

Список використаної літератури:

1. Бех, І. Д. (2003). Технологія інтимно-особистісного спілкування *Педагогіка і психологія*. 1. 17 – 29 [українською мовою].
2. Інтегративно-особистісний підхід у психологічній науці та практиці: (монограф.) за наук. ред. Г.Балла. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 206 74 [українською мовою].
3. Van Prooijen, J. W. (2007). Egocentrism in the psychology of procedural justice. *Gedrag en Organisatie*. 20(4). 368 [англійською мовою].

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

УДК 159.9.07

*Тарабанчук Людмила Вікторівна,
студентка спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. У статті розглядаються теоретичні засади проблеми Інтернет-залежності підлітків, психологічні та фізичні ознаки Інтернет-залежності. Висвітлено питання, які розкривають психологічні особливості підлітків з ДЦП.

Ключові слова: інтернет-залежність, підлітковий вік, опорно-руховий апарат, дитячий церебральний параліч, спілкування.

Актуальність дослідження. Інтернет-залежність – це явище, яке за останні роки набуло справді вражаючого масштабу. Особливо небезпечною вона є для дітей і підлітків, адже їм набагато складніше самостійно впоратися з потягом до онлайн-життя і вчасно зупинитися. Безперечно, для дитини з порушенням опорно – рухового апарату надзвичайно важливим є розширення знань про навколишній світ, проте постійне перебування перед монітором дає надмірні навантаження на

опорно-руховий апарат, при цьому не завжди забезпечується ортопедичний режим.

При ДЦП можна спостерігати проблеми із зором, а часте та довготривале перебування перед монітором дає навантаження на зір, сприяє зниженню його гостроти. Звісно, тривале перебування в інтернеті небезпечно для будь-якої людини, проте для підлітків з ДЦП це питання постає особливо гостро, адже нехтування рекомендаціями лікарів, реабілітологів, психологів, може привести до незворотних змін у фізичному і психологічному здоров'ї дитини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з теми. Вивчення останніх досліджень та публікацій з даної теми (В. А. Бурова, А. Е. Войскунський, Дж. Волам, Е. В. Змановська, А. М. Мартинова, К. Мітчел, Х. І. Турецька) дає можливість визначити інтернет-залежність як явище досить поширене у сучасному світі. Заручниками цього виду залежності найчастіше стають діти підліткового віку і молодь. Усі дослідники єдині у висновку, що інтернет-залежність завдає значної шкоди здоров'ю.

Мета наукової публікації – зазначити проблеми Інтернет-залежності підлітків; розкрити ознаки та прояви Інтернет-залежності у дітей з ДЦП.

Завдання статті - розкрити психологічні засади поведінки підлітків у мережі інтернет, охарактеризувати ознаки та наслідки інтернет-залежності у нормотипових підлітків та їх однолітків з порушеннями опорно-рухового апарату.

Методи дослідження – вивчення та аналіз наукових досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців щодо проблеми Інтернет-залежності підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Оскільки сучасний світ та ситуація з пандемією внесли корективи у життя кожного українця, зокрема і учнів шкіл, ми можемо стверджувати, що майже усі підлітки володіють персональним засобом зв'язку (смартфоном), який дозволяє

дитині у будь-який момент зайти в мережу Інтернет, де можна спілкуватися через соціальні мережі, споглядати цікавий контент а також самим його створювати. Практично весь вільний час підліток проводить в Інтернеті. Це твердження відноситься і до підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату.

Психічний розвиток дітей з порушеннями опорно-рухового апарату (в тому числі з дитячим церебральним паралічем – ДЦП) має свої особливості, обумовлені впливом патологічного чинника.

При ДЦП страждає формування особистості дитини. Серед механізмів патологічного формування особистості в осіб з фізичними порушеннями провідна роль належить реакції особистості на усвідомлення власного порушення, фізичної неповноцінності.

Негативний вплив на розвиток особистості здійснюють також і такі чинники, як рання соціальна депривація, тобто ізоляція від однолітків через проблемами з пересуванням, а також неправильне виховання і своєрідне ставлення оточуючих до такої дитини. Все це обумовлює незрілість емоційно-вольової сфери, егоцентризм, підвищену сугестивність у такої дитини.

Нормальний інтелектуальний розвиток при цьому захворюванні часто поєднується з відсутністю впевненості у собі, несамостійністю, підвищеною сугестивністю. Особистісна незрілість проявляється у наївності суджень, слабкому орієнтуванні в побутових і практичних питаннях життя.

Причини проблем особистісного розвитку підлітка з ДЦП, можна пов'язати із загальними віковими проблемами: труднощами освоєння нових відносин, прийняття нового періоду в житті, які можуть бути представлені комплексами у найрізноманітніших поєднаннях. Це й складні відносини з батьками та однолітками, і труднощі у навчанні тощо.

