m_educ_2025_164

Міністерство освіти і науки України

Чернівецький національний університет

імені Юрія Федьковича

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

Кафедра практичної психології

ОСОБЛИВОСТІ СМИСЛОВОЇ СФЕРИ У ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Кваліфікаційна робота

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:

студентка 2 курсу, 622 групи

спеціальності 053 «Психологія»

Корчагіна Любов Сергіївна

Керівник: д.мед.н., проф. Кметь О.Г.

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри No ___

від «___» _____ 2024 р.

зав. кафедри _____

Чернівці – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ СЕНСУ ЖИТТЯ ТА ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ В КОНТЕКСТІ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ	8
1.1. ПСИХОЛОГІЧНЕ РОЗУМІННЯ СЕНСУ ЖИТТЯ	8
1.2. ЗНАЧЕННЯ СЕНСУ ЖИТТЯ У ФОРМУВАННІ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ	18
1.3. ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ СЕНСУ ЖИТТЯ В КОНТЕКСТІ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ	27
РОЗДІЛ ІІ. МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	29
2.1. ОБҐРУНТУВАННЯ МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ	29
2.2. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ДОСЛІДЖУВАНИХ	34
РОЗДІЛ ІІІ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СМИСЛОВОЇ СФЕРИ У ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	36
3.1. ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ СМИСЛІВ ЖИТТЯ В ДОСЛІДЖУВАНІЙ ГРУПІ	36
3.2. ЗМІСТ ТЕРМІНАЛЬНИХ ЦІННОСТЕЙ У ОСІБ З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ РІЗНОЇ СТАТІ	40
3.3. АНАЛІЗ СПРЯМОВАНОСТІ ЖИТТЯ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК В З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЇ	48
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ	57

.

АНОТАЦІЯ

Особливості смислової сфери у чоловіків та жінок з ознаками інтернет-залежності.

В кваліфікаційній робота проаналізовано теоретичні особливості змісту ціннісно-смислової сфери та особливостей формування і проявів Інтернет-залежності, емпірично досліджено смислову сферу у чоловіків і жінок з ознаками Інтернет-залежності. У першому розділі розглянуто психологічне тлумачення поняття сенсу життя, значення сенсу життя у формуванні залежної поведінки та гендерні аспекти сенсу життя в контексті залежної поведінки. У другому розділі наведено матеріали та методи дослідження. Третій розділ містить результати аналізу особливостей смисложиттєвих орієнтацій, термінальних цінностей, сенсів життя у чоловіків та жінок з ознаками Інтернет-залежності. Робота завершується висновками, що підсумовують результати дослідження, та містить список використаних джерел і додатки.

Ключові слова: життєві сенси, смисложиттєві орієнтації, Інтернет-залежність.

ANNOTATION

Peculiarities of the semantic sphere in men and women with signs of Internet addiction

The qualification work analyzes the theoretical features of the content of the value-semantic sphere and the features of the formation and manifestations of Internet addiction, empirically researches the semantic sphere in men and women with signs of Internet addiction. The first section considers the psychological interpretation of the concept of the meaning of life, the importance of the meaning of life in the formation of addictive behavior and gender aspects of the meaning of life in the context of addictive behavior. The second section presents the materials and methods of the study. The third section contains the results of the

analysis of the features of meaningful life orientations, terminal values, and meanings of life in men and women with signs of Internet addiction. The work ends with conclusions summarizing the results of the study, and contains a list of sources used and appendices.

Keywords: life meanings, meaningful life orientations, Internet addiction.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідні джерела.

Л.С. Корчагіна

ВСТУП

Впровадження інформаційних технологій в повсякденний побут, що почалося на початку 90-х років минулого століття, в даний час досягло високого рівня. Згідно з інформацією, опублікованою за останніми дослідженнями, за віком 85% інтернет-глядачів в Україні становлять люди віком до 45 років. Молоді користувачі у віці від 16 до 24 років становлять 77%, або більше 3/4 від загальної аудиторії, але найменше користуються мережевими ресурсами [1]. За даними компанії Gemius, на кінець 2019 року в Україні було зареєстровано 24,8 млн активних користувачів мережі Інтернет, що складало 59% всього населення України. За даними компанії GlobalLogic у 2020 році, під час пандемії COVID-19 кількість користувачів мережі Інтернет збільшилася більш, ніж на 3 млн осіб, і складала вже 28 млн користувачів, що на 13% більше, ніж у 2019 році. З 2020 року по 2021 рік кількість користувачів мережі Інтернет збільшилася на 2 млн осіб і складала 30 млн користувачів, що становить 72% населення України [1, 2].

Вчені вважають, що виникнення комп'ютерної залежності підпорядковується всім закономірностям формування залежності, які встановлені на основі спостережень за курцями, наркоманами, алкоголіками або патологічними гравцями в азартні ігри. Якщо для формування традиційного типу залежності потрібно багато років, то в разі формування інтернет-залежності термін різко скорочується. За результатами досліджень К. Янг вважає що у 25% Інтернет-аддиктів залежність сформувалася протягом 6 місяців після початку роботи в Інтернеті. У другому півріччі цей показник становить 58%, а через 1 рік – 17%. Крім того, якщо довгострокові наслідки алкогольної та наркотичної залежності добре вивчені, то інтернет-залежність ще не стала предметом тривалого спостереження.[3].

Першими, хто досліджував вплив комп'ютерів з точки зору психологічної науки, були в 1994 році американські вчені К. К. Янг, М. Гріффітс [4], Д. Грінфілд [5].

Феномен інтернет-залежності в медичній літературі вже набув статусу діагностованого явища. У міжнародній класифікації хвороб – це розлад, пов'язаний з інтернет-залежністю (скорочено IAD). Існують і інші терміни – «Інтернет-залежність «(internet behavioral dependence), а також – «надмірне/патологічне використання Інтернету « (overuse of the Internet)[6]).

Жінки-глядачі Інтернету націлені на пошук друзів, цікавих людей і спілкування - тобто вони використовують комунікаційні можливості мережі [7]. У той же час К.Янг сказав, що чоловіки шукають в Інтернеті домінування, сексуальних фантазій, жінки знаходять дружбу, романтичні партнерські відносини і що вони приховують свою зовнішність. Чоловіки більш схильні до пристрасті до онлайн-ігор, кібер-порно, а жінки стають залежними від чату, онлайн-покупок.[7].

Тому, враховуючи відмінності в причинах інтернет-залежності у чоловіків і жінок, важливим є питання про психологічне значення такої поведінки і його гендерних відмінностях.

Сьогодні з'являється все більше наукових робіт, в яких звертається увага на загрозу неконтрольованої комп'ютерної активності. Зокрема, вивчення інтернет-залежності як феномену (К.Янг, м. Гріффіт, і. Голдберг, Л. А. Ільницька, а. церковний), гендерних характеристик учасників інтернет-взаємодії, їх мотиваційних і смислових аспектів (С. Кінг, С. Бернстайн, П. Дж.Н.Арестова, А. Е. Войскунський, а. в. Мітіна та ін.). [8]

Серед публікацій, присвячених темі комп'ютерної залежності в психологічному контексті, слабо вивчені проблеми смислової сфери людини з такою залежністю, зокрема, структура і зміст життєвого напряму, а також його аспекти, такі як гендерний розділ цього питання.

Мета дослідження-проаналізувати особливості ціннісно-смислової сфери у чоловіків і жінок з ознаками інтернет-залежності.

Об'єкт: ціннісно-смислової сфера чоловіків і жінок.

Предмет дослідження: особливості ціннісно-смислової сфери у Інтернет-залежних чоловіків і жінок.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз змісту ціннісно-смислової сфери, психологічного розуміння сенсу життя, особливостей формування та проявів адиктивної поведінки, зокрема Інтернет-залежності.
2. Провівши діагностику проявів Інтернет-залежності, сформувати вибірку дослідження.
3. Проаналізувати особливості смислової орієнтації життя, термінальних цінностей та важливості сфер життя у чоловіків і жінок.
4. Виявити відмінності ціннісно-смислової сфери у чоловіків та жінок з ознаками Інтернет-залежності з використанням методів непараметричної статистики.

Гіпотеза: існують суттєві відмінності в системі та структурі ціннісно-смислової сфери чоловіків та жінок, залежних від Інтернету.

Методи:

Психодіагностичні:: анкета; Шкала інтернет-залежності К. Янг, опитувальник термінальних цінностей, методика дослідження системи життєвих смислів Д. А. Леонтьєва, тест смислової орієнтації.

Математичні та статистичні: описовий метод, визначення непараметричого статистичного U-критерію Манна-Уїтні.

Вибірка: експериментальна група: чоловіки (n=15) і жінки (N=15) з ознаками Інтернет-залежності, контрольна група :чоловіки (N=15) і жінки (N = 15) без ознак Інтернет-залежності.

Теоретична значимість: дослідження проводилося шляхом проведення огляду наукової літератури, присвяченої смисловій сфері особистості і проблемам людей, залежних від інтернету, а також їх гендерним особливостям.

Практична цінність: дана робота прояснює особливості смислової сфери Інтернет-залежних чоловіків і жінок, що може бути використано з

метою розробки ефективних програм профілактики і корекції Інтернет-залежності.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається з вступу, 3 розділів, висновків і списку використаних літературних джерел.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ СЕНСУ ЖИТТЯ ТА ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ В КОНТЕКСТІ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

1.1. Психологічне розуміння сенсу життя

Сам факт існування людини на землі в певних умовах існування створює проблеми роботи і професійного самовизначення. Сам факт життя людини в суспільстві створює проблеми міжособистісних відносин, співпраці і дружби. За словами Альфреда Адлера: «сенс життя визначається цими трьома зв'язками, оточеними ними, і правильне вирішення трьох життєвих проблем допомагає нам знайти його». Адлер визнає, що ніхто не може похвалитися наявністю справжнього абсолютного сенсу життя: стільки ж сенсів, скільки є людей, і в той же час він підкреслює психологічний стандарт «істинності» сенсу, його інтегральної функції: реальний сенс може бути розділений і прийнятий іншими людьми. Отже, згідно з ідеєю Адлера, сенс життя – правильний або неправильний – відбивається у всіх поведінкових проявах, установках, психічних процесах, рисах особистості індивіда, і значення для нього мають не тільки людські дії і переживання, а й явища зовнішнього світу [9].

Карл Густав Юнг відстоює позицію, яка стосується як питання сенсу життя, так і питання інтерпретації такого змісту, як мрії та продукти фантазії, і стикається з проблемою визначення сенсу, з яким люди можуть жити. Сенс життя пов'язаний тільки з постановкою духовних або культурних цілей, досягнення яких є необхідною умовою психічного здоров'я. Згідно Адлеру, якщо той чи інший сенс життя розвивається автоматично до певного віку у всіх людей і не реалізується одночасно, а для Юнга – пошук і усвідомлення сенсу життя виступає як специфічна потреба і завдання. І сенс життя Юнга не був суто суб'єктивним, Юнг застерігав від небезпеки відчуження особистості, втрати реальності у випадках орієнтації на нав'язані ззовні соціальні ролі або на сенс вигаданого самонавіювання.

Юнг відкрито звертається до архетипів, які надають сенс нашому життю, зокрема до джерел символів[19,10].

Концепція сенсу як життєвого виклику детально розроблена Віктором Франклом у «теорії особистості та психотерапії». У своєму вченні Франкл виділяє 3 основні частини:

- доктрину прагнення до сенсу;
- доктрину сенсу життя;
- доктрину свободи волі.

В. Франкл називає бажання досліджувати і усвідомити сенс свого життя вродженою мотиваційною тенденцією, властивою всім людям, а також головним двигуном і безглуздості поведінки і особистісного розвитку, що створює у людини стан, який В. Франкл називає екзистенціальним вакуумом. Необхідною умовою психічного здоров'я є певний рівень напруги, що виникає між людиною, з одного боку, і об'єктивним змістом, локалізованим в зовнішньому світі, який повинен бути реалізований, з іншого.

Позиція про унікальність сенсів не заважає Франклу дати змістовну характеристику можливого позитивного значення. Для цього він вводить поняття цінностей – це викристалізуване в результаті узагальнення типових ситуацій, з якими доводилося стикатися суспільству і людству, що дозволяє людині узагальнити можливі способи, за допомогою яких він може зрозуміти своє життя. За допомогою того, що ми даємо життю; за допомогою того, що ми беремо від світу, і за допомогою позицій, які ми займаємо по відношенню до долі, яку ми не можемо змінити. Існує 3 групи цінностей: цінності творчості, цінності досвіду, цінності ставлення [9, 11].

Кожна ситуація має свій власний сенс, різний для різних людей, але для кожного він є єдино вірним. Цей сенс змінюється не тільки від людини до людини, але і від ситуації до ситуації. Людина несе відповідальність за усвідомлення унікального сенсу свого життя. В. Франкл характеризує бажання, породжуване змістом, як таке, яке вимагає від індивіда завжди

вирішувати, чи хоче він реалізувати його в даній ситуації: усвідомлюючи сенс свого життя, людина тим самим задовольняє самого себе.

Франкл вводить поняття надсмислу. Йдеться про сенс цілого, тобто про сенс Всесвіту, сенс існування, сенс історії, в світлі яких людське життя набуває сенсу. Цей сенс виходить за рамки людського існування, тому неможливо відповісти на питання про надсенс. «Надсенс» має місце незалежно від життя окремого індивіда. Головна теза вчення Френкла про сенс життя полягає в тому, що життя людини не може втратити свій сенс ні за яких обставин.

Основна теза третього вчення Франкла – доктрини про свободу волі – полягає в тому, що Франкл заперечує її пандетермінованість, в той час як людина вільно знаходить сенс життя і визнає очевидний детермінізм реальної людської поведінки, навіть якщо його свобода істотно обмежена об’єктивними обставинами. «Необхідність і свобода не Локалізовані на одному рівні; свобода підноситься, яка будується на будь-якій потребі»[13]. Автор говорить про свободу людини в зв’язку з його інстинктами, спадковістю і умовами навколишнього середовища.

Франкл визначає людей як істот, які завжди вирішують, що робити в наступний момент. «Людина вирішує сама за себе; будь - яке рішення - це рішення для себе, а рішення для себе-це завжди формування самого себе»[13]. Прийняття такого рішення - це не тільки акт свободи, а й акт відповідальності. Насправді, це відповідальність людини за своє життя.

Таким чином, в основу теорії особистості лягає ідея сенсу життя як інтегруючого фактора в житті людини.

Інша інтерпретація особистісного сенсу належить канадському філософу і психологу Дж. А. К. Ройсу і представлена теорією особистості та індивідуальних відмінностей, розробленою Пауеллом. Ройс і Пауелл пов’язують поняття особистісного сенсу з поняттям важливості, яке кожен індивід приписує важливому аспекту буття. У побудованій ними ієрархічної системно-факторної моделі особистості особистісний сенс займає вершину

ієрархії. Основною функцією інтегрованої надсистеми, що позначається терміном «особистість», є підтримка, оптимізація і стабілізація особистісного сенсу, який, на думку Ройса і Пауелла, вважається чисто суб'єктивним утворенням. Позиція Ройса і Пауелла в цьому відношенні прямо протилежна позиції Франкла. У пошуках особистісного сенсу людина стикається з трьома питаннями: 1) в якому світі я живу? 2) Як я можу прожити своє життя, щоб найкращим чином відповідати своїм потребам та цінностям. Відповідаючи на ці питання, людина формує картину свого світу, спосіб життя і уявлення про самого себе [9, 11].

Найбільш детальним підходом до розуміння сенсу з точки зору інтеграції особистої і соціальної реальності є теорія Ф.Фенікса. Як і багато авторів, про які йшлося вище, Фенікс фокусується на усвідомленні значення сутності людини. Він пише, що необхідно говорити про значення множини. Все можливе розмаїття людських смислів зводиться до 6 семантичних реальностей: символізм (лінгвістичні та інші символічні структури), емпіризм (фактичне знання реальності), естетика (різні види мистецтва), синоетика (значущі міжособистісні відносини), етика (моральний обов'язок) і синоптика (інтегративний сенс). Різниця між шістьма реальностями носить чисто теоретичний характер. Шість семантичних реальностей взаємопов'язані і є частиною єдиної ієрархічної семантичної системи.

