

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ

У сучасній культурі здоров'я відноситься до числа загальнолюдських цінностей і є одним з основних критеріїв визначення розвитку суспільства. Здоров'я населення є інтегральним показником суспільного розвитку країни, відображенням її політичного, соціально-економічного та морального стану, чинником формування демографічного, економічного та трудового потенціалів держави і суспільства. Саме тому феномен здоров'я людини протягом усієї історії людства привертав увагу багатьох дослідників.

Усвідомлення значущості профілактики, збереження, підтримки та відновлення здоров'я молоді потребує перш за все проведення соціально-психологічних досліджень шляхів підвищення в молодого покоління усвідомлення цінності здоров'я, здорового способу життя та формування культури здоров'я. Розкриття сутності феномена здоров'я можливе лише за умови розглядання його в єдності трьох компонентів: фізичного, соціального та психічного. Проблема психічного здоров'я була і досі залишається привабливою для багатьох дослідників-психологів. Визначення та діагностика факторів, що впливають на психічне здоров'я юнаків, є однією з найактуальніших проблем сучасності, оскільки допоможе визначити дієві шляхи їх позитивної зміни, обрати оптимальні методи та ефективні технології впливу, забезпечити індивідуальний та диференційований підхід до кожної особистості.

Критеріями психічного здоров'я виступають: відповідність суб'єктивних образів об'єктам дійсності, що відображаються; адекватний віку рівень зрілості емоційної, вольової та пізнавальної сфер особистості; адаптивність у мікросоціальних відносинах; здатність до управління власною поведінкою, до розумного планування життєвих цілей і підтримки активності в їх досягненні [6: 11]. Порушення психічного здоров'я особистості може зумовити відхилення в поведінці, зокрема, може стати причиною виникнення адиктивної (залежної) поведінки.

Проблема залежності та адиктивної поведінки не є новою для сучасної психологічної науки. Однак, вагома доля вітчизняних досліджень з цієї теми присвячена розгляду залежності майже виключно від хімічних речовин, про що свідчить аналіз наукової та довідкової літератури. Разом з тим, сьогодні все чіткіше виявляється тенденція до більш широкого розуміння проблеми залежності і, поряд із традиційними поглядами, все частіше згадуються поведінкові залежності. Серед таких поведінкових видів залежності як трудоголізм, черезмірне піклування про власне здоров'я, колекціонування, пристрасть до азартних ігор, не останнє місце займає залежність від Інтернету.

Бурхливий розвиток сучасних інформаційних технологій зумовив появу нової для нашого суспільства проблеми – проблеми залежності від Інтернету. Для періоду соціальної нестабільності, який сьогодні переживає суспільство, характерні в тому числі й певні зміни в структурі особистості. Деякі з цих змін можуть мати руйнівні наслідки для розвитку особистості. Зокрема, такі психологічні особливості особистості, які можуть стати підґрунтям до розвитку узалежненої (адиктивної) поведінки. У зв'язку з цим, визначення особливостей формування залежності від Інтернету, вивчення психологічних особливостей особистості, що є характерними для осіб, залежних від Інтернету, проведення заходів, спрямованих на запобігання подальшому зростанню адиктивної поведінки, розробка ефективних стратегій подолання Інтернет-залежності є надзвичайно актуальним.

Метою роботи є вивчення психологічних особливостей особистості Інтернет-залежних юнаків, що сприятиме прогнозуванню ризику виникнення адиктивної поведінки та розробці більш точних і ефективних профілактичних і корекційних заходів подолання такої поведінки. Для досягнення мети було поставлено завдання розкрити поняття, види і детермінанти Інтернет-залежності, визначити психологічні особливості особистості осіб, залежних від Інтернету, та освітити основні напрямки і перспективи подальших досліджень з проблеми залежності від Інтернету.

