

ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.99

DOI 10.24195/2414-4665-2022-3-9

Ганна Коваль,

доктор філософії, кандидат психологічних наук, доцент,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
вул. Дворянська, 2, Одеса, Україна
ORCID: 0000-0003-0291-7501

КІБЕРПСИХОЛОГІЯ: ВИТОКИ, СУЧАСНІСТЬ, ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

Наголошено, що активний розвиток нових технологій призвів до виокремлення кіберпсихології як унікальної дисципліни, що досліджує психологічні процеси, пов'язані з різними аспектами та особливостями технологічно обумовленої поведінки людини. Трансдисциплінарний характер кіберпсихології сформований з врахуванням ряду теоретичних перспектив і знаходиться у фазі активного розвитку. **Мета статті** полягає у розгляді історії становлення, сучасного стану розвитку та перспектив кіберпсихології. **Методи дослідження.** Під час розгляду кіберпсихології як галузі психології використовувався інтегративний підхід, що поєднує в собі різні методи дослідження і тісний зв'язок теоретичних уявлень з конкретними реаліями розвитку психологічної науки у XXI столітті. Основою роботи були загальнонаукові принципи об'єктивності, конкретності, універсальні методи теоретичного пізнання у вигляді аналізу і синтезу, абстрагування, порівняння та моделювання. **Результати дослідження.** Автором зазначено, що кіберпсихологія включає численні та пересічні дисципліни – інформатику, інженерію та психологію. Онлайн-комунікація в соціальних мережах є одним з найбільш досліджених та актуалізованих напрямків кіберпсихології. Зазначено, що соціальні медіа є першочерговим джерелом онлайн-комунікації, що дозволяє не тільки ефективно взаємодіяти, а й демонструвати приховану агресію та прагнення домінувати над іншими, часто значно слабшими. Дослідження орієнтовані на з'ясування мотивів, особливостей психосоціального впливу, цілей застосування відеоігор у різноманітних сферах – від освіти до зміни поведінки. Наголошено, що використання комп'ютерних ігор сприяє оптимізації когнітивного функціонування та соціальних зв'язків у людей похилого віку, мінімізації симптоматики посттравматичного стресового розладу, деструктивного впливу нав'язливих спогадів та депресії, покращенню настрою. Віртуальне середовище призводить до активізації всіх когнітивних функцій гравця. У подальшому це дозволить збільшити можливості обробки інформації у дітей, сповільнити розвиток наявних когнітивних порушень. Зазначено, що використання мобільних додатків має значний потенціал при здійсненні моніторингу або зменшенні симптомів тривоги, стресу, депресії. Вони демонструють перспективу простоти використання і доступу, одночасно розвиваючи у користувачів навички самоконтролю. Підсумовано, що кіберпсихологія перебуває в активному розвитку, стимулює суміжні психологічні галузі та дисципліни. Варто визнати, що галузь кіберпсихології значною мірою перебуває в зародковому стані, що обумовлює відсутність унікального та узгодженого понятійного апарату та наукових кордонів.

Ключові слова: кіберпсихологія, кібербулінг, мобільний додаток, віртуальна реальність, штучний інтелект, цифрова залежність, Інтернет-комунікація.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

З розвитком нових технологій кіберпсихологія сформувалася як унікальна дисципліна, що вивчає психологічні процеси, пов'язані з усіма аспектами та особливостями технологічно взаємопов'язаної людської поведінки. Кіберпсихологія включає в себе численні та пересічні дисципліни, такі як інформатика, інженерія та психологія.

Термін «кіберпсихологія» охоплює різноманітні наукові та прикладні галузі, які розглядаються через призму психології та поведінкових наук. Застосування кіберпсихології в безлічі сфер, таких як освіта, охорона здоров'я, професійна діяльність, безпека, є далекосяжними.

Оскільки вітчизняна психологічна наука не представлена системними науковими дослідженнями з кіберпсихології, при розгляді обраної проблема-

тики акцент був здійснений на зарубіжних джерелах. У ряді проаналізованих робіт вивчався складний взаємозв'язок між аспектами онлайн-середовища, особистісними характеристиками та поведінкою в Інтернеті.

Мета та завдання. Мета статті полягає у розгляді історії становлення, сучасного стану розвитку та перспектив кіберпсихології.

Для вирішення окресленої мети потрібно вирішити такі **завдання:** узагальнити доступні дані з питань функціонування кіберпсихології; охарактеризувати першопричини виокремлення кіберпсихології як окремої галузі психології; розглянути ключові напрямки дослідження в кіберпсихології, їх змістовне наповнення.

