

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»

Факультет філології, психології та педагогіки
Кафедра психології та педагогіки

Рекомендовано до захисту
«___» _____ 2023 р.,
протокол № _____
Зав. кафедри _____
(підпис)

Кваліфікаційна робота
на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

**ОСОБЛИВОСТІ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ,
СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ**

Виконав: студент II курсу,
групи 601-ФП
денної форми навчання
спеціальності 053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»
ОБЕРЕМКО Сергій Володимирович

Керівник: к. псих. наук, доцент Шевчук В.В.

Рецензент: к. псих. наук Чайкіна Н.О.

Захищено «___» _____ 2024 р.

кількість балів: _____

значення оцінки _____

Голова Екзаменаційної комісії _____

_____ (підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	3
Розділ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	
1.1. Поняття цілепокладання у психології.....	6
1.3. Специфіка становлення особистості в юнацькому віці.....	18
1.3. Особливості цілепокладання та проявів інтернет-залежності в юнацькому віці.....	24
Висновки до першого розділу	36
Розділ II. МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	
2.1. Огляд і обґрунтування вибору методик.....	38
2.2. Методика «Тест на визначення рівня інтернет-залежності» (К.Янг, адаптація В.А.Лоскутової).....	44
2.3. Методика дослідження часової перспективи ZTPІ (Ф. Зимбардо, А. Гонзалес).....	45
2.4. Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTPІ (Дж. Бойд, Ф. Зимбардо).....	48
2.5. Методика «Цілепокладання та планування життя» (за В.Р.Манукян).....	51
Висновки до другого розділу.....	54
Розділ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	
3.1. Організація емпіричного дослідження.....	56
3.2. Особливості інтернет-залежності респондентів.....	57
3.3. Аналіз показників часової перспективи досліджуваних зрізним рівнем інтернет-залежності.....	60
3.4. Особливості цілепокладання представників досліджуваних груп.....	65
Висновки до третього розділу	68
ВИСНОВКИ.....	72
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	77
ДОДАТКИ.....	83

ВСТУП

Актуальність дослідження. Незворотність подій життя роблять час найважливішим особистісним ресурсом людини. Особливу значимість ресурсу часу надає його здатність позначати ціннісний зміст подій, що виникають в житті людини, надавати їм сенс, розставляти пріоритети в сьогоденні і майбутньому. У роботах, присвячених вивченню цілепокладання, які описують уявлення людини про проектування власного життя: «перспектива майбутнього», «життєва перспектива», «психологічна перспектива», «особистісна перспектива», «особисте майбутнє», «часовий кругозір» та інші. Часова перспектива впливає на поведінку людини і її життя в цілому, визначаючи світовідчуття, прийняття минулого, розуміння сьогодення, стан планів на майбутнє.

Особливо важливим виступає цілепокладання в ті періоди онтогенезу, коли особистість має можливість порівнювати досягнуті цілі та планувати на їх основі нові, більш чи менш реалістичні, що, як правило, відбувається в кризові етапи розвитку людини. Таким періодом онтогенезу людини виступає юнацький вік. Аналізуючи свої досягнуті цілі та часову перспективу особистість може поставити питання про результативність свого життя, його наповненість смыслом, відповідність властивих їй цінностей тим цілям, що вона перед собою ставила на початку переходу до юнацького віку.

Проблема часової перспективи особистості тривалий час виступає предметом наукової уваги. Зокрема, її вивчали К.О. Абульханова-Славська, Є.І.Головаха, Ф.Зімбардо, Ю.О. Клименко, В.І.Ковальов, О.О.Кронік, Л.Ю.Кубліцкене, В.Ленс, Ж.Ньюттен, В.Ф.Серенкова, В.С.Хомик, та інші.

Проблематика особистісного розвитку у юнацькому віці представлена в працях О.М.Гринів, Е.Еріксон, О.Г.Коваленко, І.Ю.Кулагіна, В.Ф.Моргуна, К.В.Седих, Г.Шихі, та інші.

Незважаючи на інтерес науковців до даної проблеми цілепокладання залишається досить неоднозначним, невизначеним, фрагментарним. Результати більшості досліджень, які можна знайти у вітчизняній та

зарубіжній літературі, розрізнені, їх складно порівняти між собою. Разом із тим, вивчення даної проблеми має велике практичне значення зважаючи на вагомість цілепокладання для молоді особистості в умовах бурхливих соціально-економічних змін в нашій країні. Більше того, науковий доробок загалом не відображає зв'язок таких феноменів як цілепокладання молоді особистості та її схильність до користування мережею інтернет.

Така ситуація ускладнює аналіз феномену цілепокладання особистості юнацького віку і актуалізує її вивчення, що і зумовило актуальність теми бакалаврської роботи – «Особливості цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності».

Мета кваліфікаційної роботи – теоретично вивчити та емпірично дослідити особливості цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

Відповідно до мети дослідження нами сформульовано ряд конкретних **завдань**:

1) розглянути наукові погляди на особливості феномену цілепокладання особистості в психологічних дослідженнях, його параметри і фактори становлення;

2) описати методичні засади та методики психодіагностики, які використані для дослідження цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності;

3) проаналізувати результати емпіричного дослідження цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

Об'єктом дослідження є особливості цілепокладання особистості.

Предметом є вивчення специфіки цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

Гіпотеза дослідження у період юності цілепокладання пов'язане із проявами інтернет-залежності. Так, досліджувані із високим рівнем інтернет-залежності, імовірно, характеризуються більш вираженою гедоністичною установкою на теперішнє, позитивно ставляться до майбутнього і мають

розгалужену систему життєвих цілей, хоча і не завжди чітко усвідомлюють систему ресурсів для їх досягнення. Натомість, юнакам з низьким рівнем залежності від мережі характерна більш фаталістична оцінка теперішнього при зниженій оцінці майбутнього та звуженій системі життєвих цілей, що більш диференційовані і характеризуються усвідомленням ресурсів їх досягнення.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань та досягнення мети нами використовувалися загальнонаукові методи теоретичного рівня (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення науково-теоретичних даних) методи емпіричного дослідження (опитування).

Емпіричною базою дослідження виступала вибірка, до якої увійшли 90 респондентів (76 дівчат та 14 хлопців), які є студентами Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».

Структура роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Зміст роботи викладений на 78 сторінках друкованого тексту, вміщує 7 таблиць та 4 рисунки. Список використаних джерел нараховує 61 найменування.

Розділ I

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

У першому розділі розглядаються теоретичні підходи щодо вивчення проблеми цілепокладання, часової перспективи особистості в психологічних дослідженнях, описана специфіка становлення особистості юнацького віку та проявів інтернет-залежності молоді.

1.1. Поняття цілепокладання у психології

Одним із найважливіших ресурсів сучасної людини і водночас одним із найменш пізнаних з наукової точки зору середовищем її існування є час. Розвиток людської особистості має онтогенетичну розгортку в часі життя, часові аспекти торкаються всіх без винятку моментів життєорганізації. Людина структурує власне існування, по-своєму розміщуючи в часі життя певні заняття, діяльність, події, відводячи на них об'єктивно та суб'єктивно необхідний час.

Серед найбільш уживаних понять, які використовуються у дослідженнях суб'єктивних уявлень про час, є поняття часової перспективи, часових орієнтацій, часового фокусу, часової глибини та часових настановлень. Упродовж останніх років у психологічних дослідженнях найбільше уваги приділялося поняттю часової перспективи.

Термін «часова перспектива» з'явився після публікації Л.Франкла [51] в якій він розглядав життєвий простір людини стосовно минулого, теперішнього і майбутнього. При цьому він вважав, що часова перспектива є сукупністю уявлень суб'єкта про своє психологічне майбутнє і минуле, яке існує в теперішньому. За визначенням Л.Франкла, часова перспектива – це динамічне утворення, яке є культурно обумовленим і ціннісно-детермінованим. Усі три часових проміжки тісно взаємопов'язані: теперішнє визначає майбутнє і контролюється минулим.

К.Левін [27] у своїх дослідженнях підкреслював, що часова перспектива – це цілісність бачення індивідом свого психологічного майбутнього й свого психологічного минулого у теперішньому моменті часу. К.Левін указував на тісний взаємозв'язок минулого, теперішнього і майбутнього, вони є складовими частинами психологічного поля. При цьому межі такого поля регулюють масштаби часу. Вчений відмічав, що коли людина проживає своє теперішнє, то ці відчуття обов'язково пов'язані або з минулими подіями, або з цілями й планами на майбутнє. Це положення слугувало поштовхом для розвитку цілого напрямку дослідження щодо особливостей часової перспективи.

