

Міністерство освіти і науки України
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

КРИМОВА НАТАЛІЯ ОЛЕКСІВНА

УДК: 378.14+159.9+371.15+378.14.6

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ КОМП'ЮТЕРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
ЯК ЧИННИК ЕМОЦІЙНОЇ СТАБІЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Одеса – 2013

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» Міністерства освіти і науки України.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор,
дійсний член НАПН України
Чебикін Олексій Якович,
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
ректор, завідувач кафедри теорії та методики
практичної психології.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Томчук Михайло Іванович,
Вінницький обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Міністерства освіти і науки України, завідувач кафедри методики викладання природничо-математичних дисциплін;

кандидат психологічних наук, доцент
Кременчуцька Маргарита Костянтинівна,
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, доцент кафедри клінічної психології.

Захист відбудеться «19» жовтня 2013 р. о 9 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 41.053.03 в Південноукраїнському національному педагогічному університеті імені К. Д. Ушинського за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 26, конференц-зала.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 36.

Автореферат розісланий «18» вересня 2013 року.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

О. В. Кузнцова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Інформаційно-комп'ютерні технології на сучасному етапі розвитку відкривають нові можливості для реалізації особистістю свого потенціалу і є важливим елементом освітнього, культурного і професійного становлення людини. Сьогодні кожний студент для успішного виконання учбової діяльності використовує комп'ютер, за яким проводить і значну частину свого часу, а це неоднозначно впливає на його емоційну сферу. Саме вона є найбільш інформативним показником відповідних змін у психічних властивостях, процесах і станах (Л. М. Аболін, О. К. Тихомиров, О. Я. Чебикін та ін.).

Узагальнення результатів досліджень (О. К. Арестової, Л. М. Бабаніна, О. П. Белинської, О. Є. Войскунського, О. В. Дороніної, А. Є. Жичкиної, М. Коул, М. К. Кременчуцької, Б. Ф. Ломова, С. Д. Максименко, А. О. Прохорова, А. Є. Серьожкіної, Дж. Сулера, О. К. Тихомирова та ін.), присвячених темі взаємодії в системі «людина – комп'ютер» і спрямованих на уточнення змісту та сутності комп'ютерної діяльності, дає неоднозначну характеристику специфіки її впливу на людину.

Як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології вченими (В. Ю. Биков, Б. С. Гершунський, А. М. Гуржій, М. Коул, Ю. І. Машбиць, С. Пейперт, І. В. Роберт, М. І. Томчук та ін.) досліджуються проблеми застосування комп'ютерів у навчальному процесі, причому ці розробки переважно спрямовані на оптимізацію використання комп'ютерних інформаційних технологій у системі освіти. Разом з тим, досліджень, в яких здійснюється аналіз впливу комп'ютерної діяльності на емоційну стабільність студента, недостатньо, незважаючи на їх теоретичну і практичну актуальність.

Враховуючи важливість даної проблеми для сучасної педагогічної та вікової психології і її недостатнє розроблення, нами було обрано тему дисертаційного дослідження «Психологічний зміст комп'ютерної діяльності як чинник емоційної стабільності студентів».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконувалося відповідно до тематичного плану наукових робіт у межах комплексної теми кафедри теорії і методики практичної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського «Теоретико-методологічні основи становлення особистості психолога в системі фахової підготовки» (державна реєстрація № 0109U000192). Тема дисертації затверджена вченою радою Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (протокол №9 від 28.04.2011) й узгоджена в міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол №7 від 27.09.2011). Автором досліджувався вплив психологічного змісту комп'ютерної діяльності на емоційну стабільність студентів та розроблялась програма профілактики й корекції негативних

емоційних проявів, що з'являються внаслідок роботи студентів за комп'ютером.

Мета роботи: визначити особливості емоційної стабільності студентів з урахуванням психологічного змісту комп'ютерної діяльності та побудувати систему корекції негативних емоційних проявів, що виникають у цьому процесі.

Завдання дослідження:

1. Узагальнити теоретико-методологічні дані, що стосуються взаємодії людини в системі «людина – комп'ютер».
2. Уточнити сутність поняття емоційної стабільності, систематизувати характеристики впливу комп'ютерної діяльності на її прояви.
3. Дослідити відмінності емоційної стабільності студентів залежно від змісту комп'ютерної діяльності та її тривалості.
4. Розробити та апробувати систему корекції негативних емоційних проявів та формування емоційної стабільності студентів, які активно взаємодіють з комп'ютером.

Об'єкт дослідження - емоційна сфера особистості студентів.

Предмет дослідження - психологічний зміст комп'ютерної діяльності як чинник емоційної стабільності студентів.

Гіпотеза дослідження. В своїй роботі ми виходимо з припущення про те, що зміст та час тривалості комп'ютерної діяльності по-різному впливають на емоційну сферу студентів. Такий вплив може носити як позитивний, так і негативний характер, що проявляється в ознаках емоційної стабільності. При цьому ці ознаки можуть об'єднуватися у певні комплекси, кожен з яких містить провідні властивості. Визначивши останні та їх поєднання, можна не лише прогнозувати спрямування розвитку емоційної сфери, але й застосовувати адекватні засоби попередження негативних емоційних проявів та формування емоційної стабільності у тих, хто активно працює за комп'ютером.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали фундаментальні положення психології про: розвиток емоційної сфери (Л. С. Виготський, В. К. Вілюнас, К. Ізард, Я. Рейковський, С. Л. Рубінштейн, П. В. Симонов та ін.); механізми емоційної регуляції (Л. М. Аболін, Б. І. Додонов, П. Б. Зильберман, О. П. Саннікова, О. Я. Чебикін та ін.); закономірності формування особистості в юнацькому віці (І. С. Кон, В. Ф. Моргун, Д. Й. Фельдштейн та ін.) та їх учбово-пізнавальну діяльність (П. Я. Гальперін, О. В. Запорожець, С. Д. Максименко, О. Я. Чебикін та ін.); застосування інформаційних технологій в освіті (В. Ю. Биков, Б. С. Гершунський, А. М. Гуржій, Ю. І. Машбиць, І. В. Роберт та ін.); психогігієнічні основи комп'ютерної діяльності (Г. Г. Демирчоглян, Ю. П. Пивоваров та ін.); психологічні особливості взаємодії в системі «людина - комп'ютер» (Л. М. Бабанін, Б. Ф. Ломов, В. О. Моляко, О. К. Тихомиров та ін.).

