

УДК 159.92

Особливості прояву інтернет-залежності у здобувачів вищої освіти

CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF INTERNET ADDICTION IN THE INTERPERSONAL INTERACTION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS

РОДИНА Юлія – доцент, к. фіз. фих., PhD, доцент каф. педагогіки і психології, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Наб. Перемоги, 10, м. Дніпро, 49000, Україна

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1747-2517>

ЧЕХОВИЧ Павло – здобувач 2 (магістерського) рівня вищої освіти, гр. ФКС/017-23-1М, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Наб. Перемоги, 10, м. Дніпро, 49000, Україна

ORCID <https://orcid.org/0009-0006-1080-1516>

RODINA Yuliia – PhD, associate professor of the Department of Pedagogy and Psychology, Prydniprovaska State Academy of Physical Culture and Sports, 10, Naberezhna Peremogy Str., Dnipro 49000, Ukraine

CHEKHOVICH Pavlo – applicant of 2 (master's) level higher education, gr. FKS/017-23-1M, Prydniprovaska State Academy of Physical Culture and Sports, 10, Naberezhna Peremogy Str., Dnipro 49000, Ukraine

Анотація. У статті досліджено студентський вік як особливий період життя особистості, що є сенситивним періодом для розвитку головних соціогенних потенцій людини. Навчання у закладі вищої освіти розвиває її індивідуальність та дає можливість суттєвого впливу на психіку. Тому важливим завданням автори бачать визначення усіляких порушень для вчасного втручання і допомоги. Висвітлено інтернет-залежність як психологічний феномен, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всесвітній мережі. Визначено фактори виникнення інтернет-залежності у студентському віці та особливості спілкування, які і пояснюють її виникнення. Здійснено аналіз наявності інтернет-залежності у здобувачів вищої освіти, для чого досліджено студентів другого курсу Дніпропетровського національного університету імені Олеся Гончара у якості пілотажного емпіричного дослідження шляхом розробки програми та методики дослідження, проведення емпіричного дослідження і його обробки. Отримано невисокий відсоток (10%) респондентів з інтернет-залежністю, при цьому подальшою роботою стало визначення причин. Діагностика схильності до різних залежностей за чотирнадцятьма шкалами показала, що за шкалою загальної схильності до залежності, більшість респондентів мають середній і високий рівень досліджуваної залежності, і тільки менше 25 відсотків – низький. Не виявлено залежності за шкалами (у не менше 80 відсотків респондентів низький рівень): харчової, сексуальної залежності, перегляду телевізійних передач та алкогольної; (більше 90 відсотків респондентів низький рівень): залежності від ліків, наркотичної, релігійної, трудової. Близько 60% респондентів мали високий і середній рівні ігрової залежності, комп'ютерної, до куріння, любовної залежності. Також у досліджених здобувачів виявлено низький рівень схильності до залежності від здорового способу життя. Отже основними проблемами і залежностями виявлено саме інтернет-залежність, що корелює з дослідженнями інших авторів у цій царині.

Ключові слова: інтернет-залежність, студентська молодь, заклади вищої освіти, міжособистісна взаємодія, види залежностей.

Summary. The article considers student age as a special period of an individual's life. Student age is a sensitive period for the development of the main sociogenic potentials of a person. Studying in a higher educational institution develops individuality and gives an opportunity to influence the psyche. The authors see the definition of all kinds of violations for timely intervention and help as an important task. The article highlights Internet addiction as a psychological phenomenon, which consists in the fact that a person has an obsessive desire to constantly be on the World Wide Web. The authors identified as the factors of the emergence of Internet addiction in the student age the peculiarities of communication, which explain the emergence of Internet addictions. The authors analyzed the presence of Internet addiction in students of higher education - second-year students of the Dnipropetrovsk National University named after Oles Honchar as a pilot empirical study by developing a program and research methods, conducting empirical research and its processing. A small percentage (10%) of respondents with Internet addiction was obtained, while further work was to determine the reasons. Diagnostics of propensity to various addictions on fourteen scales showed that according to the scale of general propensity to addiction, most respondents have an average and high level of the studied addiction, and only less than 25 percent have a low level. The authors investigated the absence of addiction according to the scales (at least 80 percent of respondents have a low level): food, sexual, television and alcohol addiction; (more than 90 percent of respondents have a low level): drug addiction, drug addiction, religious addiction, work addiction. About 60% of respondents had high and medium levels of game addiction, computer addiction, smoking addiction, and love addiction. A low level of susceptibility to addiction to a healthy lifestyle was also found in the studied acquirers. Therefore, the main problems and addictions identified are Internet addiction. This correlates with the research of other authors in this area.