У зарубіжній психології велику роль у становленні теорії часової перспективи відіграли погляди Ш.Бюллер, яка встановила закономірності у зміні фаз життя й домінуючих тенденцій, а також у зміні життєвої активності залежно від віку. Дослідниця намагалася інтегрувати біологічний і психологічний час життя у єдиній біографічній системі координат. Витоками її концепції є властивості свідомості – самовизначення, прагнення до самореалізації, які визначаються як основні рушійні сили розвитку особистості. Проте у працях Ш.Бюллер не розкривається суспільно-історична детермінація життя людини, на важливість якої указував Б.Г.Ананьєв.

Відтоді багато праць науковців було присвячено часовій перспективі та її зв'язку з іншими психологічними конструктами. Однак багато дослідників не користувалися визначенням К.Левіна, пропонуючи натомість власні означення часової перспективи. Так, Алден Васман та Девід Рікс розглядають часову перспективу як інтегральну частину суб'єктивного або особистого досвіду «прожитого часу», яка складається з часових орієнтацій та часових настановлень. На думку Васмана і Рікса, домінуючі часові орієнтації на минуле, теперішнє або майбутнє, та переважаючі часові настановлення, які входять до складу часової перспективи, правомірно розглядати як стабільні особистісні

риси. Таким чином, часова перспектива постає як сукупність особистісних рис [58].

Погляд на часову перспективу як особистісну рису був притаманний також Віллі Ленсу і Тогріму Ґісме [57] – яскравим представникам бельгійської школи дослідження уявлень про часову перспективу. В.Ленс [60], акцентуючи основну увагу на дослідженні перспективи майбутнього, вважав, що часова перспектива як особистісна риса має подвійне мотиваційне значення: з одного боку, перспектива майбутнього є результатом мотиваційної цільової установки, з іншого – впливає на досягнення поставленої цілі, підсилюючи мотиваційну цільову установку. Основне значення майбутньої часової перспективи В.Ленс [60] вбачав у передбаченні функціональних зв'язків між актуальним теперішнім і майбутніми бажаними подіями. Він наголошував також на афективному настановленні на майбутнє, яке є результатом очікування позитивних, нейтральних або негативних подій у майбутньому і емоційно забарвлює майбутнє в цілому.

Серед зарубіжних науковців великий внесок у розвитку цієї проблематики становлять праці Ж.Нюттена [36]. У вивченні часової перспективи вчений враховував дві обставини: зміст подій минулого й майбутнього, структуру часових уявлень. Науковець виокремив кілька характеристик, які описують часову перспективу: протяжність і глибина, насиченість подій, міра структурованості подій, а також міра їх яскравості й реалістичності. При цьому важливого значення надається часовій інтеграції, яка відображає сприйняття зв'язків між минулим, теперішнім і майбутнім. Таким чином, часова інтеграція дозволяє аналізувати значимість теперішньої діяльності стосовно планів на майбутнє. Окрім когнітивного компоненту Ж.Нюттен великого значення надавав емоційному компоненту. При цьому вчений використовував такі поняття як «часова установка», «часова орієнтація».

У своїх дослідженнях Ж.Нюттен виокремив три аспекти часової перспективи: часова перспектива – характеризується протяжністю, насиченістю); часова установка, яка відображає ставлення; часова орієнтація, що вказує на спрямованість поведінки. При цьому проживання подій відбувається через особистісні смисли на основі яких і визначаються можливості людини та її цілі.

Також популярним у зарубіжній психології є науковий підхід Ф.Зімбардо [18], в якому найбільш повно розглянута категорія часової орієнтації. Ф.Зімбардо визначає часову орієнтацію як оціночний компонент роздумів людини про час. Учений також підкреслює те, що часову перспективу особистості необхідно досліджувати в сукупності з її когнітивною, мотиваційною та емоційною складовими. Не дивлячись на те, що на цю характеристику можуть впливати зовнішні фактори, вона є досить стабільною. Ф.Зімбардо виокремлює п'ять часових орієнтацій: негативне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє, позитивне минуле, фаталістичне теперішнє. Ці часові орієнтації відображають ставлення до часового періоду й визначають поведінку людини в тих чи інших ситуаціях.

Водночас Ф.Зімбардо виокремив ще один тип орієнтації – збалансовану часову орієнтацію, яка є гармонійною, оскільки досягається баланс між минулим досвідом, бажаннями теперішнього часу й уявленнями майбутніх наслідків. Збалансована часова орієнтація виникає у тих ситуаціях, коли життя людини є стабільним.

Т. Гісме [57], досліджуючи часову перспективу, також основну увагу приділяв часовій перспективі майбутнього, називаючи її «орієнтацією на майбутнє». Він пов'язував часову орієнтацію на майбутнє з мотиваційними орієнтаціями на успіх або невдачу, вважаючи, що для індивідів, орієнтованих на успіх, позитивні результати приносить розвинена майбутня часова орієнтація, в той час як індивідам з орієнтацією на невдачу – вкорочена

перспектива майбутнього. Т. Гісме акцентував увагу на такій характеристиці майбутньої часової орієнтації, як відстань до цілі: чим більша відстань до цілі, тим суб'єктивно менший вплив вона здійснює на актуальну поведінку індивіда. Ці теоретичні припущення пізніше було експериментально доведено його колегою З.Залескі, який показав, що збільшення часової відстані до цілі знижує вольове зусилля і наполегливість у її досягненні. З.Залескі також обґрунтував, що успішному досягненню довготермінових цілей сприяє постановка проміжних цілей [61].

Водночас у працях багатьох дослідників, присвячених вивченню часової перспективи, зустрічається термін «часовий вимір», зміст якого відповідає змісту часової перспективи в описаних вище варіантах означень [14; 40; 42; 43; 46].

Таким чином, досліджуючи різні аспекти суб'єктивних уявлень про час, дослідники часто називали їх однаковим терміном «часова перспектива», визначаючи її як стабільну диспозиційну характеристику і несвідомий процес, як сукупність особистісних рис, часову орієнтацію, конструкт, який складається з часових орієнтацій і часових настановлень, та як сукупність уявлень про власне минуле і майбутнє.

Подібним до змісту часової орієнтації у розумінні Ж.Нюттена [36] і В.Ленса [60] є поняття часового фокусу, яке детально досліджували Еббі Шип, Джефрі Едвардс і Ліза Шрурер-Ламберт [61]. Автори визначають часовий фокус як міру зосередженості уваги на часовій рамці минулого, теперішнього або майбутнього. Відмінність часового фокусу від часової глибини (або ж глибини часової перспективи) полягає в тому, що часовий фокус не є прив'язаним до якоїсь специфічної часової глибини: індивід може мати високий майбутній фокус при низькій часовій глибині, результатом чого буде висока міра зосередження на найближчому майбутньому. Однак, незважаючи на подібність змісту часового фокусу до часової орієнтації,

Шип, Едвардс і Шруер-Ламберт розмежовують ці поняття, визначаючи часову орієнтацію як диспозиційну характеристику, змістом якої є переважаюча орієнтація індивіда на минуле, теперішнє чи майбутнє без переключення уваги на іншу часову рамку. Натомість часовий фокус концептуалізують як кількість уваги, яку індивід присвячує минулому, теперішньому і майбутньому.

Одне з найбільш широких визначень часової орієнтації дали Джейсон Хорнік і Ден Закай, згідно з якими часова орієнтація – це «відносне домінування минулого, теперішнього чи майбутнього в думках індивіда» [59]. Більш вузьке визначення часової орієнтації запропоновано К.Ленінгсом, який визначає її як «когнітивну операцію, яка передбачає як емоційну реакцію на уявні часові зони (минулого, теперішнього і майбутнього), так і переважання віднесення дій до однієї із цих часових зон». При цьому К.Ленінгс не розмежовує поняття часової орієнтації і часового настановлення, включаючи останнє до часової орієнтації особистості.

Таким чином, не лише стосовно поняття часової перспективи, але і стосовно інших понять, які використовуються для дослідження суб'єктивних уявлень про час – часової орієнтації, часового настановлення, часового фокусу і часової глибини – існує методологічна проблема чіткого визначення і їх розмежування. Основою цієї проблеми є те, що перелічені поняття означають явища, які на практиці є невіддільними одні від одних: окремі події життя індивіда, які становлять зміст його часової перспективи (у визначенні Ж.Нюттена), завжди пов'язані з його когнітивно-емоційним настановленням на ці події і тільки завдяки ним є включені у часову перспективу – це ускладнює відокремлення часової перспективи від часових настановлень. Також сприйняття окремих подій власного життя завжди відбувається крізь певну часову рамку – минулого, теперішнього чи майбутнього, – що ускладнює відокремлення власне часової перспективи від часових орієнтацій. Крім того, фокус уваги індивіда постійно коливається між

різними об'єктами минулого, теперішнього і майбутнього, кожен з яких локалізований ближче чи далше від теперішнього – це зумовлює зв'язок часової перспективи із часовим фокусом і часовою глибиною.

