

**РЕФЕРАТ**

до магістерської роботи

На тему: **«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ  
КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ»**

**Виконавець:**

здобувач 2(6) курсу 12 групи  
факультету ФЕУП  
Пеко Дарія Олександрівна

/підпис/

**Науковий керівник**

професор кафедри МППП  
д. політ. н., професор  
Сіленко Алла Олексіївна

/підпис/

## **Актуальність роботи.**

Магістерську роботу присвячено аналізу соціально-психологічних закономірностей становлення особистості підлітка та особливостям виникнення у них комп'ютерної залежності. Теоретичне обґрунтування контексту виникнення комп'ютерної залежності ґрунтується на чинниках їх психофізіологічного та соціального розвитку. Причини та наслідки виникнення комп'ютерної залежності у молодих людей підліткового віку 14-18 років представлено в структурі онтогенезу їх особистісного становлення.

Універсально-засадничою є система внутрішніх структурних зв'язків між когнітивною, поведінковою, волевою та афективною сферами, а також вплив та характеристика цих складових на формування як загальних, так і особистісних тенденцій розвитку особистості підліткового віку. Розуміння структури та функцій базових складових особистісного становлення підлітків і дозволяє пояснити специфіку виникнення у них комп'ютерної залежності.

Через електронні застосунки молоді люди підліткового і юнацького віку, набувають своїх початкових комунікативних навичок і налагоджують перші соціальні зв'язки. Тому не випадково, що на онтогенетичному етапі становлення особистості віком 14-18 років спостерігається найбільша кількість проявів Інтернет-залежності.

**Метою** нашого дослідження є аналіз та обґрунтування соціально-психологічних причин, в контексті яких у підлітків формується комп'ютерна залежність, а також її наслідки, поведінкові й психоемоційні особливості проявів, профілактика виникнення.

**Об'єкт** дослідження: комп'ютерна залежність у підлітків як результат сучасної діджиталізації інформаційного простору.

**Предмет** дослідження: соціально-психологічне підґрунтя виникнення комп'ютерної залежності у підлітковому віці.

**Завдання** дослідження:

- проаналізувати в онтологічному зрізі особливості психофізіологічного розвитку особистості в підлітковому віці;

- розкрити витоки, природу та сутність виникнення комп'ютерної залежності у дітей підліткового віку (13-17 років);
- встановити причинно-наслідкові зв'язки між розвитком комп'ютерної залежності та складнощами в комунікації підлітків з батьками й однолітками;
- визначити типи комп'ютерної залежності та їх класифікацію відповідно до підліткової вікової групи;
- виокремити й структурувати найбільш дієві практичні чинники запобігання розвитку у підлітків інтернет-залежності;
- розробити власну анкету «Комп'ютерна залежність у підлітків» та провести практикоорієнтовані емпіричні дослідження у визначених референтних групах підлітків 13-15 та 16-17 років.

**Методи дослідження.** Теоретичними методами, задіяними в процесі кваліфікаційного дослідження, стали загальнонаукові методи аналізу, синтезу, узагальнення. Компаративний метод обробки інформації застосовано при студіюванні існуючих в українській психології практичних підходів щодо профілактики й запобігання розвитку комп'ютерної залежності у підлітків.

В якості емпіричних методів дослідження залучено спостереження, експеримент, опитування й тестування. Кількісний та якісний аналіз отриманих даних ґрунтується на методах математичної й статистичної обробки результатів.

В дослідженні взяло участь 54 особи – школярі закладу загальної середньої освіти м. Одеси, Україна. З них учні молодшого (13-15 років) та старшого підліткового віку (16-17 років), з яких 24 хлопців та 30 дівчат.

### **Структура та обсяг роботи.**

Кваліфікаційне магістерське дослідження складається зі вступу, трьох розділів, десяти підрозділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел, що містить 61 найменування, та додатків. Загальний обсяг роботи – 95 сторінок, обсяг основної частини роботи без списку використаних джерел та додатків – 80 сторінок.

## Основний зміст роботи

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, висвітлено практичне значення роботи.

У першому розділі «Психофізіологічні та соціальні особливості онтогенезу підлітків» було здійснено аналіз психофізіологічних особливостей розвитку особистості в ранньому підлітковому віці (13-15) років, студійовані чинники соціалізації підлітків у старшому шкільному віці (16-18 років), розглянуто підлітковий вік в контексті специфіки його онтогенетичного розвитку.