Як вже було зазначено вище, досить широко в психологічній науковій літературі представлено проблему залежності від хімічних речовин. Дослідження з проблем алкогольної, наркотичної, тютюнової залежності проводилися такими науковцями як С.І. Болтівець, Б.С. Братусь, Л.Г. Горяна, В.В. Беспалько, Н.П. Бурмака, Н.Ю. Максимова, А.М. Нагорна та багатьма іншими. Питання ж Інтернет-залежності належать до числа мало розроблених. Дослідження проблеми психології залежності від Інтернету як поведінкової адикції широко висвітлено здебільшого у зарубіжній літературі у працях таких науковців як М. Шоттон, Д. Грінфілд, Дж. Грохот, К. Янг та ін. У вітчизняній психологічній науці, нажаль, ще недостатньо вивчено та висвітлено цю тему. Серед вітчизняних науковців, що присвятили свої дослідження проблемі Інтернет-залежності, можна назвати А.Г. Асмолова, Т.Ю. Больбот, О.Є. Войскунського, Л.В. Кулікова, Н.В. Чудову, Н.А. Цветкову, А.В. Цветкова, Л.М. Юр'єву та ін.

З метою розкриття змісту поняття залежності ми звернулися до ресурсів довідкової літератури. У Психіатричному енциклопедичному словнику поняттям "залежність" визначається "стан людини або її поведінка, коли вона знаходиться у підкоренні іншій людині або ситуації" [9: 329]. При цьому, окрім залежності від психоактивних речовин, вказано на існування також залежності від певних ідей, особистостей, від азарту, від віросповідань тощо [9: 329]. Залежність буває "фізіологічною, якщо сам організм має потребу в даній речовині для нормального функціонування, або психологічною, якщо ця потреба має афективну природу" [11: 147]. Здебільшого та чи інша залежність виникає в ході певної активності, певної поведінки, дій, акцій, і виявляється вона у поведінці, що є характерною для певного з видів залежності [6: 337].

Аналіз вітчизняних наукової здобутків з теми дослідження показав, що проблему психології залежності від Інтернету можна розглядати в різних ракурсах.

По-перше, питання Інтернет-залежності розкриваються в рамках проблеми девіантної поведінки. Згідно з класифікацією Ц.П. Короленко та Т.О. Донських, всі поведінкові девіації поділяються на дві групи: нестандартну і деструктивну поведінку. Нестандартна поведінка може мати форму нового мислення або таких дій, що виходять за рамки стереотипів поведінки. Деструктивна поведінка в залежності від спрямованості поділяється на внутрішньодеструктивну поведінку (суїцидальна, конформістська, аутична поведінка) та зовнішньодеструктивну поведінку, яка, в свою чергу,

поділяється на антисоціальну поведінку (полягає у діях, які порушують існуючі закони і права інших людей у формі асоціальної поведінки) та адиктивну поведінку (передбачає використання яких-небудь речовин або специфічної активності з метою відходу від реальності і отримання бажаних емоцій) [5: 97-98].

По-друге, виникнення Інтернет-залежності розглядається як наслідок зниження психологічної стійкості особистості [6: 113-114]. Оскільки психологічна стійкість оберігає особистість від дезінтеграції і особистісних розладів, складає основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, то зниження психологічної стійкості призводить до дезінтеграції особистості, порушення регуляції поведінки та діяльності, розпаду системи життєвих цінностей, мотивів, цілей, що підвищує ризик виникнення залежності.

У вітчизняній літературі поняття "залежність", "узалежнена поведінка", "адикція", "адиктивна поведінка" розглядаються здебільшого як еквівалентні.

Термін "адикт" походить від латинського *addicere* – "благоволити", "сприяти". Адикція в сучасній науковій літературі визначається як пристрасть до якоїсь речовини або роду діяльності, яка включає безконтрольне прагнення приймати цю речовину або практикувати вид діяльності для досягнення бажаного психічного ефекту. Адиктивна поведінка є виявом бажання змінити свій психічний стан в напрямку виникнення інтенсивних позитивних емоцій насамперед за допомогою вживання певних речовин (тютюну, алкоголю, наркотичних, психоактивних речовин, медичних препаратів), або ж шляхом здійснення специфічної активності, яка характеризується порушенням контролю за спонуканнями, неподоланістю прагнень, ненаситністю та обов'язковістю виконання (порушення харчової поведінки, пристрасть до азартних і комп'ютерних ігор, до Інтернету, kleptomанія тощо). В рамках проблеми Інтернет-залежності терміни "залежність від Інтернету", "Інтернет-залежність", "Інтернет-адикція", "віртуальна адикція", "черезмірне застосування Інтернету" також наповнюються однаковим змістом і трактуються як нав'язливе чи кумпальсивне бажання увійти до Інтернету, знаходячись off-line, і неможливість вийти з Інтернету, знаходячись on-line [12: 31].