Таким чином, події, які формують часову перспективу індивіда, є невід'ємними від часових орієнтацій, крізь які ці події сприймаються, часової глибини, на якій вони знаходяться, і часових настановлень щодо них. Іншими словами, часова перспектива, часові орієнтації, часовий фокус, часова глибина і часові настановлення описують різні аспекти одного явища – більш чи менш усвідомлені уявлення про події власного минулого, теперішнього і майбутнього або ж уявлення про власну часову перспективу, яка і є об'єктом цього наукового дослідження.

У цьому дослідженні часова перспектива буде визначатися згідно з означенням Ж.Нюттена – як сукупність індивідуального минулого, теперішнього і майбутнього, що латентно чи активно репрезентовані у свідомості за допомогою подій, ситуацій і проєктів власного життя. Таким чином, уявлення про часову перспективу, які є об'єктом дослідження, визначаються як система індивідуальних когнітивно-афективних настановлень щодо цих подій, ситуацій і проєктів разом з їхніми темпоральними знаками.

Процес цілепокладання є дуже важливим як для однієї конкретної людини, так і для всього суспільства в цілому. Він відображає систему існуючих цінностей, соціальних установок та очікувань. Цілепокладання є ключовим механізмом у будь-якій діяльності й орієнтує людину на досягнення результатів. Таким чином, у питаннях ціннісно-зорієнтованої діяльності головним механізмом є мета, яка визначає успішність людини. С.Л.Рубінштейн [43], О.М.Леонтьєв [28], О.К.Тіхоміров [48] розглядали цілепокладання як важливий процес, який впливає на успішність виконання тієї чи іншої діяльності.

Але перш ніж розглядати поняття цілепокладання, з нашого погляду, необхідно визначити поняття «ціль». Нині в психології під ціллю розуміють усвідомлений образ запланованого результату. Цілі нерозривно пов'язані з діяльністю. Крім того, важливим поняттям стає мотив – це те, що спонукає людину до дії. При цьому цілі й мотиви не тільки спонукають людину до діяльності, визначають її зміст і способи виконання, але й самі утворюються в процесі діяльності. Тому процес цілепокладання є найбільш значимим для виконання діяльності.

Мета має перед собою реальну діяльнісну основу, чим і відрізняється від мрії. Мета організує діяльність і стимулює її у напрямку досягнення. Довгострокові цілі сприяють досягненню більших результатів. При цьому найчастіше процес цілепокладання розглядається в контексті навчальної діяльності. Існує думка, що тільки в роки навчання людина найбільш зорієнтована на створення цілей і планування майбутнього життя. Але будь-яка творча діяльність вимагає визначення цілі, що є особливо важливим у роки професійного розвитку дорослої людини. Тому важливо орієнтувати дітей не тільки на досягнення короткострокових цілей, важливо навчити дитину планувати й передбачати результати своєї діяльності.

Термін «цілепокладання» тлумачиться по-різному, але найчастіше він включений у ряд здібностей. Так, В.Д.Шадріков [54] визначав цілепокладання як один із компонентів функціональної системи здібностей, який є визначальним для процесу формування психологічної системи діяльності. В.О.Архіпов [5] під процесом цілепокладання розуміє здібність особистості визначати цілі й досягнення бажаного результату; єдність мотивів і засобів, що утворюється при оцінці способів задоволення відповідної потреби.

І.М.Воробйова [13] розглядає здібність до цілепокладання як систему особистісних якостей і властивостей, яким властива самоорганізація, що забезпечує можливість втілення й міру успішності процесу визначення цілей.

Авторка визначила низку особливостей, характерних для процесу цілепокладання: цей процес є базовим, оскільки забезпечує успішність виконання діяльності; дозволяє зробити правильний вибір серед наявних альтернатив; забезпечує визначення та вибір актуальних цілей; робить людину активним суб'єктом діяльності; забезпечує ефективність життєдіяльності людини.

Також І.М.Воробйова виокремила кілька функцій цілепокладання:

- 1) регуляторна – орієнтуючись на зовнішні задані цілі, людина починає визначати власні цілі, спираючись на які, просувається вперед;
- 2) проектувальна – дозволяє не тільки планувати майбутній результат діяльності, визначати напрямок життєвого шляху, але й аналізувати і співвідносити цілі й можливості;
- 3) спонукальна – допомагає людині рухатися вперед і розвиватися, оскільки завдяки мотивам людина стає спроможною до постановки нових завдань.

І.О.Дмитрієва [17] визначає здібність до цілепокладання як сукупність психологічних особливостей, що сприяють реалізації визначених цілей. При цьому в структурі цілепокладання виокремлено три компонента: інтелектуальний, особистісний, діяльнісний.

Інтелектуальний компонент складається з розумових дій і мисленневих операцій, які дозволяють людині створювати образ бажаного результату, аналізувати наявні ресурси й адекватно їх оцінювати, а також оцінювати засоби, які необхідні для досягнення бажаного результату. Крім того, на інтелектуальному рівні відбувається зіставлення бажаних результатів і досягнутих, і відповідно до цього здійснюється коригування власних дій.

Особистісний компонент – це ті особливості особистості, які дозволяють людині бути ефективною в діяльності. Успішність досягнення цілей

забезпечують такі якості як упевненість, самостійність, самоповага, відповідальність, прагнення, внутрішній локус контролю.

Діяльнісний компонент зорієнтований на ту активність людини, яка дозволить йому ставити цілі, досягати їх і приймати рішення про зміну плану дій. Тобто цей компонент безпосередньо включає ціле покладання у процес діяльності.

Цілепокладання торкається багатьох аспектів особистості: мотиваційного, смислового, емоційного і впливає на побудову стосунків з оточенням. Процес цілепокладання не є статичним, він залежить від багатьох факторів, зокрема: соціального оточення, установки, міжособистісних взаємодій. У межах діяльнісного підходу важливим елементом у процесі цілепокладання є детермінація активності.

Г.В.Акопов [3] розглядає ціле покладання як сукупність різних процесів:

- побудова образу майбутнього результату діяльності;
- усвідомлення та інтеріоризація цього образу;
- регуляція діяльності залежно від отриманого результату.

С.Л.Рубінштейн [43] визначив процес цілепокладання як уміння самостійно ставити й досягати соціально значимі цілі. При цьому вчений робив припущення, що цілепокладання здійснюється на двох рівнях – зовнішньому та внутрішньому. На зовнішньому рівні визначаються конкретні цілі, а на внутрішньому – цілі, опосередковані самоконтролем.

Представники гуманістичного напрямку в психології підкреслювали значимість феномену життєвого смислу для людини. Для А.Маслоу [33] важливим смислом життя є самоактуалізація, яка є первинним спонуканням. При цьому в якості спонукального мотиву виступає певна ціль або переконання. В.Франкл [51] визначав мету всього життя людини у тому, щоб надати йому сенсу. Автор був переконаний у тому, що у кожного є та ціль, яку

він може досягти. При цьому досягнення цієї цілі можливе тільки за наявності відповідальності.

Е.Локк [31], прихильник процесуальної теорії мотивації, вважав, що основними детермінантами поведінки людини є: індивідуальна свідомість, цілі й наміри. Виконуючи діяльність, людина має певний намір, який вона виконує для досягнення конкретної цілі.

Невід'ємним від цілепокладання є процес мотивації. Він визначає ті фактори, які змушують людину рухатися до тієї чи іншої мети, будувати свою діяльність залежно від значимих мотивів.

Процес цілепокладання відіграє важливу роль у пізнавальній діяльності. О.К.Тихоміров [48] виокремлював у ціле покладанні два важливих процеси – цілеприйняття та цілезародження. Цілеприйняття передбачає прийняття і досягнення мети, яка детермінована зовнішніми факторами. Цілезародження передбачає самостійне продукування особистістю нових цільових структур. Також О.К.Тихоміров визначив три форми цілей: перцептивний образ, уявлення та словесний опис.

Окрім цього, автор розрізняв довільне й мимовільне цілепокладання. При цьому в довільному він виокремив два рівні. Перший пов'язаний з підпорядкуванням процесів деякої цілі, а другий – з свідомим відбором та формулюванням самих завдань. Цей другий рівень є різновидом мета когнітивної діяльності, яка включає в себе багато процесів і зорієнтована на визначення пізнавальних цілей.

