

Кримова Н.О.

Особливості емоційної сфери Інтернет-користувачів юнацького віку

*Кримова Наталія Олексіївна, кандидат психологічних наук
доцент кафедри соціальної роботи та кадрового менеджменту,
Одеський національний політехнічний університет, м. Одеса, Україна*

Анотація. У статті визначені психологічні особливості осіб юнацького віку, які захоплюються комп'ютерною діяльністю. Виділені зовнішні і внутрішні чинники впливу комп'ютерних технологій на психіку індивіда. Розглянуті прояви емоційної сфери в юнацькому віці, серед яких найбільша кількість користувачів комп'ютера. Надані характерні риси адикта. Проаналізовані особливості становлення особистості в юнацькому віці.

Ключові слова: емоційна сфера, юнацький вік, становлення особистості, комп'ютерна діяльність

Застосування інформаційно-комп'ютерних технологій майже в усі сфери життєдіяльності людини, характеризується тим, що значна частина людей стала його користувачами. Така форма діяльності змінила як відношення до комп'ютера, так і його вплив на людину. Так, в деяких дослідженнях констатуються випадки негативних наслідків комп'ютерної діяльності, що позначаються на дисгармонійному розвитку особистості, і переважно відображаються в підвищеній фрустрації та агресивності (О.Г. Днепров та ін.), деперсоналізації (Дж. Сулер, Л. Уільямс та ін.), комп'ютерній та Інтернет-залежності (О.Г. Асмолов, О.Є. Войскунський, О.Ю. Єгоров, І. Голдберг, Л. Рид, К. Янг та ін.). Тому проблема впливу комп'ютерної діяльності на емоційну сферу користувачів юнацького віку є досить актуальною. Дійсно, комп'ютерні системи стали важливою невід'ємною складовою в розвитку та діяльності людини, але водночас, впровадження комп'ютерів без відповідного психологічного супроводу породило низку проблем, що стосується і емоційної сфери юнаків, які в найбільшій мірі є чутливими до таких змін.

Аналіз взаємодії системи «людина – комп'ютер» дозволяє виділити зовнішні і внутрішні чинники впливу комп'ютерних технологій на психіку індивіда. Зовнішні чинники пов'язані з організаційними умовами діяльності, техніко-психогігієнічними вимогами до комп'ютера. А до внутрішніх чинників можна віднести ті, що безпосередньо пов'язані з особистістю людини, її пізнавальними, мотиваційними, інтелектуальними, емоційними особливостями, змістовою основою інформації, тривалістю комп'ютерної діяльності. Є певні особливості прояву емоційної сфери користувачів саме в юнацькому віці.

В юності у порівнянні з підлітковим віком емоційні реакції більш стійкіші і усвідомленіше. Крім того, можна відзначити велику диференційованість емоційних станів і способів їх вираження, підвищення самоконтролю і саморегуляції. Також у юнацькому віці відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, тобто закріплення власної ієрархії цінності тих або інших переживань [8].

Безумовно, юнацький вік є надзвичайно значущим для розвитку емоційної сфери особистості, оскільки в цей час закладаються основи емоційного життя людини, що стане фундаментом його емоційності в зрілі роки. У цей період інтенсивно реалізуються за сприятливих умов усі емоційні можливості, закладені в його натурі. Але психологічні труднощі дорослішання,

суперечливість рівня домагань і образу «Я» нерідко призводять до того, що емоційна напруженість, агресивність, типові для підлітка, захоплює і роки юності [4]. Водночас, саме для юнаків характерне емпатійне ставлення до інших, тому, в юності людина може бути особливо чутливою, інтуїтивною в своїх проявах, в той же час, виникає потреба до відособлення, прагнення за-хистити свій унікальний світ від вторгнення сторонніх і близьких людей. При взаємодії з іншими, утримання дистанції за допомогою відособлення, помагає зберегти свою індивідуальність на емоційному і раціональному рівні спілкування. Однак, тривале перебування юнаків у комп'ютерному світі ускладнює усі ті процеси, це призводить до того, що вони воліють перебувати тільки у віртуальних просторах, які являються для них найбільш безпечними і відповідають їхнім потребам.

