

УДК: 159.923.5

Лідія Миколаївна Король,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології,
Світлана Миколаївна Максимець,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології,
Житомирський державний університет імені Івана Франка,
вул. Велика Бердичівська, 40, м. Житомир, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТУ НА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Розглядається роль Інтернету у життєдіяльності сучасної молоді, його вплив на становлення особистості. Вивчається проблема Інтернет-залежності молоді, аналізуються особливості розвитку окремих рис особистості залежних та звичайних користувачів мережі Інтернет. Визначається рівень емпатійності студентів з Інтернет-адикцією та помірним перебуванням в мережі, відмінності їх поведінки в ситуаціях морального вибору і необхідності прояву емоційного відгуку. Окреслюються шляхи попередження та подолання негативного впливу Інтернету на молодь.

Ключові слова: Інтернет-залежність, адикція, особистість, емпатійність, емпатія.

Важко переоцінити вплив засобів масової інформації, зокрема Інтернету, на формування особистості. Вони стали необхідним елементом повсякденного життя дорослих, учнівської молоді та навіть дітей, все активніше використовуються у навчально-виховних закладах, у сфері пізнавальної діяльності, спілкування і дозвілля.

Особливого поширення в останні роки набуває Інтернет-спілкування завдяки легкому доступу до мережі від операторів мобільного зв'язку. Однак, крім того, що підростаюча особистість отримує доступ до культурних цінностей та відбувається її соціальний та когнітивний розвиток, виникають проблеми, які породжують небезпечні явища, що потребують контролю. Одним із них є Інтернет-залежність. Яскравим прикладом негативного впливу залежності від Інтернету є неадекватна поведінка його користувачів у ситуації несправності комп'ютера або мобільного зв'язку, що проявляється у розгубленості, хвилюванні, роздратованості, агресії тощо.

У зв'язку з цим актуальним є вивчення впливу Інтернету, і, особливо, Інтернет-адикції на становлення якостей особистості учнівської молоді та її виховання в сучасних умовах.

Питаннями впливу ЗМІ, зокрема Інтернету, на розвиток молодого покоління займалися вітчизняні та іноземні науковці (А. Москаленко, Л. Губернський, І. Зверева, Н. Миропольська, Л. Коваль, О. Белінська, В. Бурова, А. Войскунський, С. Якимов, К. Янг). Вони вказують на неоднозначний вплив інформації, поданої ЗМІ.

Метою нашого дослідження є виявлення ролі Інтернету у життєдіяльності сучасних студентів, особливостей його впливу на становлення якостей особистості Інтернет-залежної молоді, зокрема їх емпатійності.

Дослідження проводилось серед студентів Житомирського державного університету імені Івана Франка.

Вивчалась частота й мета перебування в Інтернет-мережі. Виявилось, 92% студентів використовують Інтернет щодня, 8% – 4-6 разів на тиждень. Метою перебування в мережі Інтернет називають спілкування – 92%; пошук інформації учбового змісту (рефератів, статей, доповідей та ін.) – 61,5%; отримання цікавої інформації з різних питань (музика, мода, здоров'я тощо) – 58%; перегляд художніх фільмів – 42%, розваги (ігри, гумор та інше) – 38%.

Як свідчать результати дослідження, 92% студентів називають спілкування причиною перебування онлайн. Особливо привабливим Інтернет є для молодих людей з недостатністю та проблемами спілкування у реальному світі. У такому спілкуванні немає агресивного невербального компонента, а вербальних образ набагато менше. Можна висловити власну думку, відчувати розкутість у спілкуванні та бути цікавим для інших, більш впевненим у собі.

У віртуальному просторі виникає психологічне поле з абсолютною відкритістю, необмеженими можливостями, де можна робити все, що є недоступним у реальному світі. Проте, з нього важко повертатися до реального життя, навчання, що призводить до конфлікту, виникнення невротичних порушень і змін в особистості. В першу чергу, це стосується тих, кого ми називаємо Інтернет-залежними. Інтернет-залежність визначається як нав'язлива потреба у використанні Інтернету, що супроводжується соціальною дезадаптацією та яскраво вираженими психологічними симптомами [1].

Психологи намагаються визначити сукупність симптомів, що складають Інтернет-залежність, розроблюють методики її діагностування. Ознаками Інтер-

нет-залежності називають нав'язливе бажання перевірити e-mail, постійне чекання наступного виходу в Інтернет, проведення великої кількості часу в Інтернеті, витрата забагато грошей на Інтернет-зв'язок [2].

