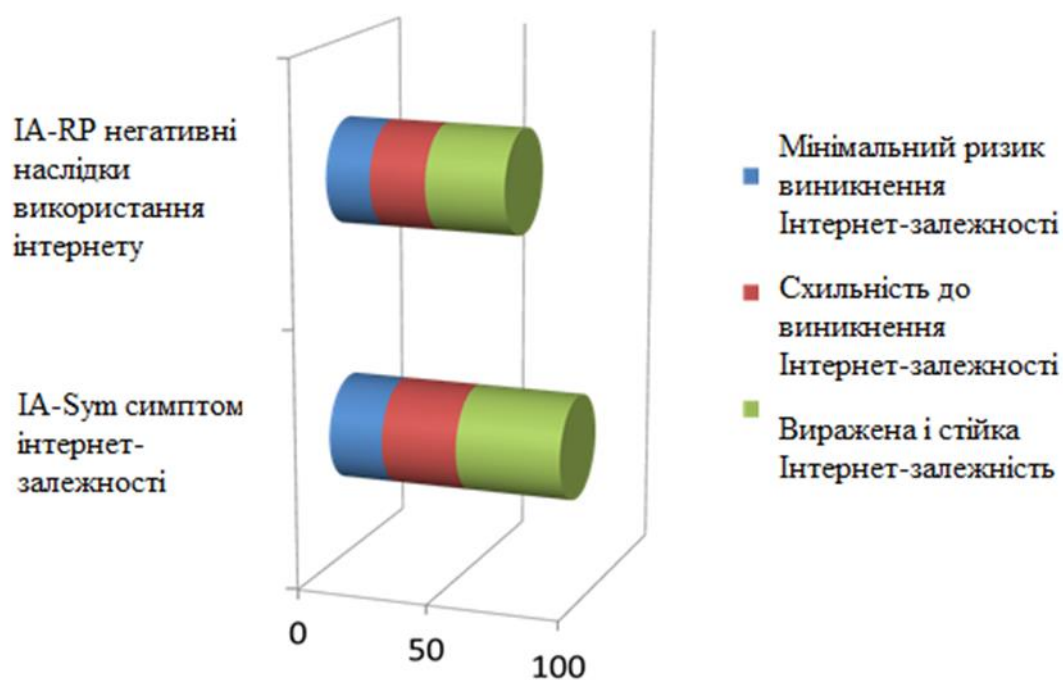


Рис.3.4. Середні значення за шкалами IA-Sim і IA-RP в групах підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності

Зведена таблиця за методикою «Шкала Інтернет-залежної поведінки

(CIAS)» представлена в Додатку Б.

За допомогою тесту опитувальника «Самовідношення» В.В.Століна ми виявили особливості самоставлення підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності.

Описова статистика груп підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності за шкалами Опитувальника самовідношення представлена в Таблиці 3.3.

У групі підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності найбільш високий результат відзначений за шкалами: глобальне самоставлення, очікування позитивного ставлення від інших, самоінтерес і самоприйняття. Найменший результат був визначений за шкалами: самозвинувачення і саморозуміння.

Показники по інших шкалам (самоповага, аутосимпатія, самовпевненість, ставлення інших, самопоследовательность) в даній групі підлітків знаходяться в стадії вираженої ознаки.

Таким чином, підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності характеризує схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіру до себе, позитивну самооцінку, інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися з собою «на рівних», впевненість у своїй особистісній оригінальності для оточуючих.

Отриманий результат говорить про те, що основні сили підлітків, які рідко користуються Інтернет, спрямовані на отримання знань, нової корисної інформації, а не на свій внутрішній світ, тому можна пояснити їх високий рівень контролю за своїми словами, вчинками, діями, навіть вміння виправдати себе з точки зору аналізу своєї діяльності. Можливо, це пов'язано з тим, що отримання нових знань в школі дозволяє їм розширювати кругозір і інформувати про отримані знання інших, а також громадська діяльність дозволяє їм отримати бажаний статус серед друзів, що дає підліткам з мінімальним ризиком інтернет-залежності перевага перед однолітками.

Таблиця 3.3

Описова статистика груп підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності за шкалами опитувальника «Самоотношение» В.В. Столина

	Рівень інтернет залежності					
	Мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежності		Схильність до виникнення Інтернет-залежності		Виражена і стійка Інтернет-залежність	
	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє
Шкала інтегральна	19,6429	4,16223	16,0000	4,03320	10,2857	4,99047
Шкала самоповаги	9,7143	2,43148	7,5625	2,68251	4,7143	2,13809
Шкала аутосимптії	10,7143	2,23361	9,1250	2,52653	5,8571	3,76070
Шкала очікування позитивного ставлення інших	9,5714	2,13809	7,7500	2,35230	5,8571	1,77281
Шкала самоінтересу 1	6,8571	1,16732	5,8750	1,40831	4,1429	1,77281
Шкала самовпевненості	5,2857	1,38278	3,6875	1,81544	3,1429	2,19306
Шкала очікування ставлення інших	5,2143	1,05090	4,3125	1,70171	3,2857	1,95119
Шкала самоприйняття	5,6429	1,49908	4,6250	1,36015	3,2857	1,97605
Шкала самопослідовності	4,0000	1,24035	3,6250	1,36015	2,8571	1,06904
Шкала самозвинувачення	3,3571	1,78054	3,8125	2,07264	5,7143	1,25357
Шкала самоінтересу 2	5,9286	1,38477	5,2500	1,43759	3,2857	1,70434
Шкала саморозуміння	3,0714	1,32806	2,0625	1,56924	1,8571	1,06904

У групі підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю найбільш високі показники виявлені за шкалою самозвинувачення. За іншими шкалами ознаки не виражені. У змістовному плані шкали характеризують бачення в собі переважно недоліків, низьку самооцінку, готовність до самозвинувачення. Пункти свідчать про такі емоційні реакції на себе, як роздратування, презирство, глузування. При цьому підлітки групи очікують такого ж ставлення з боку інших людей до себе. Швидше за все, це пов'язано з невмінням відчувати іншу людину і з відривом від соціального оточення.

На рисунку 3.5 наочно представлено порівняння профілів самоствавлення підлітків в досліджуваних групах.

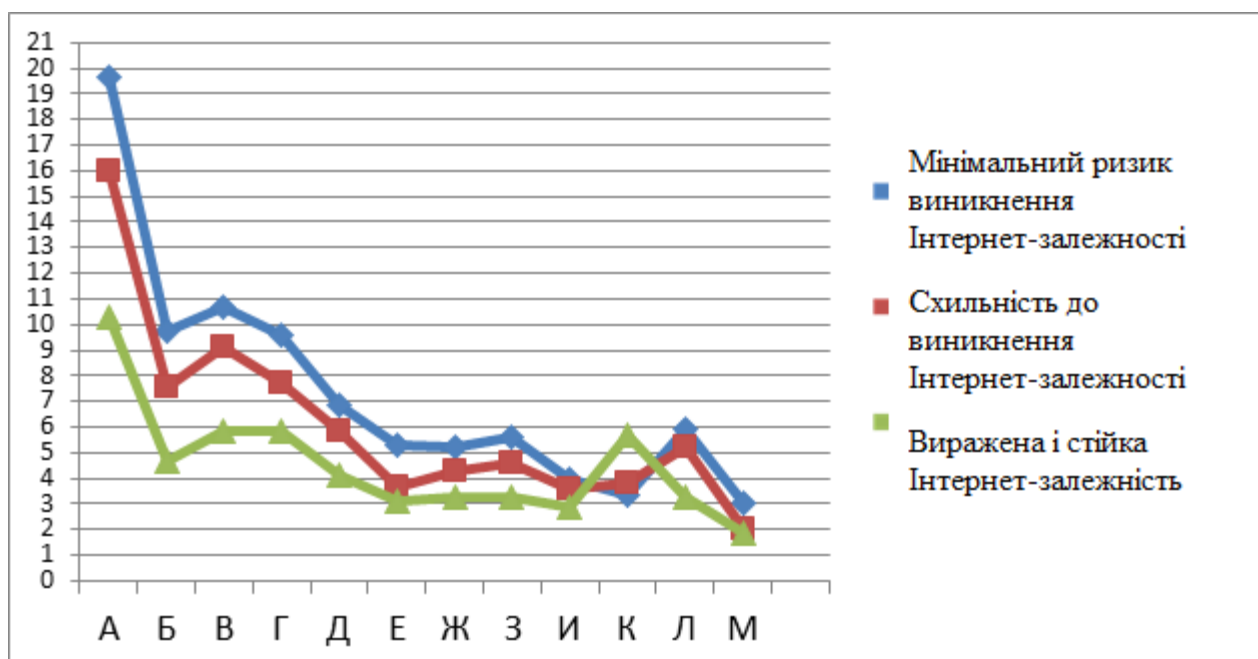


Рис.3.5. Порівняння профілів самоствавлення підлітків в досліджуваних групах

Умовні позначення: А - глобальне самоствавлення, Б – самоповага, В – аутосимпатія, Г - очікування позитивного ставлення від інших, Д – самоінтерес, Е – самовпевненість, Ж - ставлення інших, З – самоприйняття, І – самопослідовність, К – самозвинувачення, Л – самоінтерес, М- саморозуміння

На рисунку 3.6 відображена різниця показників глобального самоствавлення між підлітками з різним ступенем залежності.