Key words: Internet addiction, student youth, institutions of higher education, interpersonal interaction, types of dependencies.

Вступ. Студентський вік належить до особливого періоду життя особистості, адже він вважається сенситивним періодом для розвитку головних соціогенних потенцій людини. Це період, коли відбувається становлення переконань, самосвідомості, темпераменту та життєвого самовизначення. Навчання суттєво впливає на психіку особистості, розвиває її індивідуальність. За період навчання у ЗВО за наявності сприятливих умов у студентів відбувається розвиток усіх рівнів їхньої психіки. Вони характеризуються спрямованістю розуму особистості. Відбувається формування такого спрямування мислення, що буде відповідати професійній спрямованості, яка здобувається.

У молоді роки особистість вважається максимально працездатною, вона терпить найбільшу фізичну та психічну навантаженість. Також показує спроможність до максимального оволодіння різними способами інтелектуальної діяльності, у тому числі складними. Найлегше здобуваються всі потрібні знання в обраній професії, вміння й навички, формуються потрібні спеціалізовані особистісні та функціональні якості [7].

Одним із найважливіших новоутворень цього періоду вважається розвиток самоосвіти, тобто йдеться про самопізнання, його суть полягає у формуванні установок щодо самого себе. Ця установка містить пізнавальний

елемент (відкриття власного «Я»), понятійний елемент (усвідомлення власної індивідуальності, якості та сутності), та оціночно-вольовий елемент (самоповага, самооцінка). Становлення рефлексії відбувається у вигляді розмірковувань над своїми власними переживаннями, відчуттями та ідеями, обумовлює переоцінку раніше сформованих пріоритетів та сенсу життя та, вірогідно, їх зміну й розвиток [4].

Вік від 17 до 21 року – це час найбільш активного розвитку як моральних, так і естетичних почуттів, становлення й стабілізації характеру. Важливою у цей період є соціалізація, що у майбутньому допоможе оволодіти професією. Це період встановлення спортивних рекордів, початок технічних, художніх, наукових досягнень тощо [9].

Аналіз останніх досліджень. Студенти найчастіше за інші групи населення звертаються до послуг інтернету з таких причин: 1) систематична потреба інформації під час підготовки до семінарів, іспитів, виконання завдань тощо. Інтернет дозволяє отримати доступну, повну, всю необхідну та різноманітну інформацію, сприяє полегшенню пошуку необхідних відомостей. Така доступність та легкість доволі часто стають причиною звикання, змушуючи відмахуватися від пошуку в книгах та різних інших джерелах, відкладаючи в якості першочергового виключно інтернет [6]. 2) недостатність часу через освіту для зустрічей з товаришами стає причиною спілкування через засоби різноманітних суспільних мереж. Багата суспільна залученість студентів проявляється в нових знайомствах із залученням тих самих соціальних мереж. Розширення можливостей для спілкування в різних віртуальних групах дає можливість отримати той чи інший соціальний статус, що є вкрай важливим для студентського віку. Комунікація і знайомства за допомогою мережі «Інтернет» характеризуються як легкі, максимально досяжні в будь-який час. Гаджети сприяють економії часу на комунікації з друзями й знайомими, дозволяють не виходити навіть для цього з дому [8].