З метою визначення особливостей емпатійності сучасної молоді та підтвердження припущення про існування відмінностей у прояву емпатії Інтернет-залежними студентами та тими, що не мають адикції, було проведено дослідження, в якому приймали участь студенти віком 20-21 рік. У результаті застосування тесту К. Янг на Інтернет-залежність, встановлено, що 25% досліджуваних є звичайними користувачами Інтернету. Їх можна охарактеризувати як особистостей, що вміють раціонально розподіляти свій час і тому в мережі Інтернету проводять стільки часу, скільки спланували. Вони віддають перевагу безпосередньому спілкуванню з друзями, а не через мережу; не відчувають жодних незручностей за відсутності доступу до Інтернету, оскільки використовують його, в основному, для роботи або навчання.

У 43% досліджуваних спостерігаються певні проблеми, пов'язані з надмірним захопленням Інтернетом. Варто сказати, що всі 43% досліджуваних на даний момент контролюють своє перебування в мережі Інтернет, однак, бувають випадки коли вони можуть пожертвувати сном, домашніми справами чи навчанням, заради того, щоб провести час в соціальних мережах. Вони часто заводять нові знайомства через соціальні мережі, оскільки спілкування з "віртуальним другом" приносить більше задоволення, а ніж безпосередній контакт. На цій основі відчувають певний дискомфорт, коли довгий час не мають доступу до Інтернету. В цілому в мережі проводять більше трьох годин на добу. Однак, не зважаючи на такі результати, частина досліджуваних з цієї групи при правильній організації часу та підтримці референтних осіб може швидко перейти до групи звичайних користувачів, на відміну від 32% тих, хто має сформовану Інтернет-залежність.

Досліджувані, що мають Інтернет-залежність,

весь вільний від навчання час проводять у соціальних мережах. Вони жертвують сном, домашніми справами, прогулянками з друзями задля того, щоб бути он-лайн. Ці юнаки та дівчата навіть не намагаються скоротити час проведення за комп'ютером, оскільки відчувають пожвавлення, певну ейфорію під час перебування в мережі, і, навпаки, почуваються нервово та пригнічено поза мережею. На їх думку, легше спілкуватися он-лайн, ніж особисто, і тому, як тільки з'являється можливість доступу до Інтернету, одразу перевіряють свою сторінку в соціальній мережі.

Зважаючи на отримані результати, ми розділили всіх досліджуваних на дві групи: до першої групи віднесли досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності; другу групу склали ті, що входять до "групи ризику", тобто знаходяться на межі Інтернет-залежності, та Інтернет-залежні.

З обома групами студентів було проведено дослідження за методикою "Діагностика рівня емпатії" І. М. Юсупова з метою виявлення уміння поставити себе на місце іншої людини і здібності до довільної емоційної чуйності на переживання інших людей. Першу групу досліджуваних складають студенти, що не мають Інтернет-залежності. Серед них: 16% – мають високий рівень емпатійності, 58% – нормальний рівень та 26% низький рівень емпатійності. Слід відзначити, що дуже високого і дуже низького рівня емпатійності у даної групи досліджуваних не виявлено. Що стосується другої групи досліджуваних, у яку входять Інтернет-залежні, то серед них у 33% виявлено нормальний рівень емпатійності, у 43% – низький рівень та ще у 24% – дуже низький рівень емпатійності; високі показники не притаманні жодному досліджуваному даної групи.

З метою підтвердження отриманих результатів ми провели ще одне дослідження на визначення рівня емпатійних здібностей В.В. Бойко. Результати даної методики наведено в табл. 1.

Таблиця 1.

№ з/п	Шкала	Рівні емпатійних здібностей					
		Рівні емпатії, відповідно до шкали					
		Високий		Середній		Низький	
		I група	II група	I група	II група	I група	II група
1	Раціональний канал емпатії	10%	0%	74%	71%	16%	29%
2	Емоційний канал емпатії	10%	0%	84%	76%	6%	24%
3	Інтуїтивний канал емпатії	21%	0%	68%	67%	11%	33%
4	Установки, що сприяють або перешкоджають емпатії	5%	29%	79%	71%	16%	0%
5	Проникаюча здатність в емпатії	21%	0%	79%	76%	0%	24%
6	Ідентифікація	32%	0%	53%	71%	15%	29%

Раціональний канал емпатії характеризує спрямованість уваги, сприйняття і мислення людини, що проявляє емпатію на сутність будь-якої іншої людини – на її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до іншого, відкриває шляхи емоційного і інту-

їтивного відображення партнера. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 10% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності, ще у 74% знаходиться на середньому рівні розвитку, а у 16% на низькому. Середній рівень розвитку раціонального

каналу емпатії притаманний для 71% Інтернет-залежних досліджуваних та на низькому рівні у 16%.