Так, в одних дослідженнях [6] було виявлено, що юнакам, залежних від інформаційно-комп'ютерних мереж, притаманне прагнення позбутися вимог соціального оточення і задовольняти тільки потребу в емоційній підтримці. Інтернет-адикти, маючи домінуючу потребу в близькому спілкуванні, не володіють при цьому достатньою соціальною сміливістю для встановлення відносин з оточуючими людьми в реальному світі. Вони низько адаптивні і сором'язливі, що заважає їм налагоджувати довірчі відносини з іншими, тому, можливо, задоволення їх потреб у схваленні, підтримці та спілкуванні зміщується в віртуальне життя [5].

В інших дослідженнях [18], [19], отримані дані свідчать про те, що для активних користувачів характерно створення віртуальних особистостей, які виконують функції: реалізації власної ідеальної моделі або деструктивних тенденцій, компенсації незадовільної ситуації, бажання справити враження на оточуючих.

За даними досліджень [7], використання комп'ютера та Інтернету для ігор і розваг у осіб юнацького віку, пов'язано з певними рисами особистості, а саме з високою домінантністю, низькою толерантністю та низькою самооцінкою. Також встановлено, що існує негативна кореляція між комп'ютерною залежністю і позитивною ідентичністю.

Важливу фазу розвитку проходить в період дорослішання установка щодо власної особистості – Я-концепція. В рамках юнацьких криз часто стає вираженим дисонанс між реальною та ідеальною Я-концепцією. Я-концепція формується під впливом первинного досвіду соціалізації в сім'ї, однак з віком

великого значення набувають позасімейні чинники [10]. Несприятлива Я-концепція з невірою в себе і інших, зі страхом отримати відмову, – виникнувши, приводить надалі до порушень поведінки з одного боку, а з другого – до пошуку себе, своєї ідентичності через і безліч власних віртуальних особистостей.

Згідно з дослідженням [13], надцінне захоплення комп'ютерними іграми супроводжується також вираженими тривожними, астенодепресивними розладами (пригнічений настрій, сонливість, головний біль, відчуття внутрішньої напруги), а також синдромом зміненого стану свідомості.

Емоційна сфера адикта характеризується почуттям сорому і провини, відчуттям своєї нікчемності, лабільністю емоційних переживань, амбівалентністю, втраченою розуміння власних почуттів та часу, ізольованістю від інших людей та низькою фрустраційною толерантністю – швидким виникненням тривоги і депресії. Для них зміна психічного стану для отримання суб'єктивно сприятливих емоцій є засобом відновлення психологічного комфорту [11]. Такий спосіб не потребує зусиль по відношенню до дійсності, а лише створювання іншої психічної реальності приводить до ілюзії вирішення проблеми, що стає стійкою стратегією взаємодії з реальним світом.

У ряді випадків, наслідками довгого знаходження у кіберпросторі є деперсоналізація або розпад особистості [18]. Дійсно, за деякими критеріями, користувачі, що занурені у віртуальний світ, демонструють ознаки дисоціації. Чинниками же, що стимулюють такі стани, являються як зростання адиктивної поведінки, нестримність, анонімність, індивідуалізація сучасного життя, так і збільшення образів насильства в комп'ютерних іграх, а крім того, дефекти базальної емоційної безпеки, що призводить до ізольованості і недоступності до власних спогадів, почуттів і емоцій. Більш того, в стані дисоціації одночасно і безперервно відбуваються декілька подій. Чинник часу, залежно від того, працює уява або фантазія, діє по-різному. У фантазії все відбувається блискавично або не відбувається взагалі. Завдяки інтелектуальній обдарованості юнак може створювати такий життєвий простір, у якому ніякі реальні події не будуть значимими, а паралельно жити у фантазійному віртуальному світі. У таких станах індивід представляє собою безліч фрагментів, і тоді відщепнута частина може бути як іншої статі, так і мати тенденцію залишатися в одному і тому ж віці. А віртуальний світ дозволяє суб'єкту міняти стать, бути одночасно в якійсь діяльності досить зрілим, а в чомусь інфантильним. Людині з такими порушеннями притаманне захопленість емоціями. Найголовнішими емоціями, що провокують дисоціацію, являються: агресія, лють, збудження, сором, провина, крім того, здатність постійно спонтанно переходити в трансівні стани. Однак, цим індивідам властиво природжена винахідливість і міжособистісна сензитивність, що вищі за середній рівень [1]. В них складне внутрішнє життя: уявні друзі, фантазійне отождоження, внутрішні драми, схильність до ігор, що використовують уяву, тому при травмуючих подіях вони більше схильні до відступу у свій прихований світ.