Зведена таблиця за методикою «Самовідношення» Століна В.В. представлена в Додатку В.

Групи мають статистично значущі відмінності за загальним показником самоствавлення ($U = 6$; $p < 0,01$), а також за шкалою очікування позитивного ставлення інших ($U = 9$; $p < 0,01$), самозвинувачення ($U = 7,5$; $p < 0,01$). За всіма названими показниками (крім самозвинувачення) підлітки мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності перевершують підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю.

Результати порівняльного статистичного аналізу самовідношення підлітків в досліджуваних групах представлені в Додатку Е.

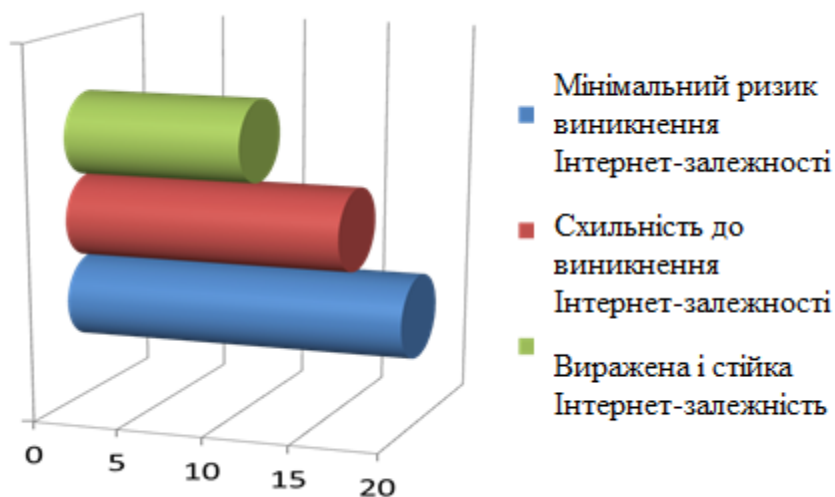


Рис.3.6. Середні значення за шкалою глобального самоствавлення підлітків в досліджуваних групах

Для вивчення індивідуально-психологічних особливостей підлітків так само була використана методика Кеттелла (підлітковий варіант).

Результати опитування нам показали, що з особистісних якостей підлітків переважає фактор Е, середнє значення у підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності - 8,64 балів, у підлітків зі схильністю до виникнення Інтернет-залежності - 8,81 балів і у підлітків з вираженою Інтернет-залежністю - 11,71 балів. Даний показник характеризує підлітків як керівників по відношенню до інших. Але це не корелює з істинним лідерством і реальними здібностями. Такі підлітки можуть бути тимчасовими лідерами в екстремальних ситуаціях або в неформальних групах, схильні до самоствердження.

Найнижчі бали у всіх груп підлітків за фактором Q2. Підлітків всіх груп можна охарактеризувати як залежних і ведених. Воліють приймати рішення разом з іншими людьми. Люблять процес спілкування. Люблять, коли ними захоплюються. Чи не вистачає рішучості. Інші фактори досить занижені у всіх

групах. Описова статистика груп підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності за шкалами тесту-опитувальника 14PF представлена в Таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Описова статистика груп підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності за шкалами тесту-опитувальника 14PF Кетелла

	Рівень інтернет залежності					
	Мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежності		Схильність до виникнення Інтернет-залежності		Виражена і стійка Інтернет-залежність	
	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє
A	7,4286	3,29835	8,1875	4,26175	9,5714	3,82349
B	5,9286	2,55597	5,3750	1,99583	4,5714	3,10146
C	7,7857	2,54735	8,5625	4,06561	7,5714	2,82000
D	8,0000	4,20622	7,9375	3,41504	12,0000	3,46410
E	8,6429	3,79488	8,8125	4,49027	11,7143	3,72891
F	9,3571	2,64886	9,0625	2,59406	10,2857	2,87021
G	8,8571	3,15880	9,9375	4,52355	7,5714	2,57275
H	8,5714	3,56725	9,3125	4,01196	7,8571	2,67261
I	8,2143	3,88644	7,8750	3,28380	7,8571	3,62531
J	6,5000	2,71038	6,7500	2,40832	9,7143	4,82059
O	6,2143	3,16662	6,9375	2,76812	9,8571	3,80476
Q2	6,4286	2,62281	7,4375	2,03204	7,8571	2,79455
Q3	7,4286	2,79324	9,6250	3,84491	10,0000	3,21455
Q4	6,9286	3,51840	7,5000	2,92119	9,0000	3,55903

Значення показників за фактором А показують, що всі три групи підлітків мають виражену ригідність, холодність, скептицизм і відчуженість. Речі їх приваблюють більше, ніж люди. Підлітки, які взяли участь в дослідженні, вважають за краще працювати самі, уникаючи компромісів. Однак найнижчі показники з даного фактору у групи підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності.

На підставі показників фактора С, можна сказати, що підлітки є збудливими, вони схильні ставити свої потреби на перше місце і прагнуть

швидше задовольнити їх.

По фактору F все групи підлітків можна охарактеризувати, як обережних, мовчазних, неквапливий. Обережність іноді виступає в комплексі з похмурістю і песимізмом. Вразливі, схильні до субдепресії. На них можна покластися, але не ефективні як організатори. На другорядних ролях функціонують дуже добре.

Значення фактора G у всіх групах свідчить про тенденцію до непостійності мети, невимушеному поведінці. Підлітки не докладають зусиль до виконання групових завдань, виконання соціально-культурних вимог.

По фактору H ми можемо судити про те, що підлітки не схильні вникати в усі, що відбувається навколо, сором'язливі. Причому сором'язливість як риса характеру менш виражена у підлітків зі схильністю до виникнення Інтернет-залежності.

Значення фактора I дозволяє нам характеризувати підлітків, як особистостей, що володіють почуттям відповідальності, реалістичними, незалежними, часом цинічними, жорстокими, скептичними і самовпевненими. Керуючи групою, такі люди змушують її працювати на практичній і реалістичній основі.

По фактору J можна визначити, що підлітки досліджуваних груп заповзятливі, вважають за краще групові дії, люблять увагу, енергійні. Приймають загальні норми і оцінки. Для них важлива сукупність людей.

Значення фактора Q3 дозволяють нам судити про те, що підлітки з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності мають низький вольовий контроль. Чи не звертає уваги на соціальні вимоги. Чи не занадто чутливі, але імпульсивні в своїй поведінці і, отже, схильні до помилок. Часто відчують себе непотрібними до життя, а підлітки з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю мають середній контроль поведінки. Соціально чутливі. Мають стійкі інтереси. Схильні до упертості, необразливий.

Фактор Q4 показує, що підлітки схильні до розслабленості, врівноваженості, задоволеності. У деяких ситуаціях така задоволеність може

вести до лінії, до досягнення низьких результатів.

Найбільш значущі відмінності ми можемо побачити за такими чинниками:

Фактор D. Характеризує підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності як стриманих, обережних, добродушних, неквапливих підлітків, які не схильні до різкості, постійних в своїх інтересах, уподобаннях, наполегливих у досягненні мети. Підлітки з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю навпаки - збудливі, нетерплячі, вимогливі, надактивні, нестримані.

Фактор O. Підлітки 1 групи безтурботні, довірливі, незворушні, впевнені в собі і своїх близьких. А підліткам 3-ої групи властиві похмурі передчуття, депресії, роздуми, занепокоєння, тривожність у важких ситуаціях, самозвинувачення і суб'єктивне почуття, що не приймає група.

Середні значення за шкалами тесту-опитувальника 14PF Р.Кеттелла відображені на рисунку 3.7.

Зведена таблиця за методикою тесту-опитувальника 14PF Р.Кеттелла представлена в Додатку Г.

Групи розрізняються по факторам D ($U = 21,5$; $p < 0,05$) і O ($U = 20,5$; $p < 0,05$). Обидві особистісні риси значимо сильніше виражені у підлітків з інтернет-адикцією.

Результати порівняльного статистичного аналізу індивідуальних психологічних особливостей підлітків у досліджуваних групах представлені в Додатку Е.