Підхід Дж.Буджиталя до значення в теорії екзистенціального аналізу також відрізняється від усього перерахованого вище. Сенс, на думку Буджиталя, випливає з нашої присутності у світі. Відчуття втрати сенсу або його загрози - це якраз усвідомлення того, що світ не надає людині сенсу автоматично. Таким чином, людина несе відповідальність за створення сенсу за допомогою дій свідомості, і ця відповідальність супроводжується екзистенційною тривогою з приводу наслідків його вибору [11, 12].

Розглянемо інші підходи до визначення сенсу життя. Це екзистенційні дослідження особистості С.Мадді, в яких також відводиться роль вищого

принципу інтеграції особистості зі змістом. Медді припустила, що людині властиві вроджені потреби в пошуку, і виділила 3 основні групи людських потреб: фізіологічні, соціальні та психологічні. Пошук сенсу забезпечується базовими психологічними потребами в символізмі, уяві і мисленні. Різне співвідношення трьох груп потреб лежить в основі виділення Медді двох шляхів особистісного розвитку: конформістського і індивідуалістичного. В результаті виникають різні форми «екзистенційного нездужання» - під цим терміном бруд має значення, яке ми неодноразово розглядали [13].

Для більшості людей значення служить межовою категорією, яка не може бути визначена в рамках даної конкретної психологічної теорії, і природу значення можна припустити, лише вивівши решту теорії з цих припущень.

З самого початку поняття особистісного сенсу використовувалося як сполучна ланка між свідомістю і активністю, що було використано Леонтьєвим. З іншого боку, всі основні положення, що описують особистісний сенс в структурному аспекті, належать в контексті аналізу свідомості, сформульованому Леонтьєвим. У найбільш повному вигляді взаємозв'язок між свідомістю і змістом показана в книзі «діяльність». Особистісне значення, яким є совість, описується як один з двох компонентів свідомості поряд з іншим значенням і сенсорною організацією [14, 15].

Надмірне узагальнення поняття «сенс» і необхідність його диференціації можна пояснити тим, що вперше було відзначено в дослідженні Вілюнаса. Головною особливістю введення узагальненого загального терміна «смислове научіння» є те, що він відображає не об'єктивні характеристики об'єкту, а ставлення до задоволення потреб об'єкта. По-перше, аналізуючи механізми смислоутворення, Вілюнас стверджує, що «смислоутворюючим фактором є не об'єктивне ставлення, не мотив як об'єктивна річ, а значення мотиву, як би протікає через об'єктивний зв'язок з усім, що пов'язано з мотивом» [15,]. Він характеризує

значення мотивації як основне значення, пов’язане з похідним значенням, яке контекстуально присвоюється цілі, представленій у свідомості. Друга відмінність пов’язана з вербалізованими та невербальними значеннями. Перше-це продукт, результат, рішення «смислового завдання» другого. Вербалізоване значення ширше і багатше, і тільки воно є реальною «одиницею» свідомості. У той же час девербальне значення є більш правдивим, оскільки сприйняття сенсу не завжди є повністю адекватним. [16].

У той же час О.Г. Асмолов вводить поняття смислового відношення. О.Г Асмолов вважає, що якщо особистісний сенс функціонує в термінах свідомості, то смислове ставлення – це вираз особистісного сенсу в термінах активності, готовності виконувати певні дії. «Смислові установки проявляються безпосередньо в різних діях людини і виражають тенденцію підтримувати загальний напрямок всієї діяльності» [16]. Смислові установки можуть бути як свідомими, так і несвідомими. В ієрархічно-рівневій моделі регуляції установки на діяльність семантична установка по відношенню до установки нижнього рівня утворює більш високий рівень з функцією фільтрації [9, 16, 17].

Смислове научіння – це психічне утворення, що характеризує особистісний розвиток самої людини, що визначає особистісні і смислові аспекти його мотивів (представлених або виражених у свідомості, смислоутворення формується в індивідуальному житті суб’єкта, несе в собі суб’єктивне ставлення індивіда до різних цілей (зовнішнього або внутрішнього планів) і обов’язково бере участь в житті індивіда, тобто є як емоційно-оціночним, так і активною освітою» [17]. В якості однієї з основних особливостей смислового научіння розглядається відчуття внутрішньої потреби в дії, яке злилося з сферою «я». Позитивний і ефективний характер смислоутворення розглядається в контексті вивчення мотиваційних механізмів. Особливий інтерес представляє завдання та тип смислоутворення: мотивація

смислоутворення, смислове ставлення, емоційне переживання особистісної значущості.

Диференціаціація семантичних установок дозволяє аналізувати відмінність між «семантичними установками як фіксованими утвореннями» і «конкретними ситуативними семантичними установками».

Б. С. Братусь ввів поняття «смислова сфера особистості», в той же час узагальнивши і переформулювавши поняття» смислове научіння», давши більш вузьке визначення взаємозв'язку між більш загальними і більш широкими видами діяльності. Таке вузьке розуміння смислового научіння не обмежується відносинами між мотивацією і метою, а являє собою ланцюжок менших пропорцій, в яких генерується сенс, аж до сенсу життя, наприклад, від дії до мотивації, від мотивації до більш широкої мотивації. Семантичне научіння, як і особистісний сенс, є втіленням цього глобального змістоутворюючого зв'язку на певному рівні. Водночас, Братусь розглядає одиниці особистісного аналізу, в семантико-освітньому відношенні, саме в зв'язці мотивацій Б.С. Братусь також називає цінності смисловими утвореннями.

Таке семантичне утворення особистісного сенсу породжується не одним ізольованим ставленням, а цілою розгалуженою системою таких відносин: в результаті одиниці особистісного аналізу постають як складні і багатовимірні семантичні структури. У зв'язку з цим важливим внеском Братуся є виділення двох функцій смислоутворення – функції створення ескізів майбутнього і функції етичної оцінки поведінки – а також виділення декількох рівнів смислової сфери особистості [9].

Основним об'єктом дослідження В.В. Століна і його співробітників стала концепція особистісних бар'єрів, обструктивних значень і обструктивних функцій мотивації в негативному і конфліктуючому сенсі, які до сих пір рідко вивчалися в рамках діяльнісного підходу, що став значущою характеристикою негативного значення. Виявлення перешкоджає функції мотивації і перешкоджає сенсу дозволяє людині, яка

відмовляється виконувати ту чи іншу дію, охарактеризувати свій характер так само змістовно, як і делегування їм інших дій, якщо дія виступає як умова реалізації одного мотиву і в той же час як перешкода до реалізації іншого мотиву. Якщо говорити про інший мотив, то ми стикаємося з суперечливими особистісними смислами дій, які В.В. Столін називає вчинком. Він розглядає суперечливий сенс як одиницю структури самосвідомості людини, оскільки саме здійснення вчинку – смислового конфлікту створює потребу в самосвідомості, рефлексії і вирішенні проблем сенсу. [16]

Положення В.В. Століна, спрямоване на усунення нових розбіжностей між смисловою сферою особистості і об'єктивною реальністю, являє собою аналіз взаємозв'язку між конкретним внутрішньою свідомістю і змістом, переживанням критичних ситуацій, смислоутворенням, що невіддільне від проблеми форми, в якій стійко закріплюється особистісний сенс у свідомості [16].

Предметом дослідження В.А. Іваннікова є вольова регуляція, про яку він пише: «Інтенціональна регуляція спонукання до свідомої дії, взята в відповідно до потреби (зовнішньої або внутрішньої), його рішенням механізмом такої регуляції є зміна або створення додаткового сенсу поведінки, що дозволяє посилити або послабити спонукальну силу того чи іншого мотиву». В. А. Іванніков перераховує кілька прийомів, що дозволяють свідомо змінити сенс дії:

1. Переоцінка важливості мотиву або необхідного об'єкта.

2. Зміна ролі і положення людини.

3. Передбачення і переживання наслідків дії або відмови від його вчинення.

4. Зовнішні символи, які нагадують вам про наслідки вчинків, ритуали, які посилюють важливість вчинених дій, звернення до Бога за допомогою і підтримкою інших людей.

5. Поєднуйте дане прийняте дію з новою мотивацією або новою метою, тим самим переосмислюючи дію.

6. Щоб включити цю поведінку в іншу, більш широку та значущу для людини поведінку.

7. Зв'яжіть цю дію з можливістю того, що людина виконає іншу бажану дію.

8. Здійснюючи необхідні дії, порівнюйте себе з іншими людьми або літературними героями і, в знак самоповаги і самозамилування, пов'язуйте свої дії з обіцянками і клятвами іншим або самим собі [11].

Б. С. Братусь вважає породження сенсу одним з найважливіших аспектів людського існування.1 у структурі психічного апарату у нього є особливий (вищий) рівень, який відповідає за «вироблення смислової орієнтації, визначення загального сенсу і мети життя, взаємини між іншою людиною і самою собою» [9, 11]. Б.С.Братус підкреслює важливість смислових зв'язків, а не окремих смислових утворень, і важливо враховувати всю смислову область особистості, яка відноситься до психологічної смислової системи. Б.С. Братусь виділяє ряд якісно унікальних рівнів в смисловий сфері особистості. Найнижчий нульовий рівень – це практичний і ситуативний сенс, який визначається об'єктивними цілями в даних конкретних умовах. Наступний, 1 - й рівень – егоцентричний і визначається особистою зручністю, престижем і т.д. другий рівень – групоцентричний, на якому смислове ставлення до реальності визначається референтної малою групою, близьким оточенням людини. Третій рівень є просоціальним і також включає в себе універсальну, тобто відповідну етичну смислову орієнтацію [15]. Потім до цього рівня був доданий ще один-рівень, на якому смислове ставлення випливає з почуття зв'язку з Богом.

Д.А. Леонтьєв вважає, що сенс в психології проявляється в трьох аспектах. «Перший з них – це аспект об'єктивного відносини між суб'єктом і світом. У цьому аспекті реальні об'єкти, явища і події, які входять в світ

життя суб’єкта, мають для нього важливе значення в силу того, що він об’єктивно байдужий до свого життя, а відображена в ній динаміка життєвих відносин є онтологічної стороною сенсу. Другий план – це образ світу в свідомості суб’єкта, і однією з його складових є особистісний сенс. Особистісний сенс – це форма пізнання суб’єктом сенсу свого життя, їх уявлення в його свідомості. Динаміка особистісного сенсу і відбивається в ньому суб’єктивний образ реальності – це феноменологічний аспект сенсу. Нарешті, третій аспект – це психологічна основа сенсу, несвідомий механізм внутрішньої регуляції життєдіяльності. У цьому аспекті зв’язок життя зі змістом набуває форму смислової структури особистості, створює цілісну систему і забезпечує регулювання життєдіяльності суб’єкта відповідно до певної смисловий логікою. Семантичні структури і відображена в них Динаміка активності є аспектами діяльності або субстратом сенсу.

Таким чином, наукова література спирається на уявлення про смислову сферу як динамічну систему, як сполучну ланку між свідомістю і діяльністю, як суб’єктивну психічну освіту, як інтеграційний фактор людського життя.

1.2. Поняття та детермінанти залежної поведінки

Залежна або адиктивна поведінка вважається однією з форм девіантної поведінки. Девіантна поведінка (лат. deviance-відхилення від норми) – це соціальне явище, що виражається у великому обсязі людської діяльності, яке 1) не відповідає нормам (еталонам, шаблонам), офіційно встановленим або фактично сформованим в даному суспільстві; 2) не відповідає нормам (стандартам, шаблони), які офіційно встановлені або фактично сформовані в даному суспільстві. [18, 19, 20].

Поняття «адикція» в психіатричній енциклопедії визначається як стан людини або його поведінку, коли він знаходиться в підпорядкуванні в іншої людини або ситуації.

Залежність поділяється на фізіологічну, якщо організм сам потребує цієї речовини для нормального функціонування, і психологічну, якщо ця потреба носить емоційний характер [19].

Л. В. Куликов виділяє наступні види залежностей:

- ✓ Хімічні (алкоголізм, наркоманія, зловживання наркотиками, наркотична залежність, нікотинова залежність).;
- ✓ стресові види діяльності (азартні ігри (Ігроманія), інтернет-залежність, трудоголізм);;
- ✓ Культова залежність. [21].

М. Гріффітс наводить критерії для визначення наявності залежності:

1. Пріоритет – слиновиділення – улюблені заняття набувають найбільшого значення і домінують в думках, емоціях і діях.

2. Зміни настрою відносяться до суб’єктивного переживання людини, що супроводжується станом занурення в діяльність.

3. Толерантність – обхідне кількісне збільшення параметрів активності для досягнення нормального ефекту.

4. Абстинентний синдром – виникнення неприємних відчуттів або фізіологічних реакцій при втраті або раптовому зниженні можливості займатися улюбленою справою.

5. Конфлікт – стосується всіх видів конфліктів: всередині психіки, міжособистісних відносин, інших видів діяльності.

6. Рецидив – повернення до раніше улюбленого заняття, іноді після тривалого періоду відвикання. [22]

Психологічним дослідженням феномена комп'ютерної залежності займалися клінічний психолог К. Янг. У 1994 році К.Янг створив і розмістив на своєму веб-сайті (інтернет-сторінці) спеціальну анкету, на яку було отримано близько 500 відповідей, з яких 400 були відправлені наркоманами [3].

І. Голдберг в 1995 році запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення інтернет-залежності, заснованих на ознаках азартних ігор [25].

Феномен інтернет-залежності в медичній літературі вже набув статусу діагносностичного стану. У міжнародній класифікації хвороб це розлад, пов'язаний з інтернет-залежністю (скорочено IAD). Існують і інші терміни – « інтернет-залежність «(internet behavioral dependence), а також» надмірне/патологічне використання Інтернету « (надмірне використання Інтернету, патологічне я [25, 26]).

Формування інтернет-залежності, як і розвиток інших видів залежності, проходить через 3 основні стадії: формування, розвиток і збереження залежності. К. Янг виділив особливості кожної стадії інтернет-залежності як такої:

1. Ознайомтеся з мережею та протестуйте можливості, які вона пропонує. Людина спілкується в чаті, займається веб-серфінгом і формує індивідуальний стиль роботи в мережі. Це не основне заняття, але залишатися онлайн вже дуже приємно.

2. Інтернет підміняє реальність, перенесення цілей у віртуальність, обмеження вибору і, як наслідок, формування самої залежності.

3. У фазі стабілізації, коли залежність стає хронічною, мережа більше не захоплює залежного, і активність в мережі знижується, але при появі

нових більш сильних стимулів (цікавих співрозмовників, нових комп'ютерних ігор) або в стресових ситуаціях вона може з'явитися знову. [3, 28, 29]

Існують такі варіанти психологічних розладів, які можуть виникати у користувачів комп'ютерів та Інтернету:

1. Нав'язлива пристрасть до роботи на комп'ютері: до ігор, програмування та інших комп'ютерних занять.

2. Нав'язлива навігація по WWW (веб-серфінг).

3. Азартні ігри через Інтернет, патологічна пристрасть до онлайн-аукціонів.

4. Залежність від «кіберсексу», порносайтів, обговорення сексуальних тим в чатах.

5. Залежність від соціальних інтернет-додатків :від «кіберсайтів», чатів, відеоконференцій. Замініть реальну сім'ю, друзів і звичайних людей віртуальними фігурами. [29, 30, 31, 32]

М. Шоттон виділив 3 типи комп'ютерної залежності людей, які професійно пов'язані з роботою з комп'ютерами:

Вони можуть бути зацікавлені в пошуку віддаленої бази даних або, наприклад, групових рольових ігор, таких як mud (багатокористувацькі підземелля), але вони в меншій мірі, ніж інші вибрані типи людей, покладаються на комп'ютери, незалежно програмовані та керовані додатком. Менше зацікавлені сказати комп'ютерна графіка, з апаратним або апаратним [32, 33].

М. Шоттон виділила три типи залежності від комп'ютера у людей, що професійно пов'язані з роботою працюють на комп'ютері:

«Мережевики» (networkers): оптимістичні, найбільшою мірою – порівняно з іншими типами залежності – соціально активні і позитивно налаштовані до інших людей, мають друзів, у тому числі протилежної статі, підтримують нормальні відносини з батьками, комп'ютер для них – щось на кшталт хобі: вони можуть цікавитися пошуком у віддалених базах даних

або, наприклад, грати у рольові групові ігри типу MUD(multi-user dungeon), однак при цьому вони менше, ніж інші виділені типи залежних від комп'ютерів людей, самостійно програмують, у меншій мірі цікавляться додатками - скажімо, комп'ютерною графікою – або апаратним забезпеченням [34, 35].