Методи дослідження. У роботі використовувався комплекс методів дослідження, що включає: теоретичні (аналіз наукової літератури з проблеми, порівняння, узагальнення теоретико-методологічних концепцій та підходів), емпіричні (анкетування, опитування, тестування, констатувальний та формувальний експеримент), методи статистичної обробки результатів дослідження (кореляційний аналіз, визначення статистично достовірних показників за t -критерієм Стьюдента). З цією метою було використано програму SPSS for Windows (версія 9.0). Для дослідження показників емоційної стабільності студентів застосовувались методики: «Діагностика емоційної зрілості» О. Я. Чебикіна та І. Г. Павлової; «Фрайбургський багатофакторний особистісний опитувальник» (FPI) форма «В» в адаптації А. О. Крилова та ін.; для дослідження емоційних проявів в умовах комп'ютерної діяльності: модифікована нами шкала Т. Дембо-С. Я. Рубінштейн; тест диференційованої самооцінки функціонального стану В. А. Доскіна, Н. А. Лаврентьевої, М. П. Мірошникова, В. Б. Шарай. З метою визначення домінуючих видів діяльності студентів за комп'ютером використано розроблену нами діагностичну процедуру.

Базою дослідження виступив Одеський національний політехнічний університет. На різних етапах дослідження вибірку склали студенти II-VI курсів, усього 292 особи. Кількість студентів технічних спеціальностей становила 162 особи, а студентів гуманітарних спеціальностей відповідно – 130 осіб, в тому числі юнаків – 156 осіб, дівчат - 136 осіб.

Наукова новизна одержаних результатів:

- вперше встановлено, що тривала (понад шість годин щодня) комп'ютерна діяльність неоднозначно впливає на емоційну стабільність студентів: у студентів, які віддають перевагу інформаційно-розважальній діяльності, підвищується депресивність та знижується саморегуляція, врівноваженість; для студентів із навчально-професійною спрямованістю негативні впливи виявляються меншою мірою; виділено типи емоційної нестабільності, а саме: невротично-депресивний, сором'язливо-лабільний, агресивно-роздратований та сензитивно-несаморегулятивний, що відображають емоційні особливості студентів, які активно взаємодіють з комп'ютером;

- уточнено сутність феномену емоційної стабільності та особистісних детермінант, що її зумовлюють;

- набули подальшого розвитку уявлення про профілактику та корекцію негативних проявів в емоційній сфері студентів, які активно використовують комп'ютер, а також психогігієнічні вимоги щодо взаємодії людини в системі «людина – комп'ютер» з урахуванням часу та змісту діяльності.

Практичне значення одержаних результатів. Розроблено психодіагностичний комплекс методик для дослідження показників емоційної стабільності, побудовано та апробовано цілеспрямовану систему

профілактики, корекції та формування емоційної стабільності студентів, які активно взаємодіють з комп'ютером.

Наукові результати дослідження, пов'язані з узагальненням даних про зміни емоційної стабільності студентів, що виникають під впливом комп'ютерної діяльності різного психологічного змісту, впроваджено автором у систему навчально-професійної підготовки майбутніх психологів Житомирського державного університету імені Івана Франка (акт впровадження №839 від 14.11.2012). Розроблену систему профілактики та корекції негативних емоційних проявів студентів впроваджено у навчально-виховний процес Одеського національного політехнічного університету (акт впровадження №4 від 18.04.2012). Результати наукового дослідження використовувались у навчальному процесі і сприяли підвищенню емоційної стабільності студентів, які активно працюють в системі «людина – комп'ютер» у Вищому навчальному закладі «Міжрегіональна Академія управління персоналом», Придунайська філія, м. Ізмаїл (акт впровадження №2 від 08.04.2013).

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження доповідалися на II Міжнародній науково-практичній конференції «Інформаційна освіта та професійно-комунікативні технології XXI століття» (Одеса, 2009); на Міжнародній науково-практичній конференції молодих учених та студентів «Індивідуально-психологічні якості особистості майбутніх психологів та їх динаміка у період професійної підготовки» (Одеса, 2010); на Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми та перспективи розвитку сучасної соціальної роботи» (Одеса, 2011); на IV Міжнародній науково-практичній конференції «Особистість у сучасному світі: проблеми розвитку та психологічної допомоги» (Ніжин, 2013); на International Scientific and Professional Conference «Modern Science: tendencies of development» (Budapest, 2013); на Всеукраїнській науковій конференції «Актуальні проблеми психології малих груп» (Київ, 2011); на Всеукраїнській науково-практичній конференції «Професійна підготовка фахівців соціально-педагогічної сфери в умовах інтеграції України до європейського освітнього простору» (Ніжин, 2012), а також на засіданнях кафедри теорії і методики практичної психології та наукових семінарах у Південноукраїнському національному педагогічному університеті імені К. Д. Ушинського (2007-2013 рр.).

Публікації. Результати дисертаційного дослідження опубліковано у 12 статтях, з яких 7 надруковано у фахових наукових виданнях України, 1 – у міжнародному науковому періодичному виданні.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг дисертації становить 264 сторінки, основний зміст подано на 176 сторінках. Робота містить 24 таблиці, 16 рисунків та 5 додатків,

розміщених на 66 сторінках. Список використаних джерел включає 281 найменування.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність дослідження, окреслено мету, завдання, об'єкт, предмет та гіпотезу дослідження, визначено методи та методики дослідження, розкрито наукову новизну і практичне значення роботи, подано дані про апробацію основних положень дослідження, його результати, і публікації за темою дисертації.

У першому розділі **«Психологічні особливості діяльності людини в системі «людина – комп'ютер»** наведено теоретико-методологічний аналіз сучасних поглядів щодо проблеми психологічного впливу комп'ютерної діяльності на людину. Проаналізовано особливості впровадження інформаційно-комп'ютерних технологій в освітню діяльність, узагальнено психогігієнічні аспекти, виділено характеристики впливу комп'ютерних технологій на емоційну стабільність осіб юнацького віку.

Узагальнення досліджень (В. О. Бодрова, О. Є. Войскунського, Г. Г. Демірчогляна, Б. А. Душкова, О. Ю. Єгорова, В. П. Зінченко, Б. Ф. Ломова, В. М. Муніпова, О. О. Прохорова, Г. Л. Смоляна, О. К. Тихомирова та ін.), що присвячені прямо чи опосередковано проблемі нашої роботи, дозволило умовно їх виокремити в п'ять напрямків.