Отже, якщо є певна схильність до самотності, чутливості, фантазування, мрійливості, то комп'ютерний світ може виявитися набагато привабливішим, ніж реальний.

Для юності також характерне прагнення зрозуміти свої можливості, визначити життєві цілі, пошук сенсу, орієнтування на майбутнє. Розвиток особистості супроводжується постійним процесом вибору, ухваленням рішень, керуючись при цьому ціннісними позиціями і установками. За поглядами фахівців [2], цінності є вираженням екзистенціальної свободи і можливості вибирати. Через інтерпретацію світу і самих себе цінності опосередковують упевненість та емоційну стабільність. Вони функціонують як орієнтуючі стандарти, стають свого роду лейтмотивом нашої поведінки, допомагають при ухваленні рішень, надають фарби нашому уявленню про себе. Завдяки індивідуальним цінностям, які виробляються в ході соціалізації, формується система координат в установках, потребах, поведінці, емоційної спрямованості людини. Проте, усі ці процеси можуть супроводжуватися конфліктом між індивідуальною системою цінностей і загальноприйнятими соціальними нормами.

Слід зазначити, що зміна цінностей відбувається не лише на рівні соціуму, але і на різних етапах життя окремої людини. Розподіл цінностей дає змогу зрозуміти акценти, які набувають важливості на різних життєвих періодах.

Ф. Лершем були виділені основні базові людські цінності: життєві цінності, цінності власної значущості та цінності сенсу. До основних відносяться, по-перше, життєві цінності – потяги, бажання, задоволення, тяга до діяльності, прагнення до переживань; по-друге, цінності власної значущості – прагнення до самозбереження, воля до влади, честолюбство, прагнення бути визнаним; по-третє, цінності сенсу – інтереси, ідеали, творчість, осмислене прагнення віддавати себе на службу навколишньому світу [17]. Для юнацького віку властиве уявлення сенсу та якості життя переважно через перші дві категорії, а саме, – прагнення до переживань і бажання бути визнаним.

Отже, в юності вирішуються задачі самовизначення і інтеграції в товариство дорослих. Вибір, який буде зроблено в юності, залежить від емоційної зрілості, домінуючих мотивів, спрямованості особистості, ціннісних орієнтацій, тому, якщо задача самовизначення не вирішена, то юнаки часто обирають втечу від себе і суспільства за допомогою, наприклад, комп'ютерного світу. На жаль, комп'ютер може породити ілюзію всемогутності, тому важливо формувати у юнаків уявлення про комп'ютер тільки як інтелектуального помічника, який має не безмежні можливості, і не здатний свідомо прийняти оптимальні рішення в нестандартних ситуаціях. Але окремі юнаки, які постійно знаходяться в тенетах комп'ютерного світу, мають шанси стати додатком технічної системи, а не особистістю в суспільстві.

Виступаючи ознакою активного формування особистості, характерні риси юнацтва свідчать про певну нестійкість особистості, що розвивається, і перебуває на перехідному етапі свого формування. Ця нестійкість

може бути усунена в процесі цілеспрямованої роботи, яка здійснюється у вищих навчальних закладах.

