

**Перспективи подальших досліджень** полягають у з'ясуванні відмінностей самоствалення самотніх чоловіків та самотніх жінок, що загалом відповідає принципам проведення гендерних досліджень в психології.

**Список використаної літератури:**

1. Квинн В. Прикладная психология. СПб.: Питер, 2000. – 560 с.
2. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс. – М. : Прогресс. Универс, 1994. – 480 с.
3. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: пер. с англ./ общ. ред и предисл. А.В. Толстых. – 2-е изд. – М.: Флинта: МПСИ: Прогресс, 2006. – 352 с.

**ПОЗИТИВНИЙ ТА НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ –  
СЕРЕДОВИЩА НА ОСОБИСТІТЬ ПІДЛІТКА**

**УДК: 159.92:001.8**

**Матохнюк Людмила Олександрівна,**

*доктор психологічних наук, доцент,*

*завідувач кафедри психології,*

*КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

**Максименко Юрій Борисович,**

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри загальної та диференціальної психології,*

*Південноукраїнський національний педагогічний університет*

*імені К. Д. Ушинського*

**Дем'янюк Катерина Дмитрівна,**

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*доцент кафедри загальнонаукових та інженерних дисциплін,*

*Національна академія Державної прикордонної служби України*

*імені Богдана Хмельницького*

**Актуальність дослідження.** Значна кількість наукових досліджень присвячена особливостям впливу Інтернет – середовища на особистість різних вікових періодів, розбиваючи спектр досліджень на вивчення позитивних та негативних сторін Інтернету. Сьогодні соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя сучасного підлітка. Проте слід зазначити, що мережа Інтернет дає не тільки можливість для розвитку здібностей, покращення знань та розширення кола інтересів, але й містить

у собі реальні загрози як для підлітків. Тому є важливим дослідити вплив соціальних мереж на формування їх особистості підлітків.

**Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.** В контексті зазначеної проблеми проводилися дослідження позитивного впливу інтернет – середовища на особистість підлітка висвітлювались у дослідженнях: Галіч Т., Поліщук О., Тищенко М., Шапран О., Зінченко О., Саржинська Р., Ольвінська Ю., Коневщинська О., Столбов Д.,. Елементи негативного впливу інтернет- середовища досліджували: Моцик Р., Надвинична Т., Качунь М., Гуревич Р., Козяр М., Олексюк Н., Лебеденко Л., Данілова А., Камінська О., Богачков Ю., Буров О., Дементієвська Н., Пінчук О., Ухань П., Шевченко В., Саржинська Р., Ольвінська Ю., Столбов Д..

**Мета наукової публікації** є аналіз позитивного та негативного впливу інтернет середовища на особистість підлітка.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Основою позитивного впливу на особистість підлітка в науковій літературі складають два компоненти: 1) забезпечення швидкого та різноспрямованого спілкування та 2) можливість використовувати Інтернет – середовище для когнітивного розвитку. Перший компонент відповідає основному виду діяльності у підлітковому віці, де спілкування з ровесниками є дуже важливим. Оскільки в цьому віці особистість переорієнтовується від спілкування з батьками і дорослими на спілкування з однолітками, Інтернет – спілкування стає каналом отримання інформації про речі, які їм не повідомляють дорослі (Оранюк, Б., 2016).

В процесі спілкування з однолітками, підлітки мають можливість створювати нові контакти, що згідно думки Д. Ельконіна є дуже важливим для соціального розвитку підлітків. Незважаючи на те, що підлітки можуть ніколи фізично не зустрітися з своїми знайомими з Інтернет – середовища, вони фактично спілкуються і взаємодіють шляхом оцінки коментарів, залишення відгуку та включення в обговорення (Столбов, Д., 2014).

За умови, якщо підліток володіє іноземною мовою, Інтернет – середовище дозволяє спілкуватися з однолітками з інших країн незалежно від географічної відстані між ними. Таке спілкування є процесом актуалізації своїх знань та вмій, які підліток розвинув в реальному житті. Це дає можливість підліткові використовувати власні інтелектуальні ресурси та Інтернет – середовище як засоби самоактуалізації у практичній діяльності.

Враховуючи думку більшості вітчизняних науковців, які розглядали особливості комунікативної діяльності підлітків в Інтернет – середовищі,

психологічний вплив спілкування можливо розділити на три основних складових:

1) Комунікативну – обмін інформацією між користувачами (суб'єктами спілкування) Інтернет – середовища.

2) Перцептивну – взаємне сприймання учасниками спілкування один одного та формування відносин (ставлення) між ними.

3) Інтерактивну – взаємний обмін діями, інформацією та об'єктами під час спілкування.

Таким чином, спілкування в Інтернет – середовищі має змістовний характер, під час якого учасники можуть взаємодіяти та впливати один на одного, повторюючи, в певній мірі, процес спілкування в реальному житті.

Основний позитивний аспект спілкування в Інтернет – середовищі полягає в доступності та безмежності можливостей для спілкування підлітків.