О.К.Тихоміров [48] та Н.Ф.Наумова [35] вважають, що цілепокладання є творчим процесом, так як завжди здійснюється у невизначених ситуаціях, які сприяють включенню творчого мислення. Водночас Н.Є.Веракса [12] вказує, що воно спирається на два типи мислення – діалектичне та формальне. Г.З.Поздєєва [39] виокремила й третій тип цілепокладання – предметний.

Проте, в структурно-діалектичному підході цей тип не знайшов належного відображення.

О.К.Тихоміров [48] виокремив низку механізмів цілепокладання:

- 1) перетворення результатів дій у мету відбувається через усвідомлення й через зв'язок із мотиваційною сферою;
- 2) на стадії підготовки практичних дій відбувається трансформація неусвідомлених передбачень у цілі;
- 3) якщо досягнення запланованого результату є неможливим, то відбувається зміна цілей;
- 4) засвоєння цілей відбувається через тісний зв'язок із мотивацією;
- 5) якщо є кілька цілей, то відбувається вибір однієї з них;
- 6) мотиви мають властивість перетворюватися на мету;
- 7) просуваючись до досягнення головної мети, відбувається виокремлення проміжних цілей;
- 8) характерним є перехід від попередніх цілей до остаточних;
- 9) цілі утворюють ієрархію та часову послідовність.

Процес цілепокладання є системою цілей, які співвідносяться одна з одною й вибудовуються в певну ієрархію. При цьому цілепокладання можна розглядати і як процес, і як результат постановки цілей. Підсумком процесу цілепокладання стає мета, яка є передбачуваним результатом діяльності. Таким чином, основою організації будь-якої діяльності є цілепокладання, яке наповнює дії смыслом. При цьому сама діяльність щодо постановки цілей є інтелектуальною і пов'язана з формуванням образу бажаного результату.

Є.Д.Бабанова [6] розглядає механізм неусвідомленого цілепокладання в якому ключова роль належить отриманню задоволення від процесу й результату діяльності. Крім того, для формування навички неусвідомленого цілепокладання авторка рекомендує виробляти базові звички для досягнення

бажаного результату. При цьому, чим більше дій виявляються у формі звичок, тим більше ресурсів виникає для втілення основних цілей.

О.О.Конопкін [24], Б.Ф.Ломов [32], Г.С.Пригін [41] визнавали значимість усвідомленої саморегуляції для формування процесу цілепокладання. Цей процес визначає не тільки загальну спрямованість діяльності, але й особливості функціонування окремих ланок саморегуляції. Г.С.Пригін визначав суб'єктну регуляцію як цілісну й замкнену систему, компоненти якої взаємодіють, призводять до узгодженості активності, вимог діяльності й досягнення мети. У результаті від успішності саморегуляції залежить і кінцевий результат діяльності.

Розглядаючи процес пізнавальної діяльності, науковці вказують на низку етапів: гностичне цілепокладання, моделювання умов виконання пізнання, програмування пізнавальних дій і самоконтроль. При цьому найбільш важливим є перший етап, оскільки саме він і відіграє системостворчу роль.

О.І.Блізнецова [8] виокремлює низку етапів у процесі цілепокладання:

- 1) усвідомлення цілі – аналіз бажаного результату та наявних можливостей;
- 2) прийняття цілі – інтеріоризація цілі;
- 3) цілеутворення – кінцева постановка цілей та їх зміна залежно від результатів розв'язання попередніх завдань.

І.М.Воробйова [13] надала характеристику рівням розвитку здібності до цілепокладання. Так, люди з високим рівнем уміють вибудувувати свої цілі в систему й передбачати наслідки їх реалізації. Також вони мають велику кількість засобів, які допомагають їм досягти бажаного результату, й при цьому є дуже лабільними. При визначенні цілей можуть відмовитися від нав'язаних цілей і орієнтуватися тільки на власну думку й інтереси. При низькому рівні цілепокладання самі цілі часто бувають нав'язаними, а прагнення їх досягти або ж відсутнє, або слабко виражене. Часто замість мети визначається тільки конкретне практичне завдання.

Таким чином, цілепокладання є здібністю особистості ставити перед собою цілі й прагнути їх досягти. Процес цілепокладання нерозривно пов'язаний із діяльністю та реалізується в ній.

1.2. Специфіка становлення особистості в юнацькому віці

Активне усвідомлення власного життєвого шляху особистістю припадає саме на юнацький вік – час відповідального життєвого самовизначення особистості (Л.І. Божович, М.Й. Боришевський, Л.С. Виготський, Е. Еріксон, І.С. Кон, Г.С. Костюк, О.М. Леонт'єв, С.Д. Максименко, В.О. Татенко, Т.М. Титаренко, С.М. Панченко, та ін. [6, 23, 27]). Випробовування різних соціальних ролей і видів діяльності, розвиток рефлексії закладають фундамент для вироблення молодого людиною активної життєвої позиції, власної філософії життя.

Суттєвою особливістю юнацького самовизначення є його орієнтованість на майбутнє (Л. І. Божович, І. С. Кон, Л. О. Регуш [6, 23] та ін.). Аналіз результатів соціально-психологічних досліджень (І. О. Мартинюк, Л.В.Сохань, В. О. Ядов), а також психолого-педагогічних (І. В. Дубровіна, Н.М. Толстих, Д. І. Фельдштейн) свідчить, що автори розглядають становлення життєвої перспективи особистості як основне новоутворення юнацького віку.

На етапі зрілої юності виникає нова соціальна ситуація розвитку, центром якої є перехід до самостійного життя (початок професійного становлення, реалізації життєвих планів), що співпадає із часом навчання молоді особистості в університеті. Продовжується інтенсивний розвиток самосвідомості, молоді люди самовизначаються в системі моральних цінностей, принципів, норм і правил поведінки, усвідомлюють особисту соціальну відповідальність. Нових якостей набуває юнацька дружба, а дружба з особою протилежної статі переростає в закоханість [10].

У психологічній літературі з проблем юності (праці Е. Еріксона, Е.Шпрангера, І. Кона, В. Слободчикова [23, 46]) простежуються різні підходи

до з'ясування вікових меж, основних суперечностей і новоутворень цього віку. Більшість дослідників обмежує зрілу юність періодом від 18 до 20 років.

У період зрілої юності відбувається суттєва перебудова особистості, зумовлена змінами соціальної ситуації розвитку. Ці зміни можуть бути пов'язані зі вступом до вищого навчального закладу, початком трудової діяльності тощо [11]. У цьому віці молода людина мусить самотійно приймати та реалізовувати рішення, розробляти життєві плани, будувати власне життя. Вона переходить від пізнання світу до його перетворення, починає активно самостверджуватись у професійній діяльності.

У зрілому юнацькому віці актуальною стає проблема незалежного життя. Для її розв'язання необхідні вміння організовувати свою діяльність, приймати відповідальні рішення і втілювати їх у життя. Вони передбачають наявність певних психологічних передумов, передусім цілісності «Я», яке володіє необхідним досвідом екзистенційних переживань вибору між власним буттям і небуттям, між добром і злом.

Розв'язування життєвих завдань передбачає прогнозування, орієнтацію на майбутнє й усвідомлення, наскільки є можливим втілення конкретних планів (Б.Г. Ананьєв [3]). Для цього людині потрібно мати уявлення про діяльність, з якою вона збирається мати справу, осмислити і вибудувати проект свого майбутнього. За таких умов її теперішнє, справи найближчої і віддаленої перспектив сприйматимуться як конкретні кроки до нього.

Суттєвою складовою особистісного розвитку юнака є становлення його самосвідомості. Пов'язане воно як із продовженням розумового розвитку, так і з появою нових ситуацій, кутів зору, під якими він себе розглядає [47].

Зрілий юнак може оперувати гіпотетичними твердженнями, уявленнями, які фігурують тільки у думках, незалежно від можливості їх конкретно перевірити. Такі когнітивні орієнтації задовольняють потребу юної людини у формуванні змісту ідентичності, оскільки з-поміж багатьох можливих та уявних зв'язків вона повинна обирати завжди конкретні. Ці її вибори

стосуються особистісних, професійних, сексуальних та ідеологічних обов'язків [14].

Юність, на думку В. І. Слободчикова [46], – фінальна стадія психологічного етапу “персоналізації”, періоду здобуття самоідентичності. Головними психічними новоутвореннями юнацького віку є глибока рефлексія, розвинене усвідомлення власної індивідуальності, формування конкретних життєвих планів, готовність до самовизначення в професії, установка на свідому побудову власного життя, поступове входження у різні сфери життя і діяльності, розвиток самосвідомості, активне формування світогляду [54].