Теоретико-емпіричний зріз наукових досліджень, задіяних у роботі, ґрунтується на основоположних підходах, теоріях і концепціях, розроблених у царині вікової, педагогічної, медичної психології. Виокремивши особливості та сутність становлення особистості підліткового і юнацького віку, закономірності розвитку та пов'язану із цим проблематику, варто назвати праці найзначніших представників, що працювали в цій галузі: Г.С. Голла, Е. Еріксона, Е. Шпрангера, Л.С. Виготського, О.М. Леонтьєва, С.Д. Максименка, І.П. Манохи, В.А. Роменця, С.Л. Рубінштейна.

Численну кількість наукових досліджень, праць, теоретичних розвідок і студій в українській та зарубіжній науці, присвячених особливостям розвитку особистості в підлітковому віці, пов'язуємо сьогодні з іменами таких відомих теоретиків і практиків, як К.В. Аймедов, Ю.О. Асєєва, О.М. Арестова, Т.С. Асланян, О.П. Белінська, А.Е. Войскунский, М.Д. Гріффітс, І. Голберг, Ю.С. Ганган, А.Ю. Егоров, А.Є. Жичкина, О.В. Змановская, Дж. Ідзьорек, М.С. Кісельова, Ц.П. Короленко, М. Коул, Д.Дж. Кусс, Э.В. Мельник, С.В. Олендаренко, Дж. Біллі, Дж. Рурш, О.В. Худяков, К.С. Янг, Д. Якобсон.

Бурхливе зростання та перебудова організму в підлітковому віці різко посилює увагу дитини до своєї зовнішності, до внутрішніх станів і процесів самоідентифікації, на тлі чого формується новий образ фізичного «Я». Почуття

«дорослості» у підлітків набуває ознак головної домінуючої сили розвитку. Наприкінці молодшого підліткового віку у дитини активізується особистісний розвиток і «пошук себе», формується власна «Я-концепція» (система внутрішньо узгоджених уявлень про себе), образ власного «Я».

У пізньому підлітковому віці 15-17 років завершується фізичний розвиток організму, закінчується статеве дозрівання, приходить в баланс робота внутрішніх органів, закінчується формування й функціональний розвиток тканин організму. Самоідентифікація, психосексуальна ідентичність, соціалізація, професійне самовизначення, усвідомлення життєвих цілей, формування життєвих цінностей та світогляду, розвиток ціннісних уявлень і вольової сфери підлітків є найважливішим етапом становлення особистості в процесі онтогенезу.

В інформаційному суспільстві проблеми комп'ютерної залежності детерміновані психофізіологічними та соціальними чинниками. Найчастіше віртуалізація життєвого простору властива саме підліткам у зв'язку з тим, що підліткова психіка є доволі нестійкою, їй складно амортизувати й чинити опір медіа потокам. Вплив кіберсередовища на свідомість підлітків, як специфічної соціально-демографічної групи, є найбільшим.

Соціально-психологічним підґрунтям виникнення проблем у використанні комп'ютера підлітками на сьогодні є розвиток ігрової індустрії, розгалужені social media, інформаційна «прозорість» світу. Психіка підлітків менш стабільна, а прагнення до нових вражень та емоційних переживань дуже високе. Не до кінця сформовані навички самоконтролю та критичного мислення роблять їх уразливими до залежності від ігор, соціальних мереж, месенджерів, потокового контенту.

Комп'ютерна залежність у підлітків – актуальна проблема сьогодення, пов'язана з психоемоційними особливостями розвитку особистості у цей складний віковий період.

**У другому розділі «Діджиталізація сучасного інформаційного простору як феномен соціального буття» вводить поняття «Гаджет**

Sapiens», пояснюються його прикметні ознаки, розкриваються види та причини виникнення інтернет-залежності у підлітків. Крізь призму впливу ігрової індустрії на психіку особистості у підлітковому віці визначаються психоемоційні та поведінкові прояви комп'ютерної залежності. Значної уваги приділено профілактиці виникнення комп'ютерної залежності у підлітків.

За даними ВООЗ, у нинішньому світі чи не кожна шоста дитина страждає на той чи інший прояв ігрової залежності, а серед дітей шкільного віку кожен другий є гаджет-залежним. За умови відсутності вчасної діагностики та медичного лікування, таке захворювання, як комп'ютерна/ігрова залежність, призводить до стану дезадаптації, або навіть часткової деградації особистості дитини, позаяк підліток більше не уявляє себе в світі без ігор.

При формуванні комп'ютерної залежності виділяють 3 етапи: ризик її розвитку; сформована комп'ютерна залежність; тотальна комп'ютерна залежність. При цьому комп'ютерні ігри та соціальні мережі створюють спеціальну систему «винагород», котрі активують центри задоволення у мозку, викликаючи звикання. Підліток починає асоціювати щастя та задоволення тільки з комп'ютерним середовищем та віртуальним світом, реальне життя поступово втрачає свою привабливість.