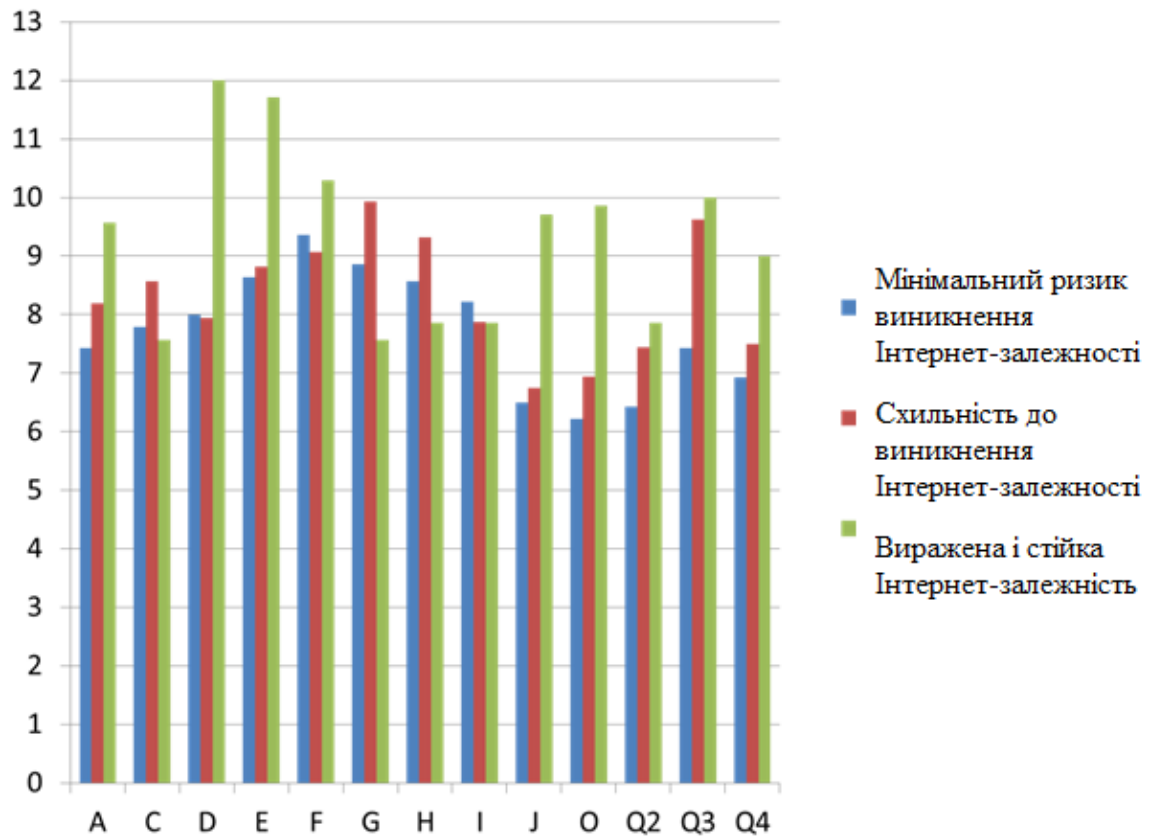


Рис.3.7. Середні значення за шкалами тесту-опитувальника 14PF Р.Кеттелла

Аналіз даних методики "Самооцінка психічних станів Айзенка" показав, що групи розрізняються по всім вимірним психічним станам (Таблиця 3.5).

У групі підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності виявлено низький рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Підлітки цієї групи не відчувають напруги або нервозності, спокійні, витримані, мають високу самооцінку, стійкі до невдач і не бояться труднощів, легко адаптуються до нових обставин.

Підлітки зі стійкою і вираженою Інтернет-залежністю мають значимо вищий рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Їх характеризує наявність суб'єктивно пережитих емоцій. Вони мають низьку самооцінку, прагнуть уникати труднощів і бояться невдач, невитримані, відчувають серйозні труднощі в спілкуванні і взаємодії з іншими людьми.

На рисунку 3.8 наочно видно різницю значень за всіма вимірним

психічним станам в досліджуваних групах.

Таблиця 3.5

Описова статистика груп підлітків з різним рівнем Інтернет-залежності по тесту самооцінки психічних станів Г. Айзенка

	Рівень інтернет залежності					
	Мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежності		Схильність до виникнення Інтернет-залежності		Виражена і стійка Інтернет-залежність	
	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє	середнє
тривожність	5,6429	3,49961	7,6250	2,39096	11,7143	3,30224
фрустрація	5,0714	3,70995	8,5625	2,33720	11,4286	2,76026
агресивність	6,3571	3,47756	10,6250	4,74517	14,0000	4,79583
ригідність	6,2857	2,72957	9,5625	2,58118	13,8571	3,38765

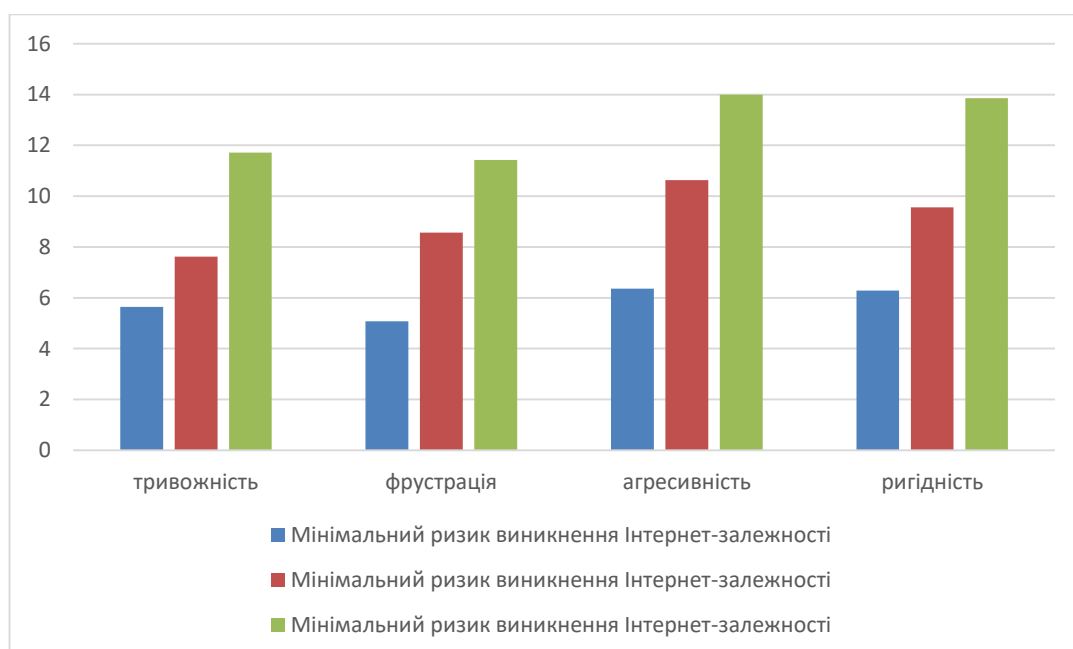


Рис.3.8. Середні значення за шкалами тесту «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка

Зведена таблиця за методикою «самооцінка психічних станів Айзенка»

представлена в Додатку Д.

Групи достовірно різняться за всіма виміряними психічними станам. Інтернет залежні підлітки мають значимо вищий рівень тривожності ($U = 10,5$; $p < 0,01$), фрустрації ($U = 10$; $p < 0,01$), агресивності ($U = 10,5$; $p < 0,01$) і ригідності ($U = 3,5$; $p < 0,01$).

Результати порівняльного статистичного аналізу психічних станів підлітків в досліджуваних групах представлені в Додатку Е.

3.2 Психологічна корекція інтернет-залежності підлітків

Для профілактики комп'ютерної залежності у дітей батьки можуть керуватися психолого-педагогічними рекомендаціями:

1. Привчати дитину правильно ставитися до комп'ютера: як до технічного пристрою, за допомогою якого можливо отримати знання і навички, а не як до засобу отримання емоцій.

2. Розробляти з дитиною правила роботи за комп'ютером: 20 хв. комп'ютерної гри, 30 хв. заняття іншими видами діяльності.

3. Не дозволяти дитині їсти і пити біля комп'ютера.

4. Не дозволяти дитині грати в комп'ютерні ігри перед сном.

5. Домовлятися з дитиною виконувати ці правила.

6. Обговорювати з дитиною покарання у разі, якщо дитина порушить домовленість.

7. Помічати, коли дитина дотримується ваших вимог, обов'язково треба розповідати їй про свої почуття радості та задоволення. Таким чином закріплюється бажана поведінка.

8. Не використовувати комп'ютер як засіб для заохочення дитини. Під час хвороби і вимушеного перебування вдома комп'ютер не повинен стати компенсацією.

9. Допомогати дитині долати негативні емоції, які завжди присутні в житті кожної людини (розчарування, сум, образа, агресія тощо), і які можуть

підштовхнути дитину отримати полегшення за комп'ютерною грою.

