

Камінська О.В.

Гендерні та вікові відмінності прояву інтернет-залежності молоді

*Камінська Ольга Володимирівна, кандидат психологічних наук,
доцент кафедри педагогіки, психології та корекційної освіти
Рівненський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, м. Рівне, Україна*

Анотація. В статті аналізуються результати емпіричного дослідження ступеня вираженості інтернет-залежності та окремих її характеристик. Порівнюються результати з урахуванням статі та віку опитаних, здійснюється їх категоризація відповідно до яскравості адиктивних проявів.

Ключові слова: інтернет-залежність, адикт, компульсивні симптоми, симптоми відміни, симптоми толерантності

Вступ. Поширеність інтернет-залежності, що спостерігається в сучасному суспільстві, зумовлює потребу в детальному аналізі явища адикції, його структури, проявів та факторів, що впливають на його розвитку. Відповідно, актуальним завданням, що постає сьогодні перед науковцями, є здійснення експериментального дослідження, що має на меті виявлення ступеня інтернет-залежності та особистісних змін, що її супроводжують.

Короткий огляд публікацій по темі. Проблема інтернет-залежності активно розроблялась багатьма вченими, які аналізували різні її аспекти. Так, зміни емоційної сфери адиктів були помічені Н.В. Чудовою [4], яка відзначає підвищення емоційної напруженості індивіда, що знімається адиктом за допомогою інтелектуалізації, тобто обирає лише інтелектуальних засобів, в тому числі і при побудові взаємодії з іншими. На її думку це наближує адиктів до хакерів та висококваліфікованих програмістів. Іншим способом зняття напруги є зміна уявлень про оточуючу реальність, при яких адикт переконує себе в тому, що всі люди різні, тому практично неможливо підібрати таку модель поведінки, яка позитивно сприймалася б оточуючими, що і пояснює його невдалі спроби побудувати гармонійні стосунки з ними. Ще одним способом боротьби з внутрішньою напругою є негативізм, що знижує значущість соціуму для особистості.

Психологічні особливості осіб схильних до інтернет-залежності досліджувала Х. Турецька [3], яка стверджує, що вони можуть критично оцінити розвиток своїх вольових якостей та здатності до самоконтролю. Їм притаманна занижена самооцінка, негативне самоставлення, песимістична установка на майбутнє. Вони бояться встановлювати близькі стосунки з іншими людьми, уникають тісної взаємодії, дистанціюючись при цьому від групи, членами якої вони є. Такі люди вважають, що не здатні викликати повагу до себе з боку оточуючих, очікують від них неприйняття та ворожості. Спостерігається тенденція до занурення в минуле, оскільки думки про майбутнє викликають тривогу, при цьому знижується здатність до цілепокладання.

Образ адикта вивчався також А.С. Войскунським [1], який стверджує, що у діяльності адиктів чітко прослідковується гіпермотивованість та глибока зацікавленість. При цьому образ адикта порівнюється з людиною, яка прагне розширити свої знання, отримати нову інформацію, самореалізуватися в творчій чи іншій сферах діяльності. Проводиться паралель з досвідом "поток" (flow), або аутотелічним досвідом, який розглядається як процес внутрішньої мотивації,

що супроводжується появою відчуття занурення в альтернативну реальність, нездатністю контролювати час проведений в ній, відволікання від того, що супроводжує людину у повсякденному житті. При цьому відбувається актуалізація знань та вмій, які є в людини, що змушує її почуватися компетентною.

В дослідженнях В.В. Гришко [2] поєднуються принципи гуманістичного та когнітивного підходів, оскільки визначаються як особливості пізнавальної діяльності адикта, так і специфіка її "Я-концепції". За його даними інтернет-залежним людям притаманний високий рівень абстрактного мислення. Переважаючими для них є опосередковані контакти з оточуючими, відсутнє прагнення стати частиною колективу, притаманний нонконформізм. В основі самоповаги адиктів лежить здатність до засвоєння значного обсягу нової інформації, нових видів діяльності.

Результати дослідження К. Янг [5] вказують на те, що інтернет-адикти мають високий рівень абстрактного мислення, впевнені в собі, індивідуалісти, чутливі, насторожені в міжособистісних контактах, характеризуються нонконформізмом.

Однак, незважаючи на значну кількість публікацій, в яких висвітлюються різні аспекти інтернет-залежності, ця проблема потребує подальшого аналізу, про що свідчить тенденція до швидкого поширення цього виду адикції, особливо в молодіжному середовищі.