Перший напрям складають підходи, в яких розкриваються психологічні концептуальні уявлення про взаємодію людини з комп'ютером (Б. Ф. Ломов, О. К. Тихомиров та ін.). У другому – дослідження, орієнтовані на вивчення питань професійного відбору фахівців і визначення психологічної готовності, надійності та емоційної стійкості особистості в екстремальних умовах (В. О. Бодров, В. Я. Орлов, П. Б. Зільберман, А. Б. Леонова, В. І. Медведєв, М. І. Томчук, О. Я. Чебикін та ін.). Третій напрям об'єднує роботи, в яких вивчаються інтелектуальні можливості людини при взаємодії з комп'ютером (У. Р. Ешбі, Т. В. Корнілова, М. К. Кременчуцька, О. К. Тихомиров та ін.) та перспективи розроблення штучного інтелекту (М. Вінер, Ю. Я. Голиков та ін.). У четвертий напрям увійшли праці, що спрямовані на оптимізацію умов взаємодії в системі «людина – комп'ютер» та визначення психогігієнічних вимог у цьому процесі (В. Ф. Венда, Є. К. Глушкова, В. П. Зінченко, В. М. Муніпов, Ю. П. Пивоваров та ін.), розробки, в яких подані результати впливу комп'ютерних систем на функції зору, опорно-рухового апарату, серцево-судинної системи (Ю. Г. Григор'єв, Є. Д. Грязєва, Г. Г. Демірчоглян та ін.). Окремим напрямом слід вважати дослідження, в яких констатуються випадки негативних наслідків комп'ютерної діяльності, що позначаються на дисгармонійному розвитку особистості, і переважно відображаються в підвищеній фрустрації та агресивності (О. Г. Днепров, В. М. Малкін та ін.),

деперсоналізації (Дж. Сулер, Л. Вільямс та ін.), комп'ютерній та Інтернет - залежності (О. Г. Асмолов, О. Є. Войскунський, О. Ю. Єгоров, І. Голдберг, Л. Рид, К. Янг та ін.). Умовно виділено негативні впливи комп'ютерної діяльності на людину, які: 1) призводять до небажаного психоемоційного стану; 2) заохочують особистість до інформації, яка шкодить її психічному розвитку; 3) порушують функції емоційної саморегуляції; 4) призводять до виникнення стихійних проявів агресії, страху, фобій, фрустрації та інше.

Показано, що масштабні стрімкі зміни в інформаційно-комп'ютерному просторі впливають на становлення емоційної сфери осіб юнацького віку. Дослідження (В. Т. Лісовського, І. С. Кона, В. Ф. Моргуна, М. І. Томчука, Д. І. Фельдштейна) доводять, що зрілий юнацький вік є періодом найбільш інтенсивного розвитку особистості, досягнення стабільності більшості психічних функцій, перетворення мотивації, усієї системи ціннісних орієнтацій, здатності переробляти і засвоювати величезний потік інформації, інтенсивного формування спеціальних здібностей у зв'язку з професійним визначенням.

Встановлено, що сучасне суспільство характеризується впровадженням новітніх методів навчання, пов'язаних з інформатизацією та комп'ютеризацією освіти, що сприятиме появі нових можливостей для здобуття знань, дистанційного навчання, розширення доступу до освіти всіх рівнів. Пріоритет у цих та інших роботах дослідники віддають програмному забезпеченню такої діяльності (Н. Ф. Талізін, І. В. Роберт та ін.), підготовці студентів до використання інформаційно-комп'ютерних технологій (Б. С. Гершунський, А. М. Гуржій та ін.), застосуванню у навчальному процесі дистанційної форми та on-line навчання (В. Ю. Биков, М. Л. Смільсон та ін.), взаємодії викладача та того, хто навчається (Ю. І. Машбиць, С. Пейперт, Б. Хантер та ін.), специфіці підготовки тьюторів та педагогів для забезпечення навчально-професійної діяльності (В. А. Красильникова, С. А. Щенников та ін.).

Аналіз праць вчених (В. П. Зінченко, В. М. Муніпов, І. В. Роберт, С. В. Панюкова та ін.) показує, що відкритість, доступність, оперативність, опосередкованість інформаційних систем здійснює вплив на тих студентів, хто активно використовують комп'ютерні технології та відображається на їх психологічних особливостях. З одного боку, ми маємо передумови для формування нового менталітету студентів, можливості для опанування знаннями й духовними цінностями, а з іншого – спостерігаємо і негативні наслідки такої технологічної дії, що виявляються передусім у їх емоційній сфері.

В той же час вирішення цих та інших проблем неможливе без чіткого визначення психологічних та психогігієнічних аспектів впровадження інформатизації в систему освіти.

У цьому контексті визначено, що надзвичайно важливим є дотримання вимог, що пов'язані з нормативами до технічних характеристик комп'ютерів, презентації ілюстративно-інформаційного забезпечення, тривалості та умов роботи. В той же час виявлено, що надмірна свобода в користуванні комп'ютерною технікою негативно відображається на функціональному і психічному стані людини. В роботах Т. Г. Горячкіної, Є. Д. Грязевої, Г. М. Єременко, Т. П. Економової відмічається, що внаслідок тривалої безперервної роботи за комп'ютером, систематичних порушень правил і вимог психогігієни у активних користувачів виникають захворювання опорно-рухової системи, органів зору, серцево-судинної системи, нервові розлади та специфічні стани перевтоми, емоційної збудженості, напруженості, дистресу.

Серед властивостей, що забезпечують продуктивну діяльність попри негативних впливів та їх подолання, вчені (Л. М. Аболін, І. Ф. Аршава, М. І. Дьяченко, П. Б. Зільберман, В. А. Пономаренко, О. Я. Чебикін та ін.) виокремлюють емоційну стійкість та емоційну стабільність.

Емоційна стабільність, на нашу думку, відображає збалансованість і тривалість функціонування різних особливостей психіки, що забезпечують успішність діяльності людини в тих чи інших умовах. Як інтегративна властивість емоційна стабільність детермінується сукупністю ознак, що пов'язані як з динамічними, так і з особистісними особливостями емоційної сфери.

Показано, що емоційна стабільність виявляється через сприятливі форми радості, захоплення, специфічно спрямованої злості, гніву, що не дезорганізують особистість, а навпаки, її мобілізують завдяки механізмам саморегуляції, яка виступає провідним чинником цієї властивості. Вона не сумісна з несприятливими для діяльності стійкими проявами страху, агресії, депресії, тривожності тощо. При наявності такого комплексу психологічних характеристик, що дестабілізують діяльність особистості, констатується емоційна нестабільність, і вказує на недостатню саморегуляцію. Однією з ознак емоційної стабільності є також резистентність щодо сприйняття зовнішніх та внутрішніх подразників, що виникають у діяльності та спілкуванні.

Саме емоційна стабільність є важливим індикатором впливу комп'ютерної діяльності на психіку людини, що особливо відчутно у студентської молоді.