Треба пам'ятати, що комп'ютер сам по собі не є зло. Молодій людині потрібно вміти ним користуватися та працювати з Інтернетом як із джерелом нової інформації. Але у всьому потрібно знати міру.

Батькам варто частіше цікавитися реальними успіхами дитини, ніж віртуальними. Його треба періодично підтримувати, давати стимул до руху, досягнення поставлених цілей, вчити і розповідати про життя, що має місце поза домом і комп'ютера. Все життя складається з дрібниць, і в силах батьків та вчителів зробити їх для дитини приємними і цікавими, зацікавити його чимось в реальному світі. Коли він це відчує, побачить увагу і підтримку дорослих, то зрозуміє, що жити без комп'ютера теж можна.

У сучасній науці існують різні підходи щодо розв'язання проблеми Інтернет-залежності. На рівні уряду розроблено низку програм, спрямованих на профілактику та корекцію Інтернет-залежності. Так, відомою є програма «Безпечний Інтернет», започаткована ЄС у 2005 році, що спрямована на захист молоді та дітей від негативного впливу Інтернету та передбачає участь національних правоохоронних органів, неурядових організацій та науковців у листопаді 2008 року Європейський Парламент затвердив програму «Безпечний Інтернет», розраховану на 2009-2023 роки [37]. Ця програма спрямована на те, щоб створити базу знань дослідників, які займаються безпекою дітей в Інтернеті на європейському рівні, а також досліджувати наслідки використання дітьми нових технологій та пов'язані з цим ризики. У складовій програмі «Безпечний Інтернет 2009-2023» - «Безпечний Інтернет - 2020» вказується на доцільність проведення дослідження проблеми Інтернет-залежності серед неповнолітніх в Європі. Метою цього документа є виявлення того, наскільки Інтернет-залежність можна вважати мережевим ризиком для європейських підлітків, дослідження динаміки розвитку та розповсюдження цієї недуги, а також розробка методів її попередження. У програмі наголошується, що Інтернет все більше заміщує сім'ю та друзів в якості сфери реалізації особистості в соціальному середовищі, що в перспективі матиме

негативний вплив на її поведінку в реальному житті.

Ще одним із загальноєвропейських заходів у сфері дослідження проблеми Інтернет-залежності серед підлітків стала програма забезпечення безпечного й етичного он-лайнного середовища для кожної дитини «Правий клік», що запроваджена Європейським альянсом неурядових організацій з безпеки дітей в он-лайнному середовищі та співфінансується Європейським Союзом. У Програмі «Правий клік» наведені рекомендації для європейських, галузевих і міжнародних організацій та інших зацікавлених осіб з питань створення безпечнішого он-лайнного середовища для дітей та молоді. Сучасні інтерактивні технології, як наголошується в цьому документі, здатні створювати приголомшливий ефект присутності за рахунок високого рівня «іммерсивності» (занурення в середовище), допомагають розвивати корисні навички, але водночас призводять до виникнення проблеми залежності.

Отже, робота щодо профілактики виникнення Інтернет-залежності відбувається як на державному рівні, де розробляються різні програми, спрямовані на недопущення формування адикції, зокрема серед підлітків та в молодіжному середовищі, так і на рівні роботи окремих дослідників, які пропонують авторські психокорекційні програми, метою яких є створення умов для гармонійного розвитку особистості, що сприяє виникненню стійкості до адиктивних впливів.

Так, Т.М. Вакуліч вважає доцільним впровадження програми запобігання Інтернет-залежної поведінки, яка ґрунтувалася б на таких напрямках: розвиток особистої та комунікативної сфери (групові дискусії, психомалюнок, рольова гра, психодрама, методи невербальної взаємодії); засвоєння теоретичних основ Інтернет-залежної поведінки з розглядом основних ознак, симптомів, мотивів, динаміки розвитку адиктивного процесу та його наслідків (бесіди, лекції, консультації); впровадження в діяльність психологічних служб навчальних установ програми попередження Інтернет-залежної поведінки [18].

Розвиток особистої сфери є умовою профілактики адиктивної

поведінки, оскільки відчуття гармонії, відсутність внутрішніх конфліктів, узгодженість індивідуальних якостей особистості передбачають високий рівень її адаптації в соціумі, пристосування до умов життя в групі, до якої вона належить. Це дозволяє особистості відчувати власну повноцінність, впевненість у собі, робить комфортним її повсякденне життя.

Удосконалення комунікативної сфери особистості також виступає необхідною умовою психопрофілактики Інтернет-залежності, оскільки саме невміння встановлювати контакти з оточуючими, вибудовувати гармонійні стосунки з ними викликає прагнення знайти альтернативну реальність, таку сферу, де особистість почувалася б впевненою та розкритою, і найчастіше такою сферою стає Інтернет-середовище, формуючи адикцію. Нерозвиненість комунікативної сфери зазвичай поєднується з такими індивідуальними особливостями, як висока тривожність, низька самооцінка, невпевненість у собі, конфліктність та агресивність, низький комунікативний потенціал. Ці риси не дозволяють особистості будувати стосунки з оточуючими, можуть викликати негативне ставлення до особистості однолітків. Прагнучи реалізувати потребу в спілкуванні, така людина звертається до Інтернет-мережі, сприймаючи її як безпечне середовище, що характеризується анонімністю, широтою можливостей та легкістю у встановленні контактів.

Система знань про прояви та особливості Інтернет-залежної поведінки також виступають важливою умовою її профілактики, оскільки, володіючи такою інформацією, людина здатна виявити в себе ознаки адикції вже на перших етапах її формування та не допустити її поглиблення та закріплення. У разі здійснення профілактики Інтернет-залежності серед школярів важливо також проводити роз'яснювальну роботу з батьками, що дозволить їм, за необхідності, контролювати час, який дитина проводить у мережі та проаналізувати, яка діяльність дитини в Інтернеті є провідною (чи використовує вона його з метою навчання, чи ж грає в комп'ютерні ігри або спілкується на форумах).

Робота з профілактики Інтернет-залежності повинна також проводитися

в навчальному закладі, де перебуває особистість, оскільки встановлено, що найчастіше під вплив адикції попадають підлітки та молодь. Психопрофілактична діяльність має бути спрямована на виявлення груп ризику та систематичну роботу з ними, а також на роботу з усіма учнями, з метою донесення до них інформації про шкідливість Інтернет-залежності та про її вплив на особистість.

До психологічних умов запобігання Інтернет-залежної поведінки Т.М. Вакулич відносить: розвиток та сприйняття себе як цілісної особистості; сприяння адекватному самооцінюванню, підкріплення позитивної «Я-концепції», оволодіння прийомами самопізнання (інтроспекції, рефлексії); розвиток свідомого прийняття дійсності, переживання якої відбувається за принципом «тут та тепер»; усвідомлення негативного впливу технологій Інтернет на особистість (когнітивний компонент); розвиток емпатії, вміння адекватно виражати свої емоційні стани, в тому числі і негативні; керувати своїми емоціями загалом (емоційний компонент); формування впевненості у собі; організація цілеспрямованого засвоєння навичок спілкування, вміння встановлювати нові соціальні контакти; формування умінь визначати позитивні життєві програми, приймати самостійно рішення, виконувати особливі стратегії взаємодії, спрямовані на поліпшення свого становища у соціумі; формування здатності до самоконтролю в різноманітних життєвих ситуаціях (поведінковий компонент) [18].

Тобто цільовою аудиторією психокорекції Інтернет-адикції є особи, не здатні сформувати цілісне та несуперечливе уявлення про себе, побудувати адекватну «Я-концепцію». Зазвичай, таким людям притаманне негативне самоствавлення, нерозвинуті рефлексивні здібності, що не дозволяє особистості сформувати образ «Я» з урахуванням того, як людину оцінюють оточуючі. Така людина не здатна до самоаналізу та самозаглиблення, не визнає існування внутрішніх конфліктів, болісно сприймає критику, має нестійке уявлення про власну особистість. Усе це робить людину вразливою до впливу адиктивних факторів, беззахисною до дії деструктивних агентів.

В емоційному плані така особа також є дисгармонійною, проявляє емоційну нестабільність, дратівливість, є схильною до депресивних станів та фрустрації. Нестійкість емоційної сфери створює бар'єри на шляху до встановлення контактів з оточуючими, перешкоджає соціальній адаптації особистості. При оцінці власного «Я» така людина відчуває негативні емоції, дискомфорт та тривогу, оскільки переконана в тому, що не заслуговує на повагу оточуючих та їх розуміння. Це породжує внутрішні конфлікти, призводить до усвідомлення значних відмінностей між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», що, у свою чергу, викликає значний психологічний дискомфорт, формування внутрішніх комплексів та почуття неповноцінності. Прагнення самоствердитись та підтвердити власну значущість спонукає людину шукати інші сфери для самореалізації, і, оскільки Інтернет-середовище володіє необхідними для цього ознаками, саме воно стає осередком життя людини, призводячи до виникнення адикції.