На рівні емоційного каналу емпатії фіксується здатність входити в емоційний резонанс з оточуючими – співпереживати, бути спільником. Співучасть і співпереживання виконують роль сполучної ланки, провідника від людини, яка отримує емпатію, до людини, яка передає, і назад. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 10% досліджуваних, що не мають Інтернет-адикції, у 84% знаходиться на середньому рівні розвитку та у 6% – на низькому. Середній рівень розвитку емоційного каналу емпатії притаманний 76% Інтернет-залежним досліджуваних та низький рівень – 24%.

Високий рівень інтуїтивного каналу, який притаманний 21% досліджуваних, що не мають інтернет-залежності, свідчить про їх здатність бачити поведінку партнерів, діяти в умовах дефіциту результатів інформації про них, спираючись на досвід, що зберігається в підсвідомості. На рівні інтуїції замикаються і узагальнюються різні відомості про партнерів. Інтуїція, менш залежить від оціночних стереотипів, ніж уявне сприйняття партнерів. Цей канал емпатії на середньому рівні розвинений у 68% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності та на низькому рівні у 11%. 67% Інтернет-залежних досліджуваних мають середній рівень розвитку інтуїтивного каналу емпатії, а ще 33% мають низький рівень його розвитку.

Установки, що сприяють або перешкоджають емпатії, відповідно, полегшують або ускладнюють дію всіх емпатичних каналів, на високому рівні проявляються у 5% досліджуваних, що не мають Інтернет-адикції, на середньому рівні – у 79% та на низькому – у 16% досліджуваних студентів. Ефективність емпатії, ймовірно, знижується, якщо людина намагається уникати особистих контактів, вважає недоречним виявляти цікавість до іншої особистості, переконує себе спокійно ставитися до переживань і проблем оточуючих. Подібні дії різко обмежують діапазон емоційної чуйності і емпатичного сприйняття. Навпаки, різні канали емпатії діють активніше і надійніше, якщо немає перешкод з боку установок особистості. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 29% досліджуваних з Інтернет-залежністю, у 71% знаходиться на середньому рівні розвитку; низькі показники не діагностуються у жодного досліджуваного з цієї групи.

Проникаюча здатність в емпатії розцінюється як важлива комунікативна властивість людини, що дозволяє створювати атмосферу відкритості, довірливості, задушевності. Відсутність напруженості партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, неприродності, підозрливості перешкоджає розкриттю емпатичного розуміння. Проникаюча здатність в емпатії на високому рівні простежується у 21% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності, у 79% знаходиться на середньому рівні розвитку. Для

76% Інтернет-залежних досліджуваних характерним є середній рівень розвитку проникаючої здатності в емпатії, а для 24% – низький рівень.

Ідентифікація – ще одна неодмінна умова успішної емпатії. Це вміння зрозуміти іншого на основі співпереживань, постановки себе на місце партнера. В основі ідентифікації – легкість, рухливість і гнучкість емоцій, здатність до наслідування. Високий рівень розвитку ідентифікації притаманний, 32% юнаків, що не мають Інтернет-залежності; 53% характерний середній рівень та ще 15% – низький. Високим рівнем розвитку ідентифікації юнаки з Інтернет-адикцією не характеризуються; натомість середній рівень виявлено у 71% студентів, а низький – у 29%.

Отже, встановлено, що в першій групі, в яку входять Інтернет-незалежні юнаки та дівчата, 11% досліджуваних мають високий рівень емпатії, 68% – середній та 21% – низький. Студенти, які мають Інтернет-залежність, проявляють нижчі показники емпатії, порівняно з тими, що не мають такої залежності. Так, у жодного досліджуваного з Інтернет-залежної групи не виявлено високих показників емпатії, натомість, середній рівень характерний лише для 28% досліджуваних, занижений – 52%, дуже низький 20% юнаків. Зважаючи на такі результати можна сказати, що студенти, які надають перевагу спілкуванню в соціальних мережах, мають низький рівень розвитку емпатії, порівняно з юнаками, що надають перевагу безпосередній міжособистісній взаємодії.