Враховуючи це **ціллю статті** є опис результатів емпіричного дослідження інтернет-залежності з використанням шкали Чена.

Матеріали і методи. Для здійснення емпіричного дослідження була використана шкала інтернет-залежності (Чен), що дозволяє виявити ступінь вираженості адикції, провідні її симптоми та вплив на особистість.

Результати та їх обговорення. При аналізі результатів, отриманих за допомогою шкали інтернет-залежності (Чен), були отримані узагальнені дані представлені в таблиці 1.

За шкалою "Компульсивні симптоми" високий рівень притаманний 7,4% респондентів. Їм властиві деструктивні установки щодо використання інтернету, що проявляється в тому, що така діяльність носить нав'язливий характер та набуває для особистості особливої цінності, витісняючи інші інтереси і сфери її діяльності.

Середній рівень характерний для 25% досліджуваних, що мають ознаки компульсивності. Їм властиве сприйняття інтернету як невід'ємної частини життя, характерна надмірна прив'язаність до мережі.

Таблиця 1. Рівень сформованості адикції за шкалою інтернет-залежності (Чен) (%)

Шкали	Рівні		
	високий	середній	низький
Компульсивні симптоми	7,4	25	67,5
Симптоми відміни	10,6	27	62,4
Симптоми толерантності	12,3	29	58,7
Внутріособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям	9,7	26	64,3
Проблеми з керуванням часом	16,7	31	52,4

Низький рівень спостерігається в 67,5% опитаних, в яких відсутні ознаки компульсивної поведінки в інтернеті. Вони використовують інтернет в разі потреби та не мають до нього особливої прив'язаності, оцінюючи як інформаційну технологію. Перебування в інтернеті для них не є привабливішим за інші види діяльності, наприклад за відпочинок на природі, прогулянку з друзями, безпосереднє спілкування тощо.

За шкалою "Симптоми відміни" високий рівень проявляється в 10,6% респондентів, які демонструють залежність від інтернету та болісно переживають неможливість виходу в нього.

Середній рівень притаманний 27% опитаних, які при неможливості виходу в інтернет відчувають напругу та негативні емоційні стани. В них з'являється бажання відновити перебування в мережі, зануритись в улюблену діяльність в інтернеті, однак таке прагнення не набуває нав'язливості, а особистість здатна переключитися на інший об'єкт.

Низький рівень характерний для 62,4% осіб, які спокійно сприймають відсутність підключення до мережі, не відчуваючи прагнення постійно занурюватися в неї. Вони можуть довгий час не заходити до інтернету, не відчуваючи при цьому ніякої напруги чи дискомфорту, оскільки інтернет не сприймається як невід'ємна частина життя, те, без чого існування особистості стає пустим та беззмістовним.

За шкалою "Симптоми толерантності" високий рівень притаманний 12,3% респондентів, які прагнуть збільшити час, що проводиться в інтернеті, оскільки їх потреба у перебуванні в мережі зростає та набуває нав'язливості.

Середній рівень властивий 29% опитаних, для яких характерне незначне збільшення часу, що проводиться в мережі. Вони схильні до все глибшого занурення в інтернет-середовище, прагнуть в ньому задовольнити певні потреби, сприймаючи його як кращий засіб для цього, порівняно з реальністю.

Низький рівень спостерігається в 58,7% осіб, які проводять в інтернеті певну кількість часу, що характеризується стабільністю, при цьому відсутнє прагнення до його збільшення.

За шкалою "Внутріособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям" високий рівень притаманний 9,7%

респондентів, яким властиві ознаки інтернет-залежності, а саме, виснаження від перебування в інтернеті, коли особистість забуває про сон та відпочинок, оскільки повністю занурена у віртуальну реальність, не здатна контролювати час, що проводиться в мережі, відволіктися на виконання інших справ.

Середній рівень спостерігається в 26% респондентів, які починають відчувати на собі негативний вплив інтернет-середовища. Для них характерні окремі ознаки погіршення стану здоров'я через недосипання та втому. Захопленість інтернетом призводить до погіршення міжособистісних стосунків індивіда, оскільки він починає приділяти меншу увагу підтриманню взаємодії, погіршуються соціальні навички особистості, відбуваються зрушення в системі цінностей.