У другому розділі **«Програма емпіричного дослідження змісту комп'ютерної діяльності та його впливу на емоційну стабільність студентів»** висвітлено процедуру дослідження, його основні етапи, представлено характеристику використаного методичного апарату, описано особливості емоційної стабільності студентів. Емпіричне дослідження відбувалось у три етапи. На першому (підготовчому) етапі здійснювалося планування змістовної сторони роботи, пошук та апробація обраного

комплексу методик, визначення вибірки. Другий етап був спрямований на психодіагностику, збір емпіричних даних. На третьому етапі проводився аналіз отриманих результатів.

Результати теоретичного дослідження, наведені в попередньому розділі, засвідчили, що часовий параметр роботи людини за комп'ютером є важливим чинником його впливу на її психічний стан. Крім того, ми припустили, що на психічні особливості особистості, на її мотивацію та пізнавальну активність впливає також зміст діяльності за комп'ютером. Тому емпіричною основою аналізу проблеми стало порівняння результатів, отриманих у студентів з різною спрямованістю діяльності і часом роботи за комп'ютером. Завдяки процедурі визначення домінуючої у студентів комп'ютерної діяльності були виділені такі її види: інформаційно-розважальна, в рамках якої вони спілкуються з друзями у мережі Інтернет, що відбувається не лише на соціальних сайтах, але й в он-лайн іграх, знаходяться в інформаційному пошуку, іграх та ін., і навчально-професійна, що включає в себе виконання лабораторних завдань, роботу з базою даних, розробку комп'ютерних програм, віддалене адміністрування та ін. За тривалістю комп'ютерної діяльності щодня умовно всіх студентів було поділено на групи, що відповідають наступним інтервалам такої взаємодії: 1) до двох годин; 2) від двох до шести; 3) від шести годин і більше. Також були виділені групи студентів залежно від напрямку навчання (гуманітарного і технічного) та з урахуванням їх статі.

Статистичний аналіз достовірних відмінностей у діагностованих показниках, що детермінують емоційну стабільність в різних групах, в цілому, засвідчив такі дані. У студентів з переважанням навчально-професійної діяльності за комп'ютером, які займаються до 2 годин, менш виражені пізнавальний інтерес ($t=2,99$; $p\leq 0,01$), спонтанна ($t=2,94$; $p\leq 0,01$) і реактивна ($t=2,44$; $p\leq 0,01$) агресивність порівняно зі студентами, які займаються тією ж діяльністю від 2 до 6 годин. Також в цій групі (до 2 годин) є відмінності з групою студентів, які працюють більше 6 годин, за вищими проявами експресивності ($t=4,27$; $p\leq 0,01$), роздратованості ($t=2,82$; $p\leq 0,01$), емоційної лабільності ($t=2,18$; $p\leq 0,05$) та нижчими значеннями показників спонтанної агресивності ($t=2,23$; $p\leq 0,05$), врівноваженості ($t=3,30$; $p\leq 0,01$). Встановлені також певні відмінності у тих, хто використовує комп'ютер від 2 до 6 годин за більш вираженими значеннями показників байдужості ($t=2,75$; $p\leq 0,01$), експресивності ($t=3,64$; $p\leq 0,01$), роздратованості ($t=3,45$; $p\leq 0,01$), реактивної агресивності ($t=2,66$; $p\leq 0,01$), порівняно зі студентами, які працюють від 6 годин і більше, у яких, в свою чергу, вища врівноваженість ($t=2,81$; $p\leq 0,01$).

Щодо груп студентів, які застосовують комп'ютер як інформаційно-розважальний засіб, то в цих групах теж виявлені певні відмінності залежно

від часу. Так, студенти, які взаємодіють з комп'ютером до 2 годин щодня, статистично достовірно відрізняються більшою сором'язливістю ($t=2,66$; $p\leq 0,01$) і меншими значеннями показників саморегуляції ($t=2,33$; $p\leq 0,05$), екстраверсії ($t=2,20$; $p\leq 0,05$) та комунікативності ($t=2,66$; $p\leq 0,01$), порівняно з тими, хто займається такою ж діяльністю від 2 до 6 годин. Відмінністю студентів, що займаються інформаційно-розважальною діяльністю від двох до шести годин, спостерігається переважання значень показників агресивності ($t=2,93$; $p\leq 0,01$), байдужості ($t=2,68$; $p\leq 0,01$), експресивності ($t=2,23$; $p\leq 0,05$), екстраверсії ($t=3,23$; $p\leq 0,01$), маскулітності ($t=3,96$; $p\leq 0,01$), комунікативності ($t=3,41$; $p\leq 0,01$), порівняно зі студентами, які знаходяться за комп'ютером шість і більше годин. Останні характеризуються нижчим рівнем саморегуляції ($t=2,82$; $p\leq 0,01$), недостатньою врівноваженістю ($t=3,03$; $p\leq 0,01$) і вираженою депресивністю ($t=3,45$; $p\leq 0,01$).

Тобто, інформаційно-розважальна діяльність відносно попередніх даних в групі студентів, що використовують комп'ютер переважно як навчально-професійний засіб, має більший негативний вплив на емоційну стабільність.

Отже, отримані результати дали підставу стверджувати, що тривалість та зміст комп'ютерної діяльності студентів по-різному впливає на їх емоційну стабільність. Очевидно характер зазначеного впливу залежить від умов навчально-професійної діяльності студентів, а саме від змісту їх підготовки. Адже специфіка навчально-професійної діяльності студентів гуманітарних та технічних спеціальностей суттєво відрізняється.

Встановлені статистично достовірні відмінності за показниками, які відображають різні особливості емоційної сфери студентів технічного та гуманітарного напрямку навчання. В групах студентів технічних спеціальностей в рамках навчально-професійної та інформаційно-розважальної комп'ютерної діяльності встановлені статистично достовірні відмінності за показниками саморегуляції ($t=3,38$; $p\leq 0,01$), врівноваженості ($t=3,04$; $p\leq 0,01$), радості ($t=-2,78$; $p\leq 0,01$), маскулітності ($t=2,06$; $p\leq 0,05$). Це свідчить про те, що студентам технічних спеціальностей з навчально-професійною діяльністю за комп'ютером характерна здатність добре регулювати свої емоції, стримувати небажані емоційні прояви, як свої, так і у оточуючих. Крім того, вони стійкіші до стресу, більш впевнені та активні. Щодо студентів цього напрямку навчання з інформаційно-розважальною діяльністю за комп'ютером, то вони більш оптимістичні і, в той же час, менш врівноважені та стримані.