Методи дослідження. Під час розгляду кіберпсихології як галузі психології, яка активно розвивається,

використовувався інтегративний підхід, що поєднує в собі різні методи дослідження і тісний зв'язок теоретичних уявлень з конкретними реаліями розвитку психологічної науки у XXI столітті. Основою роботи були загальнонаукові принципи об'єктивності, конкретності, універсальні методи теоретичного пізнання у вигляді аналізу і синтезу, абстрагування, порівняння та моделювання.

Результати. Термін «кіберпсихологія» виник у сфері прикладної психології в середині 1990-х років серед дослідників, які вивчали поведінку в Інтернеті. «Cyberpsychology and Behaviour» був першим журналом, який використав термін «кіберпсихологія».

За останні 10 років у всьому світі темпи впровадження нових технологій, включаючи мобільні пристрої, робототехніку та блокчейн, зросли експоненціально. Станом на квітень 2022 року у світі налічувалося п'ять мільярдів користувачів Інтернету, що становить 63% населення світу. З них 4,65 мільярда були користувачами соціальних мереж (Sharon, 2022).

Прогрес у сфері глобальних комунікацій і технологій, соціальних медіа та мережевих сайтів, а також технологічна близькість, створена завдяки такій розробці, як мобільний телефон, призвели до змін у поглядах і поведінці (Drigas, Mitsea, 2021). Крім того, кіберпсихологія все більше визнається через професійні асоціації, такі як Американська психологічна асоціація (APA), а також через нові журнали, конференції та академічні програми. Таким чином, термін кіберпсихологія став охоплювати різноманітні сфери науки та практичного застосування (Atrill-Smith, 2019).

Одним із найбільш досліджених та актуалізованих напрямків кіберпсихології є онлайн комунікація в соціальних мережах (Karsay, Schmuck, Matthes, Stevic, 2019). Соціальні медіа є основним джерелом онлайн-взаємодії, де люди свідомо користуються можливістю поставити в незручне становище вразливих людей через помсту, ревності, конкуренцію та розваги (Amin, Salik, Abbas, Siddique, 2021). Закриті платформи, такі як Facebook і додатки для обміну повідомленнями, сприяють поширенню інформації через закриті групи та приватні повідомлення, які виключають жертв (Asriani, Sos, 2021).

Дослідження (Scott, 2019) демонструють, що кіберкривдники часто сприймають свої дії як дружні, часто звинувачують жертв у тому, що вони занадто чутливі. Ця нефізична характеристика стає основним фактором, який використовується для баналізації булінгу в соціальних мережах.

Дослідження також зосереджені на мотивах, психосоціальному впливі, меті та застосуванні відеоігор у багатьох сферах – від освіти до зміни поведінки (Wang, Varma, Prosperi, 2018). Дослідження мотивації використання відеоігор виявило потреби людини в компетентності, соціальних зв'язках та автономії (Mahapatra, 2019).

Ігри можуть надавати соціальні можливості та знижувати рівень депресії, наприклад, для молоді, яка має

більш обмежену соціальну підтримку (Boers, Afzali, Newton, Congrod, 2019). Також було продемонстровано використання ігор для покращення когнітивного функціонування та соціальних зв'язків у людей похилого віку, для полегшення симптомів посттравматичного стресового розладу, таких як нав'язливі спогади та депресія (Russoniello, Fish, O'Brien, 2019). Їх виховний потенціал також здається недостатньо використаним.

Впровадження більш складних, захоплюючих та структурованих сценаріїв має збільшити їх вплив на мозок. Відеоігри потенційно можуть бути використані в якості терапії для пацієнтів з психічними розладами, що викликають зменшення або зміну певних ділянок мозку (Raouafi).

Віртуальне середовище відеоігор змушує гравця одночасно використовувати майже всі когнітивні функції. Це призводить до збільшення можливостей обробки інформації у наймолодшому віці, а також до уповільнення розвитку когнітивних порушень у більш старшому. До таких розладів належать шизофренія та хвороба Альцгеймера.

Для надання психологічних послуг розроблені додатки для мобільних телефонів з метою прогнозування настрою, емоцій, когнітивних/мотиваційних станів, діяльності, соціального контексту на основі значень датчиків телефону (Martín, Zapirain, Coronado, Rodrigues, 2018). Такі контекстно-орієнтовані мобільні системи можуть прогнозувати категоріальні контекстні стани пацієнтів (наприклад, місцезнаходження), попереджати їх про можливий стан депресії (перебування вдома на вихідних протягом тривалого часу) і, відповідно, заохочувати активність для полегшення можливих симптомів депресії (Galante, 2018).