У цьому віці розвиток самосвідомості продовжується досить інтенсивно. Рівень домагань стабілізується, самооцінка стає незалежною від зовнішніх оцінок. Становлення ідентичності тісно пов'язане з рефлексією, детермінованою передусім когнітивними новоутвореннями, зміною соціальних стосунків, потребою подолання внутрішніх конфліктів. З її допомогою відбувається реалізація потреби в самоусвідомленні, зумовленої суперечностями між уявленнями про себе, прагненнями самоствердження, незалежності, пошуку реалістичного погляду на світ і себе. Розвиток рефлексії та самосвідомості у період юності активізують такі фактори:

- новий соціальний статус особистості (відносна самостійність, суспільні престиж і значущість майбутньої професійної діяльності);
- зміна виду діяльності (нею стає спеціальна навчальна і практично-професійна діяльність);
- нові форми діяльності, що передбачають більшу самостійність, свободу вибору;
- розширення соціального оточення, сфери контактів, а відповідно, і кола значущих інших;
- досягнення віку юридичної та громадянської зрілості, що передбачає відповідальність за свої вчинки перед суспільством [3].

Усі ці фактори зумовлюють зміну критеріїв самооцінки, уявлень юнака про себе, розвиток його пізнавальних інтересів та соціальних мотивів

навчальної, практично-професійної діяльності. Потреба в професійному становленні, самоствердженні, суспільному визнанні тощо сприяє подальшому розвитку самосвідомості, у структурі якої все вагомішим стає професійний компонент [5].

Одним з важливих аспектів психічного розвитку в юнацькому віці є інтенсивне інтелектуальне дозрівання, провідна роль в якому належить розвитку мислення. Навчальна діяльність та опанування професії в університеті створює сприятливі умови для переходу студентів до вищих рівнів абстрактного й узагальнюючого мислення. Студенти усвідомлено і міцно оволодівають логічними операціями. Наукові поняття стають не тільки предметом вивчення, а й інструментом пізнання, аналізу й синтезу [9].

Потреба у самореалізації та розвитку власного «Я» означає прояв своїх здібностей та їх подальше удосконалення. Вона пов'язана з мотивацією досягнення та потребою у визнанні та прийнятті як члена суспільства. Юнацький вік, як вважає Г.С. Абрамова, — це вік зростання сили "Я", його здатності не втратити, зберегти своє "Я" та проявити свою індивідуальність в умовах групової діяльності та інтимної близькості, дружби [1].

У юнацькому віці поглиблюються та розширюються рефлексивні характеристики самосвідомості. Рефлексія – це процес самосвідомості, на основі якого відбувається самопізнання особистістю самої себе як активного суб'єкта своєї життєдіяльності. Найважливішим надбанням цього віку є відкриття свого внутрішнього світу. Завдяки рефлексії молода людина набуває здатності заглиблюватись в себе, в свої переживання, усвідомлювати свої емоції не тільки як похідні від певних зовнішніх подій, а як стани власного «Я» (М.М. Заброцький [18]).

Особливо значущим процесом у розвитку юнацької самосвідомості є формування особистісної ідентичності, становлення адекватного, усвідомленого уявлення про свою самість.

Е. Еріксон, розглядаючи розвиток самості в цьому віці, розкриває взаємозв'язок біологічного дозрівання з соціальними ролями та очікуваннями індивіда. На думку вченого, психосоціальна ідентифікація відбудеться в тому

випадку, коли молода людина зможе об'єднати все, що вона знає про себе, в єдине ціле, осмислити, пов'язати з минулим та спроектувати в майбутнє. В тому випадку, коли індивід виявився неспроможним вирішити завдання ідентифікації, він не може визначити своє «Я», що спричиняє кризові явища в розвитку ідентичності [10].

Формування ідентичності в юнацькому віці завершується більш структурованою системою ціннісних орієнтацій, яка визначає життєві пріоритети та послідовність постановки та реалізації цілей. З'являються досить визначені міркування щодо того, ким бути і як будувати своє подальше життя. Завдяки відчуттю індивідуальної самототожності, єдності та наступності власного «Я» молода людина готова вибирати життєві цілі, формувати життєві плани, будувати життєві перспективи, робити зважений, обміркований життєвий вибір [10].

В юності нерідко зустрічається загострення переживання самотності, яке, згідно з думкою Е.Фрома, якщо триває довго і не зникає з переходом у новий вік, може призвести до психічних розладів такою ж мірою, як фізичний голод до смерті. Переживання самотності в ранньому юнацькому віці в нормі не є стабільним і зникає при встановленні хороших особистісних стосунків з оточуючими людьми [24].

При цьому, особливості стосунків юнаків з оточуючими, їх взаємодії з соціумом значною мірою впливають на характер їх ставлення до навчання, що окреслюється у мотиваційних настановах молоді.

Якщо процес самовизначення складає основний зміст розвитку особистості в роки ранньої юності, то формування професійної спрямованості утворює основний зміст самовизначення. Відповідно очевидно, що перша необхідна умова формування професійної спрямованості полягає у виникненні вибірково-позитивного відношення людини до професії або до окремої її сторони.

Йдеться про виникнення суб'єктивного відношення, а не про ті об'єктивні зв'язки, які можуть мати місце між людиною і професією (у тому числі її віддзеркалення в мистецтві, літературі, змісті навчального програмного матеріалу і т.д.). Зародження суб'єктивного відношення, зрозуміло, визначається об'єктивними стосунками, що склалися. Проте останні можуть не придбати особової значущості або викликати вибірково-негативне відношення до окремих сторін діяльності [10]. Передісторія виникнення професійної спрямованості, в найзагальнішому вигляді, як показано у Л.І. Божович обумовлена якостями особистості, що вже склалися до цього часу, її поглядами, прагненнями, переживаннями і т. д.[6].

У систему суб'єктивних властивостей особистості включаються життєві плани людини, її мотиви і цілі діяльності. Так, В.Т. Лисовский (за описом І.Є.Штученко [51]) з'ясував життєві плани молоді різної статі і віку, які визначаються об'єктивними умовами життя і ціннісними орієнтаціями особистості. У групі осіб у віці 20-25 років зберігається яскраво виражена спрямованість на здобуття вищої освіти, цікавої роботи. Актуальним для цієї вікової групи залишається пошук коханої людини, вірних друзів, проблема створення сім'ї. В той же час в цьому віці посилюється установка на хороші житлові умови, матеріальну забезпеченість, оскільки багато хто приступає до створення своєї сім'ї. У 1987 році Е.Ф. Рыбалко [10] провела дослідження, яке виявило аналогічну структуру життєвих планів у відповідній віковій групі студентів.

Отже, період юності є найбільш сприятливим для формування основних підструктур людини, для досягнення ним зрілості і суб'єкта спілкування, пізнання і діяльності, як індивідуальності.

1.3. Особливості цілепокладання та проявів інтернет-залежності в юнацькому віці

Проблема комп'ютерної залежності підлітків тісно пов'язана з категоріями «комп'ютерна адикція», «адиктивна поведінка», «узалежнення від

комп'ютера», «інтернет-залежність», які, як показує теоретичний аналіз, були предметом наукових досліджень у психології та інших науках.

Ю.Вінтюк дає наступну диференціацію понять, що мають відношення до предмету розгляду.

Узалежнення (addiction) – неспроможність когось перестати приймати щось шкідливе або робити щось шкідливе. Не слід плутати з залежністю, оскільки між ними є як спільні риси, так і відмінності.

Залежність (dependence) – стан потреби когось або чогось, що необхідно для досягнення стану рівноваги. Під узалежненням розуміють патогенну залежність [8].

Залежну поведінку людини можна визначити як таку, над якою вона втратила контроль, унаслідок психологічної залежності від якогось об'єкту чи активності, досить сильного звикання, в результаті якого подальшої взаємодії важко уникнути. Аналіз підходів до вивчення залежної поведінки дозволяє також констатувати, що одним із основних механізмів залежності є перенесення емоційного ставлення з живого об'єкта на неживий, або навпаки – ставлення до живого як до неживого.

Адиктивна поведінка – поведінка людини, для якої притаманне прагнення довідходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану завдяки прийому різноманітних хімічних речовин чи постійній фіксації уваги на певних видах діяльності для розвитку й підтримання позитивних емоцій (або уникання негативних) [8].

З точки зору Ц. П. Короленка, адиктивна поведінка виражається у «...прагненні відходу від реальності шляхом зміни свого психічного стану, що досягається різноманітними способами – фармакологічними ... і нефармакологічними ..., що супроводжується розвитком суб'єктивно приємних емоційних станів» [28].