Розглядаючи види залежності, Л.В. Куліков розрізняє хімічну залежність (алкоголізм, наркотизм, токсикоманія, залежність від ліків, нікотинізм), акцентуовану активність (ігроманія, Інтернет-залежність, трудоголізм, сексоманія) та культову залежність [6: 337]. Ц.П. Короленко та Н.В. Дмитрієва, розрізняючи нехімічні адикції (патологічна схильність до азартних ігор (гемблінг), комп'ютерна, сексуальна адикції, трудоголізм, адикції до витрати грошей, адикції відносин та ін.) та хімічні адикції (залежність від алкоголю, тютюну, кофеїну, опіатів, канабіоїдів, галлоциногенів, транквілізаторів, барбітуратів тощо), відокремлюють також проміжні форми адикції (адикція до їжі та ін.) [4].

Різні види адиктивної поведінки мають свої специфічні особливості, прояви і наслідки, але етапи формування адикції є спільними. Початок формування адиктивного процесу завжди відбувається на емоційному рівні як переживання гострої зміни психічного стану у вигляді підвищеного настрою, почуття радості, екстазу, неймовірного підйому у зв'язку з вживанням певних речовин чи певними діями. Наступний етап характеризується формуванням певної послідовності звертання до засобів адикції. На третьому етапі адиктивна поведінка стає стереотипною, типовою, на четвертому - повністю домінуючою, а на п'ятому вона руйнує як психіку, так і біологічні процеси [7: 463-465].

Незалежно від виду залежності існують загальні ознаки адиктивної поведінки: стійке прагнення до зміни психофізичного стану; безперервний процес формування і розвитку адикції; циклічність узалежненої поведінки; закономірне виникнення особистісних змін і соціальної дезадаптації; формування адиктивної установки, тобто сукупності когнітивних, емоційних і поведінкових особливостей, які викликають адиктивне відношення до життя; черезмірне емоційне відношення до об'єкту залежності; недовіра до спеціалістів, що намагаються здійснити медико-соціальну допомогу; перетворення об'єкту адикції в мету існування; заперечення залежності та її тяжкості [3: 120-122]. Поряд з тим, О.Є. Войскунський наводить такі критерії, що визначають залежність: пріоритетність, зміна настрою, толерантність, симптоми розриву, конфлікт та рецидив [2: 91].

Залежність від Інтернету, як вказує О.Є. Войскунський, розуміється широко і включає в себе такі форми її прояву: пристрасть до роботи з комп'ютером (до програмування, ігрової та інших видів діяльності); пошук інформації у віддалених базах даних; пристрасть до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів та електронних покупок; залежність від спілкування в чатах, від участі у групових іграх і телеконференціях; залежність від порнографічних сайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах [2: 92].

Досить схожою є типологія Інтернет-залежності К. Янг, яка розрізняє: кіберсексуальну залежність – нездоланне прагнення до відвідування порносайтів і заняття кіберсексом; пристрасть до віртуальних знайомств – надмірність знайомих і друзів в мережі Інтернет; нав'язлива потреба в Інтернеті – гра в онлайн-нові азартні ігри, постійні покупки або участь в аукціонах; інформаційне переважання – мандрування Інтернетом, пошук інформації по базах даних та пошуковим сайтам; комп'ютерна залежність – нав'язлива гра в комп'ютерні ігри [13: 25].

Не зважаючи на різнобічність активності користувачів Інтернету, можна відокремити три основні види здійснюваної ними діяльності: пізнавальну, ігрову і комунікативну [1: 177].

При роботі в Інтернеті залежні виявляють ряд специфічних поведінкових характеристик: неможливість, небажання відірватися від роботи та роздратування при необхідності відволіктися; прагнення проводити за роботою все більше часу і витратити все більше грошей; схильність забувати про домашні справи, навчання, службові обов'язки; прагнення позбавитися почуття провини, безпорадності, тривоги, депресії; відчуття емоційного підйому; готовність миритися із втратою сім'ї, близьких, друзів, кола спілкування; нехтування власним здоров'ям, особистою гігієною тощо [2: 91-92].