Досить інформативними виявились результати застосування методики «Дослідження емоційного відгукування» (модифікований тест-опитувальник емпатичних тенденцій, розроблений А. Мехрабіеном і Н. Ейнштейном), метою якої є визначення рівня емпатичних тенденцій. Емоційна чутливість на хвилювання інших, або емпатія, належить до моральних почуттів. Високий рівень емоційного відгукування, як виявилось, притаманний 21% досліджуваних юнаків, що не мають Інтернет-залежності; середній рівень виявлено у 68%, низький – у 11% досліджуваних. Інтернет-залежні характеризуються дещо іншими показниками. Зокрема, високий рівень емоційного відгукування не виявлено у жодного досліджуваного даної групи, середній рівень притаманний для 66%, а низький рівень виявлено у 33% досліджуваних.

Досліджувані, у яких виявлено високий рівень емоційного відгукування, дуже чутливі до впливу зовнішнього середовища. Вони сильно переймаються проблемами інших людей, тонко відчують на собі їх настрій, відчуваються пригніченими, коли бачать несправедливість, вмюють не лише слухати, але й чути свого співрозмовника.

Досліджувані, які мають Інтернет-залежність, проявляють нижчий рівень емоційної чутливості, порівняно з тими, що не мають Інтернет-адикції. Такий результат можна пояснити недостатністю у Інтернет-залежних безпосередньої взаємодії. Оскільки спілкування відбувається в мережі Інтернету,

втрачається інформація, яка передається невербально, і тому не формується повна картина про співрозмовника та його настрій на момент спілкування, значно збіднюється досвід емоційного взаєморозуміння.

Досліджуваням із низьким рівнем емоційної чутливості варто розвивати вміння правильно сприймати як вербальну, так і невербальну інформацію про стан іншої людини, в першу чергу шляхом розширення міжособистісної взаємодії.

Бесіди зі студентами на моральні теми та розв'язання ситуацій, які потребують морального вибору, показують часті відступи від прояву емпатійності в оцінці вчинків інших та у власній поведінці сучасної молоді. Так, частина студентів не здатна позитивно оцінити високу моральність вчинку людини, яка за рахунок власного життя врятувала іншого; деякі навіть засуджують втрату власного життя. Одностайно вони виправдовують жорстоке побиття (самоцивільний) того, хто скоїв злочин, наприклад, ввійманого у тролейбусі крадія.

Результати дослідження проблеми Інтернет-залежності, як чинника, що впливає на психіку молоді людини та формування її особистості, вказують на доцільність попередження цього явища серед звичай-

них користувачів мережі та розробки відповідних рекомендацій.

Оскільки найчастіше «жертвами» комп'ютерної залежності стають діти та молодь, саме батьки повинні приділяти їм увагу, контролюючи час, який вони проводять в мережі та прояви симптомів Інтернет-залежності: чи впливає час, проведений в мережі, на навчання і сон, чи є достатньо друзів в реальному світі, чи не замінює Інтернет реальне життя. Важливим є правило обмеження часу перебування дітей у мережі як задля збереження фізичного здоров'я так і заради профілактики Інтернет-залежності. Час користування Інтернетом молоддю має бути дозованим.

Захоплення молоді музичними шоу, онлайн-іграми та спілкуванням у мережі потрібно замінити реальними аналогами.

Профілактика та подолання залежності підостаючої особистості від Інтернету як одного із найбільш популярних засобів масової інформації має бути спрямованою на розвиток комунікативних навичок, підвищення моральності особистості та її емпатійності зокрема.

Все це свідчить також про необхідність психологічного захисту молоді, зокрема, від небажаного для їх психічного здоров'я надмірного захоплення Інтернет-спілкуванням

ЛІТЕРАТУРА

1. Бутова В. В. Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости / В. В. Бутова. – М. – 2001. – С. 32-43.

2. Янг К. С. Диагноз – Интернет-зависимость / К. С. Янг // Мир интернета. – М. – 2000. – № 2. – С.14-18.

REFERENCES

1. Burova, V. V. (2001). *Sotsialno-psihologicheskie aspekty Internet-zavisimosti [Socio-psychological aspects of Internet addiction]*. Moscow [in Russian].

2. Yang, K. S. (2000). *Diagnoz – Internet-zavisimost [Internet Addiction as a Diagnosis]*. *Mir Interneta – World of Internet*, 2, 14-18. Moscow [in Russian].

