

Список використаних джерел:

1. Поселецька К.А. Теоретичні основи дослідження професійної реалізації студентської молоді. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. наук. праць. Випуск 39. Вінниця: ТОВ «Нілан ЛТД», 2013. С. 217-222.
2. Морозова И.С. Структурные компоненты самореализации личности. Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2011. № 3. С. 207-210.
3. Бурлука О.В. Формування готовності до самоосвіти особистості в умовах сучасного освітнього процесу. Науковий вісник. Серія «Філософія». Харків: ХНПУ, 2015. Вип. 45. С. 145-151.
4. Миняева Н.М. Проблема актуализации ресурса самообразовательной деятельности студента в университетском образовании. Вестник ОГУ. № 5 (154). 2013. С. 72-75.

Лисенко О.С.

*аспірант лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці,
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України*

ПРОВІДНІ ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ВІРТУАЛЬНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ

Резюме: розвиток сучасних дивайсів допомагає людині ефективно використовувати світовий інформаційний простір не лише з метою навчання та реалізації фахових обов'язків, але й для розваг та спілкування. Внаслідок життєвих проблем, внутрішнього конфлікту, страху перед майбутнім та інших причин у підлітка може сформуватися віртуальна залежність.

Вступ: виникнення віртуальної залежності серед молоді є актуальною проблемою сучасності не лише в Україні, але й у світі. Нажаль, понаднормове поринання підлітка в інформаційний простір сучасних дивайсів може суттєво ускладнювати розвиток необхідних знань та навичок в реальному житті, сприяти конфліктам у сім'ї, погіршенню навчання та в подальшому блокувати кар'єрні досягнення людини з частковою чи повною втратою фінансової незалежності. Саме тому важливо вчасно проводити профілактичні дії щодо розвитку віртуальної залежності серед молоді. Для батьків (та опікунів) може бути доцільним ґрунтовне розуміння провідних причин виникнення вище зазначеного розладу. Також представлена робота потенційно буде корисною для практикуючих медичних психологів, психотерапевтів та психіатрів, що проводять консультації серед осіб молодшої вікової категорії стосовно проблем соціальної адаптації внаслідок понаднормового використання даних віртуального простору.

Матеріали та методи дослідження: використання сучасної наукової літератури та даних мережі Інтернет.

Результати та обговорення: не зважаючи на ряд позитивних властивостей, створення Всесвітньої павутини призвело до глобального розвитку віртуальної

залежності серед осіб різної вікової категорії, а особливо цей розлад характерний для молоді. Розвиток віртуальної залежності серед молоді небезпечний виникненням розладів соціальної поведінки з різними ступенями тяжкості. Тому розуміння причини виникнення цього розладу може допомогти проведенню профілактичних дій та суттєво полегшити процес своєчасної діагностики й лікування віртуально-залежних підлітків. Порушення соціальної поведінки залежних людей від віртуальних ресурсів може виникати внаслідок: кіберсексуальної залежності (перегляд порноматеріалів), соціальної кіберзалежності (надмірні онлайн-стосунки), obsесивного використання азартних Інтернет-ігор, віртуального шопінгу, торгівлі тощо, комп'ютерної залежності (ігрова залежність), інформаційного перенавантаження (веб-пошук) та ін. Отже, для ефективної профілактики та лікування цього розладу необхідний міждисциплінарний підхід. Зазначається, що конкретне розуміння діагностичної моделі та ґрунтовний аналіз переліку симптомів віртуальної залежності є важливими засобами для здійснення медико-психологічної допомоги [2]. Однак, існує потреба в якісно спланованих дослідженнях, які б містили послідовні критерії визначення віртуальної залежності. Наголошується, що під час проведення дослідницької роботи варто враховувати методологічні проблеми оцінки результатів, а саме включати достатню кількість вибірки, контрольні групи, визначити рівень комплаєнсу пацієнтів до терапії та ін., що повинно значно допомогти в процесі корекції цього розладу [3]. Оскільки важливу роль відіграють об'єктивні діагностичні критерії, в світі було створено значну кількість опитувальних анкет для визначення віртуальної залежності. Це може ускладнювати роботу фахівців внаслідок появи різних діагностичних критеріїв та відсутності єдиного системного погляду на проблему. На сьогодні для діагностики віртуальної залежності найбільш популярними є модель компонентів Гріффіта (Griffith's components model), тест Інтернет-залежності Янга (Young's Internet Addiction Test (IAT) і критерії Тао R. та співавторів 2010 року. Також зазначається, що доступне використання смартфонів належить до основних факторів, що можуть викликати віртуальну залежність у підлітків. Варто зазначити, що цей розлад характеризується різними негативними наслідками для людини. Наприклад, особи з комп'ютерною залежністю (ігрова залежність) мають більше труднощів в подружжі, на роботі, в них виявили менше друзів, вони частіше не виконували фінансові зобов'язання [1; 4].