«Робочі» – це найчисленніші групи, вони володіють найсучаснішими і дорогими комп'ютерами, процес їх програмування чітко спланований, програма написана ними самими для досягнення бажаного результату, як правило, представники цієї групи використовують стандартні навчальні програми. Хоча вони і не задоволені своєю роботою, вони беруть участь в додаткових курсах підвищення кваліфікації, для них характерна досить сувора «трудова етика», наприклад, неприпустимо «комп'ютерне піратство» [34, 36].

Для них програмування – це інтелектуальний виклик і в той же час розвага, і вони часто пишуть надскладні програми, не завершуючи їх і не починаючи нові, більш складні. Представники цієї групи із задоволенням займаються налагодженням програм; вони вважають «чесною грою» боротьбу з іншими програмістами (розробниками програмного забезпечення) і/або системними адміністраторами комп'ютерів, комп'ютерним піратством, тощо; у них також мало амбіцій. Ані високий статус, ні велика зарплата не грають для них великої ролі, вони дуже байдужі до соціальних стандартів успіху в житті. Для» дослідника « комп'ютер – це свого роду партнер і друг, він часто духовний, з ним легше взаємодіяти, ніж з людьми. [34, 39]

Про наявність Інтернет-залежності свідчить ряд поведінкових особливостей. Серед них:

- ✓ Відволікання від роботи в Інтернеті навіть на короткий час, або неможливість повністю припинити її, або активне небажання це робити;;
- ✓ Роздратування, викликане нав'язливим відволіканням уваги;

- ✓ Зацикленість на Інтернеті в період його відсутності;
- ✓ Бажання проводити більше часу за роботою в Інтернеті;
- ✓ Неможливість спланувати час закінчення конкретної робочої сесії;
- ✓ Стимул витрачати більше грошей на забезпечення онлайн-роботи;
- ✓ Готовність брехати друзям і родині, применшуючи тривалість і частоту онлайн-активності;
- ✓ Здатність і схильність забувати про домашні справи, дослідження та громадські справи, важливі особисті та ділові зустрічі під час роботи в Інтернеті;
- ✓ Бажання і здатність звільнитися від раніше виникали почуттів провини і безпорадності, тривоги і депресії під час роботи в Інтернеті;
- ✓ Відчувати емоційний підйом і ейфорію при роботі в Інтернеті;
- ✓ Небажання сприймати критику такого способу життя з боку родичів і начальства;
- ✓ Готовність миритися з руйнуванням сім'ї, втратою друзів і кола спілкування через опіку над роботою в Інтернеті;
- ✓ Різке скорочення часу сну через зневажливе ставлення до власного здоров'я і систематичної роботи в Інтернеті, особливо в нічний час;
- ✓ Уникнення фізичної активності або прагнення зменшити її, виправдовуючи це необхідністю виконання термінової роботи, пов'язаної з використанням Інтернету;
- ✓ Нехтування особистою гігієною через бажання проводити весь свій «особистий» час за роботою в Інтернеті;
- ✓ Постійне «забування» про їжу, готовність задовольнятися випадковою і одноманітною їжею, що вживається нерегулярно і не відриваючись від комп'ютера;

- ✓ Зловживання кавою та іншими тонізуючими засобами;
- ✓ Підбір, перегляд, вивчення та обговорення з іншими спеціальної літератури про новинки Інтернету [34, 40, 41].

Доктор Орзак виявив не тільки психологічні, але і фізіологічні симптоми, в тому числі:

Пошкодження нервового стовбура руки, пов'язане з тривалим м'язовим перенапруженням;

- ✓ Оніміння пальців руки, що тримає «комп'ютерну мишу»;
- ✓ Сухість і біль в очах;
- ✓ Головний біль за типом мігрені;
- ✓ Болі в спині;
- ✓ Нерегулярне харчування, пропуски прийомів їжі;
- ✓ Недотримання правил особистої гігієни;
- ✓ Порушення сну, зміни в його режимі [42, 43, 44].

Таким чином, в сучасній науковій літературі проблема інтернет-залежності розглядається з декількох точок зору:

По-перше, відхилення у всіх діях діляться на 2 групи: нестандартні і деструктивні. Нестандартна поведінка може мати форму нових думок і дій, які виходять за рамки поведінкових стереотипів. Деструктивна поведінка, в залежності від його спрямованості, поділяється на внутрішню деструктивну поведінку (суїцидальну, адаптивну, аутистичну поведінку) і зовнішню деструктивну поведінку, яка складається з антисоціальної поведінки (дій, що порушують права інших людей у вигляді існуючих законів і антисоціальної поведінки) і адиктивної поведінки (включаючи вживання будь-яких речовин або певні дії, що дозволяють піти від реальності і отримати бажані емоції) [45, 46].

Різні типи адиктивної поведінки мають свої специфічні особливості, симптоми і наслідки, але стадії формування залежності є загальними. Початок формування адиктивних процесів завжди відбувається на емоційному рівні як переживання різкої зміни психічного стану у вигляді

підвищення настрою, почуття задоволення, екстазу, неймовірного душевного підйому внаслідок вживання певних речовин або певних дій. Наступна стадія характеризується формуванням певного набору звернень до засобів інтоксикації. На третій стадії адиктивна поведінка стає повністю домінуючою, стереотипною, типовою, четвертою, а на п'ятій руйнує як психічні, так і біологічні процеси [47, 48].

Незалежно від типу залежності, існують загальні ознаки адиктивної поведінки. Стійке бажання змінити психофізичний стан, безперервний процес формування і розвитку залежності, циклічний патерн залежної поведінки, природне виникнення особистісних змін і соціальної дезадаптації, формування адиктивних установок, тобто набору когнітивних, емоційних і поведінкових характеристик, які викликають адиктивне ставлення до життя, надмірне емоційне ставлення до себе. об'єкт залежності трансформує існування об'єкта залежності в мету заперечення залежності та її тяжкості [44, 48].

По-друге, виникнення інтернет-залежності розглядається як результат зниження психологічної стійкості особистості [40, 50]. Оскільки психологічна стійкість захищає людину від колапсу і розладів особистості, вона формує основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, а зниження психологічної стійкості збільшує ризик розпаду особистості, порушення регуляції поведінки і діяльності, розпаду системи життєвих цінностей, мотивів, цілей, згубні звички.

Дослідники різних галузей знань вважають, що адиктивна поведінка виникає в результаті складної взаємодії генетичних, біохімічних, соціальних та індивідуально-психологічних факторів. Серед них можна виділити наступні: зовнішні умови фізичного оточення; зовнішні соціальні умови; внутрішні спадково-біологічні, психофізіологічні та індивідуально-типологічні передумови; внутрішні - особистісні причини і механізми високозалежної поведінки [39, 43, 50].

Психологічна основа формування різних залежностей схожа. Залежна особистість у своїх спробах шукає власний універсальний і дуже однобічний спосіб виживання-спосіб уникнути проблем. Природна адаптаційна здатність адиктів порушена на психофізіологічному рівні. Першою ознакою цих розладів є психологічний дискомфорт. Психологічний комфорт може бути порушений з різних причин, як внутрішніх, так і зовнішніх. Як спосіб відновлення психологічного комфорту люди з поганою адаптивністю вибирають залежність, прагнуть до штучної зміни свого психічного стану, суб'єктивно отримують приємні емоції. Це створює ілюзію вирішення проблеми. Такий спосіб взаємодії з реальністю закріплюється в поведінці людини і стає стійкою стратегією взаємодії з реальністю. Привабливість аддикції в тому, що це шлях найменшого опору. Це створює суб'єктивне враження, що, звертаючись до фіксації якихось об'єктів і дій, ви можете не думати про свої проблеми, забути про тривоги і йти від складних ситуацій за допомогою різних варіантів реалізації адиктивності [42].

Бажання змінити настрій за допомогою адиктивних механізмів досягається за допомогою різних адиктивних засобів. До таких препаратів відносяться речовини, що змінюють психічний стан: алкоголь, наркотики, наркотичні речовини, шкідливі речовини. Штучній зміні настрою також сприяє залучення в певні види діяльності, такі як азартні ігри, Ігрові автомати (гемблінг-гра), комп'ютери, секс, переїдання або голодування, робота, тривале прослуховування ритмічної музики [52].

Деструктивний характер аддикции проявляється в тому, що спосіб реалізації аддикції поступово змінюється від засобу до мети. Відволікання від сумнівів і тривог у важких ситуаціях регулярно необхідно кожному, але в разі адиктивної поведінки це стає способом життя, при якому людина усвідомлює, що знаходиться в пастці постійного відхилення від реальності.

Важливою умовою формування різних симптомів інтернет-залежності є анонімність людини в Інтернеті, доступність інформації, інтерактивної

зони, порнографічних матеріалів, особистий контроль переданої інформації, внутрішніх емоцій, а на несвідомому рівні в онлайн-спілкуванні можуть бути встановлені більш надійні відносини. За допомогою інтернету людина реалізує когнітивні, соціальні та комунікативні потреби, а також потреби у продуктивній діяльності та розвитку.[53]

Звикання, особливо залежність від інтернету, пов’язане з більшим чи меншим порушенням або спотворенням смислової сфери, оскільки залежний знаходиться поза змістом, живучи в звуженому або уніфікованому сенсі, що втілюється в належності до Інтернету. [54]

Таким чином, Інтернет-залежність – це процес переживання так званого «екзистенціального вакууму», подолання базової тривожності, який за своєю суттю деструктивний і призводить до негативних особистісних змін.

1.3. Гендерні аспекти сенсу життя в контексті залежної поведінки

На активність в Інтернеті, як і на будь-яку іншу діяльність, впливають гендерні особливості. Було показано, що гендерні відмінності в поведінці та розумовій діяльності людини фіксуються при побудові діалогу між комп'ютером і людиною [55].

Як зазначалося К. Янг, секс є одним із факторів, що впливають на причини інтернет-залежності та її форми. Характеризуючи інтернет-активність, чоловіки характеризуються участю в онлайн-іграх (які дозволяють персонажам взаємодіяти один з одним відповідно до певної системи рангів і проявляти агресію, насильство і владу), кіберсекс і кіберпорнографії (які дозволяють їм реалізовувати сексуальні ідеї, включаючи соціальне несхвалення, бажання і фантазії). Слід зазначити, що жінкам цікаві онлайн-чати і спілкування в соціальних мережах (вони шукають комфорту, визнання і підтримки - іноді з сексуальним підтекстом, що досягається за рахунок анонімності) [45, 53].

Жінки-користувачі в меншій мірі зацікавлені в інформації про науку, технології, інформатику і комерції, і більше цікавляться освітою, мистецтвом, літературою, культурою і релігією, ніж чоловіки.

Серед мотивацій, що спонукають чоловіків займатися онлайн-активністю, переважають мотиви самоствердження і приналежності. Для жінок характерні такі мотиви, як інтелектуальна і творча самореалізація, відпочинок і подолання нестачі спілкування.[45].

В результаті зміна смислової сфери чоловіків-адиктів може відбутися в бік самоствердження, прийняття статусу, подолання самотності, напрямок життя, а у жінок матиме, відповідно, пошук підтримки та почуття захищеності для отримання продуктивного спілкування.

Отже, вивчення семантичної сфери залежних від Інтернету в гендерному контексті має важливе значення для виявлення потенційних змін у цінностях залежних чоловіків та жінок та для більш точного

визначення цілей психологічного консультування і психотерапії в роботі з різними категоріями Інтернет-залежних осіб.

Таким чином, сенс в психології проявляється в трьох аспектах: аспект об'єктивних відносин між суб'єктом і світом – реальні об'єкти, явища і події, які входять в світ життя суб'єкта; аспект образу світу в свідомості суб'єкта та пізнання суб'єктом сенсів свого життя, їх репрезентації в його свідомості; аспект несвідомого механізму внутрішньої регуляції життєдіяльності, що забезпечує регулювання життєдіяльності суб'єкта відповідно до певної смислової логіки та створює цілісну систему особистості. Сенс - один з найважливіших аспектів людського існування, у структурі психологічного апарату у нього є особливий (вищий) рівень, який відповідає за утворення смислової орієнтації, визначення загального сенсу і мети життя, взаємин з іншими людьми та контакт з самим собою.

Різні типи залежної поведінки мають свої специфічні особливості, симптоми і наслідки, але стадії формування залежності є загальними: початок формування завжди відбувається на емоційному рівні як переживання різкої зміни психічного стану у вигляді підвищення настрою, почуття задоволення, екстазу, неймовірного душевного підйому внаслідок вживання певних речовин або певних дій. Незалежно від типу залежності, існують загальні ознаки адиктивної поведінки: стійке бажання змінити психофізичний стан, безперервний процес формування і розвитку залежності, циклічний паттерн залежної поведінки, природне виникнення особистісних змін і соціальної дезадаптації, формування адиктивних установок, тобто набору когнітивних, емоційних і поведінкових характеристик, які викликають адиктивне ставлення до життя, надмірне емоційне ставлення до себе. об'єкт залежності трансформує існування об'єкта залежності в мету заперечення залежності та її тяжкості.

РОЗДІЛ ІІ. МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Обґрунтування методів дослідження

У ході дослідження використано такі методи як:

Структуроване інтерв'ю, проведене за анкетою, яка включала запитання стосовно демографічних даних респондентів: віку, статі, рівня освіти та спеціальності, сімейного стану, наявності постійного доступу до мережі Інтернет та тривалість користування мережею.

Шкала Інтернет-залежності К.Янг

Методика оцінює рівень схильності до Інтернет-залежності, як однієї з поведінкових залежностей, що проявляється у нав'язливому бажанні зайти в мережу та втраті суб'єктивного контролю за його використанням. Опитувальник складається із 20 запитань. Бали нараховуються за 5-бальною шкалою Лайкерта (Likert scale) від 1 до 5 за схемою: ніколи - 0 балів; рідко - 1 бал; іноді - 2; зазвичай - 3; часто - 4; завжди - 5 балів. За результатами анкетування визначається наявність чи відсутність ознак інтернет-залежності. Тест на інтернет-залежність включає такі діапазони балів:

0–30 балів — нормальне використання інтернету.

31 бал–49 балів — легкий ступінь інтернет-залежності.

50–79 балів — помірний ступінь інтернет-залежності.

80–100 балів — надмірне користування інтернетом.

(www.umj.com.ua/uk/novyna-160556-internet-zalezhnist-test-poshirenist-ta-suputnya-psihopatologiya).

У нашому дослідженні дана методика використовувалася з метою розподілу респондентів у експериментальну та контрольну групу.

Методика дослідження системи життєвих смислів

Метою даної методики є визначення змісту життєвих смислів, тобто її результатом є відповідь на питання які категорії життєвих смислів і в якому співвідношенні представлені в системі життєвих смислів досліджуваного.

Аналіз результатів відбувається по восьми шкалам: альтруїстичні, екзистенційні, гедонічні, самореалізації, статусні, комунікативні, сімейні та когнітивні смисли. На основі кількості балів по кожної шкали будується профіль представленості категорій життєвих смислів в системі життєвих смислів досліджуваного у вигляді гістограми.

Смисли по певній шкалі домінують у системі життєвих смислів при кількості балів від 3-х до 9-ти, достатньо представлені при кількості балів від 10-ти до 17-ти, та слабо представлені при кількості балів від 18-ти до 24-х.

Дана методика у дослідженні дасть можливість порівняти домінуючі життєві смисли серед Інтернет-залежних та практично здорових осіб різної статі.

Опитувальник термінальних цінностей (ОТеЦ) І.Г.Сеніна

Опитувальник «Термінальні цінності» ОТеЦ запропонований І. Сеніним дозволяє виявити життєві цілі (цінності) людини. Опитувальник містить в собі 8 термінальний цінностей та дозволяє визначити їх загальну вираженість у досліджуваних осіб. Цінності: власний престиж; високе матеріальне положення, активні соціальні контакти, креативність, розвиток себе, духовне задоволення, досягнення, збереження власної індивідуальності. А також за допомогою цього опитувальника можна вивчити їх представлення в різноманітних сферах життя людини:

1. Сфера професійного життя.
2. Сфера освіти та навчання.
3. Сфера сімейного життя.
4. Сфера суспільного життя.
5. Сфера захоплень.