Підтвердженням неоднозначності перекладу іншомовного терміна «addiction» є також висновок О. В. Змановської про те, що «...ступінь тяжкості адиктивної поведінки ... може бути різним – від практично нормальної

поведінки до важких форм біологічної залежності, що супроводяться вираженою соматичною і психічною патологією» [20, с.119]. Тобто в такому розумінні, адиктивна поведінка може розглядатися як зростання толерантності до адиктивної речовини чи активності, котрою зловживають.

Вперше феномен інтернет-залежності був описаний у 1995 році лікарем І. Голдбергом, який виокремив наступні основні симптоми цього розладу:

- хворобливий негативний стресовий стан або дистрес;
- заподіюється шкода фізичному, психологічному, міжособистісному, економічному чи соціальному статусу.

Ще одним науковцем у сфері дослідження інтернет-залежності є психіатр К. Янг, яка у 1994 році розробила тест-опитувальник, спрямований на виявлення даної адикції [26].

Узагальнена шкала проблематичного використання інтернету С.Каплана (Generalized Problematic Internet Use Scale, GPIUS) та Шкала он-лайнової когнітивної діяльності Р. Девіса (Online Cognition Scale, OCS).

Комп'ютерну адикцію диференціюють на два види: Інтернет-адикцію (Я.Кімберлі, А. Голдберг, К. Янг) та ігрову адикцію (С. Проценко). З'ясовано, що у цих двох видах є як спільні, так і відмінні риси. Спільним є характерний відхід від реальності, що відбувається у вигляді своєрідної «втечі», коли замість гармонійної взаємодії з усіма аспектами дійсності спостерігається активізація діяльності в якому-небудь одному напрямку. Віртуальна реальність, яка забезпечує зоровий, слуховий та кінестетичний аналізатори, і, таким чином являє собою конкуренцію для істинної реальності. Межа між такими реальностями розмита завдяки діям, спрямованим на комп'ютер та навколишні об'єкти, окрім того робота за комп'ютером пов'язана з додатковою емоційною напругою. Дослідники розглядають психологічні аспекти комп'ютерної адикції за аналогією з наркотичною, алкогольною чи іншими видами залежностей (Н.В.Сергєєва [48]).

Так, М. Грифтіс стверджував, що більша частина людей, які надлишково застосовують Інтернет, не є залежними безпосередньо від Інтернету, для них

Інтернет – це живильне середовище для підтримання інших залежностей [15] і наголошував, що до залежності схильні лише ті, хто вже має в наявності комунікативні проблеми та складнощі. Інші вчені стверджують, що «Інтернет-залежність» включає в себе будь-який вид діяльності в мережі.

В основі залежності від комп'ютера теж лежать звички, які можуть бути корисними та шкідливими. Звички до певної поведінки виникають унаслідок повторення певної поведінки та супроводяться задоволенням прагнення до насолоди. Залежність, зазначає Ю. М. Орлов, виникає внаслідок того, що «організм навчається поведінці, котра, змінюючись, перетворюється на звички» [32], тому вона певною мірою схожа зі звичкою. Проте залежність, на думку К. Е. Ізарда, на відміну від звички, є «гіпертрофованою і практично необоротною прихильністю» (Т.Ю.Большот, [5, с. 87]).

Таким чином, підсумовуючи вище сказане, можна констатувати наступне. З одного боку, залежна та адиктивна поведінка споріднені, зокрема, якщо враховувати той факт, що вони реалізуються в цілях отримання задоволення та пов'язані зі звиканням. Тоді останнє поняття є лише іншомовним синонімом першого. Про це говорить й виникнення на рубежі ХХІ сторіччя нової науки про залежність – адиктології, котра займається вивченням залежностей на стику психології, соціології, медицини. Вітчизняного аналогу цієї назви поки що немає, можливо тому, що у нас немає і такої комплексної науки.

З іншого боку, у вітчизняному науковому обігу поняття «залежна поведінка» загалом є набагато ширше. Тому, дотримуючись вітчизняних традицій, ми будемо вживати поняття «адиктивна поведінка» для позначення «...прагнення покладатися на когось або щось в цілях отримання задоволення або адаптації» [8, с. 71] при наявності певного ступеня контролю над цим прагненням. Щодо «надмірної прихильності до чого-небудь» [55] з втратою контролю над своєю поведінкою, залишимо термін «залежна поведінка».

Узалежнення від комп'ютера – аномальний потяг до проведення часу за комп'ютером, який характеризується відчуттям постійної потреби в предметі

залежності, або для одержання ефекту, зв'язаного з його застосуванням, або для зняття негативних відчуттів, зв'язаних з тривалою відсутністю певних дій. Дане визначення можна розглядати як тлумачення даного поняття в його вузькому сенсі. Аномалія, чи патологія (психічне відхилення) в даному випадку проявляється у нав'язливому бажанні проводити час за комп'ютером і неспроможності вчасно зупинитися. Нерідко у зв'язку з даною проблемою вживаються також інші терміни, такі як інтернет-узалежнення, ІТ-узалежнення, ігрове узалежнення.

Узагальнення досліджень дає можливість визначити такі основні визначення інтернет-залежності:

– Інтернет-залежність («Інтернет-адикція», «кіберадикція», «віртуальна адикція», «нетаголізм») – нав'язливе бажання підключитися до Інтернету і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету (автор – А.Голдберг).

– Проблемне використання комп'ютера/Інтернету – широке поняття, яким позначається велика кількість проблем поведінки і контролю над потягом, однак без конкретизації (автор – К. С. Янг).

– Інтернет-залежна поведінка – надмірне використання Інтернету, що є компенсацією недоліків поведінки в реальному житті (автори – А. Холл та Дж. Парсонс).

Більшість дослідників цієї проблеми погоджуються, що основними факторами, які приваблюють до мережі та, як наслідок, провокують виникнення інтернет-адикції, є наступні [26]:

- анонімність соціальних взаємовідносин між учасниками;
- можливість приховати / розкрити фобії, комплекси і таємні потяги;
- можливість зміни ідентифікації (ім'я, стать, вік, національність, зовнішність);
- подолання власної внутрішньої ураженості;
- реалізація уявлень, фантазій;
- «психологічний експібіціонізм»;

- компенсація психологічних комплексів завдяки участі в неформальних об'єднаннях;
- проведення часу в середовищі подібних до себе;
- «інформаційний вампіризм».

Загалом фактори виникнення та умови формування мережевої залежності можна поділити на дві групи:

- кібернетичні – об'єктні умови і фактори, пов'язані із властивостями кіберсередовища;
- індивідуально-психологічні – суб'єктні фактори, пов'язані з демографічними характеристиками й особистісними властивостями кіберкористувачів.

Науковці виділяють 5 основних типів інтернет-залежності.

1. Нав'язливий веб-серфінг – патерн інформаційної поведінки, зумовлений формуванням нав'язливої, непереборної потреби в постійному, але поверхневому, стрибкоподібному пошуку і споживанні мережевої інформації.

2. Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств – великі обсяги листування, постійна участь у чатах, веб-форумах, надмірність знайомих і друзів у мережі.

3. Ігрова залежність – нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми в мережі.

4. Постійна фінансова потреба у мережі Інтернет – постійна участь в он-лайнних аукціонах, безконтрольні покупки в інтернет-магазинах (інтернет-шопінг), нав'язливі ігри на біржі.

5. Кіберсексуальна залежність – непереборне бажання обговорювати сексуальні теми на еротичних чатах і телеконференціях, нав'язливий потяг до відвідування порносайтів і занять кіберсексом, віртуальні залицяння і побачення [26].

Варто відзначити, що наразі практично не вивчені довгострокові наслідки залежності від Інтернету. До того ж, якщо для формування традиційних видів

залежностей потрібні роки, то для інтернет-залежності цей термін різко скорочується. Так, близько 25 % опитаних К. Янг адиктів набули залежність протягом півроку після початку роботи в Інтернеті, 58 % – протягом другого півріччя, а 17 % – через рік.

В Європі одним із перших проблемою інтернет-адикції зайнявся віденський психотерапевт Х. Ціммерль (H. Zimmerl), який у 1998 році презентував дослідження про залежність від чатів. Так, вчені Х. Ціммерль та Б. Панош (B. Panosch) провели он-лайн опитування в одному з найвідвідуваніших німецькомовних чатів.

Х. Ціммерль і Б. Панош на основі результатів дослідження склали список критеріїв, згідно з якими можна ідентифікувати патологічну схильність до користування Інтернетом:

- часте непереборне бажання вийти в Інтернет;
- відсутність контролю (тривале бажання перебувати в мережі), внаслідок чого виникає почуття провини;
- соціально-небезпечне ексцентричне поведіння в колі найближчого оточення (друзі, колеги, сім'я);
- слабка працездатність;
- приховування / недооцінка звички до Інтернету;
- психічна дратівливість, що виникає у разі відсутності доступу до Інтернету, що викликано певними перешкодами (може виявлятися у формі нервозності, підвищеної збудливості й депресії);
- численні невдалі спроби перебороти захоплення Інтернетом [26].