Можна стверджувати, що інформатизація приводить до значних змін у теперішньому суспільстві, відповідно змінюються і вимоги до майбутніх спеціалістів, що опановують різні професії. Сучасний спеціаліст повинен орієнтуватися у світовому інформаційному просторі, користуватися комп'ютерною технікою, навчитися раціонально використовувати інформацію, застосовувати високі технології для реалізації свого потенціалу, тому це повинно бути пріоритетним завданням тих, хто навчається у вищих навчальних закладах.

Роки навчання у вищих навчальних закладах (18-25 років) співвідносяться з етапами розвитку дорослої людини, будучи перехідною фазою від дозрівання до зрілості і визначається як пізня юність – рання дорослість. Дослідження (В.Т. Лісовського, Д.І. Фельдштейна, І.С. Кона,) доводять, що юнацький вік є періодом найбільш інтенсивного розвитку особистості, досягнення стабільності більшості психічних функцій, перетворення мотивації, всієї системи ціннісних орієнтацій, здатності переробляти і засвоювати величезний потік інформації, інтенсивного формування спеціальних здібностей у зв'язку з професійним визначенням.

Так, К.Д. Ушинський вважав, що вік 16-23 роки є самим вирішальним, вказуючи, що саме в цьому віці визначається спрямування думок людини та її характеру. Велике значення цього періоду для становлення особистості відмічає В. Шубкін, кажучи, що вік від 17 до 25 можна назвати доленосним проміжком у житті людини. Інтенсивні пошуки покликання, вибір професії, перехід від книжних романтичних уявлень до зіткнення з реальними інститутами, професійне самовизначення, працевлаштування, любов, утворення сім'ї. Усе це пов'язане з такою гостротою емоційних переживань, з такою кількістю рішень, які потрібно прийняти в найкоротший термін і які значною мірою визначають долю людини, що в інші життєві цикли, ймовірно, це ніколи і не повториться [16].

Так, юність спрямована в майбутнє, тому її найважливіші завдання пов'язані з вибором професійної освіти і професії, працевлаштуванням, стає актуальним пошук свого місця в світі, відбувається особистісне, соціальне і професійне самовизначення, провідною діяльністю стає навчально-професійна [3]. Успіх навчання у вищому навчальному закладі багато в чому визначається здібностями студента, учбовою мотивацією і особистісними якостями. У професійній мотивації велику роль відіграє позитивне ставлення до професії, оскільки цей мотив пов'язаний з кінцевою метою навчання, а позитивне відношення до професії – з уявленням про неї [9]. В процесі навчання у студентів продовжується процес професійного самовизначення, в цьому процесі формується професійна спрямованість, де важливу роль відіграє зрілість особистості – емоційна та соціальна.

Так, у період від 18 до 20 років розвиток особистості представляє досить складну картину, водночас

відбувається тимчасова стабілізація одних функцій, продовжують розвиватися інші, з'являються і такі, які зазнають регрес [12]. Тому, у цьому періоді, важливими умовами розвитку особистості є мотивація навчання і спілкування, навчальна діяльність та емоційна регуляція, яка супроводжує ці процеси.

Д.І. Фельдштейн підкреслював, що в юності отримується та міра психічної, емоційної, ідейної зрілості, яка робить юну людину самостійною особою для дорослого життя і діяльності, формується уміння скласти власні життєві плани, знаходити засоби їх реалізації [14]. При цьому слід мати на увазі наступні аспекти: по-перше, становлення особистості в юнацькому віці є процесом соціальним; по-друге, її розвиток здійснюється в процесі активної діяльності; по-третє, діяльність юнаків і юнок завжди опосередкована стосунками з однолітками і дорослими. Свідомість осіб юнацького віку володіє особливою сприйнятливістю, здатністю переробляти і засвоювати величезний потік інформації. У цей період розвиваються критичність мислення, прагнення дати власну оцінку різним явищам. Але інформаційний потік, необхідний для засвоєння людиною, постійно збільшується, що призводить до інтенсифікації процесу навчання і витіснення з його змісту позитивних емоційних компонентів, а це веде до того, що потенційні можливості емоцій у тих, хто навчається у цьому процесі, стають незатребуваними. Все це посилює негативні явища, які можна спостерігати, а саме: негативний вплив на психічні стани, збільшення несприятливих проявів в емоційному розвитку особистості [15].