В групах студентів гуманітарних спеціальностей з навчально-професійним та інформаційно-розважальним напрямком комп'ютерної діяльності спостерігаються статистично значущі відмінності за показниками екстраверсії ($t=-2,72$; $p\leq 0,05$), радості ($t=-2,52$; $p\leq 0,05$), маскулітності ($t=-2,25$; $p\leq 0,05$), сором'язливості ($t=2,08$; $p\leq 0,05$). Враховуючи отримані дані, можна казати, що студенти гуманітарного факультету з домінуванням навчально-

професійної діяльності в системі «людина-комп'ютер» менш впевнені, скуті, відчують більше труднощів в спілкуванні, ніж студенти з інформаційно-розважальною діяльністю, які характеризуються більш вираженою екстравертованістю та яскравими проявами радості.

Такі розбіжності можна пояснити кількома чинниками: по-перше, тим, що студенти обох напрямків навчання в силу певних природних та особистісних особливостей вже на початку обрання спеціальності мали схильність до діяльності, яка дозволяє реалізувати свої потреби в професійному становленні. По-друге, сама навчально-професійна діяльність прямо або опосередковано впливає на прояв та розвиток їх особистісних особливостей, а по-третє, вірогідним можна вважати те, що на ці зміни впливають також статеві відмінності, оскільки студентів чоловіків значно більше нараховується на технічних спеціальностях. В цьому сенсі, якщо розглядати відмінності між показниками в групах студентів - юнаків з вказаними видами діяльності за комп'ютером, то тут теж виявлені статистично достовірні дані: у юнаків з навчально-професійною діяльністю за комп'ютером більш виражені значення показників саморегуляції ($t=2,85$; $p\leq 0,01$), врівноваженості ($t=3,55$; $p\leq 0,01$) та маскулітності ($t=2,66$; $p\leq 0,01$). Значення показника радості вище у юнаків з інформаційно-розважальною діяльністю ($t=2,44$; $p\leq 0,05$). Отже, можна сказати, що студенти чоловічої статі з навчально-професійною діяльністю в системі «людина – комп'ютер» мають більшу здатність стримувати та регулювати свої емоції, вони впевненіші, стійкіші до стресу, активніші, емоційно стабільніші порівняно з юнаками, які займаються інформаційно-розважальною діяльністю.

В групі студенток, для яких інформаційно-розважальна діяльність є домінуючою, спостерігаються вищі результати з діагностованих показників, порівняно з тими, хто займається навчально-професійною діяльністю, за показниками радості ($t=2,72$; $p\leq 0,01$), пізнавального інтересу ($t=2,03$; $p\leq 0,05$), сорому ($t=2,28$; $p\leq 0,05$), спонтанної агресивності ($t=2,86$; $p\leq 0,01$), екстраверсії ($t=2,92$; $p\leq 0,01$), маскулітності ($t=2,47$; $p\leq 0,05$). Перша група юнок характеризується більшим оптимізмом, досить високою пізнавальною активністю, екстраверсією, але водночас афективним реагуванням, імпульсивністю. Для групи студенток з переважно навчально-професійною діяльністю за комп'ютером характерна здатність краще володіти собою в різних ситуаціях, стримувати небажані емоції.

В цілому, ми можемо констатувати, що в групах студентів з домінуванням навчально-професійної діяльності за комп'ютером і у юнаків, і у юнок, є ознаки емоційної стабільності на відміну від студентів, які в основному займаються інформаційно-розважальною діяльністю.

Окрім того, нами був проведений кореляційний аналіз показників, що діагностувалися в кожній з вище наведених груп. Результати показали наявність значущих зв'язків показників переважно на 1% рівні достовірності.

Найбільшу кількість кореляційних зв'язків отримали показники спонтанної агресивності та роздратованості в групі студентів, які займаються навчально-професійною діяльністю за комп'ютером до 2 годин. Спонтанна агресивність має тісні додатні зв'язки з тривожністю, сором'язливістю, невротичністю, депресивністю. Показник роздратованості пов'язаний з показниками експресії, екстраверсії.

В групі студентів, які займаються цією ж діяльністю від 2 до 6 годин, більша кількість значущих зв'язків у показників роздратованості та маскулінності, що між собою також тісно пов'язані. Показник роздратованості додатньо корелює з показниками реактивної агресивності, депресивності, невротичності, емоційної лабільності, спонтанної агресивності. Показник маскулінності має зв'язки з екстраверсією, комунікативністю, реактивною та спонтанною агресивністю, врівноваженістю.

В системі кореляційних зв'язків, виявлених в групі студентів з навчально-професійною комп'ютерною діяльністю більше 6 годин, найбільшу кількість зв'язків отримали показники комунікативності, депресивності та емпатії. Комунікативність додатньо корелює з врівноваженістю, маскулінністю, екстраверсією та від'ємно зі спонтанною агресивністю, емоційною лабільністю, сором'язливістю ($r=-0,445$; $p\leq 0,05$). Депресивність має кореляційні зв'язки з емпатією, емоційною лабільністю, невротичністю. Емпатія додатньо пов'язана з емоційною лабільністю, невротичністю, врівноваженістю ($r=0,398$; $p\leq 0,05$).

Що ж стосується кореляційних зв'язків в групі студентів, для яких домінуючою виступає інформаційно-розважальна діяльність в системі «людина – комп'ютер», то в групі студентів, які займаються цією діяльністю до 2 годин, найбільшу кількість зв'язків мають емоційна лабільність та спонтанна агресивність, які між собою пов'язані. Емоційна лабільність має пряму кореляцію з депресивністю, роздратованістю, невротичністю і зворотною з врівноваженістю. Спонтанна агресивність тісно пов'язана з емоційною лабільністю, роздратованістю.

В структурі кореляційних зв'язків у групі студентів, які використовують комп'ютер від 2 до 6 годин, найбільша кількість зв'язків у показників роздратованості, сором'язливості, врівноваженості. Роздратованість напряму виявилась пов'язаною з невротичністю, сором'язливістю, депресивністю, емоційною лабільністю. Сором'язливість має додатні зв'язки з невротичністю, емоційною лабільністю, депресивністю і від'ємні з комунікативністю.

Щодо кореляційних зв'язків в групі студентів, які займаються комп'ютерною діяльністю більше 6 годин, то тут з найбільшими зв'язками виявилися показники саморегуляції, депресивності, роздратованості, агресивності. Саморегуляція має пряму кореляцію з емпатією,

комунікативністю і зворотною з емоційною лабільністю, депресивністю ($r = -0,376$; $p \leq 0,05$). Депресивність позитивно пов'язана з емоційною лабільністю, невротичністю і негативно з маскуліністю. Роздратованість корелює з депресивністю, емоційною лабільністю, пізнавальним інтересом, невротичністю.

Отримані результати в кожній групі дозволяють констатувати різну систему кореляційних зв'язків, що вказує на взаємозалежність емоційної стабільності зі змістом комп'ютерної діяльності та її тривалістю.