Основними причинами виникнення комп'ютерної залежності є недостатність спілкування та емоційної підтримки в родині; проблеми з однолітками; інертне дозвілля; соціальна ізоляція; ідеалізація ігрового світу тощо.

**У третьому розділі «Практикоорієнтоване дослідження психологічних засад виникнення комп'ютерної залежності у підлітків»** проведено емпіричне дослідження із зазначеною референтною групою респондентів, застосовано психодіагностичний комплекс методів виявлення комп'ютерної залежності у підлітків за допомогою опитувальника Карла Леонгарда - Ганса Шмішека на акцентуації характеру; одноосібно розробленої анкети «Комп'ютерна залежність у підлітків»; опитувальника «Діагностика

кіберкомунікативної залежності»; опитувальника виявлення схильності до залежної поведінки О.П. Макарової; Шкали ігрової залежності Томаса А. Такера.

Виходячи із сформульованої гіпотези – чи корелюється розвиток інтернет залежності з віком підлітка, чи є захоплення комп'ютерними іграми передумовою розвитку кіберадикцій, чи є залежність від комп'ютера та гаджетів у старшокласників 16-17 років більш вираженою, ніж у школярів 13-15 років – та з точки зору соціально-психологічного контексту дослідження проаналізовано отримані результати й визначено відповідні кореляції.

Зазначено, що діджиталізація інформаційного простору разом з перевагами і можливостями, приносить водночас і виклики: залежність від гаджетів та Інтернету. Підлітки є особливо вразливою соціально-демографічною групою, яка легко може потрапити в залежність від гаджетів, Інтернету та комп'ютерних ігор. Комп'ютерна та ігрова залежності можуть мати серйозні наслідки для фізичного та психічного здоров'я підлітків, а також впливати на їхню здатність до соціалізації.

Комп'ютерна залежність – це конкретний вид залежності, що включає надмірне використання комп'ютерів для ігор, роботи або соціальних мереж. Це може призводити до зниження академічної успішності, проблем у взаєминах з оточуючими та інших серйозних наслідків. Такі зміни можуть впливати на здатність підлітків концентруватися, регулювати свій емоційний стан та контролювати свої дії. Це призводить до розвитку таких станів, що підліток відчуває потребу постійно використовувати гаджети, щоб уникнути дискомфорту або отримати задоволення.

Підлітковий вік є критичним періодом для соціалізації. У цей час підлітки формують свою ідентичність, встановлюють соціальні зв'язки та навчаються взаємодіяти з оточуючими. Проте надмірне використання комп'ютерних ігор може негативно впливати на цей процес.

**Висновки.** Соціально-психологічними характеристиками й фізіологічними симптомами, що вказують на комп'ютерну залежність є:

недотримання режиму й розлади сну; зниження працездатності й рівня навчальних досягнень; пропуски занять у закладі ЗСО через комп'ютерні ігри чи спілкування віртуально в мережі Інтернет; недотримання режиму харчування або споживання фаст-фуду, зап'ястний тунельний синдром; нездатність спланувати завершення сеансу роботи або гри; виникнення нав'язливих думок, пов'язаних з комп'ютерними іграми; відчуття втрати зв'язку з реальним світом та порушення комунікації; справи поза комп'ютерною активністю здатні викликати пригнічений психоемоційний стан, тривогу і депресію.

Для запобігання комп'ютерної залежності важливо впроваджувати комплексний підхід, який включає підтримку сім'ї, школи та спільноти. Підвищення обізнаності та забезпечення підтримки можуть допомогти підліткам успішно адаптуватися до цифрового світу, зберігаючи своє фізичне та психічне здоров'я. Здоровий баланс між використанням цифрових технологій та реальними соціальними взаємодіями є ключовим для гармонійного розвитку підлітків у сучасному світі. Спільні зусилля батьків, вчителів та самих підлітків можуть сприяти формуванню здорових звичок та запобіганню виникненню залежностей.

Профілактикою виникнення кіберадикцій у підлітків буде створення, по-перше, сприятливого сімейного клімату і налагодження довірливих стосунків з дитиною. По-друге, розвиток у неї інтересів, що відволікають від комп'ютера: до спорту, музики, мистецтва, природи, світу тварин. По-третє, контроль часу, що його проводить підліток за комп'ютером. По-четверте, щоденне живе спілкування з дитиною, активне дозвілля разом тощо. П'яте, спрямування енергії підлітка на продуктивні заняття та постійне слідкування за його психологічним станом.

Таким чином, комп'ютерна залежність у підлітковому віці — це комплексний феномен, що формується упродовж певного часу під впливом низки соціальних факторів і має психофізіологічне та психосоціальне підґрунтя.