У поведінковому плані негативне самостварення може проявляється в сором'язливості та невпевненості або ж в конфліктності та агресивності. Поведінка такої людини характеризується непослідовністю, залежністю та конформізмом. Така особистість страждає від комплексу неповноцінності, не здатна до цілепокладання та планування майбутнього.

На думку Т.Ю. Больбот, програми профілактики Інтернет-залежності повинні складатися з ранньої діагностики (скринінг-діагностика), первинної (інформаційні, освітні, технології зайнятості, корекції сімейних відносин, релігійні) і вторинної профілактики. Корекція Інтернет-залежності має являти собою поетапну систему, яка покращує адаптацію адиктів, створює передумови для більш свідомого використання комп'ютерних технологій. У структурі корекції доведено ефективність когнітивно-біхевіоральної психотерапії. При проведенні психокорекційної роботи значна увага повинна приділятися ліквідації та дезактуалізації психотравмуючих факторів і ситуацій [14].

Отже, в основі роботи з психопрофілактики Інтернет-залежності лежить,

перш за все, виявлення осіб, які належать до групи ризику. Це дозволяє застосувати систему засобів профілактики адикції, орієнтуючись на конкретну групу людей, що потребують психологічної підтримки та допомоги. Корекційні засоби мають бути спрямовані на подолання тих негативних чинників, що призвели до формування залежності, та на згладження тих особистісних змін, що відбулися під її впливом, тобто враховувати слід і детермінанти, що зробили людину вразливою до адиктивних впливів, і особистісні деформації, що виникли внаслідок дії адикції.

Х. Турецька, провівши дослідження, прийшла до висновку, що фактором, який значною мірою визначає, чи буде людина схильна до Інтернет-залежності, чи ні, є осмисленість її життя. Тобто основний напрямок профілактики та попередження Інтернет-залежності є наповнення сенсом, цілями, переконаннями та ідеалами життя адикта. Тобто слід працювати над тим, щоб з інформаційного та комунікативного ресурсу Інтернет не перетворився на засіб для заповнення внутрішньої порожнечі [87].

Узагальнюючи існуючі методи і засоби профілактики Інтернет-залежності, можна виділити основні: проведення просвітницької роботи, що має на меті надання інформації про особливості формування та прояву Інтернет-адикції та сприяє вчасному виділенню ознак появи залежності; виявлення та корекція особливостей особистості, що лежать в основі формування адикції, таких як висока тривожність, ізольованість, сенситивність, занижена самооцінка та негативне самоствавлення, оскільки саме такі особи часто не здатні до встановлення гармонійних стосунків з оточуючими та шукають альтернативну сферу для задоволення своїх потреб; розширення уявлень особистості щодо можливостей самореалізації та її поведінкового репертуару, що дозволяє людині адаптуватися до соціальних умов існування та створює основу для гармонізації особистості.

Корекційна робота включає: формування здатності до цілепокладання; бачення віддаленої перспективи, що сприяє орієнтації особистості на майбутнє, на протиположність зануренню у віртуальну реальність; розширення

комунікативного потенціалу, що сприяє здатності налагоджувати контакти з оточуючими; гармонізація особистості за рахунок корекції індивідуальних властивостей, що не дозволяють людині знайти сферу для самореалізації та сприяють втечі у віртуальну реальність; розширення уявлень щодо можливостей задоволення фрустрованих потреб соціально прийнятними засобами; формування впевненості в собі, позитивного самоствавлення та адекватної самооцінки, що сприяє кращій соціальній адаптації особистості.

ВИСНОВКИ

Дана робота присвячена вивченню психологічних особливостей Інтернет-залежних підлітків. Проведене дослідження проблеми Інтернет - залежної поведінки серед дітей середнього підліткового віку дозволяє зробити наступні висновки:

1. Інтернет-залежність є наявність нав'язливого бажання підключитися до Інтернету і болючою нездатністю відмовитися від нього.

Симптоматика Інтернет-залежності визначається виникненням в процесі використання Інтернету проблем психологічного характеру, формування стресів, а також падіння статусу користувача в соціальному, психологічному або матеріальному плані, порушення його фізичних можливостей.

2. Період підліткового віку - один з найважливіших етапів становлення та розвитку особистості. Цей період є дуже суперечливий і складний в житті молодшої людини. Особливості проявів і перебігу підліткового періоду залежать від конкретних соціальних обставин життя і розвитку підлітка, його соціальної позиції у світі дорослих. У цей період молода людина шукає відповіді на життєво важливі питання: хто він, який він, які можливості є у нього, щоб реалізувати себе. Відповіді на ці питання забезпечують особистісне і професійне самовизначення підлітка, його соціалізацію. Закріплені в цьому віці риси характеру і звички впливають на спосіб життя і взаємодії з навколишньою соціальною дійсністю індивіда вже в більш зрілі роки.

Отже, вирішальна роль у психічному розвитку підлітка належить передусім системі соціальних відносин. Біологічний чинник діє на підлітка опосередковано – через соціальні стосунки з оточенням.

3. Для підлітків характерна емоційна нестабільність і часта кардинальна зміна орієнтирів. Найчастіше нестабільність виражається в підвищеній тривожності і агресії, конфліктності особливо з людьми старшого віку, наприклад, батьками або шкільними педагогами. Постійний пошук стану певної задоволеності, відсутність необхідних комунікативних навичок

призводить до того, що підлітки виявляються в Інтернеті, де стають залежними користувачами, прагнучі мати постійну присутність в комфортній для себе середовищі.

Наявність Інтернет-залежності в підлітковому віці стає причиною формування різноманітних психологічних проблем, прояву депресивного стану, втікання від спілкування в реальному житті на користь віртуального простору, погіршення рівня адаптації підлітків до соціального середовища, зниження самооцінки. Крім того, постійне перебування в Інтернеті веде до дискомфорту при відсутності доступу до мережі та особистісної слабкості людини, відсутності у нього вольових якостей, боязнь прямого діалогу з опонентом в житті.

4. На підставі проведеного емпіричного дослідження ми можемо зробити висновок, що у підлітків з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності достовірно вище показники за шкалами глобального самоствалення і очікування позитивного ставлення інших, і достовірно нижче за шкалою самозвинувачення, ніж у підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю. Підлітки з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю мають високі показники за шкалою самозвинувачення. Цей факт говорить про бачення в собі переважно недоліків, низьку самооцінку, роздратування, презирство.

Групи достовірно різняться за такими чинниками: D (флегматичність-збудливість) і O (самовпевненість - схильність до почуття провини). Показники за даними шкалами достовірно вище у підлітків з вираженою і стійкою Інтернет-залежністю. Що вказує на те, що підлітки цієї групи більш збудливі, нетерплячі, вимогливі і нестримані. Їм властиві похмурі передчуття, депресії, роздуми, занепокоєння, тривожність у важких ситуаціях, самозвинувачення і суб'єктивне почуття, що їх не приймає група.

Підлітки з вираженою Інтернет-залежністю мають значимо вищий рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Підлітки з мінімальним ризиком виникнення Інтернет-залежності, навпаки, не

відчувають напруги або нервозності, спокійні, витримані, мають високу самооцінку, стійкі до невдач і не бояться труднощів, легко адаптуються до нових обставин.

5. В ході проведення наукового дослідження був з'ясован вплив Інтернет-залежності на психоемоційний стан підлітків і їх поведінку. Залежно від ризику розвитку залежності - від мінімального до вираженого, ці зміни були різного ступеня вираженості.

У підлітків з високим ризиком формування Інтернет-адикції виявлялася схильність до депресивних станів, конфліктної поведінки. Для таких дітей кращим ставало перебування у віртуальному просторі, ніж в реальності. У зв'язку з цим, розвивалися труднощі адаптації в соціумі, виникало відчуття дискомфорту при неможливості виходу в мережу Інтернет. У підлітків із залежністю спостерігалися агресія, недовіра, настороженість, замкнутість, тривожність.

У підлітків з малим ризиком розвитку Інтернет-залежності спостерігалися легкість налагодження контактів в колективі, товарицькість, відкритість. Такі діти використовували Всесвітню мережу для виконання домашніх завдань, отримання нових знань, і з легкістю контролювали час проведений в Мережі.