Інтерпретація даних за шкалами термінальних цінностей:

1. Власний престиж. Високий бал відображає прагнення людини до поваги, визнання, схвалення. Досліджувані, які отримали високий бал за

цим показником, зазвичай є досить сильно зацікавленими в думці навколишніх людей про себе, оскільки потребують соціального схвалення власної поведінки.

2. Високе матеріальне положення. Високий бал відображає прагнення людини до більш високого рівня матеріального благополуччя. Вважають, що матеріальний достаток є головною умовою життєвого благополуччя. Матеріального благополуччя є основою для розвитку почуття власної значимості та підвищення самооцінки.

3. Креативність. Високий бал відображає прагнення людини до реалізації своїх творчих можливостей. Досліджувані з високим балом у всьому намагаються уникати стереотипів та урізноманітнити своє життя. Схильні швидко стомлюються від розмірного ходу свого життя і намагаються внести в нього щось нове.

4. Активні соціальні контакти. Високий бал свідчить про прагнення людини до установлення сприятливих взаємин з іншими людьми. Вважають, що саме цінне в житті – це можливість спілкуватися та взаємодіяти з оточуючими людьми.

5. Розвиток себе. Високий бал відображає зацікавленість в об’єктивній інформації про особливості власного характеру, власні здібності та інші характеристики своєї особистості. Схильні прагнути до самовдосконалення, вважають, що потенційні можливості людини майже необмежені і що в житті необхідно досягати найбільш повної реалізації.

6. Досягнення. Високий бал свідчить про прагнення досягнути конкретних та відчутних результатів у різні періоди життя. Схильні ретельно планувати власне життя, ставлячи конкретну мету на кожному його етапі. Вважають, що головне – досягнення цих цілей. Велика кількість життєвих досягнень слугує основою для їх високої самооцінки.

7. Духовне задоволення. Високий бал відображає прагнення до отримання морального задоволення у всіх сферах. Вважають, що головне – це робити те, що цікаво і приносить внутрішнє задоволення.

8. Збереження власної індивідуальності. Високий бал свідчить про прагнення до незалежності від оточуючих. Вважають, що найважливіше – це зберегти неповторність і своєрідність власної особистості, поглядів, стилю життя.

Опитувальник складається з 80 тверджень, кожне з яких оцінюється за 5-ти бальною шкалою, які згідно таблиць норм переводяться у стени. Результати представляються у формі індивідуального профілю, окремо для шкал термінальних цінностей та життєвих сфер.

ОТеЦ базується на теоретичних положеннях М.Рокича про структуру людських цінностей. Методика дозволяє оцінити як загальну вираженість кожної з восьми термінальних цінностей (власний престиж, високий матеріальний стан, креативність, активні соціальні контакти, розвиток себе, досягнення, духовне задоволення, збереження власної індивідуальності) так і їх представленість у різноманітних життєвих сферах (професійне життя, навчання та освіта, сімейне життя, суспільне життя, захоплення).

У нашій роботі методика дозволить порівняти зміст ціннісних орієнтацій особистостей у експериментальній та контрольній групі.

Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д.А.Лєонтьева

Тест СЖО є адаптованою версією тесту «Ціль у житті» (Purpose-in-Life Test, PIL) Дж. Крамбо и Л. Махолика, що має на меті вимірювання рівня «ноогенного неврозу» за В. Франклом.

Тест СЖО містить 20 пар протилежних тверджень, що відображають уявлення про фактори свідомості життя особистості. У тесті СЖО вивчається осмислення при наявності цілей, задоволенні, одержуваному при їх досягненні і впевненості у власній здатності ставити перед собою цілі, вибирати завдання з головних та другорядних і вміння добиватися результатів. Важливим є ясне співвіднесення цілей - з майбутнім, емоційної насиченості - зі справжнім, задоволення - з досягнутим результатом, з минулим. Ситуація надає кожній 31 людині можливість зробити в

сьогоденні певний вибір у вигляді вчинку, дії або бездіяльності. Основою такого вибору є сформоване уявлення про сенс життя або його відсутності. Сукупність здійснених, актуалізованих виборів формує минуле, яке незмінно, варіаціям піддані лише його інтерпретації. Майбутнє є сукупністю потенційних, очікуваних результатів зусиль, здійснюваних в сьогоденні, в цьому зв'язку майбутнє принципово відкрито, а різні варіанти очікуваного майбутнього мають різну мотивуючу привабливість.

Показники тесту включають в себе загальний показник свідомості життя (ОЖ), а також п'ять субшкал, що відображають три конкретні смисложиттєві орієнтації і два аспекти локусу контролю:

«Цілі у житті». Характеризує цілеспрямованість, наявність або відсутність в житті випробуваного цілей (намірів, покликання) в майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість і тимчасову перспективу.

«Процес життя або інтерес та емоційна насиченість життя». Визначає задоволеність своїм життям в сьогоденні, сприйняття процесу свого життя як цікавого, емоційно насиченого і наповненого змістом. Зміст цієї шкали збігається з уявленням про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити.

«Результативність життя або задоволеність самореалізацією». Вимірює задоволеність прожитого частиною життя, оцінку пройденого відрізку життя, відчуття того, наскільки продуктивна і осмислена була прожита її частину.

«Локус контролю - Я (Я - хазяїн життя)». Характеризує уявлення про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободою вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями і уявленнями про його сенс, контролювати події власного життя.

«Локус контролю - життя або керованість життя». Ілюструє прагнення людини в тому, що у неї є можливість контродювати своє життя та вільно

приймати рішення і впроваджувати їх у життя. Також те, що особистість може міняти свої патерни поведінки відносно певні ситуації

У нашому дослідженні тест СЖО дозволить оцінити рівень осмисленості та усвідомленості життєвих сенсів особистості, а також їх контрольованість, перспективність, результативність.

Методи математико-статистичної обробки даних.

Математико-статистичну обробку результатів дослідження проводили з використанням пакетів статистичного аналізу даних Microsoft® Office Exel та STATISTICA 17.1 for Windows.

Для вияву достовірної різниці середніх величин ознаки між групами за непараметричними показниками використовували статистичний метод порівняння двох незалежних груп даних U-критерій Манна-Уїтні.

2.2. Характеристика вибірки досліджуваних

Емпіричне дослідження проводилося у он-лайн режимі. Всього у дослідженні взяло участь 93 осіб, віком від 15 до 53 років, серед було яких 44 жінки та 49 чоловіків відповідно, однак для емпіричного аналізу нами було відібрано 60 респондентів, які були розподілені у наступні групи:

- залежні особи чоловічої статі – 15 осіб (n_1=15) та залежні особи жіночої статі – 15 осіб (n_2=15), що склали експериментальну групу (усього 30 особи);
- Особи без ознак інтернет-залежності (практично здорові особи) – чоловічої статі – 15 осіб та жіночої статі 15 осіб, які сформували контрольну групу (усього 30 осіб).

Вибірку осіб з ознаками Інтернет-залежності складають особи, що набрали за шкалою Інтернет-залежності більше 30 балів, віком 16-32 років, відсоток одружених (заміжніх) досліджуваних складає 7%, не одружених (не заміжніх) – 93%.

Вибірку практично здорових осіб склали респонденти, що набрали за шкалою Інтернет-залежності до 30 балів, віком від 16 до 38 років, відсоток

одружених (заміжніх) досліджуваних складає 13%, не одружених (не заміжніх) – 87%.

У вибірці залежних тривалість використання мережі Інтернет ними складає до 24 років. У 7% опитаних немає постійного доступу до мережі Інтернет, відповідно 93% мають його, у контрольній групі тривалість користування мережею Інтернет – до 18 років, . 80 % респондентів мають постійний доступ до мережі Інтернет, а 20% - ні.

Таким чином, вибірку було сформовано відповідно до отриманих даних у Інтернет-опитуванні за допомогою виміру рівня Інтернет-залежності. Групи досліджуваних характеризуються приблизно однаковим складом за віком, сімейним станом та умовами доступу до Інтернет-мережі, що забезпечує репрезентативність вибірки.

Процедура емпіричного дослідження проходила в три етапи:

1. Підготовчий етап, який включав аналіз літератури, визначення теоретичного підґрунтя практичного дослідження, підбір методів та методик, а також підготовка необхідного анкет для проведення експерименту.

2. Діагностичний етап, на якому було виокремлено вибірки досліджуваних, а також обчислено структури, системи та змісту смислової сфери респондентів, проведено кількісний аналіз отриманих даних.

3. Етап аналізу, який полягав у якісній обробці кількісних даних, їх статистичному аналізі та формуванні висновків.

РОЗДІЛ 3 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СМИСЛОВОЇ СФЕРИ У ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

3.1. ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ СМИСЛІВ ЖИТТЯ В ДОСЛІДЖУВАНІЙ ГРУПІ

Для визначення характеристик системи важливих смислів ми використовували методику дослідження системи життєвих смислів.

Використовуючи цю методику, ми могли оцінити сенс життя і категорію його відносин. Виділяються такі категорії: альтруїстична, екзистенційна, гедоністична, самореалізуюча, статусна, комунікативна, сімейна та когнітивна значимість.

Отримані результати представлені в таблиці 3.1.1

Таблиця 3.1.1

Співвідношення середніх показників категорій життєвих смислів у групах досліджуваних

Групи / **Категорії**	**Експериментальна група**				**Контрольна група**			
	Чоловіки (n_1=115)		Жінки (n_2=15)		Чоловіки (n_3=15)		Жінки (n_4=15)	
	М*	Ранг	М*	Ранг	М*	Ранг	М*	Ранг
Альтруїстичні	14,3	6	14,3	5	13,8	5	13,7	5
Екзистенційні	13,3	4,5	12,8	4	11,8	1	14,3	6
Гедоністичні	13,1	3	14,8	6	14,7	7,5	13	4

Продовження Таблиці 3.1.1

Співвідношення середніх показників категорій життєвих смислів у групах досліджуваних

Групи / Категорії	Інтернет-адикти				Практично-здорові			
	Чоловіки (n_1=15)		Жінки (n_2=15)		Чоловіки (n_3=15)		Жінки (n_4=15)	
	M*	Ранг	M*	Ранг	M*	Ранг	M*	Ранг
Самореалізації	12,8	2	12,1	3	14,1**	6	10,9**	1
Статусні	14,4	7	16,1	8	14,7	7,5	15	7
Комунікативні	12,1	1	11,6	2	12,8	3	11,4	2
Сімейні	13,3†	4,5	10,2†	1	12,7	2	11,5	3
Когнітивні	14,8	8	15,4	7	13,3**	4	16,9**	8

*М – подається середнє арифметичне показників у групі;

** – порівняння між групами, при $p \leq 0,01$.

† - порівняння між групами, при $p \leq 0,05$.

Як показано в таблиці 3.1.1, середнє арифметичне значення по категорії сенсу життя свідчить про наступне:

- У групі чоловіків, залежних від інтернету – альтруїстичний 14.3; екзистенційний 13.3; гедонізм 13.1; самореалізація 12.8, статус 14.4; спілкування 12.1; сім’я 13.3; пізнання 14.8. В системі життєвих сенсів у них домінують: комунікативний, самореалізації, гедоністичні, екзистенційні та сімейні мають однакову значущість.

- У групі жінок, залежних від інтернету – альтруїстичні 14.3; екзистенційні 12.8; гедонізм 14.8; самореалізація 12.1, статус 16.1;

спілкування 11.6; сім’я 10.2; пізнання 15.4. В системі життєвих сенсів у них домінують: сімейні, комунікативні, самореалізації та екзистенційні.

- У чоловіків контрольної групи – альтруїстичний 13,8; екзистенціальний 11,8; гедонізм 14,7; самореалізація 14,1, статус 14,7; спілкування 12,8; сім’я 12,7; пізнання 13,3. В системі життєвих сенсів у них домінують: екзистенційні, сімейні, комунікативні та когнітивні.

- У жінок контрольної групи – альтруїстичні 13,7; екзистенціальні 14,3; гедоністичні 13; самореалізація 10,9, статус 15; спілкування 11,4; сім’я 11,5; пізнання 16,9. В системі життєвих сенсів у них домінують: самореалізації, комунікативні, сімейні та гедоністичні.

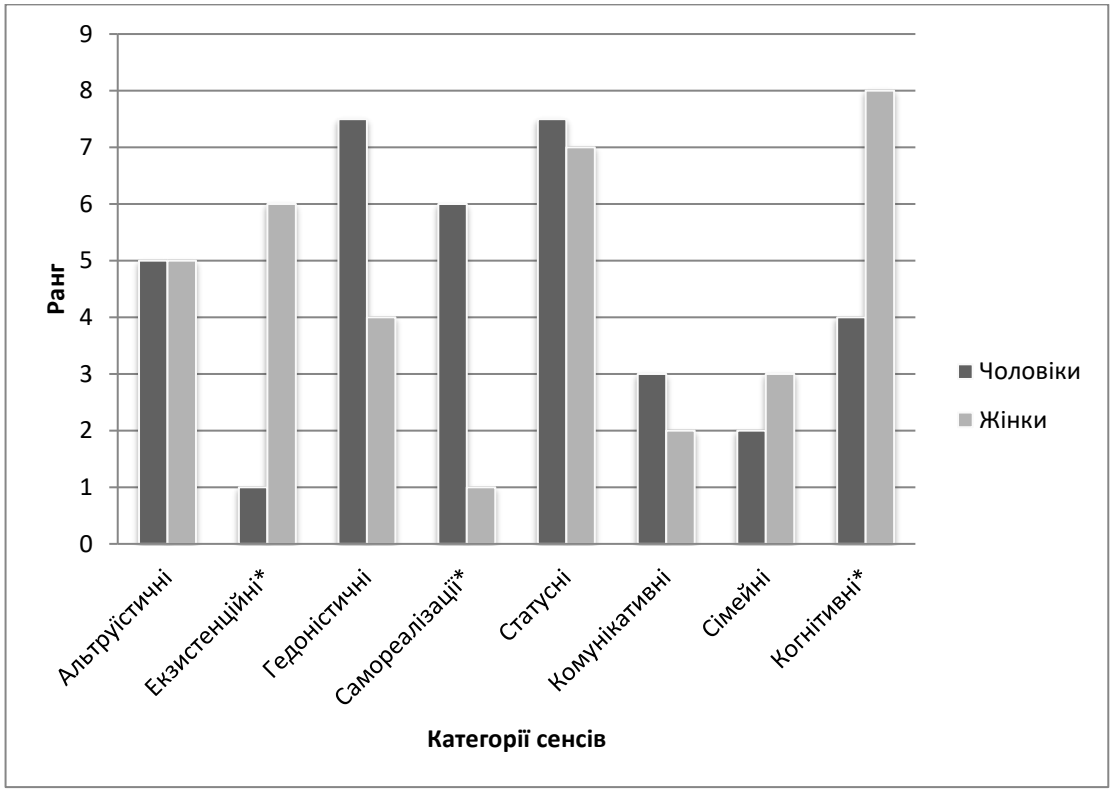


Рис.3.1.1. Розподіл категорій життєвих сенсів у чоловіків і жінок контрольної групи за рангом.

* - Порівняння між групами, при $p \leq 0,01$

Аналізуючи достовірні відмінності у ранжуванні системи життєвих смислів у чоловіків і жінок контрольної групи встановлено, що для жінок більш характерні потреби виконувати своє призначення, реалізовувати всі свої здатності і можливості, а для чоловіків більш властива потреба надавати цінність власній особі, прагнення до свободи вибору, розуміння

протиріч оточуючого світу, пошук сенсу і причин того, що відбувається. Прояви інших категорій життєвих сенсів у них практично не відрізняється. В екзистенційних потребах чоловіка домінує система використання внутрішніх можливостей для розуміння життя, пошуку свого місця і призначення, а здорові жінки не відчувають потягу до знань, радості від отримання нової інформації, оскільки вони мають найменше когнітивне значення.