Через брак часу інтернет виступає ідеальним середовищем для пошуку розваг, методів розслаблення, щоб відволіктися від напруженого навчання. Різноманітні відео, фото, музика, ігри, чати, форуми, візити на різні веб-сайти – все це у великій кількості представлено в мережі «Інтернет». 3) свою роль відіграє високий рівень пізнавальної мотивації студентського віку. Цікавість до наукового шукання, самовдосконалення, пошуку новітньої інформації та потяг до знань, чудово задовольняється інформацією з інтернету, яка там є майже на любий смак та запит [5]. Студент, який у моменті «зараз» захоплений інтернетом, у майбутньому отримує різноманітні проблеми з навчанням. Заходячи на сайти, які не важливі студенту в даний час для навчання, витрачаючи години на переписку в чатах з друзями та грати в різні ігри взамін занять, студенти випадають з процесу навчання, а періодично й з дійсності. Всі зацікавлені зосереджуються на інтернеті та проведенні часу в мережі. Таким чином, доволі часто студент зупиняється у своєму інтелектуальному та пізнавальному розвитку. Його перестає цікавити все, крім сайтів. Він не спроможний контролювати час, який проводить у мережі. Це призводить до того, що йому починає не вистачати часу на освіту, а далі й на сон та відпочинок. Наростає втому, виникають різні труднощі, це все разом може привести до стресу, пригнічення, напруги та нервових зривів [3].

Причини виникнення залежності від інтернету у студентів доволі часто пов'язані саме комунікацією. Мотивом спілкування в інтернеті виступає створення нових знайомств з людьми за подібними інтересами, пошук товаришів

і однодумців за відсутності цензури під час процесу комунікації. Неможливість бачити та чути своїх партнерів по спілкуванню дозволяє максимально відверто розглядати всі можливі теми в інтернеті, спілкування йде за допомогою листування, а не голосової комунікації. Здобувач освіти звикає висловлювати свою думку лише письмово, починає хвилюватися під час необхідності спілкуватися з реальними людьми, коли необхідно бачити та чути своїх співбесідників. Це призводить до виникнення проблем, які виникають, коли необхідно публічно виступати, під час відповіді на іспитах, обговорення колективних справ групи, а також у ситуаціях, які потребують прийняття спільних рішень [1].

Відхід до інтернет-середовища – це один із стилів адаптації до цього динамічного світу. Вже маючи ускладнення у висловлюванні своїх емоцій, здобувачі починають уникати ситуацій, де вони можуть відчувати дискомфорт, починають шукати більш безпечний, опосередкований засіб взаємодії з навколишнім світом, наприклад, через всесвітню мережу «Інтернет», що також служить одним із засобів самозахисту від поганого настрою, болю та зневаги від оточуючих [2].

Мета статті – емпірично визначити вплив психологічних чинників на виникнення інтернет-залежності.

Виклад основного матеріалу. На початковому етапі було розроблено програму та методику емпіричного дослідження. Другий етап – це проведення самого емпіричного дослідження. Було проведено пілотне дослідження з метою емпіричної розвідки на базі Дніпропетровського національного університету імені Олеся Гончара. У дослідженні брали участь студенти другого курсу, 30 осіб від 17 до 21 року, 15 осіб чоловічої статі та 15 – жіночої статі. Саме така вибірка підходить для дослідження, тому що відповідає вимогам мети та визначеним завданням. Для з'ясування рівня соціально-психологічної адаптації та особистісних характеристик під час та після війни, вибір зупинився на таких методиках: 1) «Тест Інтернет-залежності» К. Янга; 2) опитувальник «Методика діагностики схильності до різних залежностей» (Г. Лозова). На третьому етапі здійснено обробку експериментальних даних та їх аналіз.



Рис.1. Результати діагностики за методикою «Тест Інтернет-залежності» К. Янга

За результатами проведеної методики 67% (20 осіб) респондентів мають низький рівень інтернет-залежності. Вони є звичайними користувачами інтернету, корті інколи можуть дозволити собі проводити надто багато часу онлайн, але контролюють себе. 23% (7 осіб) досліджуваних мають середній рівень необхідності використання інтернету. Час від часу в них виникають проблеми у власному житті через надмірне користування мережею. 10% (3 особи) уже мають високий рівень залежності. Тому варто розкрити цілісний вплив цих проблем на життя респондентів, щоб провести корекційні заходи для роботи з цими респондентами.