Відкритість, доступність, оперативність, опосередкованість інформаційних систем здійснює вплив на тих, хто активно використовують комп'ютерні технології та відображається на їх психологічних особливостях. З одного боку, є передумови для формування нового менталітету, можливості для опанування знаннями та духовними цінностями, з іншого – спостерігаємо і негативні наслідки такої технологічної дії, що виявляється передусім у емоційній сфері. Перш за все, виникнення у них надмірного захоплення комп'ютерною діяльністю, яка витісняє природні людські потреби та відносини.

Для забезпечення виховання, навчання, професійної підготовки особистості для роботи в інформаційному суспільстві потрібне гармонійне поєднання і комп'ютерної грамотності, і емоційної рефлексії в діяльності. Формування і становлення майбутнього фахівця в системі вищої освіти в умовах інформаційного суспільства повинне здійснюватися з урахуванням особливостей розвитку і реалізації потенціалу особистості.

Отже, досліджено, що особливо чутливими до впливів на психіку комп'ютерної діяльності є особи юнацького віку. В період юності формується потреба в самовизначенні, уявлення про майбутнє і про сенс свого існування, потреба в партнерських та довірливих відносинах, однак, при наявності певних чинників, що перешкоджають нормальному перебігу цього періоду, юнак може обрати віртуальний комп'ютерний світ як найбільш легкий спосіб реалізації своїх потреб.