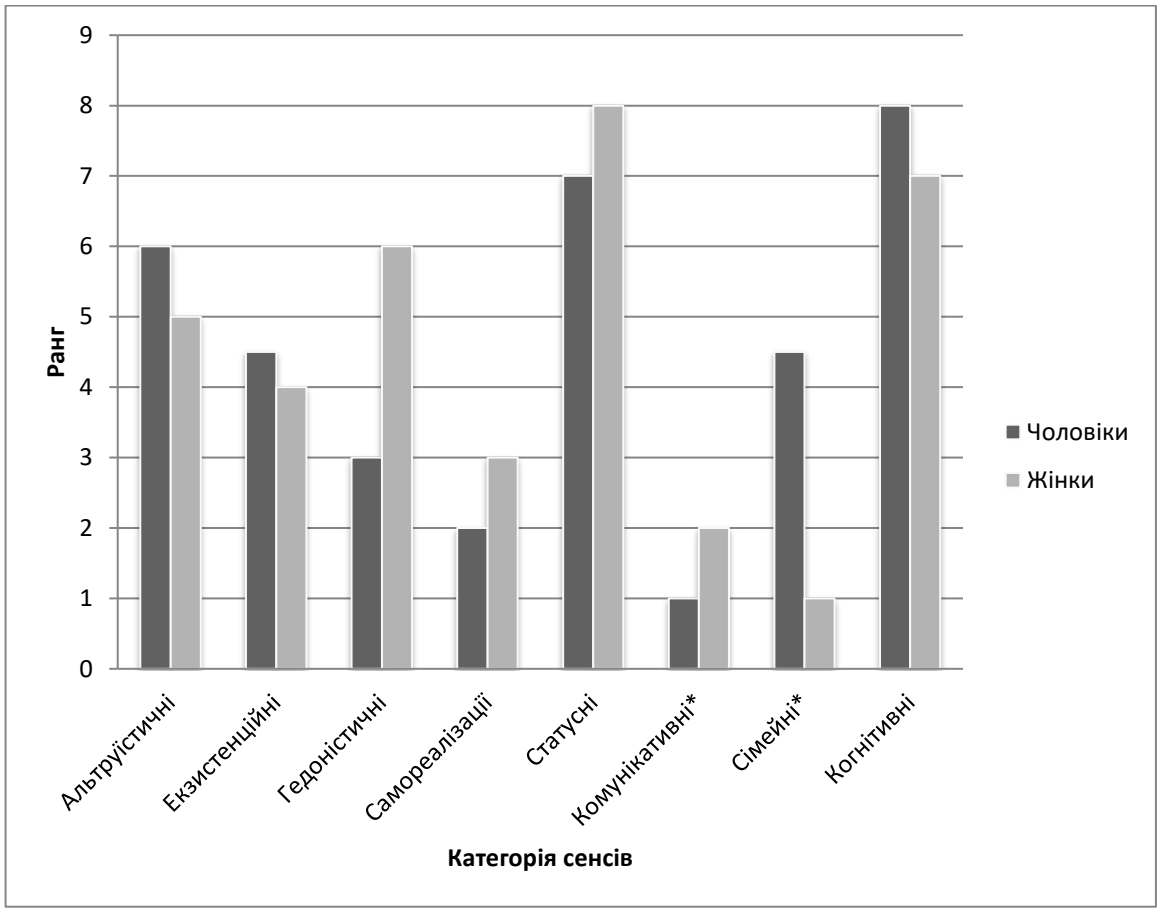


Рис. 3.1.2. Розподіл категорій життєвих сенсів у групі Інтернет-залежних чоловіків та жінок за рангом

* - Порівняння між групами, при $p \leq 0,01$

Порівнюючи отримані показники, ми бачимо, що у Інтернет-залежних чоловіків домінуючим значенням є спілкування, а у жінок - сім’я. Чоловіки цієї групи більше спрямовані на реалізацію потреби спілкуватися з іншими людьми, проживати емоції, пов’язані з спілкуванням, відчувати власну

потрібність та приналежність до життя інших людей, а для жінок домінуючими потребами є спілкування з близькими людьми, піклування про членів сім'ї, виховання дітей. У вибірці інтернет-аддиктів 93% - це неодружені жінки, без дітей, тому ми можемо припустити, що такі результати можуть сигналізувати про актуальну потребу у створенні власної сім'ї, реалізація якої може вплинути на прояви Інтернет-аддикції. Це може стати предметом подальших наукових пошуків при з'ясуванні факторів, що впливають на розвиток проявів Інтернет-залежності у жінок. Для жінок, які страждають на інтернет-залежність, важливо залишатися в сім'ї, піклуватися про інших, відчувати себе прийнятими. Для чоловіків важливо спілкуватися, обмінюватися інформацією та підтримувати соціальні контакти.

3.2. ЗМІСТ ТЕРМІНАЛЬНИХ ЦІННОСТЕЙ У ОСІБ З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ РІЗНОЇ СТАТІ.

Для порівняння змісту термінальних цінностей досліджуваних був використаний опитувальник І.Г.Сеніна, що дозволяє нам порівняти рівні значимості таких термінальних цінностей як: високе матеріальне становище, власний престиж, активні соціальні контакти, креативність, збереження власної індивідуальності, розвиток себе, духовне задоволення, досягнення, а також життєвих сфер: професійне життя, сімейне життя, суспільне життя, навчання та освіта, захоплення.

У контрольній групі виявлено такі показники рангових сум по шкалам термінальних цінностей серед чоловіків:

- «власний престиж» – 26;
- «високе матеріальне становище» – 26;
- «креативність» – 20;
- «активні соціальні контакти» – 21;
- «розвиток себе» – 16;
- «досягнення» – 18;
- «духовне задоволення» – 20;
- «збереження власної індивідуальності» – 24.

У жінок контрольної групи:

- «власний престиж» – 19;
- «високе матеріальне становище» – 17;
- «креативність» – 13;
- «активні соціальні контакти» – 13;
- «розвиток себе» – 13;
- «досягнення» – 19;
- «духовне задоволення» – 14,
- збереження власної індивідуальності – 19.

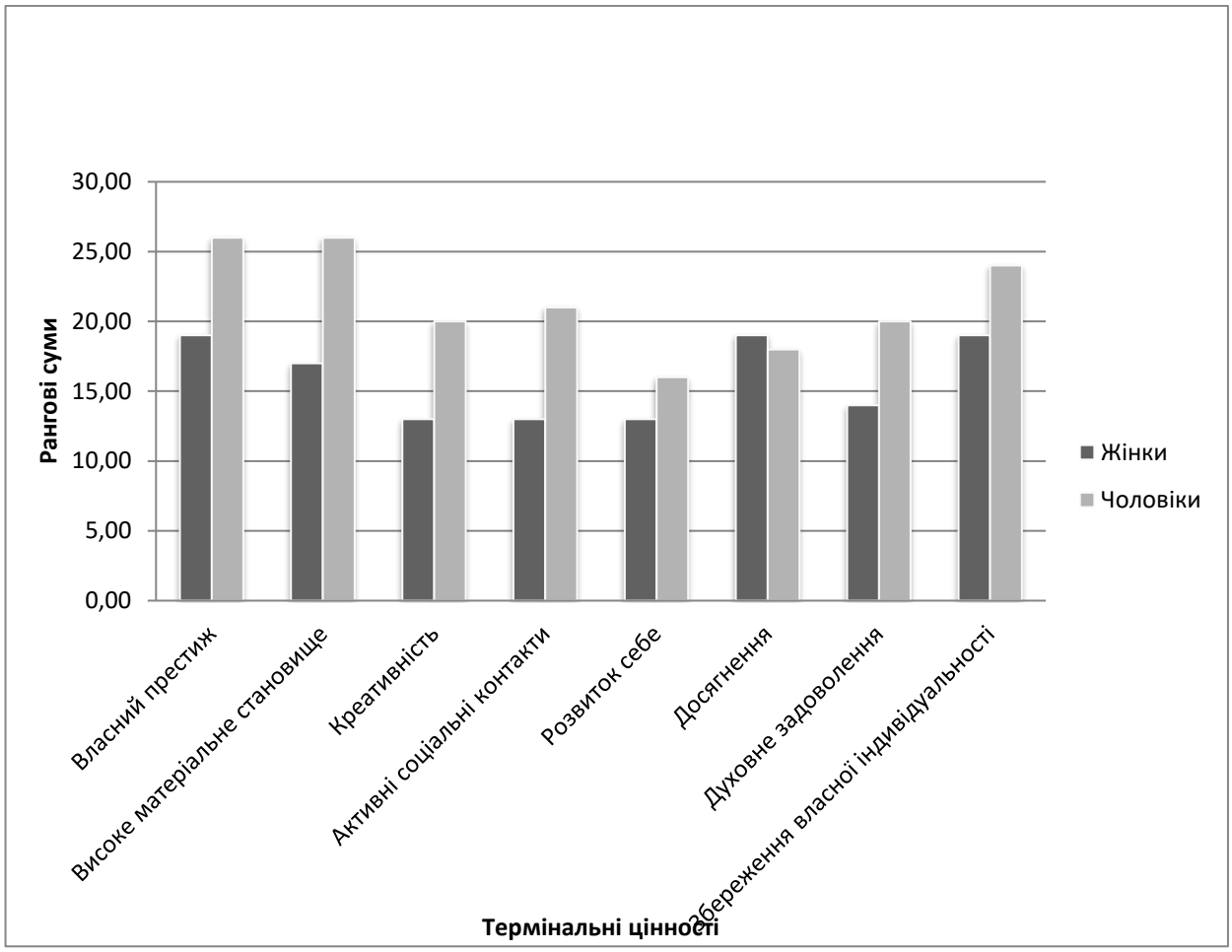


Рис. 3.2.1 Розподіл термінальних цінностей за ранговими сумами у контрольній групі

* - Порівняння між групами, при $p \leq 0,01$

І у чоловіків, і у жінок спостерігається достатній прояв термінальних цінностей з переважанням у жінок цінності «досягнення», у чоловічої аудиторії переважають усі інші показники.

Було визначено, що в групі досліджуваних з ознаками Інтернет-залежності серед чоловіків розподіл рангових сум за шкалами термінальних цінностей відбувся так:

- «власний престиж» – 26;
- «високе матеріальне становище» – 19;
- «креативність» – 18;

- «активні соціальні контакти» – 19;
- «розвиток себе» – 22;
- «досягнення» – 20;
- «духовне задоволення» – 22;
- «збереження власної індивідуальності» – 18.

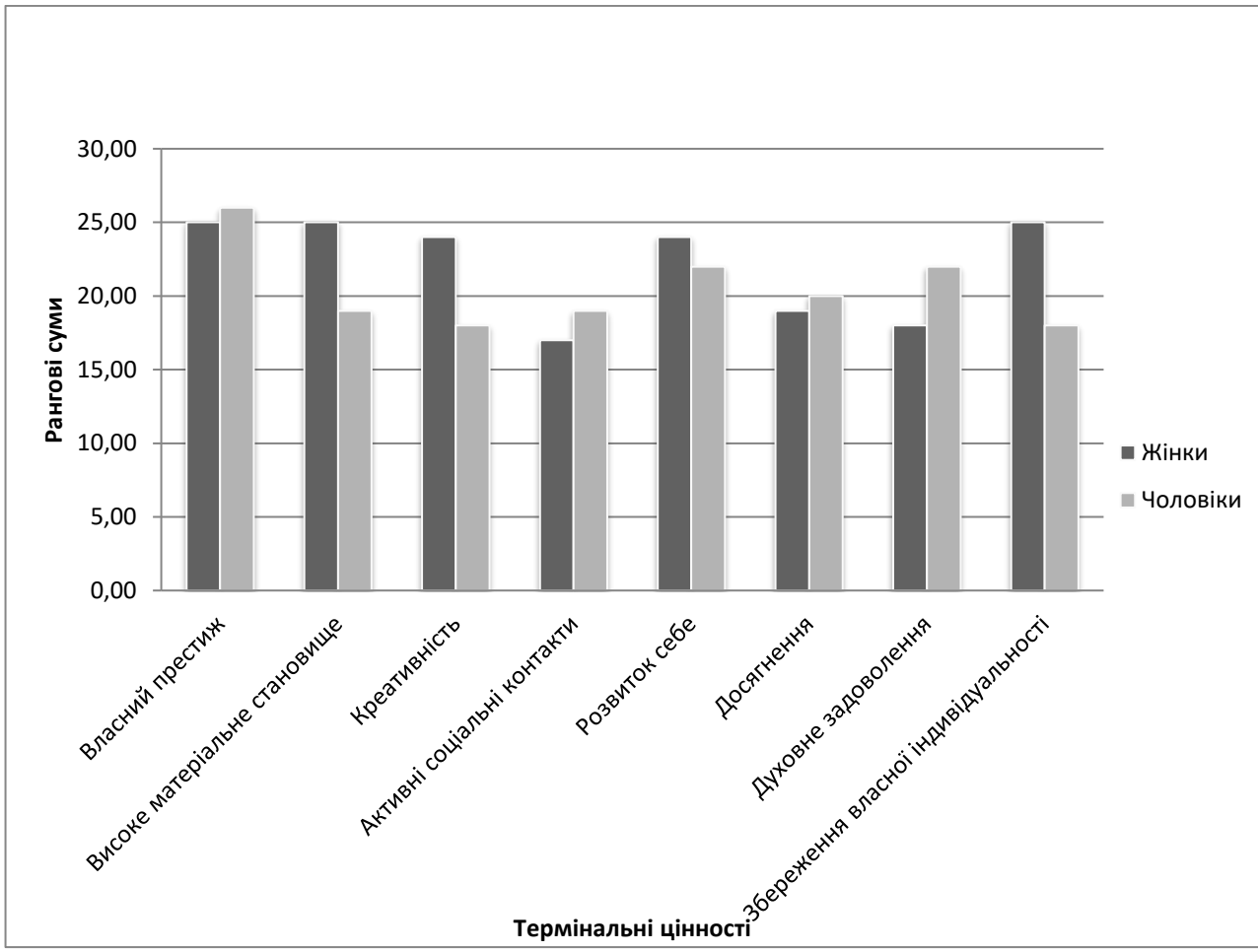


Рис. 3.2.2 Розподіл термінальних цінностей за ранговими сумами у групі Інтернет-залежних осіб

У респондентів жіночої статі:

- «власний престиж» – 25;
- «високе матеріальне становище» – 25;
- «креативність» – 18;
- «активні соціальні контакти» – 24;

- «розвиток себе» – 19;
- «досягнення» – 18;
- «духовне задоволення» – 25.

Як представлено на рисунку 3.2.2, у групі Інтернет-залежних жінок спостерігається вищій рівень значущості таких цінностей, як «високе матеріальне становище», «креативність», «розвиток себе» і «збереження власної індивідуальності». У чоловіків з ознаками інтернет-залежності більшу значущість мають «власний престиж», «активні соціальні контакти», «досягнення» і «духовне задоволення».

Результати оцінки значущості життєвих сфер наведені на рис. 3.2.3.