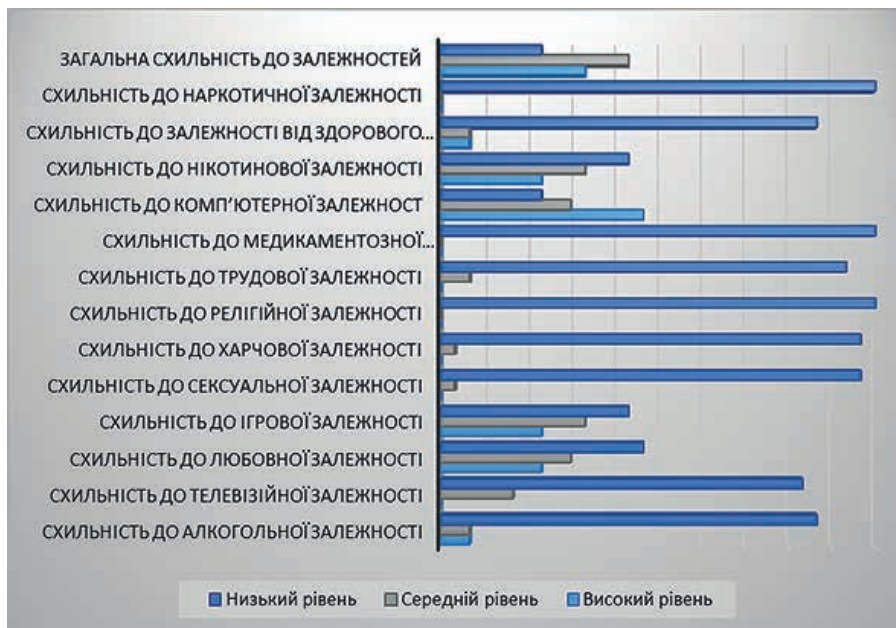


Рис. 2. Результати діагностики за допомогою опитувальника «Методика діагностики схильності до різних залежностей»

Перша шкала показує на потяг особи до алкогольної залежності (схильність до алкоголю, бажання бути під станом сп'яніння). Високий рівень виявлено у 6,7% опитуваних, середній рівень – 6,7%, низький рівень – 86,6%. Друга шкала демонструє схильність досліджуваних до телевізійної залежності (надмірний перегляд фільмів і різних шоу, неможливість відійти від екрану). Таким чином, високий рівень – 0%, середній рівень – 16,7%, високий рівень – 83,3%. За третьою шкалою досліджувалась схильність бути у стосунках, установка про надважливість любовних стосунків у житті. Високий рівень виявлено у 23,3% опитаних, середній рівень – 30%, низький рівень – 46,7%. Четверта шкала – це виявлення схильності до ігрової залежності (швидке збудження та завзяття іграми, особливо азартними). Високий рівень виявлено у 23,3% опитуваних, середній рівень – у 33,3%, низький рівень – у 43,3%. Шкала п'ята – здатність до сексуальної залежності (бажання сексуальних стосунків, секс – це найголовніша потреба в житті). Високий рівень виявлено у 0% опитуваних, середній рівень – у 3,3%, низький рівень – у 96,7%. Шкала шоста показує схильність до харчової залежності (бажання їжі як способу впоратися з різними несприятливими ситуаціями тощо). Високий рівень виявлено у 0% опитуваних, середній рівень – 3,3%, низький рівень – 96,7%. Сьома шкала виявляє здатність до релігійної залежності (це досить жорстке тверде дотримання канонів, релігійних ритуалів, тощо). Високий рівень виявлено у 0% опитуваних, середній рівень – 0%, низький рівень – 100%. Восьма шкала вказує на схильність опитаних до трудової залежності (коли надмірна праця є способом уникнути певних проблем). Високий рівень схильності не був виявлений у респондентів взагалі, середній рівень спроможності – у 6,7%, низький – у 93,3%. По дев'ятій шкалі можна зробити підсумок, щодо схильності опитуваних до фармакологічних засобів. Результати вказують, що у 0% людей досліджено високий рівень схильності, у 0% – середній, у 100% – низький. Десята шкала виявляє схильність до комп'ютерної залежності (стрімке бажання знаходитись онлайн, брати участь у комп'ютерних іграх, витрачаючи на них не тільки вільний, а й робочий час). 46,7% респондентів мають високий показник схильності до комп'ютерної залежності, 30% мають

