

5. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія / О.М. Кокун. – К.: ДП «Інформ.-аналіт. Агентство», 2012. – 200 с. Режим доступу http://lib.iitta.gov.ua/1651/1/Кокун_Моногр_12.pdf

6. Міненко О.О. Особистісне змінювання в процесі професійної підготовки студентів-психологів: автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна психологія» / Міненко О.О. – К., 2004. – 20 с.

7. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методика и тесты: учебн. пособ. / Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. Дом «БАХРАХ», 1998. – 593 с.

8. Сенин И.Г. Опросник терминальных ценностей // И.Г. Сенин – НПС «Психодиагностика», Фонд гражданских инициатив. – Ярославль: «Содействие», 1991. – С. 19.

Лисенко О.С.

аспірант,

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

ПРОБЛЕМА РОЗВИТКУ ВІРТУАЛЬНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД МОЛОДІ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Віртуальна залежність – це психічно-поведінковий розлад, що виникає на фоні надмірного використання медіа-пристроїв та мережі Інтернет з супутнім бажанням постійного проведення власного часу в таких умовах та виникненням синдрому відміни внаслідок скорочення або припинення сеансів. Було проведено дослідження, в якому прийняли участь 27599 осіб у віці, в середньому, 16,8 років. Успішно пройшли опитування 26688 підлітків (84,6%). Серед опитуваних людей 11,5% мали суїцидальні ідеї, 28,4% – віртуальну залежність. Представлені розлади корелювали з низькою якістю життя незалежно від клінічних, демографічних факторів та стилю життя. Автори зазначають, що віртуальна залежність здатна призводити до погіршення якості життя, посилення депресії та, внаслідок цього, виникнення суїцидальних ідей, однак, ймовірно інші шляхи взаємозв'язку, а саме – за рахунок популяризації суїцидів в Інтернеті, зменшення звичайних соціальних контактів та появи відчуття самотності тощо [3].

Відомо, що розвиток інформаційного простору зумовлений підвищенням популярності Інтернету внаслідок зручності використання. Однак, існує ризик розвитку серйозних психо-фізичних розладів, що спричинені виникненням віртуальної залежності. Представлений тип залежності, згідно повідомлень значної кількості дослідників, також описують як порушення контролю імпульсів із супутніми втратами в області академічної, професійної, соціальної, фінансової та ін. життєдіяльності. До віртуальної залежності належать геймерська залежність, кіберсексуальна (порнографічна) залежність, залежність від соціальних мереж, веб-шопінг/азартні ігри в Інтернеті та веб-серфінг (пошук інформації). Згідно опитування, в якому прийняли участь 2083 студентів, 10% опитуваних осіб використовують 3-8 годин для геймерської діяльності, а також біля 2,5% – більше 10 годин на добу. До психологічних наслідків найбільш поширеними є депресія та агресія, що вимагають корекції [4].

Під час дослідження використовували The Bergen Facebook Addiction test з метою виявлення рівня зацікавленості соціальною мережею серед осіб, що проходять навчання в аспірантурі. До дослідів було залучено 200 осіб. Проведено вивчення функцій самоконтролю, винагороди тощо. Виявлено 6 факторів залежності від соціальної мережі (рецидив, конфлікт, значимість, толерантність, ескейпінг та зміни настрою). За результатами проведеної роботи встановлено, що, серед представленої групи людей, одним із найважливіших критеріїв щодо ризику віртуальної залежності визначено появу рецидиву [2].

Проведено дослідження, згідно якого люди, які схильні розвивати міжособистісні стосунки, входять до групи ризику більш швидкого розвитку віртуальної залежності внаслідок підвищеної емоційної сприйнятливості. Під час проведення роботи пройшли тестування 233 учасників у віці 20-30 років, де використовувалась низка опитувальних анкет: the Beck Depressive Inventory (BDI), the Feelings of Internet Interpersonal Interaction Questionnaire (FIIQ), the Beck Anxiety Inventory (BAI), the Chen Internet Addiction Scale (CIAS) та ін. Застосування Інтернету в якості джерела соціального спілкування може належати до компенсаційних форм поведінки. Важливого значення набуває також явище ескейпінгу внаслідок міжособистісних проблем у реальному житті. Одними із важливих факторів, що впливають на розвиток проблемного використання медіа-додатків та мережі Інтернет, є наявність депресії, екстраверсія, невротизм тощо [1].

Висновок. Сьогодні проблема виникнення віртуальної залежності набуває все більш важливого значення. Це зумовлено виникненням різних психо-фізичних розладів, завданням збитків соціальній, академічно-фаховій та фінансовій життєдіяльності. Однак, потрібні подальші дослідження особливостей діагностики та лікування віртуальної залежності, оскільки наявної на сьогодні наукової інформації недостатньо.

Список використаних джерел:

1. Chang, Y., Lee, Y., & Hsieh, S. (2019). Internet Interpersonal Connection Mediates the Association between Personality and Internet Addiction. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 16(19), 3537. doi: 10.3390/ijerph16193537
2. Dogan, H., Norman, H., Alrobai, A., Jiang, N., Nordin, N., & Adnan, A. (2019). A Web-Based Intervention for Social Media Addiction Disorder Management in Higher Education: Quantitative Survey Study. *Journal Of Medical Internet Research*, 21(10), e14834. doi: 10.2196/14834
3. Wang, W., Zhou, D., Ai, M., Chen, X., Lv, Z., Huang, Y., & Kuang, L. (2019). Internet addiction and poor quality of life are significantly associated with suicidal ideation of senior high school students in Chongqing, China. *Peerj*, 7, e7357. doi: 10.7717/peerj.7357
4. Zhang, J., Zhang, Y., & Xu, F. (2019). Does cognitive-behavioral therapy reduce internet addiction? Protocol for a systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 98(38), e17283. doi: 10.1097/md.00000000000017283