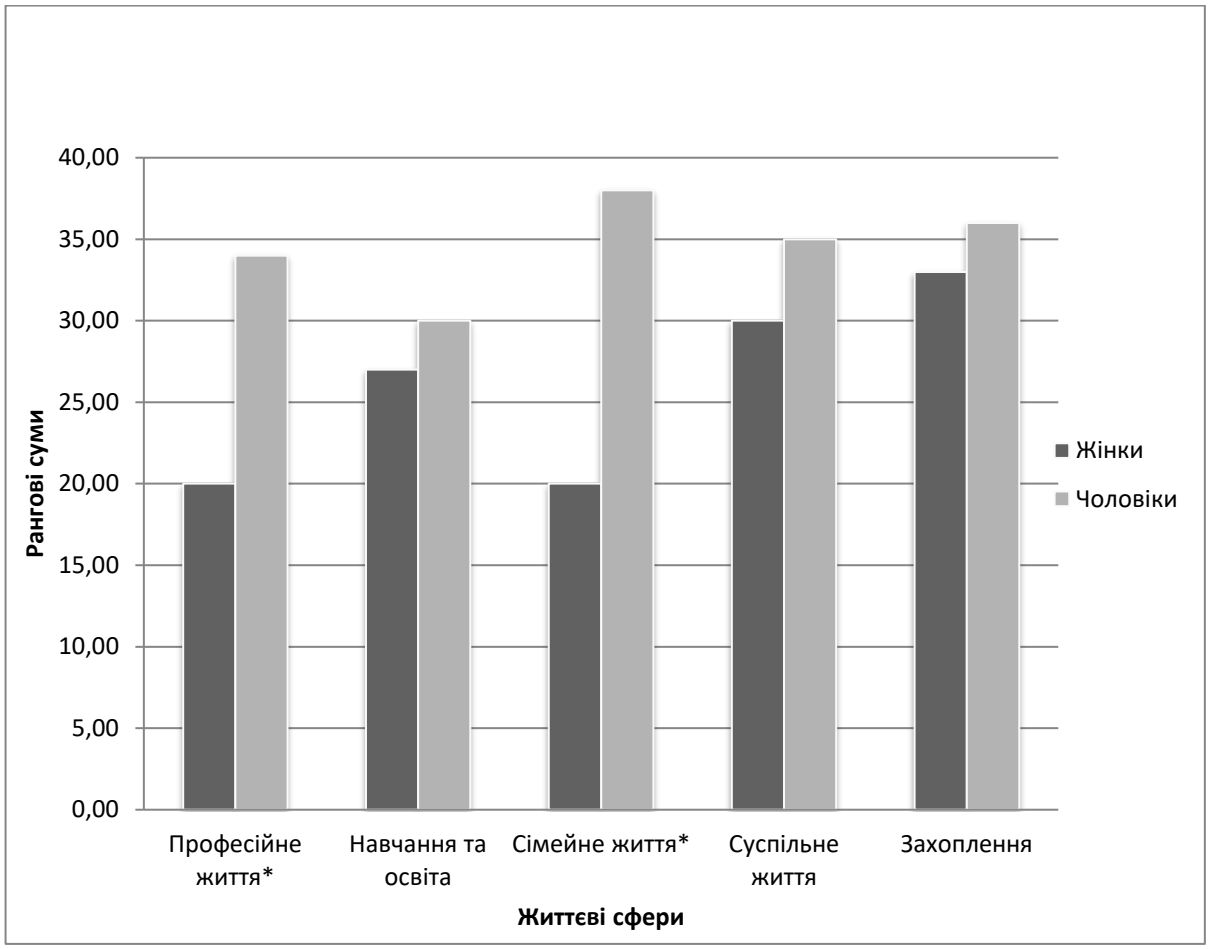


Рис.3.2.3. Розподіл життєвих сфер за ранговими сумами у контрольній групі

* - Порівняння між групами при $p \leq 0,01$.

У респондентів контрольної групи чоловічої статі значення сум рангів свідчать про більшу статистичну значущість сфери професійного та сімейного життя в порівнянні з результатами осіб жіночої статі. Для чоловіків характерна значущість всього, що пов'язано з його сім'єю та з його роботою: вони включаються у розв'язання виробничих проблем, у вирішення сімейних питань та велику увагу приділяють благополуччю родини.

Значущість сфер життя у чоловіків та жінок експериментальної групи представлена на рисунку 3.2.4.

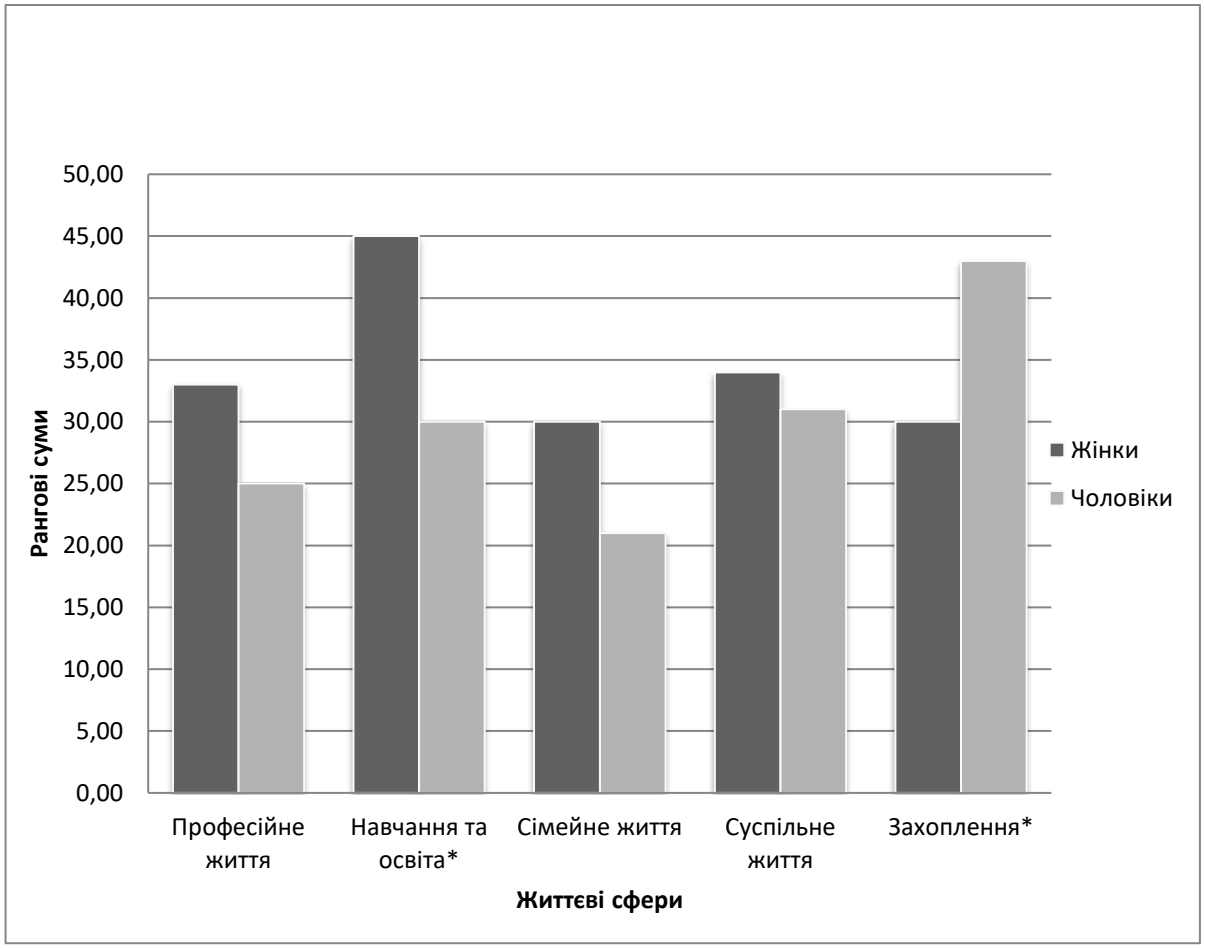


Рис. 3.2.4. Розподіл життєвих сфер за ранговими сумами у групі Інтернет-залежних чоловіків та жінок

* - Порівняння між групами при $p \leq 0{,}01$.

Статистичний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні показує, що існує істотна різниця між значеннями важливості для чоловіків і жінок з ознаками Інтернет-залежності сфери «захоплення (Хобі)» та сфери «навчання та

освіта». Чоловікам більш властива висока значущість захоплень: вони практично весь вільний час витрачають на власним захопленням, та вважають що без них життя не має сенсу. Жінки більше прагнуть до підвищення рівня своєї освіченості, розширенню поглядів, отриманню нових знань.

Порівняння розподілу значущості життєвих сфер у чоловіків контрольної та експериментальної групи наведено на рис. 3.2.5.

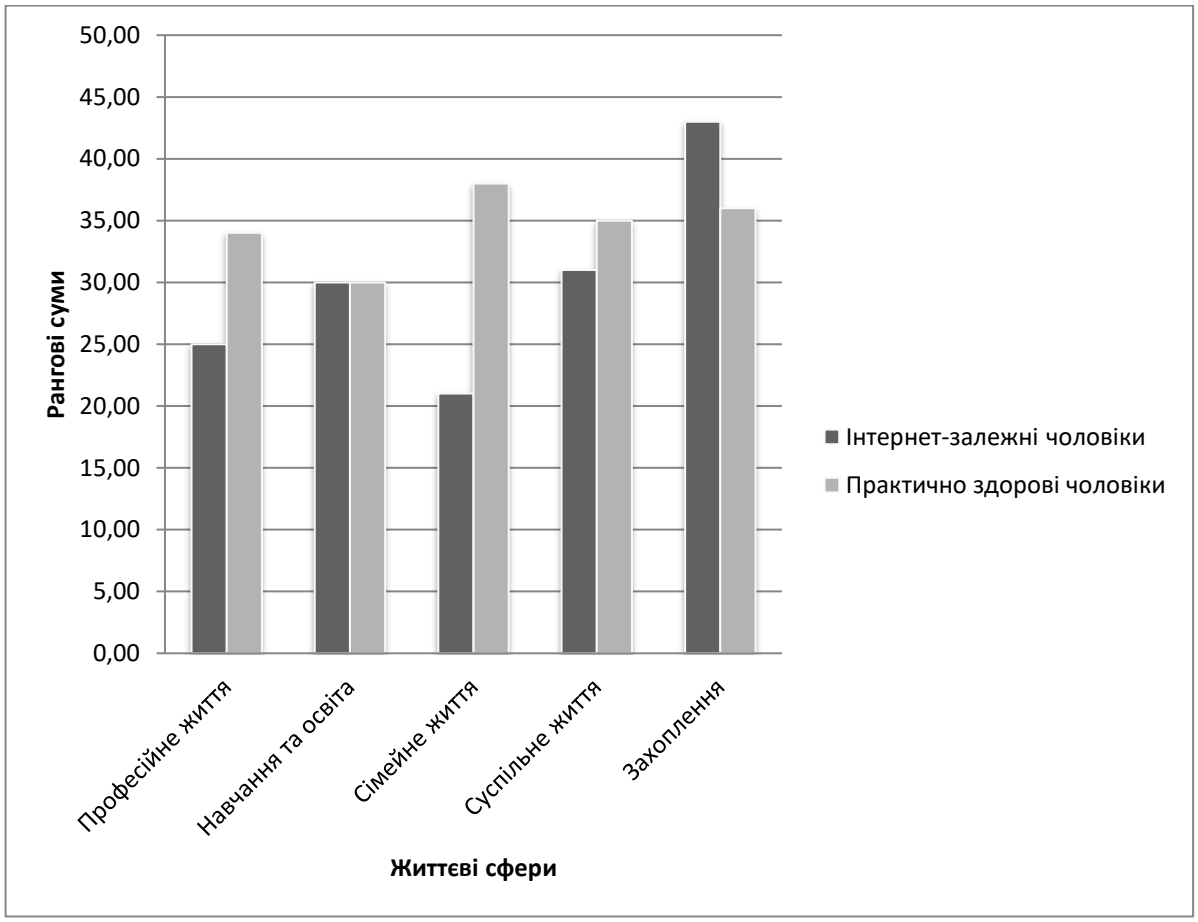


Рис.3.2.5. Розподіл життєвих сфер за ранговими сумами серед осіб чоловічої статі досліджуваних груп

Якщо порівняти важливість життєвих сфер у чоловіків досліджуваних груп, то можна побачити, що достовірної різниці не виявляється. Сфера захоплень дещо більш популярна серед залежних осіб, у сферах освіти і професійної підготовки показники набувають такого ж значення, сфери

професійного, суспільного та сімейного життя дещо переважають у чоловіків без ознак Інтернет –залежності.

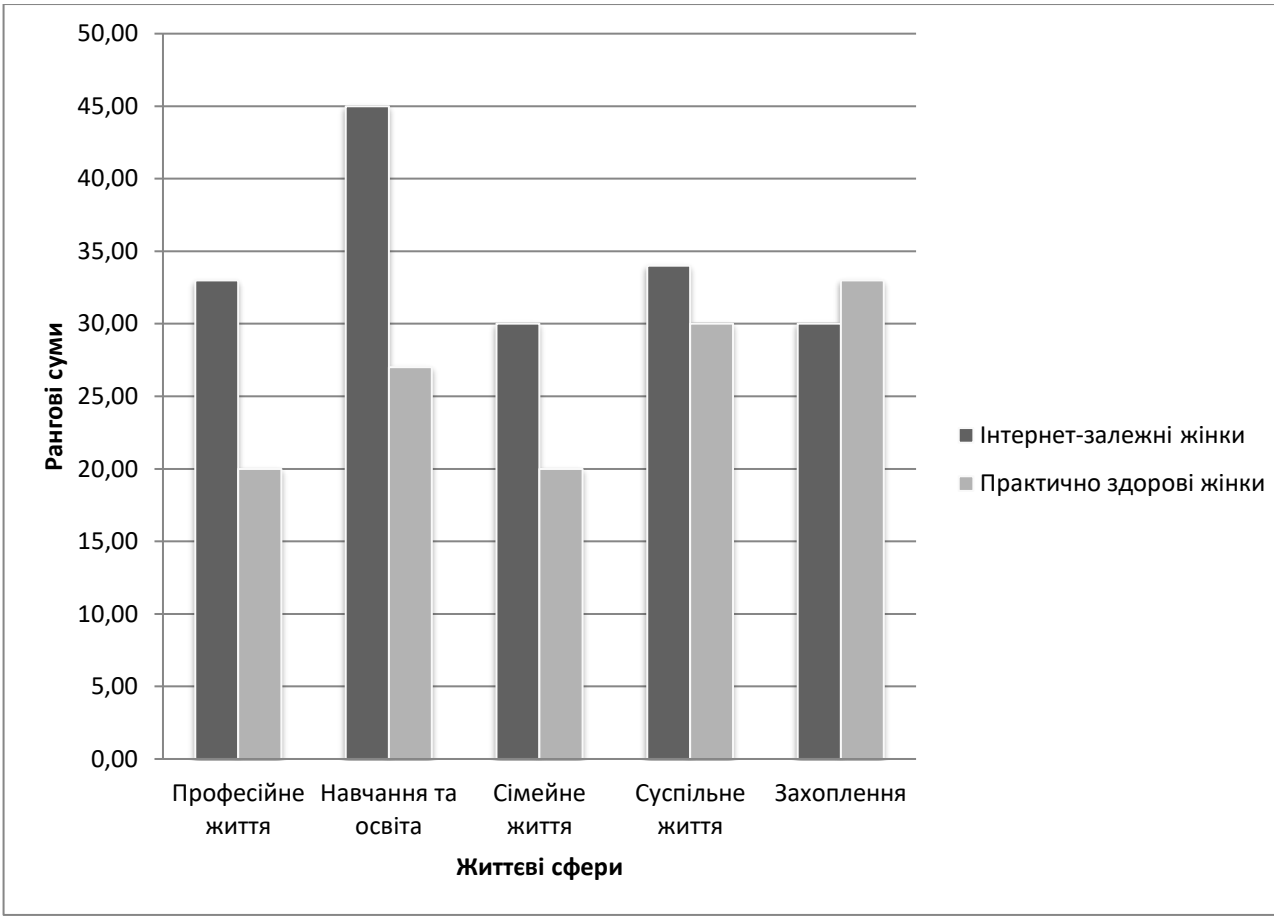


Рис.3.2.6. Розподіл життєвих сфер за ранговими сумами серед осіб жіночої статі досліджуваних груп

Серед жінок контрольної та експериментальної групи розподіл значущості життєвих сфер можна охарактеризувати наступним чином (рис.3.2.6): практично всі сфери життя у Інтернет-залежних жінок, за винятком сфери «захоплення», дещо більші, ніж у представниць контрольної групи, проте ця різниця не досягає рівня значущих відмінностей.

В результаті проведеного аналізу, можемо констатувати, що між чоловіками і жінками в обох досліджуваних груп спостерігається рівне співвідношення рівня значущості в сфері суспільного життя. В експериментальній групі серед чоловіків була виявлена висока значущість

сфери захоплень, а в контрольній групі – переважає сфера професійного та сімейного життя. Серед жінок з ознаками Інтернет-залежності переважають такі сфери, як професійне життя, професійна підготовка та освіта, у жінок контрольної групи переважання якоїсь з сфер життя в порівнянні з результатами чоловіків не виявлено. Цей розподіл показав, що Інтернет-залежні жінки виявляли високий рівень інтересу до професійного розвитку, власної освіти, але не приділяють уваги сфері «захоплення».

3.3. АНАЛІЗ СПРЯМОВАНОСТІ ЖИТТЯ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК В З ОЗНАКАМИ ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЇ

Вивчення рівня осмисленості життєвого шляху, спрямованості власних цінностей вказує на наявність так званого «ноогенного невротичного розладу». Для вимірювання різних показників, які вказують на рівень осмисленості сенсу життя, в нашому дослідженні ми використовували тест смисложиттєвої орієнтації Леонтьєва, яка дозволяє оцінити рівень прояву семантики життя (ОЖ), життєвих цілей, життєвих процесів, насиченості життя, задоволеність ефективністю або самореалізацією життя, траєкторію локус контролю – Я (LC-I), траєкторію контролю-життя (LC-life).