Низький рівень властивий 64,3% осіб, в яких діяльність в інтернеті не призводить до негативних наслідків, оскільки вони не схильні до надмірного заглиблення у віртуальну реальність та не сприймають її як засіб задоволення важливих потреб, оцінюючи інтернет лише як можливість отримати певну інформацію.

За шкалою "Проблеми з керуванням часом" високий рівень характерний для 16,7% обстежуваних, які не здатні контролювати кількість часу, яку вони проводять в мережі. Так, плануючи попрацювати в інтернеті декілька хвилин індивід не може відірватися від такої діяльності протягом багатьох годин.

Середній рівень властивий 31% респондентів, які відчувають певні проблеми з керуванням часом, що проводиться в інтернеті. Їм важко контролювати себе перебуваючи в мережі, мають схильність до проведення в ній більшої кількості часу ніж планувалось спочатку, однак при цьому рідко забувають про інші справи та обов'язки, не доводять себе до виснаження проводячи в інтернеті час відведений на відпочинок.

Низький рівень властивий 52,4% респондентів, які зберігають контроль над часом, що проводять в інтернеті. У них відсутня схильність до надання переваги віртуальній реальності над оточуючим світом, прагнення "сховатися" в інтернеті від життєвих проблем. Такі опитувані зберігають самоконтроль при зверненні до мережі, здатні регулювати власну поведінку та не допускають імпульсивних проявів.

Таблиця 2. Гендерні відмінності сформованості адикції за шкалою інтернет-залежності (Чен) (%)

Шкали	Рівні		Середній рівень		Низький рівень	
	хлопці	дівчата	хлопці	дівчата	хлопці	дівчата
Компульсивні симптоми	9,4	6,2	25,2	24	65,4	69,7
Симптоми відміни	12,5	8,7	27,3	26,7	60,2	64,6
Симптоми толерантності	14,6	10,3	29	29,4	56,3	60,3
Внутріособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям	11,4	8,2	26	25,3	62,7	66,5
Проблеми з керуванням часом	17,8	15,3	31,8	30,4	50,4	54,3

При подальшому аналізі порівнювались показники інтернет-залежності хлопців та дівчат, узагальнені результати аналізу яких представлені в таблиці 2.

За жодною зі шкал не було встановлено статистично значущих відмінностей в показниках дівчат та

хлопців. Не виявлено також відмінностей у проявах інтернет-залежності.

Результати з урахуванням віку респондентів представлені в таблиці 3.

Таблиця 3. Відмінності сформованості адикції з урахуванням віку опитаних за шкалою інтернет-залежності (Чен) (%)
(1 – старший підлітковий вік; 2 – ранній юнацький вік; 3 – юнацький вік; 4 – ранній дорослий вік)

Шкали	Рівні				Високий рівень				Середній рівень				Низький рівень			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Компульсивні симптоми	11,3	8,4	5,6	3,5	31	26	24	20,8	57,8	65,7	70,3	75,7				
Симптоми відміни	16,5	13,2	8,4	4,6	29,3	28,3	26,3	23,8	54,2	58,5	65,3	71,6				
Симптоми толерантності	17,4	15,6	10,8	5,2	35,2	29,7	26	25,4	47,4	54,7	63,2	69,4				
Внутріособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям	8,7	10,5	9,4	11,3	23,6	27,2	25,2	24,2	67,7	62,3	65,4	64,5				
Проблеми з керуванням часом	24,3	19,3	13,7	8,4	33,5	30,3	29,7	29,3	42,2	50,4	56,6	62,3				

За шкалою "Компульсивні симптоми" були виявлені статистично значущі відмінності між показниками респондентів різного віку. Так, високий рівень притаманний 11,3% осіб старшого підліткового віку, тоді як серед респондентів раннього дорослого віку виявлено 3,5% таких осіб. Тобто, підлітки в більшій мірі схильні до розвитку компульсивної поведінки в мережі, оскільки в них недостатньо розвинені механізми психологічного захисту, їх особистість все ще знаходиться на етапі формування та є нестійкою по відношенню до різноманітних негативних впливів. Інтернет-мережа стає для них адиктивним агентом, а занурення у віртуальну реальність дозволяє задовольнити фрустровані потреби, отримати позитивні емоції та яскраві враження, або ж відволіктися від проблем та тривоги, що виникають у повсякденному житті.

Середній рівень властивий респондентам, яким притаманні окремі ознаки компульсивної поведінки, що пов'язана з перебуванням в інтернеті, та може проявлятися в появі нав'язливих думок про мережу, прагненні що години перевіряти електронну пошту тощо.