Дослідники різних галузей знання вважають, що адиктивна поведінка виникає як результат складної взаємодії спадкових, біохімічних, соціальних та індивідуально-психологічних факторів. Серед таких можна відокремити: зовнішні умови фізичної середовища; внутрішні спадково-біологічні, психофізіологічні та індивідуально-типологічні передумови; зовнішні соціальні умови; внутрішньоособистісні причини і механізми узалежненої поведінки [3: 125-129]. Аналізуючи дані досліджень, Ц.П. Короленко та Н.В. Дмитрієва зазначають, що найвагоміший вплив на формування комп'ютерної, зокрема, Інтернет-залежності, здійснюють фактори, які характеризують психічний, фізичний та соціальний аспекти залежного [12: 111]. Також прослідковується чіткий взаємозв'язок з віковим фактором. Ми вважаємо, що при аналізі причин виникнення узалежненої поведінки слід враховувати поєднання всіх взаємодоповнюючих факторів.

Інтернет-залежність формується переважно у осіб, які мають схильність до узалежненої поведінки. Разом з тим, розвиток адиктивної поведінки залежить від певних психологічних особливостей особистості, серед них: слабкість

вольового контролю, високий рівень нейротизму, велика емотивність, екстернальність, неадекватне самосприйняття, неадекватна занижена або завищена самооцінка, незадоволеність собою, сором'язливість, прагнення до незалежності, наявність соціальної фобії, почуття самотності та нестачі взаєморозуміння, усвідомлення нестатку соціального статусу та уваги до своєї персони, схильність до фантазій та азартних захоплень тощо. У міжособистісних відносинах такі особи зазнають труднощів у безпосередньому спілкуванні, схильні до домінування, незалежності, агресивності, спостерігається тенденція до підозрливості, ворожості, обману. В.Д. Менделевич наводить низку особистісних особливостей осіб з різними формами адиктивної поведінки: низька стійкість по відношенню до повсякденних труднощів порівняно зі здатністю добре переносити кризові ситуації, скритий комплекс неповноцінності, прагнення уникати відповідальності у прийнятті рішень, стереотипність поведінки, залежність, тривожність [8: 357].

На нашу думку, вивчення особистісних особливостей Інтернет-залежних юнаків є дуже актуальним і сприятиме прогнозуванню ризику виникнення адиктивної поведінки та розробці більш точних і ефективних профілактичних і корекційних заходів подолання такої поведінки. З метою вирішення цієї проблеми нами було проведено експериментальне дослідження психологічних особливостей особистості осіб юнацького віку, залежних від Інтернету.

Дослідження проводилося у два етапи. На першому етапі нами було виявлено осіб юнацького віку, які виявляють ознаки Інтернет-залежності. З цією метою було використано методику діагностики Інтернет-залежності В.Лоскутової [12: 134-136], яка є російськомовною адаптацією теста визначення Інтернет-адикції К. Янг. В експерименті приймали участь 131 студент Інституту психології ПДПУ ім. К.Д. Ушинського м. Одеси віком від 16 до 24 років. За результатами експерименту у 30 студентів, що складає 23% вибірки, було виявлено ознаки Інтернет-залежності.

Завданням другого етапу експериментальної роботи було виявлення психологічних особливостей особистості юнаків з проявами Інтернет-залежності, які ми оцінювали за допомогою 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла. Нами було отримано наступні дані. Переважна більшість Інтернет-залежних (77%) характеризуються товариськістю, відкритістю, легкістю у встановленні міжособистісних контактів (високі показники за фактором А), виявляють високу нормативність поведінки, відповідальність, сумлінність, наполегливість (фактор G), сміливість, заповзятість, активність (фактор H) та чутливість, вразливість, багатство емоційних переживань (фактор I). 73% опитуваних за фактором O виявляють ознаки тривожності, страху невпевненості у собі. 19 опитуваних Інтернет-залежних (63%) схильні до підозрливості, обережності, що може проявлятися в автономності, самостійності і незалежності у соціальній поведінці (фактор L), вони консервативні, схильні дотримуватися сталих ідей та принципів (фактор Q1), при цьому схильні до незалежності, самостійності та орієнтації на власні рішення (фактор Q2 та F4), мають високий рівень самоконтролю (фактор Q3), екстраверти (фактор F2). (60%) виявляють ознаки домінантності, самостійності, незалежності за фактором E, апатичності, в'ялості, низької мотивації за фактором Q4 та тривожності за фактором F1. Переважно середні та вище середнього оцінки за фактором C (57%) вказують на їх емоційну стабільність та стійкість інтересів. Більшість опитуваних Інтернет-залежних (97%) зазнають труднощів у зв'язку з емоційністю, що супроводжує їхню поведінку (низькі значення за фактором F3). 80% залежних студентів мають багату уяву, охоплені власними ідеями і внутрішніми ілюзіями (високі показники за фактором M), характеризуються адекватною самооцінкою (середні значення за фактором MD). Майже однаково серед Інтернет-залежних студентів розподілилися показники конкретності та абстрактності мислення за фактором B, емоційної стабільності та нестабільності за фактором F, дипломатичності та прямолінійності за фактором N (53% та 46% відповідно).