На думку вчених, у випадку, якщо, принаймні, чотири з наведених критеріїв спостерігаються в часовому інтервалі, що перевищує 6 місяців, то хвороблива залежність від Інтернету змінюється хронічною.

Здійснивши аналіз наукової літератури, доцільно зазначити, що ризик формування комп'ютерної адикції виникає саме у підлітковому віці, для якого властиві відповідні підліткові реакції: емансипації, навіюваність, кризу ідентичності, егоцентризм...

Н. Сергеева досліджуючи дану проблему у середовищі юнаків, вище перелічені терміни визначає як комп'ютерну адикцію юнаків – різновид девіації особистості, який характеризується штучною зміною психологічного стану і ціннісних пріоритетів у результаті зосередження уваги на ігровій комп'ютерній діяльності, що заміщує реальне життя або сприяє уникненню відповідальності, складних проблем, пошуку шляхів їх розв'язання, задовольняє потребу щодо вияву емоцій у змодельованих ігрових ситуаціях і компенсує дефіцит соціальних контактів, соціальних домагань та безпосереднього спілкування з однолітками і в сімейному середовищі [48].

У юнацькому віці можемо спостерігати прояви впертості, протесту, боротьби проти авторитетів, що пропонуються дорослими; прагнення до незалежності, самостійності, невідомого, ризикованого, а також схильність перебільшувати чи недооцінювати ступінь складності тих проблем, які ставить перед ними «доросле», відповідальне життя; небажання долати стресові ситуації, що може слугувати передумовами формування адиктивної поведінки і комп'ютерної адикції у юнаків. Особливості комп'ютерних ігор та їх реалістичність також сприяють глибокому зануренню дитини у віртуальний світ, поступово формуючи при цьому даний вид залежності.

Сутність проблеми Інтернет-залежності, на думку науковця А.Церковного, полягає в нездатності підлітка захистити своє психічне здоров'я від стороннього впливу. Це можна пояснити тим, що в підлітковому віці особистість ще не до кінця сформована, в неї не розвинений механізм психологічного захисту, що призводить до асоціалізації особистості.

Підкреслимо, що у підлітків з девіантною поведінкою переважає суспільно-негативна, егоїстична спрямованість, яка визначає відповідну життєву позицію: схильність до розваг, дозвільний спосіб життя, гонитва за задоволеннями, а також спостерігаються порушення в емоційно-вольовій сфері: для них характерні неврівноваженість, запальність, імпульсивність, часта зміна настрою, емоційна нестійкість.

Серед підлітків з високим рівнем Інтернет-залежності, кількість чоловічої статі майже на третину перевищує кількості жіночої [38]. Високий рівень Інтернет-залежності у підлітковому віці корелює з такими індивідуально-психологічними особливостями, як: занижена самооцінка; суб'єктивне відчуття самотності; наявність симптомокомплексу алекситимії, депресивного стану; схильність до зловживання психоактивними речовинами; зниження організаторських та комунікативних здібностей; вираженість акцентуацій характеру (переважно – гіпертимна, шизоїдна, нестійка), а також поява соціальної дезадаптації. Мікросоціальні чинники високого рівня Інтернет-залежності пов'язані з порушеннями міжособистісної взаємодії з батьками, вчителями, однолітками.

Найбільш поширеними формами інтернет-залежності серед юнаків, залежності є ігроманія та залежність від соціальних мереж.

Комп'ютерна ігроманія – це патологічна пристрасть людини до постійного проведення часу за комп'ютером з метою зміни свого психічного стану шляхом надмірної фіксації на певних видах комп'ютерних ігор. Її умовно можливо поділити на залежність від азартних та неазартних ігор (рольових або нерольових) [14].

Дитину (майбутнього аддикта) приваблює в грі: наявність власного (інтимного) світу, в який немає доступу нікому, крім неї самої; відсутність відповідальності; реалістичність процесів і повне абстрагування від навколишнього світу; можливість виправити будь-яку помилку, шляхом багаторазових спроб; можливість самостійно приймати будь-які (в рамках гри) рішення, незалежно до чого вони можуть призвести.

Стадії формування ігрової психологічної залежності:

- стадія легкої захопленості – після того, як людина пограла один або кілька разів у рольову комп'ютерну гру, вона одержує позитивні емоції;
- стадія захоплення – комп'ютерна гра стає потребою; вона набуває систематичності, а людина шукає постійний доступ до комп'ютера;
- стадія залежності – комп'ютерна гра – це свого роду наркотик;

– стадія прихильності – характеризується згасанням ігрової активності людини, тобто людина «тримає дистанцію» з комп'ютером, проте повністю відірватися від психологічної прихильності не може.

Девіантні наслідки ігрової комп'ютерної залежності у підлітків: надмірна мінливість настрою та підвищення дратівливості; схильність до протиправних дій «за зразком» гри; вороже сприйняття навколишнього соціального світу; виражена соціальна дезадаптація; замість вирішення проблем «тут і зараз» підліток «з головою» йде в комп'ютерну гру [22].

Останнім часом великого поширення набула особлива форма інтерактивної взаємодії – соціальні мережі. Найпопулярнішими серед них є ВКонтакте, Facebook, Однокласники.ру, МойМир, Twitter тощо. Віртуальне спілкування багато в чому повторює реальне, однак воно відбувається в особливому просторі (віртуальна реальність), зі специфічними утвореннями, з властивим лише йому видом спілкування. Багато користувачів мережі, перебуваючи в Інтернет, починають відчувати азарт. Бажання завести якомога більше знайомих або завантажити більше цікавої інформації змушує їх перебувати у віртуальному просторі майже весь вільний час [3].

Залежність від соціальних мереж є одним із різновидів Інтернет-залежності; це залежність від так званих «кібервідносин» – від спілкування в чатах, телеконференціях. Таке квазіспілкування (уявне, удаване) в підсумку може призвести до заміни реальних друзів і сім'ї віртуальними.

Для підлітків, схильних до Інтернет-спілкування, характерне:

– зниження рівня сформованості соціально-перцептивних здібностей, зокрема, здатності адекватно, ефективно визначати значення, якість відношення людини на основі сприйняття невербальних повідомлень (пози, деяких жестів, мімічних і пантомімічних знаків);

– низький рівень здатності до використання власного експресивного невербального репертуару, зокрема зниження різноманітності використання невербальних засобів комунікації, їх гармонійності і диференційованості, що може бути наслідком низького рівня залученості даних підлітків у щоденну

практику безпосереднього міжособистісного спілкування, і низькою його значущістю.

Девіантні наслідки залежності від соціальних мереж:

- виникнення залежності від однолітків, з якими дитина спілкується в мережі, надмірна довіра до «уявного друга», який може спокусити на здійснення непристойних дій;

- коло інших інтересів звужується; відбувається перенесення полюсу комунікативної активності з реальних умов соціуму в Інтернет-мережу, що часто веде до аутизації (відсторонення від зовнішнього світу) залежного, він починає гірше розпізнавати природні людські емоції, психічні стани;

- девальвація моральності, інтелектуальної та духовної сфери особистості;

- викривлення сприйняття власної особистості та гіпертрофії об'єктивної реальності, що призводить до соціально-трудової дезадаптації, перешкоджає формуванню диференційованих і адекватних уявлень про себе та оточуючий світ (В. П. Ходан [50]).

Суть соціальних мереж полягає в тому, щоб через Інтернет швидко знайти практично будь-яку людину (М.С.Богдан [3]). Виходячи з термінів соціології, соціальна мережа – це соціальна структура, яка складається з групи вузлів, що являються соціальними об'єктами (окремі особи чи організації) і зв'язків між ними (соціальні взаємини). Соціальна мережа (Інтернет) – інтерактивний багатокористувацький сайт, який являє собою автоматизоване соціальне середовище, що дозволяє спілкуватися групі користувачів, об'єднаних спільним інтересом [3]. Її учасники реальні і пов'язані один з одним тими чи іншими відносинами – від випадкових знайомств до тісних родинних і дружніх зв'язків. Коротко – це віртуальні клуби за інтересами.

З психологічної точки зору соціальна мережа розглядається як особливий вид соціальної комунікації, спрямованої на взаємодію користувачів Інтернет, з метою задоволення потреб у спілкуванні, знайомствах, передачі та сприйнятті інформації в будь-який час, незважаючи на відстань.