Хронічний стрес стає все більш поширеним тягарем у сфері охорони здоров'я, але мобільні додатки мають потенціал для реалізації стратегій управління стресом. Найбільш поширеними стратегіями є уважність та медитація. Крім того, глибокі та повільні дихальні вправи можуть бути ефективними при лікуванні стресу. Нещодавно мобільні додатки були запропоновані як новий інструмент для тренування дихання. У цьому випадку смартфони можуть стати новою можливістю для поліпшення тренування дихання, оскільки слідує за своїми користувачами в будь-якому місці.

Мобільні додатки для психічного здоров'я мають потенціал бути ефективними в проведенні моніторингу або поліпшенні симптомів певних психічних розладів, таких як тривога, стрес, депресія. Вони демонструють перспективу простоти використання і доступу, одночасно навчаючи користувачів самоконтролю (Wang, 2018, Martín, 2018).

Віртуальна реальність застосовується для розвитку різноманітних навичок у різних контекстах. Наприклад, у даний час використовують віртуальну реальність, щоб допомогти військовослужбовцям у формуванні стресостійкості, орієнтуватися в міжкультурній взаємодії, а також розвивати навички ведення переговорів і лідерства (Miloff, Lindner, Dafgård, 2019).

Крім того, віртуальна реальність використовується для покращення навичок у пацієнтів, які відчувають труднощі або тривогу в міжособистісному спілкуванні, таких як діти з аутизмом та особи з синдромом Аспергера.

Компоненти віртуальної реальності можуть бути використані для того, щоб дозволити пацієнтам практикувати засвоєні когнітивні та / або поведінкові навички, дозволяють проводити спостереження в реальному часі і з іншими учасниками в оцінці уваги, просторових, виконавчих когнітивних та соціальних навичок, а також міжособистісної і міжгрупової поведінки (Gladstone, Matz, Lemaire, 2019).

Обговорення. Розвиток кіберпростору має глибокий вплив практично на всі аспекти людського життя, включаючи освіту, охорону здоров'я, професійну та повсякденну діяльність. Афективні, когнітивні і поведінкові наслідки на індивідуальному, діадному і груповому рівнях багато в чому тільки починають досліджуватися. З розвитком і впровадженням нових технологій, таких як 5G, з'являтимуться нові явища, які потребуватимуть вивчення. Це стосується і впливу кіберпростору на ринок праці.

Сфера кіберпсихології буде продовжувати зростати в геометричній прогресії, оскільки технології та пов'язані з ними додатки швидко змінюються. Серед науковців може виникнути тенденція критикувати появу кіберпростору в повсякденному житті і професійній діяльності. Безумовно, є місце для обґрунтованої критики і занепокоєння. Кіберзалежність, міжособистісна роз'єднаність і загрози безпеці в Інтернеті є тривожними соціальними проблемами. Однак кіберпростір також може бути використаний на користь в таких випадках: використання штучних нейронних мереж як індикаторів пухлин, персоналізовані освітні матеріали та соціальний зв'язок.

Психологи, завдяки своїй підготовці та навичкам, мають унікальну можливість бути силою інновацій, оскільки орієнтуються в цьому новому світі. Більше того, наука ХХІ століття закликає психологів до міждисциплінарної роботи з іншими фахівцями, такими як працівники сфери ІТ, інженерами та експертами з біоінформатики.

Психологи повинні взяти на себе провідну роль у забезпеченні необхідної інфраструктури, яка дозволить кіберпсихології розвиватися найбільш науковим та етичним чином, застосовуючи свої знання для вирішення реальних проблем. Мобільне здоров'я пропонує надзвичайно потужну платформу для моніторингу та управління симптомами та розладами психічного здоров'я (Drigas, Mitsea, 2021).

На додаток до безпосередньої практичної роботи необхідним є внесок психологів у розробку низки рекомендацій щодо використання кіберпростору. Ця робота може бути покладена в основу профілактики проблематики його застосування.