Отже, аналіз експериментальних даних дозволяє виділити низку особистісних особливостей, притаманних особам з ознаками Інтернет-залежності, серед них: товариськість, емоційність, тривожність, схильність до домінантності, автономності, самостійності, незалежності, високий рівень самоконтролю тощо.

Таким чином, аналіз наукової літератури з теми дослідження показав, що проблема психології залежності від Інтернету є сьогодні дуже актуальною і включає ряд нерозкритих питань. Зокрема, недостатньо уваги приділено вивченню особистості залежних, визначенню тих особливостей в структурі особистості, що зумовлюють формування залежності чи є її наслідком, до цього часу немає чіткого порівняльного психологічного портрету осіб з різними формами залежності від Інтернету. У зв'язку з цим, перспективами подальших досліджень ми вважаємо вивчення психологічних особливостей особистості, які є характерними для осіб з різними формами Інтернет-адикції та виступають передумовою виникнення залежності від Інтернету, а також розробку програм профілактики і корекції Інтернет-залежності в юнацькому віці.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. Интернет: воздействие на личность // Психология зависимости: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, 2004. – С. 175 – 222.
2. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – № 1. – С. 90-100.
3. Змановская Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) / Е.В. Змановская. – М.: ИЦ "Академия", 2003. – 288 с.
4. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение: Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. – 1991. – №1. – С. 8-15.
5. Короленко Ц.П., Донских Т.А. Семь путей к катастрофе: Деструктивное поведение в современном мире / Ц.П. Короленко, Т.А. Донских. – Новосибирск: Наука Сиб. Отделение, 1990. – 222 с.
6. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: учебное пособие / Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
7. Леонова Л.Г., Бочкарева Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте // Психология зависимости: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, 2004. - С. 449 – 501.
8. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология / В.Д. Менделевич. – М.: Медпресс, 2001. – 592 с.
9. Психиатрический энциклопедический словарь / Й.А. Стоименов, М.Й. Стоименова, П.Й. Коева и др. – К.: МАУП,

2003. – 1200 с.

10. Чудова Н.В. Особенности образа "Я" "жителя Интернета" / Н.В. Чудова // Психологический журнал. - 2002. – Т. 23. – № 1. – С. 113-117.

11. Шапар Б.В. Психологічний тлумачний словник / Б.В. Шапар. – Х.: Прапор, 2004. – 640 с.

12. Юрьева Л.Н., Больбот Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Боль-бот. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

13. Янг К. Диагноз – Интернет-зависимость // Мир Internet. – 2000. - № 2. – С. 24 – 29.

Подано до редакції 14.09.09

РЕЗЮМЕ

Стаття присвячена аналізу сучасного стану проблеми психології залежності від Інтернету. Обґрунтовано актуальність вивчення психологічних особливостей особистості Інтернет-залежних.

Л.А. Ильницкая

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОЙ МОЛОДЕЖИ

РЕЗЮМЕ

Статья посвящена анализу современного состояния проблемы психологии зависимости от Интернета. Обоснована актуальность изучения психологических особенностей личности Интернет-зависимых.

L.A. Hnytska

PERSONAL PSYCHOLOGICAL FEATURES OF INTERNET-ADDICTED YOUTH

SUMMARY

The article analyzes contemporary state of the issue of psychology of Internet-addiction. The author substantiates actuality of studying psychological features of personality of the Internet-addicted.