Таким чином, мета дослідження досягнута, завдання вирішені, актуальність теми про психологічні особливості підлітків з Інтернет-залежністю підтвердилась.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Акимов, С. К. Психологічні особливості поведінки користувача в мережі Інтернет як детермінанти кіберзалежності / С. К. Акимов Вісник Київського міжнародного університету. Сер. Психологічні науки / гол. ред. Т. О. Піроженко. – К., 2006. – Вип. 9. – С. 12–19.
2. Андрійчук, І. Корекційно-розвивальна програма спілкування для підлітків- Психолог. – 2007. – № 25-27 (265-267). – 212 с.
3. Антонова, Н. В. Психология Интернета : направленность современных исследований / Н. В. Антонова, М. С. Одинцова Журнал практического психолога. – 2010., № 4. – 156с.
4. Бабаева, Ю. Д., Войскунский А. Е., Смылова О. В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете. Под ред А.Е.Войскунского - М.: Можайск-Терра, 2000. – 363с.
5. Бабаева, Ю.Д. Одаренный ребенок за компьютером / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский. – М.: Сканрус, 2003. – 336 с.
6. Белавина, И.Г. Восприятие ребенком компьютера и компьютерных игр / И.Г. Белавина. Вопросы психологии. 1991, 156с.
7. Берн, Е. Ігри, в які грають люди. Психологія людських взаємин / Е. Берн. - М.: 2002.- 400 с.
8. Белінська, О. Дитина і комп'ютер : психологічні реалії віртуального світу / О. Белінська // Психолог. Шкільний світ. 2006. , № 46. – С. 27–29.
9. Боголюбська, А. Залежності та шляхи їх подолання / А. Боголюбська - Психолог. – 2007. – №41. – С. 25-28.
10. Божик, Л.М. Підліток на шляху до себе / Шкільний світ. 2000. С. 2;
11. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1968. - 464 с.
12. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности. - М.: Директ-Медиа, 2008. - 612 с.
13. Больбот, Т.Ю. Психічні та поведінкові розлади в осіб молодого віку

з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика) : автореф. дис. ... кандидата медичних наук / Т.Ю. Больбот. - К., 2005. - 36 с.

14. Больбот, Т.Ю. Фактори ризику розвитку комп'ютерної залежності в осіб молодого віку / Український вісник психоневрології. - 2004. - Т. 12. - № 4(41). - С. 75-80.

15. Бондаровська, В. Інтернет-залежність і комп'ютерна безпека / В. Бондаровська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 25. – С. 21–25.

16. Бондаровська, В. Комп'ютер у школі та вдома: як гарантувати безпеку дитини / В. Бондаровська. Психолог. Шкільний світ. 2005. – № 25. – С. 16–20.

17. Бюлер Ш. Что такое пубертатный период // Психология подростка: хрестоматия /сост. Ю. И. Фролов. М.: Российское педагогическое агентство, 1997. 253с.

18. Вакуліч, Т.М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків : дис канд. психол. наук / Т.М. Вакуліч. - К., 2006.- 226 с

19. Вакуліч, Т.М. Феномен Інтернет-залежності підлітків у мережі "Інтернет" / Т.М. Вакуліч // Освіта і управління. – 2006. – № 2. – С. 155–160.

20. Виготский, Л. С. Динамика и структура личности подростка. – В кн.: Виготский Л.С. Собрание сочинений. – М., 1984, т.4., – 520 с.

21. Виготський, Л.С. Педагогія підлітка Т.4. Збір. тв.: В 6 Т. - М.: Педагогіка, 1984. - 432 с.

22. Вікова та педагогічна психологія: Навчальний підручник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001.

23. Войскунский, А. Е. Направления исследований опосредствованной Интернетом деятельности. Вестник Московского университета. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2017. - №1. Серия 14: Психология - с. 51-66.

24. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета. Психологический журнал. - М.: Наука, 2004 - т.25. № 1. - с. 90-100.

25. Войскунский, А.Е. Интернет - новая область исследований в

психологической науке. Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. - М.: Смысл, 2002. - Выпуск 1. - с. 82-101.

26. Войскунский, А.Е. Феномен зависимости от Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете. Под ред. А.Е. Войскунского. - М.: Можайск-Терра, 2000. - с.100-131.

27. Войскунский, А. С. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета / А. С. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – № 1. – С. 90–101.

28. Гвозденко, Л. А. Чи слід боятися комп'ютера? / Л. А. Гвозденко, О. В. Артамонова, І. М. Чередніченко // Безпека життєдіяльності. – 2006. – № 4. – С. 40–42.

29. Гіппенрейтер, Ю. Б. Психологія індивідуальних відмінностей / за ред. Ю. Б. Гіппенрейтер, В. Я. Романова - М.: Изд-во МГУ, 1987. - 466 с.

30. Гребенюк Н.Д. Психологічні аспекти Інтернет-залежності як форми адитивної поведінки підлітків / Н.Д. Гребенюк [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.rusnauka.com/34_NIEK_2010/Psihologia/75186.doc.htm.

31. Гузьман О.А., Ляшенко Н.О. Комп'ютерна залежність підлітків. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://web.kpi.kharkov.ua/sp/guzman-o-a-lyashenko-n-o-komp-yuterna-zalezhnist-pidlitkiv>

32. Дуброва, Т. Вплив комп'ютерних ігор на особистість дитини / Т. Дуброва / Психолог. Шкільний світ. – 2010. – № 8. – С. 26–30.

33. Егоров А.Ю. Психология девиантного поведения. - СПб.: СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2016. - 282 с.

34. Егоров А.Ю., Кузнецова Н., Петрова Е. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью. Вопросы психического здоровья детей и подростков. - т.5. № 2 - 2005 - с. 20-27

35. Еникеев, М. І. Загальна та соціальна психологія/ М. І. Еникеев. - М.: Видавничий центр «Академія», 2000. - 512 с.

36. Жичкина, А.Е., Белинская Е.П. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей

Интернета. Труды по социологии образования. - М.: ЦСО РАО, 2000. - Т.5. Вып.7. - с.431-460.

37. Забара, І.М. Формування сучасних правових засад кібернетичної безпеки Європейського Союзу в умовах поширення нових інноваційних технологій / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.iir.kiev.ua/index.php/pravo/article/download/3305/2986>

38. Иванов, М.С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека / М.С. Иванов. Психологический журнал. , 1999. – Т.20. – №1. – С. 94–102.

39. Исследование тревожности (Ч.Д. Спилбергер, адаптация Ю.Л. Ханин) // Диагностика эмоционально-нравственного развития: Сборник / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб.: Речь, 2002. – 174 с.

40. Інтернет-залежність [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B5%D1%>

41. Качаєва А. Шкільна тривожність: її вплив на розвиток учня // Психолог. – 2006. – № 13.

42. Качуровська О. Програма психокорекційної та розливної роботи для підлітків: Стань капітаном свого життя/ Психолог. – 2007. – 267 с.

43. Кладов Г.К. Апробация компьютерных тестов для проверки зрения. /Кладов Г.К., Подригало Л.В., Мительова Т.Ю., Вінокуров А.С. / Вестник национального технического университета "ХПИ", Харьков, 2004. – Вып. 34. – С. 94-97.

44. Комп'ютерна залежність чи розвага? // Позакласний час. – 2009. – № 23/24. – С. 71–74.

45. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

46. Корекційна робота психолога / Упоряд. О. Плавник. – К.: Шкільний світ, 2002. – 112 с.

47. Коринн, С. Соскочить с крючка: Как избавиться от вредных

привычек и пристрастий / С. Коринн. – СПб: Питер, 1997. – 360 с.

48. Корнеева, Е. Компьютерная зависимость: " бермудский треугольник" за углом / Е. Корнеева / Мир семьи. – 2004. – № 10. – С. 56–57.

49. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития. Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева - СПб.: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт, 1991. - №1. - с. 8-15.

50. Короленко, Ц.П. Семь путей к катастрофе / Ц.П. Короленко, Т.А. Донских. – Новосибирск: Наука, Сиб. отделение, 1990. – 224 с.

51. Крайг Г. Бокум Д. Психология развития. – 9-е изд. – СПб.: Питер, 2007. – 940 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

52. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. - М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 464 с.

53. Кулаков, С.А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков / С.А. Кулаков. – М.: Фолиум, 1996. – 70 с.

54. Кучеренко В.В. Измененные состояния сознания: психологический анализ. Вопросы психологии./ Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Госохин А.В. - М.: Педагогика, 1998. - № 3. - с. 70-78.

55. Левицкий В.Е. Окремі рекомендації щодо подолання та профілактики залежності підлітків від компютерних ігор [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe

56. Лещенко, Л. Психологічні особливості взаємодії людини з комп'ютером / Л. Лещенко. Психолог. Шкільний світ. 2008. – № 4. – С. 19–23.

57. Лозиця В.Г. Протиріччя підліткового віку / Лозиця В.Г. Психологія і педагогіка: основні положення: Навчальний посібник. – К., – 2001. – 271 с.