Висновки. Вивчення та розуміння людської поведінки по відношенню до технологій є життєво важ-

ливим напрямком в психології, оскільки межа між кіберпростором і реальним світом стає розмитою. Дослідження кіберпсихології часто зміщуються із ширшого спектру проблем, зосереджуючись на поведінці людини у зв'язку з появою таких нових технологій, як штучний інтелект, віртуальна реальність. Кіберпсихологія, враховуючи власну специфіку, має перспективу стати однією з найбільш динамічних галузей, оскільки тільки відповідність психологічних досліджень сучасному ринку ІТ технологій дозволить бути результативною та мати змогу здійснювати реальний вплив на різні аспекти взаємодії людини в кіберпросторі. Методи дослідження взаємодії людини з комп'ютером повинні відбуватися у реальному кіберпросторі. Однак швидкість, з якою відбуваються зміни, ставить під сумнів відсутність регулювання навколо глобальних технологій. Проте морально-етичні наслідки також можуть враховуватися окремими особами, і, по суті, кожен має право формувати майбутній ландшафт кіберпростору своїми рішеннями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Akram M. B., Amin B., Salik M. H., Abbas Z., Siddique N. New age media and cyber psychology: The perpetration of cyber bullying among university students. *EEO*. 2021. № 20(1). PP. 4318–4342.
2. Ancis J. R. The Age of cyberpsychology: an overview. *Technology, Mind, and Behavior*. 2020. № 1(1). URL: <https://tmb.apaopen.org/pub/2yn6jhyv>.
3. Asriani D. D., Sos S. Teenager-related cyberbullying case in Indonesia. 2021. URL: <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/09/Digitimes-35.Pdf>.
4. Boers E., Afzali M. H., Newton N., Conrod P. Association of screen time and depression in adolescence. *JAMA Pediatrics*, 2019. № 173 (9). PP. 853–859.
5. Drigas A., & Mitsea E. Metacognition, Stress-Relaxation Balance & Related Hormones. *Int. J. Recent Contributions Eng. Sci. IT*, 2021. № 9(1). P. 4–16.
6. Gladstone J. J., Matz S. C., Lemaire A. Can psychological traits be inferred from spending? Evidence from transaction data. *Psychological Science*, 2019. № 30(7). PP. 1087–1096.
7. Karsay K., Schmuck D., Matthes J., Stevic, A. Longitudinal effects of excessive smartphone use on stress and loneliness: The moderating role of self-disclosure. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2019. № 22(11). PP. 706–713.
8. Mahapatra S. Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behaviour & Information Technology*, 2019. № 38(8). PP. 833–844.
9. Martín B., Zapirain G., Coronado L., Rodrigues J. Managing and Controlling Stress Using mHealth: Systematic Search in App Stores. *Published in: JMIR Mhealth and Uhealth*. 2018. № 9. P. 6.
10. Miloff A., Lindner P., Dafgård P. Automated virtual reality exposure therapy for spider phobia vs. in-vivo one-session treatment: A randomized non-inferiority trial. *Behaviour Research and Therapy*, 2019. № 118. PP. 130–140.
11. Raouafi S. Cyberpsychology: Video games as a perspective for cognitive training. URL: <https://www.>

researchgate.net/publication/318199694_Cyberpsychology_Video_games_as_a_perspective_for_cognitive_training.

12. Russoniello C. V., Fish M. T., O'Brien K. The efficacy of playing videogames compared with antidepressants in reducing treatment-resistant symptoms of depression. *Games for Health Journal*, 2019. № 8(5). PP. 332–338.

13. Scott G. G., Wiencierz S., Hand C. J. The volume and source of cyberabuse influences victim blame and perceptions of attractiveness. *Computers in Human Behavior*, 2019. № 92. P. 119–127.

14. Sharon A. APU Launches New Cyberpsychology Programme. URL: <https://opengovasia.com/apu-launches-new-cyberpsychology-programme/>.

15. Wang K., Varma D. S., Prospero, M. A systematic review of the effectiveness of mobile apps for monitoring and management of mental health symptoms or disorders. *Published in: J Psychiatr Res.* 2018. № 107. PP. 73–78.

REFERENCES

1. Akram M. B., Amin B., Salik M. H., Abbas Z., Siddique N. (2021) New age media and cyber psychology: The perpetration of cyber bullying among university students. *EEO*. 20 (1). 4318–4342.

2. Ancis J. R. (2020) The Age of cyberpsychology: an overview. *Technology, Mind, and Behavior*. 1 (1). URL: <https://tmb.apaopen.org/pub/2yn6jhyv>

3. Asriani D. D., Sos S. (2021) Teenager-related cyberbullying case in Indonesia. URL: <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/09/Digitimes-35.pdf>

4. Boers E., Afzali M. H., Newton N., Conrod P. (2019) Association of screen time and depression in adolescence. *JAMA Pediatrics*, 173 (9). 853–859.

5. Drigas A., & Mitsea E. (2021) Metacognition, Stress-Relaxation Balance & Related Hormones. *Int. J. Recent Contributions Eng. Sci. IT*, 9 (1). 4–16.