Лидія Николаевна Король,

кандидат психологических наук,

доцент кафедры общей, возрастной и педагогической психологии,

Светлана Николаевна Максимец,

кандидат психологических наук,

доцент кафедры общей, возрастной и педагогической психологии,

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко,

ул. Большая Бердичевская, 40, г. Житомир, Украина

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРНЕТА НА СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

В статье рассматривается актуальная проблема влияния Интернета на формирование качеств личности современной молодежи. Широкое распространение в последние годы Интернет-общения порождает опасные явления, требующие контроля. Одно из них – Интернет-зависимость, которая приводит к социальной дезадаптации, изменениям в личности. Цель нашего исследования – определение роли Интернета в жизнедеятельности современных студентов, особенностей его влияния на формирование качеств личности, в частности, эмпатийности, у Интернет-зависимых. Изучалась частота и причины пребывания испытуемых в Интернет-сети, осуществлялось их деление на группы по степени зависимости от Интернета, характеризовалось их поведение. Определялись особенности эмпатийности ученической молодежи и отличия в проявлении эмпатии Интернет-зависимыми студентами и теми, которые не имеют аддикции: уровень эмпатии, уровень эмпатийных способностей, уровень эмоционального отклика (эмоциональной чувствительности). Анализировались оценки поступков людей в ситуациях морального выбора. В работе определяются некоторые направления предупреждения и пре-

одоления Интернет-зависимости. Данные исследования свидетельствуют о том, что почти все испытуемые (92%) пользуются Интернетом ежедневно, и для преобладающего большинства из них главной целью пребывания в сети является общение. Изучение времени, проводимого студентами в Интернете, и особенностей связанного с этим поведения позволило разделить их на две почти равные группы: в первую вошли те, кто не имеет Интернет-зависимости (48%), во вторую – те, кто находится на грани зависимости, и Интернет-зависимые (52%). Результаты исследования уровня эмпатийности представителей обеих групп подтвердили наше предположение о том, что существуют отличия в проявлении эмпатии Интернет-зависимыми студентами и теми, у кого нет аддикции. Так, испытуемые из группы Интернет-зависимых имеют показатели уровня эмпатийных способностей ниже в сравнении с Интернет-независимыми; у них также выявлен более низкий уровень эмоциональной чувствительности к проблемам других людей. Интернет-зависимые студенты реже проявляют эмпатийность в оценке поступков других, способность положительно оценить их высокую моральность. Результаты исследования проблемы влияния Интернета на формирование личности студенческой молодежи указывают на необходимость профилактики и преодоления Интернет-зависимости, прежде всего, путем развития потребности в реальном общении и коммуникативных навыков, повышения моральности личности и ее эмпатийности в частности.

Ключевые слова: Интернет-зависимость, аддикция, личность, эмпатийность, эмпатия.

Lidiya Korol,

PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,

Svitlana Maksymets,

PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,

Department of General, Developmental and Educational Psychology,

Zhytomyr State University named after Ivan Franko,

40, Velyka Berdychivska Str., Zhytomyr, Ukraine

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF INTERNET IMPACT ON PERSONALITY FORMATION

The article deals with the issue of Internet impact on the formation of adolescents' personal qualities. The prevalence of Internet-based communication, which has become popular recently, causes hazards which should be controlled. Internet-addiction is considered to be one of them, as it leads to social maladjustment and personal changes. The study is aimed at defining the role of the Internet in the life of students and the peculiarities of its impact on the formation of personal qualities, particularly empathy. The obtained results indicate that almost all participants (92%) use the Internet every day, and most of them consider communication acts as the main reason for being online. According to the results of the examination of time spent on the Internet, two almost equal groups of respondents have been distinguished: those who do not have Internet-addiction (48%); those who are "on their way to addiction" or are Internet-addicted (52%). The findings of the research of empathy levels among the representatives of both groups have proved the hypothesis that there are differences in the manifestation of empathy between Internet-addicted students and those who are considered to be ordinary Internet users without any addiction. Thus, the participants from the Internet-addicted group have the lower level of empathy compared to the second group of students; they also display lower levels of emotional sensitivity to the problems of other people. Internet-addicted students more rarely demonstrate empathy when assessing the actions of others. The obtained results prove the necessity of preventing and overcoming Internet-addiction among adolescents by means of the development of the need for real (not virtual) communication, the development of communication skills, morality and empathy.

Keywords: Internet addiction, personality, empathy.

Подано до редакції 11.04.2016