Результати аналізу спрямованості сенсу життя показані на малюнках 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4.

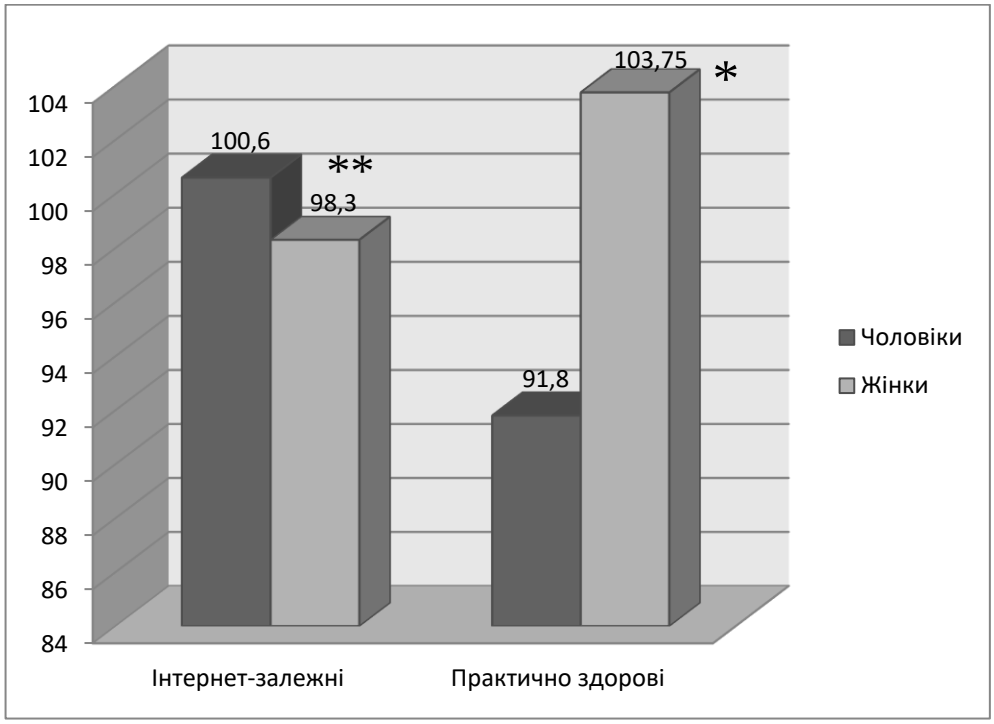


Рис. 3.3.1 Порівняння рангових сум комплексного показника осмисленості життя (ОЖ) серед осіб різної статі у досліджуваних групах

* - Порівняння між групами при $p \leq 0,01$.

** - Порівняння між групами, при $p \leq 0,05$

Як ми можемо побачити з рис. 3.3.1., загальний показник сенсу життя в контрольній групі переважає у жінок, в порівняні з чоловіками, а у групі Інтернет-залежних осіб цей показник у жінок достовірно меньший, ніж у чоловічої аудиторії (що відповідає статистично значущій різниці за U-критерієм при $p \leq 0,01$ у контрольній та при $p < 0,05$ у експериментальній групі.

В результаті співставлення рівня осмисленості життя в експериментальній і контрольній групах кардинально відрізняється. Нижчий рівень осмисленої значущості життя у жінок у порівнянні з чоловіками в групі Інтернет-залежних осіб може свідчити про те, що висока активність в Інтернеті і, як наслідок, втеча від реальних соціальних контактів, що є важливими компонентом соціалізації для жінок, може призводити до втрати усвідомленого відчуття сенсу життя, натомість для чоловіків занурення у віртуальну реальність та використання технічних пристроїв та гаджетів не несе подібного ефекту і осмисленість та розуміння сенсу життя у них знаходиться в межах середніх показників.

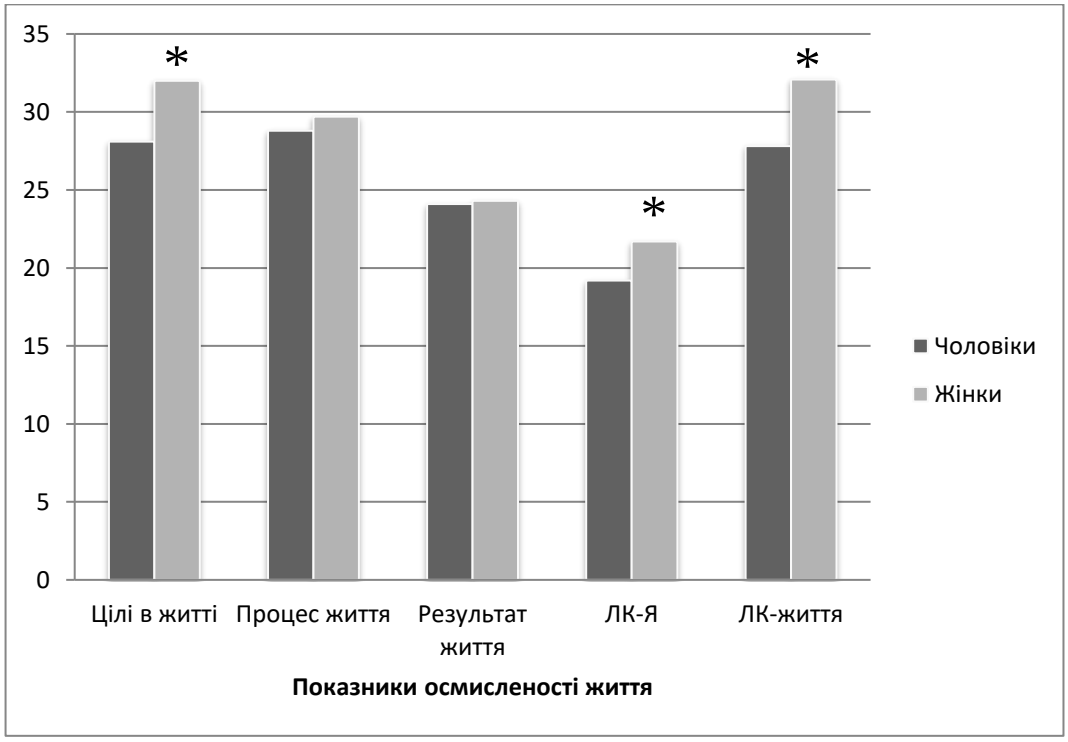
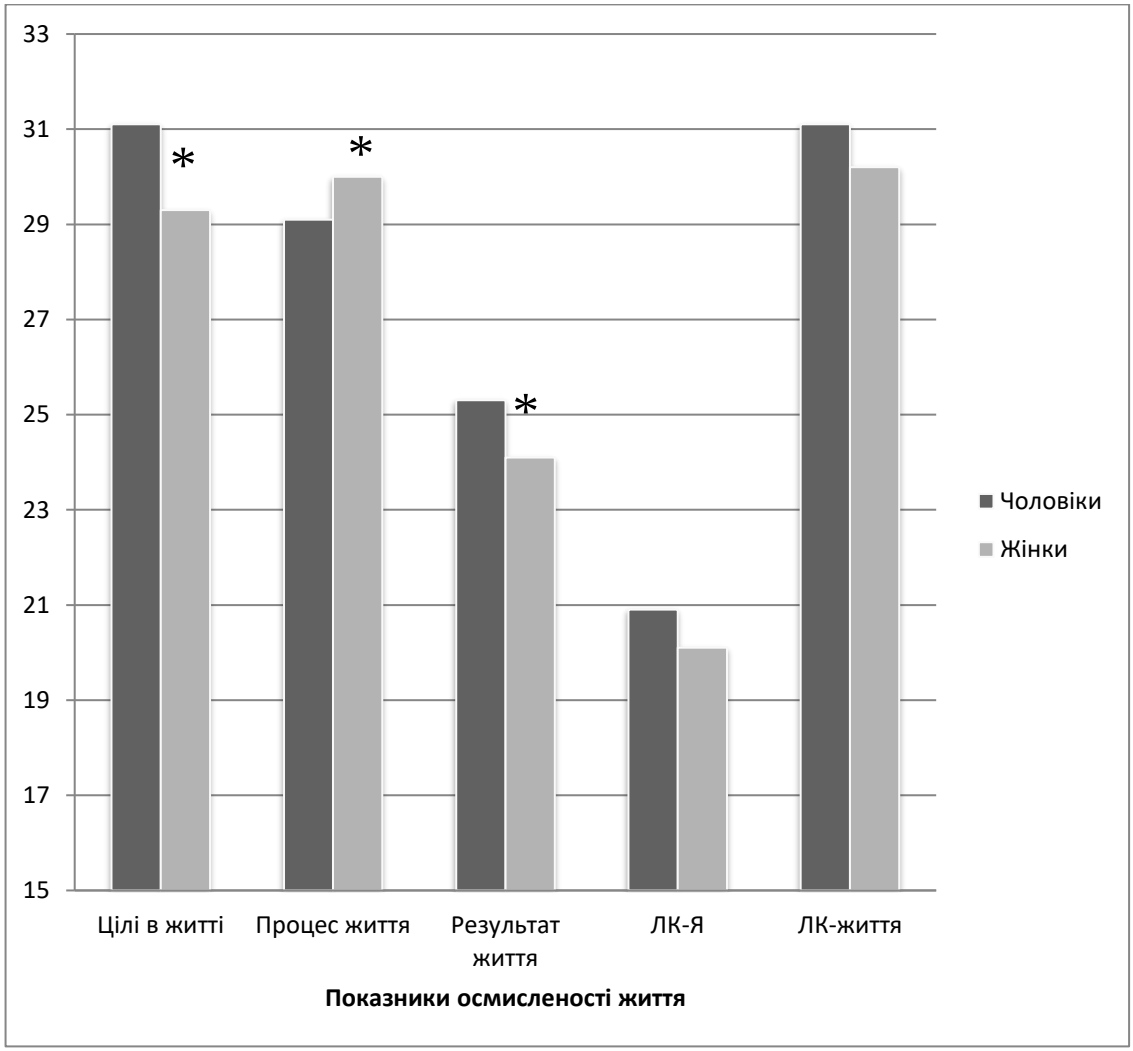


Рис. 3.3.2 Порівняння показників осмисленості життя у чоловіків і жінок контрольної групи.

* - Порівняння між групами, при p≤0,05

У контрольній групі середні значення показників переважають за всіма шкалами, істотна різниця з використанням критерію Мана Уїнті верифікована за показниками: «цілі в житті», «ЛК-Я», «ЛК-життя». Жінки контрольної групи мають уявлення про себе, як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору, може будувати своє життя відповідно до власних цілей, контролює своє життя, втілює в життя свої рішення та більше усвідомлюють власне життя, цілеспрямовані і орієнтовані на майбутнє, в порівнянні з чоловіками.



, **Рис. 3.3.3 Порівняння рівня показників осмисленості життя у групі Інтернет-залежних осіб**

* - Порівняння між групами при p≤0,05.

Серед групи Інтернет-залежних осіб у чоловіків переважають середні значення за всіма показниками, окрім інтересу та емоційного насичення життя, тобто результати практично протилежні тим, що спостерігаються в контрольній групі. Достовірне переважання встановлено рівня прояву показників «життєві цілі», «життєві результати», та достовірне зменшення «процесу життя» в порівнянні з результатами жінок з ознаками Інтернет-залежності. Такі результати свідчать, що чоловіки здійснюють оцінку тої частини життя, що була в минулому, наділяють сенсом минулі події та цілі, мають плани на майбутнє, які можуть носити як реальний, так і «прожекторський» характер. Для жінок більш властиво жити сьогоднішнім днем та отримувати емоційне підкріплення в поточних подіях, без аналізу минулих та планування майбутніх подій.

Порівняння результатів методики у жінок досліджуваних груп вказує на те, що наявність Інтернет-залежніості негативно відображається на смисложиттєвій сфері жінок, та може знижувати рівень осмисленості життя, цілеспрямованості, планування майбутнього, розгляду перспектив, усвідомленню себе «господарем господарем власного життя», та сприяти появі навпевненості у власних силах здійснювати контроль свого життя, виникненню переконань у фатальності життя та ілюзорності прийняття власних рішень. Однак рівень задоволеності процесом життя у обох категорій залежить від емоційної насиченості, зацікавленості в тому щоб просто жити сьогоднішнім моментом, тобто переорієнтації свідомості на незадоволеність своїм нинішнім реальним життям та пошуку емоційного задоволення і Інтернет-мережі, що додатково до зниження сенсу життя.

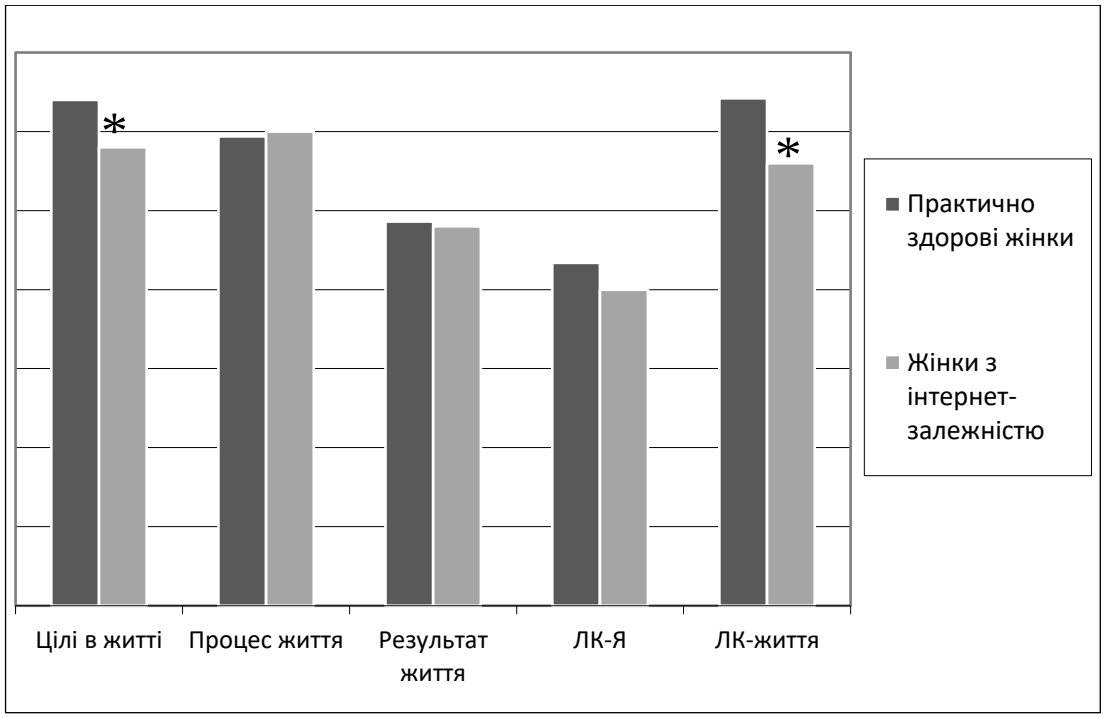


Рис. 3.3.4 Порівняння рівня показників осмисленості життя у жінок досліджуваних груп

* - Порівняння між групами, при $p \leq 0,05$

Чоловіча аудиторія інтернет-залежних осіб демонструє інші тенденції, в цілому показники наближені до показників чоловіків контрольної групи, навіть демонструють незначне переважання, достовірної різниці між показниками методики встановлено не було.