58. Любочкіна Г. Психокорекція емоційних станів ігрозалежних юнаків [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/42365/1/70-82.pdf>

59. Магда, Є. Інтернет як засіб інформаційно-психологічного та

- соціального впливу / Є. Магда, Л. Смола.- Університет. 2009, № 4. – С. 60–65.
60. Максимова Н.Ю. Соціально-психологічний аспект адиктивної поведінки підлітків та молоді / Н.Ю. Максимова, С.В. Толстоухова. – К.: ВПЦ “Київський університет”, 2000. – 200 с.
61. Малых, Т. Наши дети во всемирной паутине Интернета / Т. Малых - Воспитание школьников. – 2008. – № 2. – С. 60–62.
62. Малых, Т. Педагогические аспекты информационной безопасности / Т. Малых. - Народное образование. – 2007. – № 5. – С. 231–235.
63. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб., 2001, - 205 с.
64. Медична психологія: в 2-х т. Т. 1. Загальна медична психологія / Г. Я. Пилягіна, О. О. Хаустова, О. С. Чабан та ін. / за ред. Г. Я. Пилягіної. – Вінниця: Нова Книга, 2020. – 288 с.
65. Мей Р. Смысл тревоги - М.: Независимая фирма "Класс", 2001
66. Мід, М. Культура и мир детства: Избр. произведения. / М. Мид. – М.: Наука, 1988. – 429 с.
67. Москаленко, В. Д. Залежність: Сімейна хвороба / В. Д. Москаленко. - М.: ПЕР СЕ, 2002
68. Немов, Р. С. Психологія: Учеб. Для студ. Вищ. Пед. Учеб. Закладів: У 3 кн. - 4-е вид. Центр ВЛАДОС, 2001
69. Оліярник, В. Інтернет-середовище і формування гендерної ідентичності в процесі життєвого планування в підлітковому віці / Валерій Оліярник. Магістр: Тернопіль, 2009. – Вип. 6. – С. 52–55.
70. Пастух Г. Смысловиттєві орієнтації Інтернет-залежної особистості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/42368/1/99-107.pdf>
71. Петрова Е.И. Дети и компьютер / Е.И. Петрова. Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. – 2012. – №1. – С. 133-141.
72. Подригало Л.В. Роль компьютерных игр в формировании досуга

старше-классников./ Подригало Л.В., Филатова Н.М., Мительова Т.Ю. / Гигиена населенных місць. - К., 2006.- Вып.47.- С.409-413.

73. Посохова В.В. Соціально-психологічні особливості формування життєвих планів Інтернет-залежної молоді : дис... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Посохова Віра Валеріївна. – К., 2006. – 155 с.

74. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии Под ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. - СПб.: Питер, 2003. - 560с.

75. Прийменко, В. Діти, які грають в ігри, або Комп'ютерна залежність / В. Прийменко // Психолог. Шкільний світ. – 2006. – № 46. – С. 13–15.

76. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина: В 2т. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Т.1. - 312с.

77. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2005. - -С.551-586.

78. Рукавишников А.А., М.В. Соколова; под науч. ред. В.И. Чиркова. Методическое руководство по применению личностного опросника Р. Кеттелла 16 PF. - СПб.: ИМАТОН, 2002. - 95 с.

79. Рыбалтович Д.Г., Зайцев В.В. Интернет-зависимость: реальная патология или норма развития информационного человечества? Вестник психотерапии. - СПб.: МИРВЧ, 2011. - №40 (45). - с. 23-34.

80. Савчин М.В.. Василенко Л.П. Вікова психологія: навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2005. – 360с.

81. Сечейко О. Взаємозв'язок індивідуально-психологічних та виховних особливостей підлітків // Рідна школа. – 1999. – № 9. – С. 60-61.

82. Сисун М. Програма корекції тривожності у підлітків // Психолог. – 2004. – № 16 (112).

83. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю.Головин. – Минск: Дарвест, М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 800с. – С.707.

84. Солдатова І., Шайгерова Л., Шарова О. Тренінг толерантності для підлітків // Психолог. – 2002. – № 21-24. – С 57-71.

85. Столин В.В. Самосознание личности. - М.: Издательство

Московского Университета, 1983. - 284 с.

86. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу: монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. Кривий Ріг, 2014 – 309 с.

87. Турецька Х. Інтернет-залежність: критерії діагностики, психологічні особливості узалежених / Х. Турецька. Медицина світу. Спеціальний випуск: психіатрія. Львів, 2009. - С 66-68.

88. Хімелн Н. Становлення самосвідомості підлітка: почуття дорослості, самоствердження, самооцінка // Психолог. – 2007. – № 25-27. – С. 7-11;

89. Чудова И.В. Особенности образа "Я" "Жителя Интернета" Психологический журнал, 2002. -т. 22. № 1. - с.113-117.

90. Шпрангер Э. Эротика и сексуальность в юношеском возрасте / Возрастная психология: детство, отрочество, юность: хрестоматия / сост. и науч. ред. В. С. Мухина, А. А. Хвостов. М.: Академия, 2008. С. 366.

91. Швець, Н.А. Інтернет залежність та її вплив на виховання підлітків [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.psyh.kiev.ua>

92. Шугайло Я. В. Інтернет-залежність та проблема її профілактики серед дітей та підлітків. Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. Запоріжжя, 2015. №2 (25). С. 17-24. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.researchgate.net/publication/333320579>

93. Эльконин, Д.Б. Возрастные и индивидуальные особенности младшего подростка. - М.: Просвещение, 1967. - 360 с.

94. Юрьева, Л.Н., Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

95. Янг, К. Диагноз - Интернет-зависимость. Мир Интернет. 2000. - №2. - с.24-29.

ДОДАТКИ

Додаток А

Дані учасників емпіричного дослідження

присвоєний індивідуальний № випробуваному	Стать	Клас	Вік
1	Ж	8	14,7
2	М	8	14,8
3	М	7	13,8
4	М	8	14
5	Ж	8	14,7
6	Ж	7	13,1
7	М	7	13,5
8	Ж	7	13,2
9	Ж	7	13,3
10	Ж	8	14,9
11	Ж	8	14
12	Ж	8	14,5
13	М	8	14,9
14	М	8	14
15	Ж	7	14
16	М	7	13,5
17	Ж	7	13,6
18	Ж	8	14,1
19	М	8	14,10
20	М	7	13,6
21	М	7	13,2
22	М	8	14,5
23	М	8	14
24	М	7	13,7
25	М	8	15
26	Ж	7	13,2
27	Ж	8	14,8
28	М	8	14,4
29	Ж	8	13,10
30	Ж	8	13,9
31	Ж	8	14,8
32	М	7	13,6
33	М	7	13,1
34	Ж	7	13,7
35	Ж	8	14,1
36	Ж	7	13,9
37	Ж	7	13

Зведена таблиця за методикою «Шкала Інтернет-залежної поведінки(CIAS)»

індивідуальний № випробуваного	Симптоми інтернет залежності (IA-Sym)			Загальний бал (IA-sim)	Наслідки інтернет-залежності (IA-RP)			Загальний CIAS бал
	Компульсивні симптоми (Com)	Симптоми відміни (Wit)	Симптом толерантності (Tol)		Внутрішньоособистісні проблеми і проблеми зі здоров'ям (IH)	Проблеми з управлінням часом (TM)	Загальний бал (IA-RP)	
1	11	10	8	29	14	10	24	53
2	9	9	6	24	11	8	19	43
3	5	8	8	21	10	8	18	39
4	10	9	13	32	19	13	32	64
5	6	7	8	21	8	7	15	36
6	9	6	8	23	10	8	18	41
7	8	11	8	27	17	7	24	51
8	7	6	7	20	8	7	15	35
9	11	10	10	31	13	9	22	53
10	17	14	16	47	20	16	36	83
11	12	11	9	32	12	10	22	54
12	19	13	7	39	15	10	25	64
13	9	12	8	29	8	6	14	43
14	9	7	6	22	11	7	18	40
15	7	7	9	23	13	8	21	44
16	8	7	5	20	8	6	14	34
17	8	16	11	35	15	15	30	65
18	11	11	9	31	10	9	19	50
19	10	15	9	34	12	14	26	60
20	12	8	10	30	13	10	23	53
21	7	10	10	27	9	7	16	43
22	7	8	8	23	12	9	21	44
23	9	8	7	24	9	8	17	41
24	6	7	8	21	10	8	18	39

25	7	6	9	22	10	7	17	39
26	13	14	11	38	11	9	20	58
27	12	12	8	32	15	12	27	59
28	10	8	10	28	13	11	24	52
29	18	14	12	44	17	15	32	76
30	7	8	10	25	9	9	18	43
31	14	12	15	41	16	16	32	73
32	7	7	5	19	9	6	15	34
33	7	6	5	18	8	8	16	34
34	6	6	6	18	10	7	17	35
35	15	16	11	42	11	12	23	65
36	8	6	7	21	11	9	20	41
37	8	6	6	20	11	8	19	39