Другим позитивним компонентом впливу Інтернет – середовища є можливість використовувати Інтернет – середовище для когнітивного розвитку, зокрема для процесу пізнання, навчання та самоосвіти.

Враховуючи прагнення підлітка до самостійності, Інтернет – середовище є сприятливим майданчиком для створення освітніх програм та інформаційних майданчиків. Відповідно до результатів досліджень (Столбов, Д., 2014), під час роботи в Інтернет – середовищі підлітки схильні переживати цілий набір позитивних емоцій, серед яких є задоволення, здивування, радість, що породжують інтерес та допитливість. Такий стан речей говорить про те, що Інтернет – середовище здатне позитивно вплинути на пізнавальний розвиток особистості, задовольняючи допитливість та інтерес, особливо в рамках освітньої діяльності, в яку підліток включений під час перебування в школі.

Позитивний вплив Інтернет – середовища в основному залежить від можливостей швидко отримувати інформацію про конкретні факти та явища. Саме це сприяє пізнавальному розвитку особистості, де пошук інформації стає захоплюючим процесом, в якому необхідно конкретизувати свій запит за ключовими словами.

Водночас, підлітки можуть не тільки знаходити текстову інформацію, але й відео файли, де наочно пояснюється якийсь факт чи явище. Завдяки можливостям інтернету підліток може зазирнути у дивний світ мікробіології, отримати новітні знання про явища природи, побачити далекі галактики, подивитись навчальну презентацію, переглянути лекцію іноземних викладачів, та подивитись правильне виконання якої – небудь діяльності. Все це формує світогляд підлітка та стимулює його пізнавальні

можливості до розвитку та урізноманітнення, включаючи гнучкість, модифікованість, інноваційність та критичність мислення (Матохнюк, Л., 2014).

Підлітки також можуть приймати участь в інтерактивних обговореннях, вебінарах та інтернет – конференціях, не покидаючи домівок чи меж свого населеного пункту. Однак, незважаючи на велику кількість позитивних аспектів впливу Інтернет – середовища на особистість підлітка, також існує і багато загроз, ризиків та небезпек.

Оскільки Інтернет – середовище, в якому працює, навчається та спілкується підліток є віртуальним та у певній мірі приватним, батьки та вчителі не мають можливості контролювати все, що в цьому середовищі відкривається для підлітка. Спілкування, сприймання інформації, перегляд різних файлів, пошук інформації, яка є закритою в реальному житті може мати дуже негативний вплив на підлітка.

У вітчизняних наукових працях гостро стоїть питання вивчення причин, наслідків та особливостей формування Інтернет – залежної поведінки підлітків. Інтернет – залежність визначають як «психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі». На думку Н. Кошечко, цей вид адикції виникає на тлі внутрішніх конфліктів особистості, вирішення яких вона намагається знайти у постійному включенні в діяльність в Інтернет – середовищі. Серед видів Інтернет – залежності науковець виділяє такі:

- Систематичне та довготривале перебування в соціальних мережах;
- Блогінг;
- Он – лайн ігри;
- Інтернет – спілкування через електронну пошту та діалогові програми (чати);
- Надмірний перегляд порнографії в мережі Інтернет;
- Інтернет – шопінг (надмірно тривалий перегляд товарів в Інтернет –магазинах) (Кошечко, Н., 2015).

Таким чином Інтернет є середовищем, в якому особистість намагається знайти вихід з власних внутрішніх неприємних переживань, де можливо відчуті певну безпеку, впевнитись у можливості контролювати власні дії та результати цих дій.

Однак, особистість не помічає, і можливо не знає чи не хоче визнавати, що анонімність в мережі Інтернет, почуття абсолютної захищеності, насичення власного життя подіями та контрольованою

взаємодією з соціальним середовищем в Інтернет – просторі є насправді ілюзією (Матохнюк, Л.О.,2014).

Досить швидко систематичне поринання в Інтернет – середовище стає стилем життя, де свідомість людини постійно перебуває у віртуальному світі подій. Спілкування відбувається переважно у текстовому режимі, де емоції та текстова інформація відображаються спеціальною мовою «нетикету». (Кошечко, Н., 2015)

Нетикет – є системою правил мовного спілкування та поведінки, яку використовується в мережевому (Інтернет) середовищі. Нетикет включає в себе психоемоційні, технічні, адміністративні та моральні правила поведінки, серед яких є ввічливість, чемність та повага до правил, які є установленими у тій групі спілкування, в якій перебуває користувач. Отже, з комунікативної точки зору

Інтернет – середовище є досить упорядкованим та розгалуженим, де знайдеться місце для кожної особистості. Так, бажаючи бути включеним постійно у соціальну взаємодію або приємну для себе віртуальну активність, підлітки стають залежними від пристроїв, які можуть це забезпечити. Потреба у комп'ютері чи у телекомунікаційному пристрої набуває тривожного характеру, коли їх відсутність викликає неприємні емоційні переживання.

Довготривале перебування у віртуальному світі викликає етичне та естетичне зниження особистості, пригнічення почуття спраги, голоду та потребу у живій соціальній взаємодії з оточенням. Таким чином, спілкування та діяльність в Інтернет – середовищі здатна формувати в особистості залежність від включеності у віртуальний світ, що може виявитись дезадаптивним для підлітка у реальному світі.