Отже, психологічним фактом при ДЦП рухова недостатність стає тільки тоді, коли дитина вступає в спілкування з відмінними від неї

здоровими людьми. Порушення соціальних контактів призводить до ряду відхилень у формуванні особистості таких дітей і при відсутності або недостатньо кваліфікованій психолого-педагогічній корекції можуть викликати появу негативних рис характеру. Тимчасово відволіктися від власних проблем і труднощів (як загальних, так і специфічних, спровокованих дефектом) підлітку з психофізичними порушеннями вдається через «занурення» в тенета Інтернету.

Основні різновиди діяльності, які здійснюються за допомогою Інтернету, – а саме, спілкування, пізнання і гра (розваги) – мають властивість захоплювати його цілком, не залишаючи ні часу, ні сил на особистісні переживання, інші види діяльності, тим більше, на навчання та спілкування з нормотиповими однолітками «наживо». Це формує стійку потребу у даному виді заняття, а отже – викликає залежність.

Проблема «залежності від Інтернету», або «Інтернет-адикції» (Internet Addiction Disorder, або IAD) в даний час інтенсивно обговорюється.

Одна з дослідниць адиктивної поведінки Є. Знамановська, (Змановская Е. В., 2003) наголошує на тому, що Інтернет-залежність виникає як результат складної взаємодії спадкових, біохімічних, соціальних та індивідуально-психологічних факторів. Серед яких дослідниця виокремлює:

- зовнішні умови фізичного середовища;
- зовнішні соціальні умови;
- внутрішні спадково-біологічні, психофізіологічні та індивідуально-типологічні передумови;
- внутрішньо-особистісні причини і механізми uzалежненої поведінки.

У своїх роботах М. Орзак виділила психологічні та фізіологічні симптоми, характерні для інтернет-залежності (Орзак М., 2010). До психологічних вона віднесла: приємні емоційні відчуття або ейфорію під

час перебування за комп'ютером чи смартфоном; нездатність зупинитися; збільшення часу, витраченого на дану діяльність; занедбання родинних та дружніх обов'язків; відчуття порожнечі, депресії, роздратування без гаджету; приховування правди від батьків або інших членів сім'ї про дану свою діяльність; проблеми з навчанням.

Загальними рисами комп'ютерної залежності є характерний ряд не лише психологічних, а і фізичних (фізіологічних) симптомів, тісно пов'язаних між собою. У інтернет-залежних людей спостерігається фізіологічні симптоми у вигляді синдрому карпального каналу, сухості в очах, головного болю за типом мігрені, болів у спині, нерегулярного харчування через пропуск (Стоименов, Й. А., 2003).

Якщо ж брати до уваги, що для дитини з ДЦП надзвичайно важливою є гігієна зору та коректні фізичні навантаження (реабілітація), яка дозволяє знизити тонус м'язів, покращити стан здоров'я та не допустити його погіршення, то стає зрозумілим, що при інтернет-залежності дитина відбувається нехтування рекомендаціями спеціалістів і здоров'я такого підлітка може зазнати значної шкоди. Таким чином, можна зробити висновок про те, що комп'ютерна залежність вражає не тільки психіку людини, але і її фізичне здоров'я.

Висновки. Із зазначеного вище можна зробити висновок, що підлітки, з порушенням опорно-рухового апарату, як і їх нормотипові однолітки, схильні до інтернет-залежності. Така залежність призводить до наслідків, які наносять значну шкоду не лиш їх психічному, але й фізичному здоров'ю.

Тож **перспективами подальших досліджень** має стати більш глибоке вивчення особливостей впливів інтернет-залежності на психічний стан підлітків з ДЦП та розроблення комплексу корекційних заходів для зниження даного виду потягу.

Список використаної літератури:

1. Змановская, Е. В. (2003). Девиантология:(Психология отклоняющегося поведения): учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 288.[Російською мовою].
2. Orzack, M.H. Computer Addiction Services [Electronic resource] / M.H. Orzack // – [Cited 2010, 8 Dec.] .[Англійською мовою].
3. Стоименов, Й. А, Стоименова, М. Й., Коева, П. Й. и др. (2003). Психиатрический энциклопедический словарь [Російською мовою].

МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.95

Томчук Михайло Іванович,

*доктор психологічних наук, професор
професор кафедри психології*

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Томчук Сергій Михайлович,

*кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології*

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Анотація. В статті представлені методологічні засади дослідження феномену стресостійкості особистості. Запропоновані основні підходи до її формування в умовах підготовки до діяльності в екстремальних умовах.

Ключові слова: методологія, особистість, стресостійкість, дослідження, екстремальна діяльність, формування.

Актуальність дослідження. Умови життєдіяльності особистості в перехідний для українського суспільства період є складними, часто екстремальними, та супроводжуються впливом на неї різноманітних стрес-факторів (підвищення тарифів за комунальні послуги, дорожнеча, безробіття, ускладнення умов праці та ін.). Це призводить до появи у людини деструктивних емоційних станів, стресу, дезадаптованості, втрати