Додаток В

Зведена таблиця за методикою «Самовідношення» В. Століна

індивідуальний № випробуваного	Шкала інтегральна	Шкала самоповаги	Шкала аутосимптії	Шкала очікування позитивного ставлення інших	Шкала самоінтересу 1	Шкала самовпевненості	Шкала очікування ставлення інших	Шкала самоприйняття	Шкала самоповаги	Шкала самозвинування	Шкала самоінтересу 2	Шкала саморозуміння
1	18	9	6	7	8	4	3	5	5	7	7	3
2	15	9	10	3	7	2	1	5	4	1	4	5
3	23	12	12	11	8	6	6	7	5	4	7	4
4	12	8	7	4	5	4	3	4	4	5	4	2
5	16	8	6	8	7	5	6	4	3	6	4	2
6	23	10	13	12	7	5	7	6	3	2	7	5
7	12	6	6	6	3	3	4	4	2	5	4	1
8	24	9	11	10	7	6	4	3	3	0	6	3
9	19	9	8	6	7	4	2	3	3	5	6	2
10	11	4	2	5	6	2	3	1	3	7	5	3
11	15	8	7	8	5	6	6	5	5	6	3	0
12	4	3	3	5	2	0	3	2	3	7	1	0
13	23	11	10	11	8	6	5	3	4	1	7	3
14	21	9	12	11	8	6	5	6	4	3	7	3
15	15	5	11	7	6	4	2	7	2	3	7	2
16	22	11	12	11	8	6	5	7	6	3	7	3
17	13	4	10	7	5	5	3	5	3	5	3	2
18	19	11	12	11	5	5	7	6	6	3	6	3
19	17	7	11	10	7	5	5	5	2	4	6	2
20	15	9	7	8	6	3	5	4	5	6	7	2
21	20	8	13	11	5	7	5	7	4	2	5	2
22	10	5	9	5	4	1	4	4	5	4	4	0
23	17	8	12	8	4	5	4	3	2	2	5	3

24	22	9	14	12	7	7	6	7	5	1	6	2
25	22	13	11	10	7	6	5	6	6	3	7	4
26	21	9	8	7	7	4	3	3	2	5	6	4
27	9	2	5	6	5	1	5	3	2	6	4	0
28	17	10	13	8	5	2	6	6	4	0	3	4
29	10	5	9	8	3	4	4	6	4	4	4	1
30	11	3	10	10	6	2	6	4	3	3	5	0
31	4	2	1	4	2	1	2	1	2	7	1	2
32	24	15	11	11	7	7	6	6	5	3	7	6
33	21	11	11	10	8	6	6	7	4	5	6	3
34	15	7	9	9	7	3	5	4	4	4	7	1
35	18	7	9	8	6	6	5	4	1	5	5	3
36	12	7	9	6	5	3	5	6	3	5	3	2
37	13	7	7	5	6	3	3	7	3	6	4	2

Зведена таблиця за опитувальником Кетелла Р.

Додаток Г

індивідуальний № випробуваного	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	O	Q2	Q3	Q4
1	5	5	5	4	3	8	7	11	2	7	5	8	5	4
2	14	3	13	9	7	6	8	13	5	11	9	9	11	11
3	5	8	5	7	5	7	8	11	7	5	8	4	4	7
4	7	11	7	8	5	12	3	9	4	5	8	4	8	4
5	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
6	15	1	14	9	14	13	12	17	10	6	9	4	10	11
7	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
8	12	6	11	15	9	11	14	12	11	9	7	7	8	10
9	3	9	5	4	8	5	2	5	4	8	9	5	9	7
10	14	4	2	16	10	12	9	6	12	15	14	9	10	13
11	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
12	12	3	9	11	12	7	9	11	6	7	10	12	12	8
13	13	7	14	7	15	10	18	12	10	8	6	4	11	10
14	7	3	7	5	9	11	7	8	3	3	7	5	7	9
15	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
16	5	11	5	2	7	8	3	4	5	5	2	9	5	5
17	12	2	11	13	14	11	8	10	5	8	9	7	11	13
18	11	5	15	11	11	7	16	10	11	7	10	11	16	7
19	15	3	15	17	8	13	14	15	7	5	14	7	16	14
20	8	4	8	7	5	10	5	4	7	3	5	9	7	3
21	11	2	12	10	15	13	13	18	6	9	7	8	14	11
22	5	5	3	4	4	8	5	5	7	5	5	7	7	8
23	4	9	7	11	4	8	7	5	5	7	5	5	7	5
24	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
25	4	7	9	3	7	7	9	7	7	3	4	7	3	5
26	13	4	10	9	10	13	13	9	10	6	10	7	11	9
27	4	5	5	5	5	9	7	5	10	5	3	4	5	8
28	2	9	9	4	3	5	10	5	8	4	5	8	5	5

29	4	5	8	10	11	10	5	8	5	4	3	5	4	5
30	3	7	5	9	5	8	5	7	3	3	5	5	4	5
31	6	5	7	9	17	6	10	3	12	15	14	10	11	10
32	5	7	7	9	5	7	9	9	5	5	4	3	7	5
33	9	5	7	4	5	9	5	4	5	5	3	3	5	3
34	4	5	10	4	7	5	7	5	5	4	5	5	5	3
35	12	2	9	17	13	14	9	8	11	14	11	8	14	10
36	8	6	6	9	14	10	12	10	12	9	6	9	11	6
37	10	3	9	16	7	15	7	8	16	12	15	11	10	16

Додаток Д

Зведена таблиця за методикою
«Самооцінка психічних станів Айзенка»

індивідуальний № випробуваного	Тревожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
1	10	6	6	8
2	6	10	3	4
3	6	5	8	6
4	10	10	12	13
5	13	10	8	7
6	4	5	12	6
7	10	8	9	11
8	6	6	8	10
9	8	12	10	10
10	16	14	18	17
11	7	7	11	10
12	12	14	16	17
13	7	5	15	10
14	2	1	2	5
15	4	7	18	12
16	5	4	2	5
17	6	8	16	8
18	7	6	6	6
19	11	12	22	13
20	7	8	11	13
21	6	8	11	10
22	10	11	6	13
23	5	4	2	6
24	5	1	5	5
25	2	1	11	5
26	9	11	11	9
27	11	9	8	8
28	3	6	12	7
29	12	14	15	13
30	6	11	11	9
31	15	12	4	17
32	2	0	5	2
33	2	4	2	2
34	6	9	6	8
35	11	8	17	12
36	11	10	8	10
37	10	11	10	11

Додаток Е

Результати порівняльного статистичного аналізу
(U-критерій Манна-Уїтні)

Шкали		Рівень інтернет-залежності (середні значення)		U	p
		Мінімальний ризик виникнення Інтернет- залежності	Виражена стійка Інтернет- залежність		
Методика «Самовідношення» Століна В.В.	шкала інтегральна	19,6429	10,2857	6	0,001
	шкала самоповаги	9,7143	4,7143	25	0,067
	шкала аутосимпатії	10,7143	5,8571	31	0,171
	шкала очікування	9,5714	5,8571	9	0,002
	позитивного ставлення інших	6,8571	4,1429	32,5	0,206
	Шкала Самоінтерес 1	5,2857	3,1429	46,5	0,849
	шкала самовпевненості	5,2143	3,2857	41,5	0,557
	Шкала очікування ставлення інших	5,6429	3,2857	46	0,820
	шкала самоприйняття	4,0000	2,8571	48	0,938
	шкала самопослідовності	3,3571	5,7143	7,5	0,002
	шкала самозвинувачення	5,9286	3,2857	42,5	0,620
	Шкала Самоінтерес 2	3,0714	1,8571	24,5	0,058
Підліткова 14 факторна методика Кеттелла Р.	A	7,4286	9,5714	33,5	0,243
	B	5,9286	4,5714	28,5	0,123
	C	7,7857	7,5714	42,5	0,622
	D	8,0000	12,0000	21,5	0,038
	E	8,6429	11,7143	29,5	0,140
	F	9,3571	10,2857	38	0,408
	G	8,8571	7,5714	41,5	0,570
	H	8,5714	7,8571	44,5	0,735

	I	8,2143	7,8571	46,5	0,848
	J	6,5000	9,7143	31	0,174
	O	6,2143	9,8571	20,5	0,033
	Q2	6,4286	7,8571	34,5	0,273
	Q3	7,4286	10,0000	25	0,070
	Q4	6,9286	9,0000	33	0,228
Методика самооцінки психічних станів Айзенка.	тривожність	5,6429	11,7143	10,5	0,004
	фрустрація	5,0714	11,4286	10	0,003
	агресивність	6,3571	14,0000	10,5	0,004
	ригідність	6,2857	13,8571	3,5	0,001

Примітка: статистично значущі відмінності виділені жирним шрифтом