Врахування цих та інших даних було використано при розробці системи корекції та формування основ емоційної стабільності у студентів, які активно працюють за комп'ютером.

У третьому розділі **«Розробка і апробація цілеспрямованої системи корекції негативних проявів та формування емоційної стабільності студентів»** обґрунтовано та описано принципи побудови цілеспрямованої системи корекції негативних емоційних проявів у студентів, які активно взаємодіють з комп'ютером, що передбачає: оптимізацію психогігієнічних умов взаємодії в системі «людина – комп'ютер»; визначення засобів корекції небажаних емоційних проявів та апробування їх в системі навчально-професійних заходів. Висвітлені результати впровадження запропонованої системи.

При розробці цілеспрямованої системи психологічної профілактики та корекції ми враховували: специфіку негативних змін емоційних особливостей студентів, їх глибину, стійкість, зв'язок з іншими властивостями; індивідуально-психологічні особливості юнацького віку досліджуваних, а саме мотивацію, пізнавальний та особистісний інтерес; певні аспекти організації комп'ютерної діяльності, в яку задіяні студенти (вдома, на роботі та інше); як існуючі методи, прийоми, техніки психологічного впливу (аутогенне та ідеомоторне тренування, вправи з релаксації, активне слухання тощо), так і авторські.

Головна мета запропонованої системи полягала в усвідомленні студентами впливу інформаційно-комп'ютерних технологій; профілактиці та корекції негативних емоційних проявів внаслідок цієї діяльності та формування емоційної стабільності, виходячи зі специфіки роботи студента за комп'ютером.

Система, що пропонується, має комплексний підхід, де на одному з її перших етапів ключовими моментами є інформаційно-просвітницька діяльність, яка пов'язана з розширенням уявлень студентів про ймовірні негативні впливи комп'ютера на людину. А також проведення психодіагностики емоційних станів, властивостей студентів, надання нормативних психогігієнічних порад щодо організації роботи за комп'ютером.

Другий етап був спрямований на психологічну індивідуальну і групову корекцію негативних проявів в емоційній сфері, які виникли вірогідно, внаслідок взаємодії з комп'ютером з опорою на провідні особистісні особливості студентів, що детермінують емоційну нестабільність. В цій частині робота відбувалась на таких взаємопов'язаних рівнях: навчання студентів прийомам та методам опанування своїм емоційним станом; розширення функціональних та операційних можливостей студентів, формування необхідних знань, навичок, вмінь, що веде до підвищення результативності діяльності, створення запасу міцності; корекція певних особливостей емоційної сфери особистості студентів. Корекційна частина складалася з занять, об'єднаних темою, а саме, розвиток емоційної компетентності, емпатії, комунікативності, робота з нівелюванням тривожності, сором'язливості, агресії. При цьому акцент робився на індивідуальні особливості студентів. Крім того, систематично проводився самоаналіз станів та змін.

В третій формувальній частині запропонованої системи увага спрямовувалася на розвиток певних емоційно-вольових властивостей, саморегуляції, емоційної стабільності студентів. Мета цієї частини полягала в розширенні інформаційних каналів, активізації процесів самопізнання, покращенні саморегуляції емоційних станів.

Вибір учасників для застосування розробленої системи був обумовлений результатами попереднього дослідження, в ході якого були отримані дані про вираженість негативних емоційних проявів студентів, які знаходяться за комп'ютером від 6 і більше годин, що свідчило про їх емоційну нестабільність.

Для запровадження запропонованої системи було сформовано чотири групи студентів, які активно займаються комп'ютерною діяльністю від шести і більш годин з виявленою емоційною нестабільністю: за невротично-депресивним типом, сором'язливо-лабільним, агресивно-роздратованим та сензитивно-несаморегулятивним.

В усіх групах була проведена психодіагностика емоційних станів та властивостей на початку та по завершенні реалізації цілеспрямованої системи (табл. 1).

Після проведення формувального експерименту в групі емоційно нестабільних за невротично-депресивним типом студентів (група 1) виявлено певні позитивні зміни емоційної сфери за рахунок підвищення рівня пізнавального інтересу, радості, самопочуття, активності, саморегуляції та зниження негативних проявів агресії, тривоги, байдужості.

Таблиця 1

Статистично достовірні зміни у показниках емоційної стабільності студентів до і після формульального експерименту

Показники	Група 1			Група 2			Група 3			Група 4		
	до	після	t	до	після	t	до	після	t	до	після	t
П1	53,6	69,4	2,27	51,3	69,7	2,69*	53,1	75,4	3,28*	49,6	68,2	2,35
П2	34,3	17,3	-2,34	22,4	13,3	-2,09	56,9	31,3	-7,11*	48,4	31,4	-7,20*
П3	50,9	24,0	-6,22*	29,0	17,8		25,4	12,2	-2,50	49,3	25,2	-4,64*
П4	50,7	24,3	-5,47*	33,1	19,6	-3,73*	37,6	18,7	-4,97*	58,2	36,7	-5,02*
П5	56,9	77,9	3,39*	59,1	77,2	2,56	53,0	74,4	4,28*	47,4	66,6	2,92*
П6	27,6	16,6		52,8	29,8	-7,42*	37,4	18,0	-3,92*	40,2	19,9	-3,02*
П7	7,8	8,3		5,3	6,7	2,43	6,2	6,4		6,4	6,8	
П8	5,8	6,7	2,11	5,8	7,7	2,12	6,0	6,8		5,1	5,3	
П9	7,3	7,9		7,0	7,4		6,1	7,4	2,20	5,6	7,0	2,08
П21	4,1	5,0	2,71*	4,5	4,8		4,6	4,7		3,6	4,5	2,39
П22	4,0	4,7	2,12	4,4	5,0	2,06	4,1	4,8	2,66*	4,0	3,9	
П23	5,1	5,5		5,0	5,2		4,5	5,2	2,04	4,5	4,6	

Примітка: 1. П1-радість, П2-агресія, П3-тривога, П4-байдужість, П5-пізнавальний інтерес, П6-сором, П7-експресивність, П8-саморегуляція, П9-емпатія, П21-самопочуття, П22-активність, П23-настрій;

2. без позначки * - відмінності статистично достовірні на рівні $p \leq 0,05$, * - відмінності статистично достовірні на рівні $p \leq 0,01$.

В групі студентів емоційно нестабільних за сором'язливо-лабільним типом (група 2), після експерименту результати засвідчили покращення вираженості показників радості, пізнавального інтересу, активності, експресивності, саморегуляції та зниження проявів агресії, байдужості, сорому.

В групі студентів емоційно нестабільних за агресивно-роздратованим типом (група 3) після впровадження запропонованої системи, спостерігаються нівелювання негативних емоційних проявів та підвищення пізнавального інтересу, радості, активності, настрою, емпатії.