Низький рівень притаманний 75,7% осіб раннього дорослого віку та 57,8% опитаних старшого підліткового віку. Помітно, що перший показник вищий, що свідчить про меншу схильність дорослих людей до демонстрації компульсивних ознак поведінки.

За шкалою "Симптоми відміни" також спостерігаються статистично значущі відмінності між показниками опитаних. Високий рівень притаманний 16,5% осіб старшого підліткового віку та 4,6% обстежуваних раннього дорослого віку. Тобто, серед підлітків симптом відміни проявляється більш виражено, що вказує на ознаки залежності.

Середній рівень притаманний респондентам, які сприймають відсутність можливості вийти в інтернет як травматичну, стресову ситуацію, що супроводжується зниженням настрою, зміною емоційного фону. Такі досліджувані відчувають дискомфорт коли не можуть негайно задовольнити свою потребу через використання інтернету, почувають себе неспокойно та напружено.

Низький рівень властивий 54,2% осіб старшого підліткового віку та 71,6% осіб раннього дорослого віку. Отже, дорослі люди не схильні до виявлення негативних емоцій при неможливості вийти в інтернет, така ситуація не сприймається як важлива та така, що може викликати зниження настрою і появу нега-

тивних переживань. Це пов'язано з тим, що доросла людина використовує інтернет переважно для роботи, що створює несприятливі умови для формування адикції, оскільки не відбувається глибинне занурення у віртуальну реальність.

За шкалою "Симптоми толерантності" також були виявлені статистично значущі відмінності. Високий рівень притаманний 17,4% опитаних старшого підліткового віку та 5,2% обстежуваних раннього дорослого віку. Перший показник вищий, що свідчить схильність підлітків до розвитку інтернет-залежності, що проявляється в потребі збільшити час проведений в мережі з метою отримання позитивних емоцій або ж позбавлення від негативних переживань.

Середній рівень властивий опитанам, яким притаманне поступове збільшення часу проведеного в мережі, що свідчить про тенденцію до заглиблення в інтернет-середовище, що характеризується переорієнтацією потреб особистості із зовнішнього світу у віртуальну реальність.

Низький рівень спостерігається в 47,4% осіб старшого підліткового віку та в 69,4% опитаних раннього дорослого віку. Тобто, дорослі люди не прагнуть проводити в мережі більше часу, оскільки не сприймають її як альтернативну сферу для самореалізації та засіб задоволення соціальних потреб.

За шкалою "Внутріособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям" не було виявлено статистично значущих відмінностей. Високий рівень властивий 8,7% осіб старшого підліткового віку, 10,5% респондентів раннього юнацького віку, 9,4% – пізнього юнацького та 11,3% – раннього дорослого віку. Такі досліджувані відчувають на собі наслідки зловживання перебуванням в інтернеті, оскільки саме на таку діяльність витрачається велика кількість часу, що призводить до появи проблем, які виникають через відставання у навчанні, невиконання професійних функцій, зменшення часу, що витрачається на підтримання дружніх та родинних стосунків тощо.

Середній рівень властивий респондентам, що відчувають негативний вплив діяльності в інтернеті, оскільки не здатні виробити ефективну стратегію такої роботи.

Низький рівень спостерігається в досліджуваних, які сприймають перебування в інтернеті як можливість отримати необхідну інформацію та виконати певну роботу, тоді як цілепокладання спрямовується в реальний світ, який особистість сприймає як сферу

для самореалізації. В таких респондентів відсутнє прагнення задовольнити свої потреби у віртуальному світі, створити альтернативний образ "Я".

За шкалою "Проблеми з керуванням часом" були виявлені статистично значущі відмінності. Так, високий рівень притаманний 24,3% осіб старшого підліткового віку та 8,4% опитаних раннього дорослого віку. Тобто, підліткам важче здійснювати контроль над часом, що проводиться в інтернеті, оскільки вони в більшій мірі схильні до занурення у віртуальну реальність та розчинення в альтернативному світі інтернет-середовища, який здається привабливішим та комфортнішим у порівнянні з реальністю.

Середній рівень характерний для опитаних, що мають певні труднощі в контролі часу, який проводиться в інтернеті, що проявляється в невмінні вчасно вийти з мережі, підпорядковувати свою діяльність в ній у відповідності з певним планом. Така активність втрачає свою направленість на отримання конкретного результату та має орієнтацію на віртуальне середовище, в якому функціонує людина.