Висновки: причини виникнення віртуальної залежності серед підлітків досить поширені і мають різноманітні критерії визначення. Відсутність єдиної системної точки зору на діагностику віртуальної залежності може ускладнювати лікування. Однак, існують поширені опитувальні анкети, які здатні допомогти в об'єктивній оцінці стану підлітка, що захоплюється використанням даних Інтернету та сучасними дивайсами. Батькам, з метою профілактики розвитку віртуальної залежності серед підлітків, слід звернути увагу на те, що виникненню розладу сприяє вільне використання сучасних дивайсів. Потрібні подальші дослідження в галузі медичної психології для виявлення корисних та безпечних шляхів подолання цієї проблеми серед молоді.

Список використаних джерел:

1. Internet addiction: prevalence and relation with mental states in adolescents / K. Kawabe, F. Horiuchi, M. Ochi [et al.] // *Psychiatry And Clinical Neurosciences*. – 2016. – Vol. 70, № 9. – P. 405–412. doi: 10.1111/pcn.12402.
2. Mihajlov M. Internet addiction: a review of the first twenty years / Mihajlov M., Vejmelka L. // *Psychiatria Danubina*. – 2017. – Vol. 29, № 3. – P. 260–272. doi: 10.24869/psyd.2017.260.
3. Treatments for Internet gaming disorder and Internet addiction: a systematic review / Zajac, K., Ginley, M., Chang, R., & Petry, N.. // *Psychology Of Addictive Behaviors*. – 2017. – Vol. 31, № 8. – P. 979–994. doi: 10.1037/adb0000315.
4. Van Rooij A. A critical review of «Internet addiction» criteria with suggestions for the future / Van Rooij A., Prause N. // *Journal of Behavioral Addictions*. – 2014. – Vol. 3, № 4. – P. 203–213.

Решетник О.А.

аспірант,

*ДВНЗ «Університет менеджменту освіти»
Національної академії педагогічних наук України*

АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Одним з основних викликів сьогодення є підвищення стійкості особистості до стресогенних чинників навколишнього середовища та збереження при цьому якості життя та ефективності діяльності. Життєстійкість є психологічним феноменом, сутність якого полягає у продуктивному виході людини з кризи у напрямку особистісного росту.

Згідно з визначенням цього поняття С. Мадді, життєстійкість являє собою особистісну рису (диспозицію), що включає у себе певну структуру установок (залученості, контролю, прийняття ризику), здібностей та стратегій, які сприяють набуттю резилентності під впливом складних особистісних обставин завдяки перетворенню стресових подій у можливість для особистісного зростання (під яким розуміють підвищення продуктивності праці та збагачення «мудрістю») [6, с. 281]. Компоненти життєстійкості, а саме, установки прийняття ризику, залученості та контролю, є базовими елементами у структурі поняття, що сприяють ефективному проживанню складних життєвих подій. Установка прийняття ризику сприяє усвідомленню того, що життя є природно стресогенним. Залученість допомагає залишатися активним та включеним у процес проживання життєвих подій. Контроль є ресурсом для перетворення стресогенних обставин у переваги [6, с. 283]. Зазначені показники допомагають залучати життєстійкі стратегії проблемно-орієнтованого копінгу, соціально-підтримуючі взаємодії та стратегії самодопомоги.

У результаті аналізу наукової літератури виявлено ряд показників, які прямо чи опосередковано визначають життєстійкість особистості, що дозволяє класифікувати їх у відповідності до основних структурних рівнів свідомості (психофізіологічного, соціально-психологічного та особистісно-смыслового).