В групі студентів емоційно нестабільних за сензитивно-несаморегулятивним типом (група 4), після формульального експерименту зменшився рівень агресії, тривоги, байдужості, сорому та змінився на краще рівень самопочуття, емпатії, пізнавального інтересу, радості.

Узагальнюючи отримані результати експерименту, можна констатувати, що впровадження розробленої нами системи профілактики та корекції негативних емоційних проявів привело до певного підвищення рівня емоційної стабільності студентів, що працюють за комп'ютером.

Таким чином, апробація запропонованої системи корекції та формування емоційної стабільності продемонструвала позитивність її використання в роботі зі студентами, які активно займаються комп'ютерною діяльністю.

ВИСНОВКИ

У дисертації представлено теоретичне узагальнення і нове наукове розв'язання проблеми емоційної стабільності студентів, які залучені до комп'ютерної діяльності різного психологічного змісту. Розробка цієї проблеми передбачала уточнення сутності поняття емоційної стабільності, виокремлення характеристик впливу на неї при взаємодії особистості в системі «людина – комп'ютер», встановлення особливостей прояву емоційної стабільності залежно від змісту діяльності та її тривалості, напрямку навчання студентів та їх статі, побудови цілеспрямованої системи корекції негативних емоційних проявів і формування емоційної стабільності студентів, які активно працюють за комп'ютером.

Виконане дослідження дозволяє зробити такі загальні висновки:

1. Аналіз теоретико-методологічних підходів відносно емоційної сфери особистості в системі «людина - комп'ютер» дозволяє умовно поділити їх на дві групи. До першої групи можна віднести системні теорії (діяльнісна, емоційної регуляції, стресу та ін.), до другої - фрагментарні (тривоги, агресії, фрустрації та ін.). Розкрито, що проблема взаємодії людини з комп'ютером та іншими інформаційними системами на сучасному етапі є актуальною для педагогічної та вікової психології та недостатньо дослідженою в аспекті впливу таких засобів та їх змісту на емоційну стабільність особистості.

2. Теоретично встановлено, що стрімкі зміни інформаційно-комп'ютерних технологій та їх впровадження в діяльність студентів випереджають розробку психологічних рекомендацій стосовно психогігієнічних умов взаємодії людини з такою технікою. Емоційна стабільність відображає збалансований прояв ознак, що її характеризують в різних видах діяльності особистості. Останні пов'язані як з динамічними, так і з особистісними особливостями емоційної сфери.

3. Систематизовано найбільш суттєві чинники комп'ютерної діяльності, що впливають на емоційну стабільність: по-перше, сенсорні стимули (підвищена яскравість зображення, шум, електростатичні поля та ін.), по-друге, особистісні (спрямовані на навчальну, професійну та розважальну діяльність), по-третє, часові (тривалість діяльності).

4. Для подальшого вивчення психологічного змісту впливу комп'ютерної діяльності на емоційну стабільність вибірка студентів була поділена на групи за певним критерієм: залежно від переваг навчально-професійної або інформаційно-розважальної діяльності, часу, професійної спрямованості, статі.

Встановлено, що усі студенти незалежно від змісту комп'ютерної діяльності за ознаками емоційної стабільності мають тенденцію відрізнятися залежно від часу взаємодії з комп'ютером. Найбільш негативні зміни в емоційній стабільності відмічаються у студентів, які використовують комп'ютер як засіб розважання від 6 і більше годин: підвищується

депресивність та знижується саморегуляція, врівноваженість. У студентів, в яких домінує навчально-професійна діяльність і вони займаються нею від 6 і більше годин за комп'ютером, ознаки емоційної стабільності мають менші негативні прояви.

Отримані результати співставлення ознак емоційної стабільності між студентами гуманітарних і технічних спеціальностей показали, що останні мають більш виражену емоційну стабільність відносно перших незалежно від тривалості комп'ютерної діяльності. В групах студентів з домінуванням навчально-професійної діяльності за комп'ютером і у юнаків, і у юнок, спостерігаються ознаки емоційної стабільності на відміну від студентів, які в основному займаються інформаційно-розважальною діяльністю.

5. Емпірично виявлено, що певна комбінація показників емоційної сфери, що вивчається, дозволяє скласти типи емоційної нестабільності: невротично-депресивний, сором'язливо-лабільний, агресивно-роздратований та сензитивно-несаморегулятивний, що відображають особливості студентів, які активно займаються комп'ютерною діяльністю.

6. Побудована система профілактики та корекції негативних емоційних проявів у студентів, які активно взаємодіють з персональним комп'ютером, складається з теоретико-діагностичної, корекційної, формувальної частин і може бути реалізована в практиці психологічних служб університетів.

7. Апробація запропонованої системи показало її ефективність в аспекті формування психогігієнічних основ взаємодії з комп'ютером, змін в зниженні проявів агресії, байдужості, тривоги та підвищенні саморегуляції, активності, пізнавального інтересу в експериментальній групі. При цьому найбільший вплив на зміни виявили вправи, ігри, пов'язані з подоланням сором'язливості, розвитком емоційного самопізнання, формуванням позитивного емоційного фону.

Виконане дослідження дало можливість сформулювати ряд перспективних завдань на подальше пізнання проблеми впливу комп'ютерної діяльності на психоемоційні стани, а саме, дослідження впливу інформаційно-комп'ютерних технологій на більш ранніх вікових періодах, поглибленого пізнання чинників та детермінант психологічної залежності особистості, що розвивається.

Основні результати дослідження відображено в таких публікаціях автора:

1. Крымова Н. А. Влияние компьютерной деятельности на эмоциональную сферу человека / Н. А. Крымова // Наука і освіта. – 2007. – №3. – С. 31-34.

2. Крымова Н. А. Исследование влияния взаимодействия в системе «человек - компьютер» на эмоциональную сферу студентов / Н. А. Крымова // Наука і освіта. – 2008. – №1-2. – С. 154-159.

3. Крымова Н. О. Особенности эмоциональной сферы студентов гуманитарных и технических специальностей при взаимодействии «человек – компьютер» /

Н. О. Кримова // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. – 2008. – №12. – С. 89-95.

4. Кримова Н. О. Дослідження відмінностей емоційної сфери юнаків та дівчат при взаємодії в системі «людина – комп'ютер» / Н. О. Кримова // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. – 2009. – №3. – С. 99-105.

5. Кримова Н. О. Емоційне становлення студентів технічного та гуманітарного профілів навчання / Н. О. Кримова // Психологічні перспективи. Спец. випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп. – Т. 2. Проблема цілісності суспільства, групи та особистості. – Київ, 2012. – С. 174–181.