Низький рівень проявляється в 42,2% осіб старшого підліткового віку та 62,3% респондентів раннього дорослого віку. Останній показник вищий, що вказує на те, що дорослій людині легше регулювати свою діяльність в інтернеті, обмежувати кількість часу, яка в ньому проводиться, оскільки така особистість цінує свій час, часто перебуваючи в стані його нестачі, орієнтована на успішне виконання своїх професійних обов'язків та відпочинок.

ентована на успішне виконання своїх професійних обов'язків та відпочинок.

Висновки. Узагальнюючи отримані результати слід зазначити, що більшість респондентів демонструють низький рівень за всіма проаналізованими шкалами, що вказує на відсутність в них інтернет-залежності. Дещо менша частина опитаних має середній рівень за використаними шкалами, що свідчить про наявність в них тенденції до розвитку адикції через деструктивність установок щодо сприйняття інтернету. Незначна кількість діагностованих осіб проявляє виражені ознаки інтернет-залежності, що є наслідком збігу особистісних передумов, негативного впливу оточення та несприятливих обставин.

В процесі обробки отриманих результатів не було виявлено гендерних відмінностей, що вказує на те, що як чоловіки так і жінки в рівній мірі можуть підпадати під вплив інтернету як адиктивного агента, що провокує розвиток залежності. Однак були встановлені статистично значущі відмінності між показниками осіб різних вікових категорій. Так, в більшій мірі інтернет-залежність виражена в осіб старшого підліткового віку, а в меншій – раннього дорослого.

Перспективним напрямком дослідження є здійснення подальшого експериментального дослідження проблеми інтернет-залежності та розробка програми корекції цього явища.

ЛІТЕРАТУРА (REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Войскунский А.Е. Психология и Интернет / А.Е. Войскунский. – М.: Акрополь, 2010. – 216 с.
Vojskunskij A.E. Psihologija i Internet [Psychology and Internet] / A.E. Vojskunskij. – M.: Akropol', 2010. – 216 s.
2. Гришко В.В. Интернет-залежність студентів [Е-ресурс] / В.В. Гришко – Режим доступу: http://www.psyh.kiev.ua/Интернет-залежність_студентів
Grishko V.V. Internet-zalezhnist' studentiv [Internet Addiction students] [Online] / V.V. Grishko – Available at: http://www.psyh.kiev.ua/Интернет-залежність_студентів
3. Турецька Х. Интернет-залежність: критерії діагностики, психологічні особливості у залежних / Х. Турецька // Медицина світу. Спеціальний випуск: психіатрія. – Львів, 2009. – С. 66 – 68.
Turec'ka H. Internet-zalezhnist': kriterii diagnostiki, psihologichni osoblivosti uzalezhenih [Internet addiction: diagnostic criteria, psychological characteristics addicts] / H. Turec'ka // Medicina svitu. Special'nij vipusk: psihiatrija. – L'viv, 2009. – S. 66 – 68.
4. Чудова І.В. Особенности образа "Я" "жителя Интернета" / И.В. Чудова // Психологический журнал. – 2002. – № 1. – С. 113-117.
Chudova I.V. Osobennosti obraza "Ja" "zhitelja Interneta" [Features image of the "I" "a resident of the Internet"] / I.V. Chudova // Psihologicheskij zhurnal. - 2002. - № 1. - S. 113-117.
5. Янг К.С. Диагноз – Интернет-зависимость / К.С. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24–27.
Jang K.S. Diagnost - Internet-zavisimost' [Diagnosis - Internet Addiction] / K.S. Jang // Mir Internet. – 2000. – № 2. – S. 24–27.

Kaminska O.V. Gender and age differences in the manifestation of youth Internet addiction

Abstract. The article analyzes the results of empirical research severity of Internet addiction and its particular characteristics. Compare results based on sex optantiv, by their categorization according to the brightness addictive symptoms.

Keywords: Internet addiction, addicts, compulsive symptoms, withdrawal symptoms, symptoms of tolerance.

Каминская О.В. Гендерные и возрастные различия проявления интернет-зависимости молодежи

Аннотация. В статье анализируются результаты эмпирического исследования степени выраженности интернет-зависимости и отдельных ее характеристик. Сравниваются результаты с учетом пола и возраста опитантов, осуществляется их категоризация согласно выраженности аддиктивных проявлений.

Ключевые слова: интернет-зависимость, аддикт, компульсивные симптомы, симптомы отмены, симптомы толерантности