6. Gladstone J. J., Matz S. C., Lemaire A. (2019) Can psychological traits be inferred from spending? Evidence from

transaction data. *Psychological Science*, 30 (7). 1087–1096.

7. Karsay K., Schmuck D., Matthes J., Stevic, A. (2019) Longitudinal effects of excessive smartphone use on stress and loneliness: The moderating role of self-disclosure. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22 (11). 706–713.

8. Mahapatra S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behaviour & Information Technology*. 38 (8). 833–844.

9. Martín B., Zapirain G., Coronado L., Rodrigues J. (2018) Managing and Controlling Stress Using mHealth: Systematic Search in App Stores. *Published in: JMIR Mhealth and Uhealth*. 9. 6.

10. Miloff A., Lindner P., Dafgård P. (2019) Automated virtual reality exposure therapy for spider phobia vs. in-vivo one-session treatment: A randomized non-inferiority trial. *Behaviour Research and Therapy*, 118. 130–140. [in English]

11. Raouafi S. Cyberpsychology: Video games as a perspective for cognitive training URL: https://www.researchgate.net/publication/318199694_Cyberpsychology_Video_games_as_a_perspective_for_cognitive_training [in English]

12. Russoniello C. V., Fish M. T., O'Brien K. (2019) The efficacy of playing videogames compared with antidepressants in reducing treatment-resistant symptoms of depression. *Games for Health Journal*, 8 (5). 332–338. [in English]

13. Scott G. G., Wiencierz S., Hand C. J. (2019) The volume and source of cyberabuse influences victim blame and perceptions of attractiveness. *Computers in Human Behavior*, 92. 119–127. [in English]

14. Sharon A. APU Launches New Cyberpsychology Programme. URL: <https://opengovasia.com/apu-launches-new-cyberpsychology-programme/> [in English]

15. Wang K., Varma D. S., Prospero M. (2018) A systematic review of the effectiveness of mobile apps for monitoring and management of mental health symptoms or disorders. *Published in: J Psychiatr Res.* 107. 73–78. [in English]

Hanna Koval,

*Doctor of philosophy, Candidate of Psychology Position,
Associate Professor of Department of differential and special psychology
Odessa I.I. Mechnikov National University
Ukraine, Odessa, Dvoryanskaya str., 2.
ORCID 0000-0003-0291-7501*

CYBERPSYCHOLOGY, ITS ORIGINS, PRESENT, AND DEVELOPMENT PROSPECTS

It is emphasized that the active development of new technologies has led to the identification of cyberpsychology as a unique discipline that investigates psychological processes related to various aspects and features of technologically determined human behavior. The transdisciplinary nature of cyberpsychology is formed taking into account a number of theoretical perspectives and is in the phase of active development. The purpose of the article is to consider the history of formation, the current state of development and prospects of cyberpsychology. Research methods. When examining cyberpsychology as a branch of psychology, an integrative approach was used, combining various research methods and a close connection of theoretical ideas with the concrete realities of the development of psychological science in the 21st century. The basis of the work was general scientific principles of objectivity, concreteness, universal methods of theoretical knowledge in the form of analysis and synthesis, abstraction, comparison and modeling. The results of the research. The author states that cyberpsychology includes numerous and intersecting disciplines, such as computer science, engineering and psychology. Online communication in social networks is one of the most researched and updated areas of cyberpsychology. It is noted that social media is a primary source

of online communication, which allows not only to interact effectively, but also to demonstrate hidden aggression and the desire to dominate others, who are often much weaker. The research is focused on elucidating the motives, features of psychosocial influence, and the purposes of using video games in various fields – from education to behavior change. It is emphasized that the use of computer games helps to optimize cognitive functioning and social relationships in the elderly, minimize the symptoms of post-traumatic stress disorder, the destructive effect of obsessive memories and depression, and improve mood. The virtual environment leads to activation of all cognitive functions of the player. In the future, this will increase children's information processing capabilities, slow down the development of existing cognitive disorders. It is noted that the use of mobile applications has significant potential in monitoring or reducing symptoms of anxiety, stress, and depression. They demonstrate the prospect of ease of use and access, while simultaneously developing self-control skills in users. It is concluded that cyber psychology is in active development, stimulates related psychological fields and disciplines. It should be recognized that the field of cyberpsychology is largely in its infancy, which causes the absence of a unique and agreed conceptual apparatus and scientific boundaries.

Key words: *cyberpsychology, cyberbullying, mobile application, virtual reality, artificial intelligence, digital addiction, Internet communication.*

Подано до редакції 28.10.2022