Дослідження вказують, що Українська Інтернет – аудиторія складається більш ніж з двох третин населення України, серед яких 44% відсотки є особи віком від 15 до 29 років життя (Кошечко, Н., 2015). Враховуючи те, що спостерігається висока технологізація осіб шкільного віку, відсоток підлітків за останні 3 роки міг суттєво зрости. Такий стан речей вимагає систематичного вивчення впливу Інтернет – середовища на особистість підлітка, а особливо його залежності від віртуального світу діяльності та взаємовідносин. Серед симптоматичних проявів Інтернет – залежної поведінки виділяють:

- небажання відволікатися від діяльності в Інтернет – середовищі на короткий чи довготривалий час у активній та/або агресивній формі;

- при зовнішньому відволіканні від діяльності в Інтернет – середовищі, з’являється почуття розпачу та роздратування;
- час перебування в Інтернет – середовищі нерегульований та підліток часто не може спланувати терміни перебування в ньому;
- небажання включатися у побутові справи, ігнорування домашніх обов’язків, прокрустинація важливих ділових та особистих зустрічей під час роботи в Інтернет – середовищі;
- зменшення часу сну та фізичної активності за рахунок збільшення часу перебування в Інтернет – середовищі;
- нехтування особистою гігієною та недбале ставлення до чистоти робочого простору;
- харчування неякісною, висококалорійною та випадковою їжею;
- переживання емоційного підйому під час діяльності в Інтернет – середовищі;
- заперечення скарг з боку соціального середовища на надмірне перебування підлітком в Інтернет – середовищі;
- постійне очікування наступної можливості входу в Інтернет – середовище (Кошечко, Н., 2015);

Феномен Інтернет – залежної поведінки є предметом дослідження психологами, педагогами, соціологами та лікарями вже декілька десятиліть, де вивчаються наслідки адиктивної поведінки дітей та молоді на фоні розвитку комп’ютерних, інформаційних та телекомунікаційних технологій.

Серед вчених, які вивчали причини, характер та наслідки Інтернет – залежності є Кімберлі Янг, яка у 1990-х роках зробила досить цікаве відкриття про особливості формування Інтернет – залежності.

У своїх дослідженнях науковець вивчала період формування Інтернет – залежності та переживання позбавлення доступу до Інтернет – мережі. Згідно її досліджень, Інтернет – залежність формується досить швидко з піврічним темпом формування адикції після першого контакту з можливостями Інтернет – середовища. Враховуючи той факт, що діти стають користувачами сервісів Інтернет – середовища вже у молодшому шкільному віці, ми можемо зробити висновок, що у підлітковому віці діти активно та з певним рівнем залежності включені у діяльність в Інтернет – середовищі.

В зарубіжній науковій літературі пропонується розглядати феномен Інтернет – адикції з точки зору позитивного переживання почуття так званого «поток». Згідно переконань автора цього терміну,

М. Чіксентміхайі, досвід потоку є суб'єктивним відчуттям активної включеності в процес будь – якої діяльності, де особистість безперервно спрямована на досягнення поставленої мети або цілей, постійно оцінює свій успіх та пристосовується до наявних умов та результатів своєї діяльності .

Розглядаючи Інтернет – залежність з точки зору досвіду «поток», питання захопленості Інтернет – середовищем стає більш зрозумілим, оскільки саме сервіси Інтернет – середовища пропонують різноманіття можливостей та ресурсів для досягнення різного типу цілей. Тому, гонитва за досягненням цілей навчального, соціального чи особистісного характеру занурює особистість у віртуальний світ, де перешкод дуже мало та завжди є щось цікаве, що можливо пізнати та зробити.

**Висновки.** Отже значна кількість наукових досліджень присвячена особливостям впливу інтернет – середовища на особистість різних вікових періодів, розбиваючи спектр досліджень на вивчення позитивних та негативних сторін інтернету.

Інтернет-технології створюють умови для більш раннього включення дітей у процес соціалізації. Але водночас вплив інтернет-середовища на особистісний розвиток унаслідок дії інтернет-простору не може бути однозначно кваліфікований як позитивне чи негативне явище.

**Перспективи подальших досліджень.** Розробити та адаптувати програму профілактики Інтернет - залежності, яка пов'язана з виявленням та виправленням негативних інформаційних, психологічних факторів, що зумовлюють відхилення в психічному і соціальному розвитку підлітків.

#### **Список використаної літератури:**

1. Кошечко Н. (2015) Інноваційні освітні технології навчання та викладання у вищій школі // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогіка. - Вип. 1. - С. 35-38.
2. Матохнюк Л. О. (2014) Теоретико-психологічні проблеми використання інформаційно-комунікаційних технологій в умовах сучасної освіти // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. . - Вип. 1.
3. Моцик Р В. (2015) Інтернет-залежність та її вплив на виховання сучасної людини // Педагогічна освіта: теорія і практика. - Вип. 18. - С. 292-297.