посередній рівень залежності, 23,3% – низький. Одинадцята шкала дозволяє побачити схильність до куріння. У 23,3% опитаних було виявлено високий рівень схильності до залежності, у 33,3% – середній, а у 43,3% – малий. Дванадцята шкала та її показники дозволяють відстежити рівень схильності до ведення здорового способу життя. У 6,7% респондентів цей рівень є високим, у 6,7% – середнім, у 86,6% – малим. Показники тринадцятої шкали виявляють і показують схильність до наркотичної залежності. У 100% опитаних показник даної шкали є низьким. Чотирнадцята шкала є показником рівня загальної схильності до залежностей, за яким 33,3% опитаних мають високий рівень, 43,3% – середній, а 23,3% – низький. Отже, отримані результати свідчать про те, що серед досліджуваних визначено тих, хто має високий та середній рівні інтернет-залежності. Вони мають надмірну захопленість проблемами інтернету, роблячи при цьому марні спроби тримати під своїм наглядом користування мережею або взагалі перестати нею користуватися. Відчують обурення, відчуття гніву, смутку і навіть глибоку депресію у випадку тривалої відсутності підключення до інтернету. Самі студенти зазначають, що час, коли вони знаходяться «у хвилях інтернету», неминуче збільшується. Внаслідок занадто сильного захоплення мережею страждають особисті контакти. Отримані результати свідчать про те, що з такими студентами потрібно організувати цілеспрямовану та систематичну роботу щодо усунення інтернет-залежності.

Висновки

1. Головними факторами, як можуть провокувати адиктивну поведінку, можна вважати характер впливів середовища, соціальної дезадаптації, індивідуальних особливостей, нервово-психічної нестійкості, акцентуації характеру, поведінкової реакції групування тощо.

2. Інтернет-залежність є психологічним феноменом, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у всевітній мережі. У наш час студенти здебільшого використовують інтернет не для вирішення питань навчання і рішення завдань навчання, а як засіб соціалізації, через що відбувається так звана віртуалізація.

3. Досліджено, що виникнення інтернет-залежності у здобувачів часто можна пояснити особливостями спілкування. Мотивом для спілкування в інтернеті вважається пошук нових знайомих та друзів зі схожими інтересами, пошук одновітців, задоволення потреби у моральних підпорках та все це без нагляду та заборон під час комунікації. Нездатність чути і бачити партнерів по співбесіді дає можливість вільно обговорювати будь-які теми в інтернеті. Чудово сприяє і допомагає спілкування за допомогою листування.

Обробка та аналіз результатів свідчить, що переважна більшість опитаних показали низький рівень інтернет-залежності, вони є пересічними користувачами мережі, яким вдається контролювати час, проведений у мережі. Було виявлено осіб із середнім рівнем залежності, у яких інколи можуть з'являтися проблеми через те, що вони забагато уваги та часу приділяють інтернету. На жаль, було виявлено студентів, які мають високий рівень інтернет-залежності, що потребує ряду заходів щодо пошуку причин такої проблеми та розробки системи заходів для її корекції.