6. Кримова Н. О. Побудова системи формування емоційної стабільності студентів, які захоплені комп'ютерною діяльністю / Н. О. Кримова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – 2012. – Т. 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 6. – С. 287-294.

7. Кримова Н. О. До проблеми застосування інформаційно – комп'ютерних технологій в навчальному процесі / Н. О. Кримова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. – 2013. – Т. 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 7. – Част. 1. – С. 539-544.

8. Кримова Н. О. Емоційна стабільність в умовах комп'ютерної діяльності / Н. О. Кримова // Science and Education a New Dimension Pedagogy and Psychology. – Vol. 9. – Budapest, 2013. – P. 174-177.

9. Кримова Н. О. Особливості комунікації в кіберпросторі / Н. О. Кримова // Інтелігенція і влада. Серія: Соціологія. – 2007. – Вип. 12. – С. 146-152.

10. Кримова Н. О. Особистість і кіберпростір / Н. О. Кримова: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції [«Інформаційна освіта та професійно-комунікативні технології XXI століття»], (10-12 вересня 2009 р.) / М-во освіти і науки України, Одеський нац. політехн. ун-т. – Одеса: Друк, 2009. – С. 263-265.

11. Кримова Н. О. Емоційна зрілість студентів – майбутніх спеціалістів технічних і гуманітарних напрямків: порівняльний аналіз / Н. О. Кримова: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів [«Індивідуально-психологічні якості особистості майбутніх психологів, та їх динаміка у період професійної підготовки»], (20 травня 2010 р.) / М-во освіти і науки України, Південноукраїнський нац. пед. ун-т імені К. Д. Ушинського. – Одеса: СМІЛ, 2010. – С. 233-236.

12. Кримова Н. О. Особливості соціально-психологічної допомоги та психокорекції осіб, що мають комп'ютерну залежність / Н. О. Кримова: матеріали міжнародної науково-практичної конференції [«Проблеми та

перспективи розвитку сучасної соціальної роботи»], (12-14 вересня 2011 р.) / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Одеський нац. політехн. ун-т. – Одеса: Видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2011. – С. 190-199.

АНОТАЦІЇ

Кримова Н. О. Психологічний зміст комп'ютерної діяльності як чинник емоційної стабільності. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07. – педагогічна та вікова психологія. – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, 2013.

В роботі наведено концептуальні підходи щодо проблеми психологічного впливу комп'ютерної діяльності на людину. Проаналізовані аспекти впровадження інформаційно-комп'ютерних технологій в освітню діяльність, узагальнені психогігієнічні вимоги такої діяльності. Уточнено сутність феномену емоційної стабільності та особистісних детермінант, що її обумовлюють. Виділені характеристики впливу комп'ютерних технологій на емоційну стабільність осіб юнацького віку.

В емпіричному дослідженні описані особливості емоційної стабільності студентів з урахуванням психологічного змісту комп'ютерної діяльності та її тривалості, специфіки навчання студентів та їх статі.

Розроблено та апробовано цілеспрямовану систему психокорекції негативних емоційних проявів та формування емоційної стабільності студентів, які активно працюють за комп'ютером. Експериментально доведено, що впровадження запропонованої системи показало її ефективність щодо формування емоційної стабільності та психогігієнічних основ взаємодії з комп'ютером.

Ключові слова: емоційна стабільність, комп'ютерна діяльність, тривалість комп'ютерної діяльності, психологічний зміст комп'ютерної діяльності, юнацький вік, студенти, психогігієнічні умови.

Кримова Н. А. Психологическое содержание компьютерной деятельности как фактор эмоциональной стабильности студентов. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 - педагогическая и возрастная психология. - Государственное учреждение «Пивдэнноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одесса, 2013.

В работе представлены теоретико-методологические подходы по проблеме психологического воздействия компьютерной деятельности на человека. Проанализированы аспекты внедрения информационно-

компьютерных технологий в образовательную деятельность, обобщены психогигиенические требования в условиях компьютерной деятельности.

В диссертационной работе определена эмоциональная стабильность как интегративное свойство, которое детерминируется совокупностью признаков, связанных и с динамическими, и с личностными особенностями эмоциональной сферы.

Эмпирически установлено, что влияние компьютера на студентов носит как позитивный, так и негативный характер. Эмоциональная стабильность в наименьшей степени испытывает негативное влияние со стороны компьютерной деятельности у студентов, которые от 6 и более часов в день работают за компьютером в учебно-профессиональном направлении, по сравнению со студентами, занятыми информационно-развлекательной деятельностью за компьютером.

Установлено, что длительная (более шести часов ежедневно) деятельность студентов за компьютером негативно влияет на эмоциональную стабильность: повышается депрессивность, агрессивность и снижается саморегуляция. Выделены типы эмоциональной нестабильности: невротично-депрессивный, застенчиво-лабильный, агрессивно-раздражительный, сензитивно-несаморегулятивный – отражающие особенности студентов, которые активно взаимодействуют с компьютером.

Разработана и апробирована целенаправленная система психокоррекции негативных эмоциональных проявлений и формирования эмоциональной стабильности студентов, активно взаимодействующих с компьютером. Экспериментально подтверждена эффективность применения предложенной системы в аспекте позитивного изменения эмоциональной стабильности с учетом психогигиенических условий взаимодействия с компьютером.

Ключевые слова: эмоциональная стабильность, компьютерная деятельность, длительность компьютерной деятельности, психологическое содержание компьютерной деятельности, юношеский возраст, студенты, психогигиенические условия.

Krymova N.O. The psychological content of computer activity as a factor of students' emotional stability. – Manuscript.

Dissertation for the Candidate's degree of psychological sciences, specialty 19.00.07 – Educational and Developmental Psychology – State Institution “South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky”, Odessa, 2013.

The conceptual approaches to the problem of psychological influence of computer activity on a person are represented in the thesis. There have been analysed aspects of implementation of information and computer technologies in educational activity and generalized psychohygienic requirements of such activity. The essence of the emotional stability phenomenon and personal determinants that

cause it have been clarified. Characteristics of the influence of computer technologies on the emotional stability of adolescent individuals have been pointed out .

In the empirical study there have been described characteristics of students with emotional stability taking into account the psychological content of computer activity and its duration, specificity of students' education and their gender.

The system aimed at psychocorrection of negative emotional demonstrations and formation of emotional stability of students who are working at the computer actively has been developed and checked. It has been experimentally proved that implementation of the proposed system was effective in the field of formation of emotional stability and psychohygienic grounds of interaction with the computer.

Keywords: emotional stability, computer activity, duration of computer activity, psychological content of activity, adolescence, students, psychohygienic conditions.