ЛІТЕРАТУРА

1. Винникотт Д. Игра и реальность / Д. Винникотт. – М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2002. – 288 с.
2. Виртц У. Жажда смысла: Человек в экстремальных ситуациях / У. Виртц, Й. Цобели; пер. с нем. – М.: Когито - Центр, 2012. – 328 с.
3. Волков Б.С. Психология юности и молодости / Б.С. Волков. – М.: Трикта, 2006. – 256 с.
4. Гребенюк О.С., Гребенюк Т.Б. Основы педагогики индивидуальности: Учеб. пособие / О.С. Гребенюк, Т.Б. Гребенюк. – Калининград: изд-во Калинингр. ун-та, 2000. – 572 с.
5. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости: Современный учебник / А.Ю. Егоров. – М.: Речь, 2007. – 192 с.
6. Жичкина А.Е. Взаимосвязь идентичности и поведения в Интернете пользователей юношеского возраста: автореф. дис. на соискание уч. ст. канд. псих. наук: спец. 19.00.05 / А.Е. Жичкина. – М., 2001. – 28 с.
7. Лисецкий К.С., Литягина Е.В. Психология не-зависимости. Учебное пособие по курсу «Профилактика аддиктивного поведения» / К.С. Лисецкий, Е.В. Литягина. – Самара: «Универс-групп», 2003. – 67 с.
8. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: ЭКСМО, 2005. – 896 с.
9. Психология подростка. Полное руководство / [Под общей ред. А.А. Реана]. – СПб: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2008. – 504 с.
10. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности: Пер. с нем. – М.: Мир, 1994. – 320 с.
11. Руководство по аддиктологии / [Под ред. проф. В.Д. Менделевича]. – СПб.: Речь, 2007. – 768 с.
12. Студент на пороге XXI века: Монография / [Отв. ред. Н.И. Рейнвальд]. – М., 1990. – 152 с.
13. Урсу А.В. Сверхценное увлечение компьютерными играми детей и подростков. Распространенность и клинико-психопатологические проявления: автореф. дис. на соискание уч. ст. канд. псих. наук: спец. 19.00.05 / А.В. Урсу. – М., 2012. – 22 с.
14. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе / Д.И. Фельдштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 208 с.
15. Чебыкин А.Я. Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности: монография / А.Я. Чебыкин. – Одесса, 1992. – 168 с.
16. Шубкин В. «Банк грез» и баланс судеб / Шубкин В. // Лит. газета. – 1975. – 8 янв.
17. Lersch Ph. Aufbau der Person. Munchen, 1970.
18. Suler J. To get what you need. Healthy and pathological Internet use. CyberPsychology and Behavior, 1999. – P. 385-394.
19. Turkle S. The second self: Computers and the human spirit. New York: Simon Schuster, 1990.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Vinnicott D. Game and Reality / D. Vinnicott. – M.: Institut Obshgumanitarnykh issledovaniy, 2002. – 288 p.
2. Virts Y. The thirst for meaning: A man in extreme situations / Y. Virts, J. Zobel. – M.: Kogito-Zentr, 2012. – 328 p.
3. Volkov B.S. Psychology of adolescence and youth / B.S. Volkov. – M.: Trikssta, – 256 p.
4. Grebeniuk O.S., Grebeniuk T.B. Basics of pedagogy personality / O.S. Grebeniuk, T.B. Grebeniuk. – Kaliningrad: Pub. House of Kaliningrad Un-ty, 2000. – 572 p.
5. Egorov A.Yi. Non-chemical dependencies: Modern textbook / A.Yi. Egorov. – SPb.: Rech, 2007. – 192 p.
6. Zhichkina A.E. The relationship of identity and behavior of Internet users in adolescence: thesis of dis. cand. psych. sc. 19.00.05 / A.E. Zhichkina. – M., 2001. – 28 p.
7. Lisetskiy K.S., Lityagina E.V. Psychology is not addiction. The manual for the course «Prevention of addictive behavior» / K.S. Lisetskiy, E.V. Lityagina – Samara: «Univers-grupp», 2003. – 67 p.
8. Malkina-Pykh I.G. Age crises: A Handbook of Practical Psychology / I.G. Malkina-Pykh. – M.: EKSMO, 2005. – 896 p.
9. Psychology teenager. Complete Guide / [Gen. ed. A.A. Reana]. – SPb: Praym - EVROZNAK, 2008. – 504 p.
10. Remshmidt Kh. Adolescence and youth: problems of identity formation. – M.: Mir, 1994. – 320 p.
11. Guide addictology / [Gen. ed. prof. V.D. Mendeleovicha]. – SPb.: Rech, 2007. – 768 p.
12. The student on the verge of the twenty-first century: Monograph / [ed. N.I. Reyntvald]. – M., 1990. – 152 p.
13. Ursu A.V. Overvalued fascination with computer games children and adolescents. The prevalence and clinical-psychopathological manifestations: thesis of dis. cand. psych. sc. 19.00.05 / A.V. Ursu. – M., 2012. – 22 p.
14. Feldshteyn D.I. Psychology of personality development in ontogenesis / D.I. Feldshteyn. – M.: Pedagogika, 1989. – 208 p.
15. Chebikin A.Y. Emotional regulation of learning and cognitive activity: monograph / A.Y. Chebikin. – Odessa, 1992. – 168p.
16. Shubkin V. «Bank of Dreams» and the fate of the balance / V. Shubkin // Lit. gas. – 1975. – 8 Jan.

N.A. Krymova Features of emotional sphere of Internet users adolescence

Abstract. The article defines the psychological features of teenagers who are addicted to computer activities. Allocated internal and external factors influence of computer technology on the psyche of the individual. Manifestations of emotional sphere in adolescence, including the largest number of computer users. It presents the characteristics of the addict. The features of the formation of personality in adolescence.

Keywords: *emotional sphere, adolescence, identity formation, computer activities*

Крымova Н.А. Особенности эмоциональной сферы Интернет-пользователей юношеского возраста

Аннотация. В статье определены психологические особенности лиц юношеского возраста, которые увлекаются компьютерной деятельностью. Выделены внешние и внутренние факторы влияния компьютерных технологий на психику индивида. Рассмотрены проявления эмоциональной сферы в юношеском возрасте, среди которых наибольшее количество пользователей компьютера. Представлены характерные черты аддикта. Проанализированы особенности становления личности в юношеском возрасте.

Ключевые слова: *эмоциональная сфера, юношеский возраст, становление личности, компьютерная деятельность*