Список використаних джерел

1. Бартків О. Соціально-педагогічні профілактика інтернет-адикції в студентській молоді. Луцьк, 2014. № 1 (278). С. 166–170.
2. Камінська О. Вплив інтернет-залежності на формування ціннісних орієнтацій молоді. *Нова педагогічна думка*. 2014. № 1. С. 178–182.
3. Малєєв В. О. Безпальченко В. М. Інтернет-небезпеки: ризики, аналіз залежностей, першочергові заходи. *Вісник Херсонського національного технічного університету*. 2020. № 4 (75). С. 189–197.
4. Немеш О. М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту: монографія. Київ, 2017. 391 с.
5. Ржевський Г. М. Аналіз особистісних особливостей та причин інтернет-залежності у студентів вищих навчальних закладів. *World science*. 2018. № 1 (29). С. 50–59.
6. Слободянюк А. В. Місце та роль інформаційної системи Інтернет у житті студента. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2021. № 28. С. 467–472.
7. Федоренко С. В. Чинники виникнення Інтернет-залежної поведінки у студентській молоді. *Наукові записки Національного університету Острозька академія. Серія: Психологія і педагогіка*. 2012. № 20. С. 283–296.
8. Хараджи М., Литвінова М. Психокорекція проявів інтернет-залежності засобами арттерапії. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». URL: http://ephshair.phdpu.edu.ua/bitstream/handle/8989898989/5649/Innovatsiini%20artterapevtychni%20tekhnohii_03.2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=152 (дата звернення: 12.11.23).
9. Шапталова Н., Твердохліб Т. Вплив інтернету на формування сімейних цінностей студентів. Київ, 2017. С. 54–61.

References

1. Bartkiv O. (2014). Sotsialno-pedahohichni profilyaktyka internet-adyktsii v studentskoi molodi [Socio-pedagogical prevention of Internet addiction in student youth]. *Lutsk*, 1 (278), 166–170 [in Ukrainian].
2. Kaminska O. (2014). Vplyv internet-zalezhnosti na formuvannya tsinnisnykh oriantatsii molodi [The influence of Internet addiction on the formation of value orientations of young people]. *Nova pedahohichna dumka – A new pedagogical thought*, 1, 178–182 [in Ukrainian].
3. Malyeyev V. O., Bezpalchenko V. M. (2020). Internet-nebezpeky: ryzyky, analiz zalezhnosti, pershocherhovi zakhody [Internet dangers: risks, dependency analysis, priority measures]. *Visnyk Hersonskogo nacionalnogo tehnicnogo universytetu – [Bulletin of Kherson National Technical University]*, 4 (75), 189–197 [in Ukrainian].
4. Nemesh O. M. (2017). *Virtualna diyalnist osobistosti: struktura ta dinamika psihologichnogo zmistu: monografiya* [Virtual personality activity: structure and dynamics of psychological content]: monograph. Kyiv [in Ukrainian].
5. Rzhetskij G. M. (2018). Analiz osobystisnykh osoblyvosti ta prychny internet-zalezhnosti u studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [Analysis of personal characteristics and causes of Internet addiction among students of higher educational institutions]. *Svitova nauka – World science*, 1 (29), 50–59 [in Ukrainian].
6. Slobodyanyuk A. V. (2021). Mistse ta rol informatsiinoi systemy Internet u zhytti studenta [The place and role of the Internet information system in the life of a student]. *Suchasni informatsiini tekhnolohii ta innovatsiini metodyky navchannia v pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohii, teoriia, dosvid, problemy – Modern information technologies and innovative teaching methods in the training of specialists: methodology, theory, experience, problems*, 28, 467–472 [in Ukrainian].
7. Fedorenko S. V. (2012). Chinniki viniknennya Internet-zalezhnoyi povedinky u studentskoyi molodi [Factors of the emergence of Internet-dependent behavior among student youth]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu Ostrozka akademiia. Serii: Psykholohiia i pedahohika – Scientific notes of the National University Ostroh Academy. Series: Psychology and pedagogy*, 20, 283–296 [in Ukrainian].
8. Haradzi M., Litvinova M. Psihokorekciya proyaviv internet-zalezhnosti zasobami artterapiyi [Psychocorrection of manifestations of Internet addiction using art therapy]. DVNZ «Pereyaslav-Hmelnic'kij DPU imeni Grigoriya Skovorodi» – «Pereyaslav-Khmelnytskyi DPU imeni Hryhoriya Skovoroda». URL: http://ephshair.phdpu.edu.ua/bitstream/handle/8989898989/5649/Innovatsiini%20artterapevtychni%20tekhnohii_03.2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=152 [in Ukrainian].
9. Shaptalova N., Tverdohlib T. (2017). Vplyv internetu na formuvannya simejnih cinnostej studentiv [The influence of the Internet on the formation of family values of students]. *Kyiv*, 54–61 [in Ukrainian].