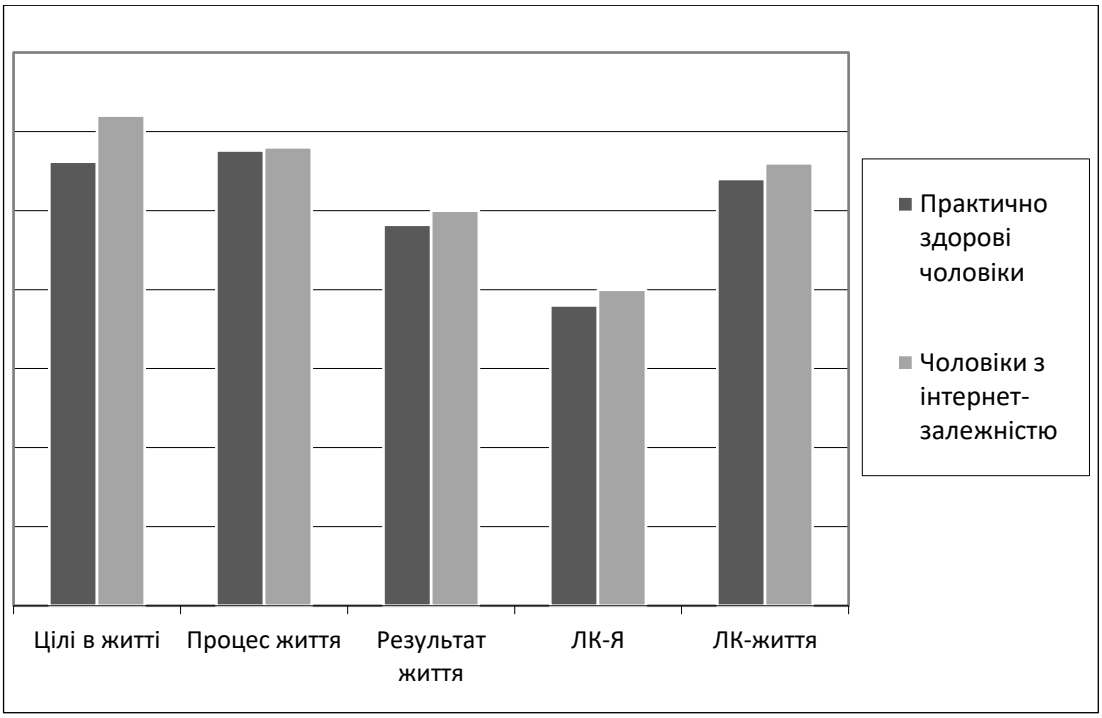


Рис. 3.3.5 Порівняння рівня показників осмисленості життя у чоловіків досліджуваних груп

Це може свідчити про достатній рівень прояву смисложиттєвих орієнтацій та рівня осмисленості життя, надмірне використання Інтернет-мережі не нівелює осмисленість життя і може слугувати сферою реалізації потреб та життєвих прагнень.

ВИСНОВКИ

1. Сенс в психології проявляється в трьох аспектах: аспект об’єктивних відносин між суб’єктом і світом – реальні об’єкти, явища і події, які входять в світ життя суб’єкта; аспект образу світу в свідомості суб’єкта та пізнання суб’єктом сенсів свого життя, їх репрезентації в його свідомості; аспект несвідомого механізму внутрішньої регуляції життєдіяльності, що забезпечує регулювання життєдіяльності суб’єкта відповідно до певної смислової логіки та створює цілісну систему особистості. Сенс - один з найважливіших аспектів людського існування, у структурі психологічного апарату у нього є особливий (вищий) рівень, який відповідає за утворення смислової орієнтації, визначення загального сенсу і мети життя, взаємин з іншими людьми та контакт з самим собою.
2. Різні типи залежної поведінки мають свої специфічні особливості, симптоми і наслідки, але стадії формування залежності є загальними, незалежно від типу залежності, існують загальні ознаки адиктивної поведінки: стійке бажання змінити психофізичний стан, безперервний процес формування і розвитку залежності, циклічний паттерн залежної поведінки, природне виникнення особистісних змін і соціальної дезадаптації, формування адиктивних установок, тобто набору когнітивних, емоційних і поведінкових характеристик, які викликають адиктивне ставлення до життя, надмірне емоційне ставлення до себе. об’єкт залежності трансформує існування об’єкта залежності в мету заперечення залежності та її тяжкості.
3. У Інтернет-залежних чоловіків домінуючим значенням є сенс спілкування, а у жінок - сім’я. Чоловіки цієї групи більше спрямовані на реалізацію потреби спілкуватися з іншими людьми,

проживати емоції, пов’язані з спілкуванням, відчувати власну потрібність та приналежність до життя інших людей, а для жінок домінуючими потребами є спілкування з близькими людьми, піклування про членів сім’ї, виховання дітей. Для жінок, які страждають на інтернет-залежність, важливо залишатися в сім’ї, піклуватися про інших, відчувати себе прийнятими. Для чоловіків важливо спілкуватися, обмінюватися інформацією та підтримувати соціальні контакти.

4. У респондентів контрольної групи чоловічої статі значення сум рангів свідчать про більшу статистичну значущість сфери професійного та сімейного життя в порівнянні з результатами осіб жіночої статі. Для чоловіків характерна значущість всього, що пов’язано з його сім’єю та з його роботою: вони включаються у розв’язання виробничих проблем, у вирішення сімейних питань та велику увагу приділяють благополуччю родини. Статистичний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні показує, що існує істотна різниця між значеннями важливості для чоловіків і жінок з ознаками Інтернет-залежності сфери «захоплення (Хобі)» та сфери «навчання та освіта». Чоловікам більш властива висока значущість захоплень: вони практично весь вільний час витрачають на власним захопленням, та вважають що без них життя не має сенсу. Жінки більше прагнуть до підвищення рівня своєї освіченості, розширенню поглядів, отриманню нових знань.
5. В результаті проведеного аналізу, можемо констатувати, що між чоловіками і жінками в обох досліджуваних груп спостерігається рівне співвідношення рівня значущості в сфері суспільного життя. В експериментальній групі серед чоловіків була виявлена висока значущість сфери захоплень, а в контрольній групі – переважає сфера професійного та сімейного життя. Серед жінок з ознаками Інтернет-залежності переважають такі сфери, як професійне життя,

професійна підготовка та освіта, у жінок контрольної групи переважання якоїсь з сфер життя в порівнянні з результатами чоловіків не виявлено. Цей розподіл показав, що Інтернет-залежні жінки виявляли високий рівень інтересу до професійного розвитку, власної освіти, але не приділяють уваги сфері «захоплення».

6. У контрольній групі середні значення показників СЖО переважають за всіма шкалами, істотна різниця з використанням критерію Мана Уїнті верифікована за показниками: «цілі в житті», «ЛК-Я», «ЛК-життя» у жінок. Жінки контрольної групи мають уявлення про себе, як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору, може будувати своє життя відповідно до власних цілей, контролює своє життя, втілює в життя свої рішення та більше усвідомлюють власне життя, цілеспрямовані і орієнтовані на майбутнє, в порівнянні з чоловіками.
7. У чоловіків з Інтернет-залежністю переважають середні значення за всіма показниками, окрім інтересу та емоційного насичення життя, тобто результати практично протилежні тим, що спостерігаються в контрольній групі. Достовірне переважання встановлено рівня прояву показників «життєві цілі», «життєві результати», та достовірне зменшення «процесу життя» в порівнянні з результатами жінок з ознаками Інтернет-залежності. Такі результати свідчать, що чоловіки здійснюють оцінку тої частини життя, що була в минулому, наділяють сенсом минулі події та цілі, мають плани на майбутнє, які можуть носити як реальний, так і «прожекторський» характер. Для жінок більш властиво жити сьогоднішнім днем та отримувати емоційне підкріплення в поточних подіях, без аналізу минулих та планування майбутніх подій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аналіз динаміки кількості користувачів інтернет в Україні та світі.

https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report

2. Аналіз використання мережі інтернет в Україні. 2022 рік

https://pro-consulting.ua/ua/issledovanie-rynka/analiz-ispolzovaniya-interneta-v-ukraine-2022-god

3. Young K. Men, Women, and the Internet: Gender Differences [Електронний ресурс] / K. Young. – 2008 – Режим доступу: http://www.healthyplace.com/addictions/center-for-internet-addiction-recovery/gender-and-internet-addiction/menu-id-1105/

4. Griffiths M. Does Internet and computer «Addiction» exist? Some case study evidence // CyberPsvchology and Behavior. 2000. V. 3(2). P. 211-218.

5. Greenfield D M. Virtual Addiction: Help for Netheads, Cyberfreaks, and Those Who Love Them Oakland: New Harbinger Publ.. 1999.

6. Боголюбська А. Залежності та шляхи їх подолання / А. Боголюбська // Психолог. – 2007. – №41. – С. 25-28.

7. Асєєва Ю. О. Комп’ютерна залежність, інтернет-залежність та кіберадикції. Психологічний часопис. 2020. Т. 6. №. 6. С. 57–65.

8. Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності // Соціальна психологія. - 2004. - № 5 (7). - С.149-154

9. Титаренко Т. М. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі: монографія / За ред. Т. М. Титаренко. К. : Міленіум, 2016. 320 с.

10. Davis R.A. A Cognitive-behavioral Model of PIU. URL: http://www.researchgate.net/publication/223337034_A_cognitivebehavioral_model_of_pa thological_Internet_use

11. Психолого-педагогічні основи процесу самотворення особистості: монографія / За ред. Л. З. Сердюк. К.: Педагогічна думка, 2015. 197 с.

12. Ціннісна детермінація становлення обдарованої особистості: монографія / За ред. О. Л. Музики. К.: Видавничий Дім «Слово», 2017. 220 с. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості 254 с..

13. S.R.Maddi. Personality theories: a comparative analysis Homewood, Ill: Dorsey Press, 1968, 345p.

14. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості: монографія / За ред. О. М. Кокуна. К.: Педагогічна думка, 2015. 297 с.

15. Соціальна взаємодія і цінності обдарованої особистості: методичний посібник / За ред. О. Л. Музики. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 222 с. 13.

16. Шапошник-Домінська Д.О. Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості: автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2015. 20 с. 16.

17. Bandura A. Social cognitive theory of moral thought and action. In W. M. Kurtiness (Ed.) Handbook of moral behavior and development, 1991. Vol. 1. P. 45-103.

18. Schwarzer R., Jerusalem M. Generalized Self-Efficacy scale. Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs / J. Weinman, S. Wright, M. Johnston. Windsor, UK: NFER-NELSON, 1995. P. 35-37.

19. Максимова Н.Ю. Соціально-психологічний аспект адиктивної поведінки підлітків та молоді / Н.Ю. Максимова, С.В. Толстоухова. – К.: ВПЦ “Київський університет”, 2000. – 200 с.

20. Grohol J. Internet Addiction Guide. URL: http://psychcentral.com/netaddiction

21. Асєєва Ю. О. Кіберадикції молоді як проблема XXI століття: монографія. Львів: «Орал», 2020. 414 с.

22. Griffiths M.D., Davies M.N.O., Chappell D. Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. Journal of Adolescence. 2004. Vol. 27, № 1. P. 87-96.

23. Anderson C.A., Ihori N., Bushman B. J., Rothstein H. R., Shibuya A., Swing E. L., Saleem M. Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. Psychological Bulletin. 2010. Vol. 136, № 2. P. 151-173.

24. Hewitt P. Flett G. Perfectionism in the Self and Social Contexts. Conceptualization, Assessment and Associa- tion with Psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology. 2001. № 5. P. 21-37. 66

25. . Глущенко С.Д. Соціально-психологічні особливості Інтернет аддиктивної поведінки особистості. Молодь: освіта, наука, духовність: тези доповідей. Частина І. Київ: Університет «Україна», 2018. 547 с.

26. Raytek H.S., Morgan T.J., Chung N.M. Cognitive-behavioral interventions for alcohol abuse and dependence. Cognitive Therapy Across the Lifespan. 2013. P. 333- 357.

27. Гребенюк Н.Д. Психологічні аспекти Інтернет-залежності як форми адитивної поведінки підлітків / Н.Д. Гребенюк [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.rusnauka.com/34_NIEK_2010/ Psihologia/75186.doc.htm.

28. Камінська О. В. Чинник розвитку Інтернет-залежності у молоді. Психологічні перспективи. Вип. 25. 2015. С. 65 – 75.

29. Green S., Bavelier D. Action Video-Game experience alters the spatial resolution of vision. Psychological Science. 2007. Vol. 18, №1. P. 88-94.

30. Варивода К. С. Позитивні та негативні аспекти взаємодії молоді в соціальних мережах. Науковий огляд. К., 2015. № 7 (17). 197-212 с.

31. Соловйова І. І. Девіантність особистості в умовах комп'ютеризації суспільства: соціально-філософський аспект : автореф. дис. канд.. філософ. наук : 09 00 03 , Соловйова І. І. ; Південноукр. Держ. Пед.. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2007. 34 с.

32. Малоголова О. О. Інтернет-залежність та її вплив на підлітків Актуальні проблеми психології. Том І. Випуск 54 С.89-93.

33. Young K (2017). «The Evolution of Internet Addiction Disorder». Internet Addiction. Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics. Springer, Cham. pp. 3–18.

34. Городенська, О. І. Психологічні особливості користувачів інтернетресурсів залежно від типу використання. Науковий часопис НПУ 53 імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Київ, 2019. Вип. 27. С. 45-53

35. Шапіро А. А. Массова коммунікація в on-line вимірі: зміна парадигми. Вісник Національної юридичної академії України імені Ярослава Мудрого. 2013. № 2. С. 57-65.

36. Філіппова Н. Мова у віртуальній актуальності. Людина. Комп'ютер. Комунікація. Збірник наукових праць. Львів : Вид-во Нац. ун-ту «Львівська політехніка», 2010. С. 328-330.

37. Турецька Х. І. Особистісна ідентичність схильних до інтернетзалежності осіб : автореф. дис. канд. психол. наук : 19. 00.05. ; Ін-т соціал. та політ. психол. АПН України. К., 2011. 32 с.

38. Литвинчук Л. Соціальні патології особистості як технологічні адиктивні тенденції сучасного соціокультурного середовища. Збірник наукових праць, 2019. №2 (3). 158-169 с.

39. Поліщук О. С. Вплив соціальних інтернет-мереж на формування «Я». Актуальні проблеми філософії та соціології. Одеса, 2017. Вип. 16. С. 93-96.

40. Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. CyberPsychology& Behavior, 3(2), 211–218.

41. Вакуліч Т.М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 К., 2006. 269 с.

42. Bozoglan, B., Demirer, V., Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. Scandinavian Journal of Psychology, 54,313–319.

43. Cyber disorders : the mental health concern for the new millennium / K.S. Soung, M. Pistner, J. O. Mara et al. Cyber Psyhol. Behavior. 1999. Vol 3, No 4. P. 475-479.

44. Інформаційні технології як фактор суспільних перетворень в Україні. Збірник аналітичних доповідей [Електронний ресурс] / М. А. Ожеван, С. Л. Гнатюк, Т. О. Ісакова [Електронний ресурс] / за заг. ред. Д. В. Дубова. Київ : НІСД, 2011. 96 с.

Режим доступу : http://old2.niss.gov.ua/content/articles/files/DUBOV.indd-ee822.pdf

45. Асєєва Ю. О. Виявлення особистісних характеристик кіберадиктів у підлітковому та юнацькому віці. Проблеми сучасної психології. 2020. № 2. С. 11–29.

46. Tsitsika A, Janikian M, Schoenmakers TM, Tzavela EC, Olafsson K, WójcikS, et al. (August 2014). «Internet addictive behavior in adolescence: a 56 cross-sectional study in seven European countries». Cyberpsychology, Behavior and Social Networking. 17 (8): 528– 35.

47. Камінська О. В. Психологічна характеристика різних типів інтернет-залежності. //Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації. –К.: Університет «Україна». 2013. No 4. С. 285–290.

48. Schutter B.D. Never too old to play: The appeal of digital games to an older audience. Games and Culture. 2011. Vol. 6, № 2. P. 155-170.

49. Goldberg I. Internet Addictive Disorder [Cited 2010, 8 Dec.]. Available from: http://www.psycom.net/iadcriteria.html

50. Белінська О. П. Дитина і комп'ютер: психологічні реалії віртуального світу. Психолог. Шкільний світ. 2016. № 46. С. 27–29.

51. Lam LT, Peng ZW (October 2010). «Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: a prospective study».Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine. 164 (10): p. 901–924.

52. Данько Ю. А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси. Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки. Харків, 2012. 179-184 с.

53. Карабін Т.В. Вплив особливостей спілкування в мережі «Internet» на процес соціалізації студентської молоді : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.05 Івано-Франківськ, 2005. 261 с.

54. Chiu, S.-I., Hong, F.-Y., Chiu, S.-L. (2013). An analysis on the correlation and gender difference between college students' Internet addiction and mobile phone addiction in Taiwan. ISRN Addiction, 2013.

55. Посохова В. Особливості життєвого планування Інтернет-залежної молоді. Психологічні перспективи. 2018. Вип.6. С.150-157. 54