Залежність від соціальних мереж розвивається поступово. Спочатку людина проявляє інтерес до ресурсу, реєструється, розширює матеріал свого акаунту. Далі вона все більше і більше часу проводить в переписці, обміні новинами, бере участь в обговоренні форумів, в різноманітних іграх, групах, які пропонують друзі тощо. Це переростає в патологічну залежність і згодом людина вже не може жити без того, щоб не зайти на свою сторінку. В серйозніших ситуаціях люди починають витратити кошти на платні ресурси, частіше всього не усвідомлюючи свій вчинок.

Виникнення залежності властиве не кожному користувачеві. Найбільш схильними до адиктивних форм поведінки є індивіди, що мають такі психологічні характеристики:

1. Особливості виховання в дитинстві: формування ранньої тривоги, у зв'язку з емоційним напруженням та тривожністю матері; психологічні травми в дитинстві.

2. Певні якості особистості: тяжке переживання труднощів повсякденного життя; прихований комплекс неповноцінності; зовнішня соціабельність, що поєднується зі страхом перед стійкими емоційними контактами; прагнення говорити неправду, звинувачувати інших, знаючи, що вони невинні; уникнення відповідальності в прийнятті рішень; стереотипність, повторюваність поведінки; тривожність.

3. Соціальні фактори: дезінтеграція суспільства; дискримінація за статевою, національною, економічною та іншими ознаками.

Особливості соціальних мереж дозволяють користувачеві експериментувати з власною ідентичністю, створюючи «віртуальні особистості», що відрізняються і від персоналії користувача, і від його реальної самопрезентації.

Отже, проблема інтернет-залежності юнаків є актуальною та вимагає вирішення з огляду на значний негативний вплив даної адикції на психічне здоров'я молоді особистості.

Висновки до першого розділу

За результатами здійсненого теоретичного аналізу проблеми виявлено, що цілепокладання є важливим процесом при виконанні будь-якої діяльності, оскільки наповнює дії смыслом. При цьому ціль організовує діяльність і стимулює її у напрямку досягнення. Цілепокладання розглядається як здібність особистості до визначення цілей і досягнення бажаного результату. Сприйняття часу має свою онтогенетичну розгортку. Визнається, що найбільшого значення для розвитку часової перспективи є підлітковий та юнацький вік. Процес розвитку сприйняття часу залежить від цілей та завдань вікового розвитку. Більшість науковців однастайні в тому, що в період молодості людина зорієнтована на майбутнє, а в похилому віці – на минуле. Також існують розбіжності у часовій перспективі у людей різної статі.

Юнацький вік – час життєвого самовизначення особистості, який характеризується випробовуванням різних соціальних ролей і видів діяльності, виробленням молодою людиною активної життєвої позиції. Основним новоутворенням юнацького віку виступає становлення життєвої перспективи, орієнтованої на перехід до самостійного і незалежного життя.

Головними психічними новоутвореннями юнацького віку є глибока рефлексія, розвинене усвідомлення власної індивідуальності, формування конкретних життєвих планів, готовність до самовизначення в професії, установка на свідому побудову власного життя, поступове входження у різні сфери життя і діяльності, активне формування світогляду, розвиток самосвідомості.

У юності відбуваються зміни в мотивації, зокрема, в потребах, інтересах. Деякі потреби виникають вперше або змінюються. Перетворення мотивації, усієї системи ціннісних орієнтацій, інтенсивне формування спеціальних здібностей у зв'язку із професіоналізацією виокремлюють цей вік у особливий період становлення особистості.

Інтернет-залежність – надмірне використання Інтернету, що є компенсацією недоліків поведінки в реальному житті; нав'язливе бажання

підключитися до Інтернету і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету. Ризик формування комп'ютерної адикції виникає саме у підлітковому віці, для якого властиві відповідні підліткові реакції: емансипації, навіюваність, кризу ідентичності, егоцентризм.

Комп'ютерна адикція юнаків – різновид девіації особистості, який характеризується штучною зміною психологічного стану і ціннісних пріоритетів у результаті зосередження уваги на ігровій комп'ютерній діяльності, що заміщує реальне життя або сприяє уникненню відповідальності, складних проблем, пошуку шляхів їх розв'язання, задовольняє потребу щодо вияву емоцій у змодельованих ігрових ситуаціях і компенсує дефіцит соціальних контактів, соціальних домагань та безпосереднього спілкування з однолітками і в сімейному середовищі.

Найбільш поширеними формами інтернет-залежності серед юнаків залежності є ігроманія та залежність від соціальних мереж.

Формування схильності до інтернет-залежності у юнаків визначається: 1) особливостями виховання в дитинстві (формування ранньої тривоги, у зв'язку з емоційним напруженням та тривожністю матері; психологічні травми в дитинстві); 2) певними якостями особистості (тяжке переживання труднощів повсякденного життя; прихований комплекс неповноцінності; прагнення говорити неправду, тривожність, тощо); 3) соціальними факторами (дезінтеграція суспільства; дискримінація за статевою, національною, економічною та іншими ознаками).

Розділ II

МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Даний розділ містить виклад обґрунтування методів та методик дослідження цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

2.1. Огляд і обґрунтування вибору методик

Підбір діагностичних методик для вивчення часової перспективи та цілепокладання на різних етапах онтогенезу відображає наявні в психологічній науці вектори осягнення цих понять. Пропоновані в межах певного підходу вектори осмислення даних понять закладають методологічну та методичну наповнюваність діагностичних процедур.

Для виділення параметрів часової перспективи, а також методів їх дослідження необхідно провести аналіз основних теоретичних моделей бачення часової перспективи особистості.

У руслі мотиваційного підходу уявлення про часову перспективу розвивали Ж. Нюттен, В. Ленс, Т. Гісме, З. Залеськи. Ж.Ньюттен пропонує проводити структурний аналіз по ряду параметрів: протяженість або глибина часової перспективи; насиченість розподілу подій в різні періоди; ступінь структурованості розвитку подій; ступінь яскравості і реалістичності сприйняття подій суб'єктом. В якості одиниці аналізу також виділяється узагальнююча характеристика – часова інтеграція, яка відображає сприйняття людиною зв'язків між подіями в сьогоденні і подіями минулого або майбутнього [1]. Для вивчення складових часової перспективи Ж. Нюттен запропонував Метод мотиваційної індукції (Metode d'Induction Motivationnelle), спрямований на виявлення часової послідовності значущих подій життя.

Цікавим в плані розгляду часової перспективи є підхід Ф. Зімбардо і Дж. Бойда [18]. В даному підході найбільш повну розробку отримала категорія часової орієнтації, яка розуміється як оціночний компонент роздумів людини про минуле, сьогодення, майбутнє. Ф. Зімбардо обґрунтовує необхідність

вивчення часової орієнтації в єдності її мотиваційної, емоційної, когнітивної та соціальної складових.

Для вивчення часової орієнтації людини Ф. Зімбардо був розроблений опитувальник *Zimbardo Time Perspective Inventory*. Ф. Зімбардо спільно з А. Гонзалесом виділили п'ять основних часових орієнтацій: негативний минуле, гедоністичне сучасне, майбутнє, позитивне минуле, фаталістичне сьогодення, які відображають характер ставлення до часових періодів життя і загальну спрямованість поведінки індивіда.

Безсумнівною перевагою теорії Ф. Зімбардо є розгляд часових відношень в просторі усього життя з урахуванням їх збалансованості, що дозволяє вивчати часову орієнтацію особистості в різних життєвих обставинах. При цьому варто відзначити, що зміст і структура часової перспективи не розглядаються авторами даної теорії, що істотно звужує предмет дослідження.

Розробники причинно-цільової концепції психологічного часу Е.І.Головаха, А. А. Кронік в якості проблеми дослідження визначили особливості відображення і оцінювання людиною свого життя [16]. Основним предметом вивчення є події минулого, теперішнього і майбутнього в їх взаємозв'язку. Для вивчення структури часових уявлень особистості Е.І. Головаха, А. А. Кронік розробили розгорнуту систему аналізу міжособистісних зв'язків [16]. Автори виділяють причинні та цільові відносини, які представляють два протилежних за своїм спрямуванням типи зв'язків між подіями. У відносинах «причина - наслідок» попередні події детермінують наступні. У відносинах «засіб-мета» наступні події є детермінантою попередніх. Розуміння мотиваційних зв'язків у своєму житті дозволяють людині оцінити цілісну картину життя в єдності минулого, сьогодення і майбутнього. Аналіз кількості та характеру зв'язків між подіями дає можливість вивчати актуальність, реалізованість і потенційність часових відрізків життєвого шляху, тобто наявність у людини значущих спогадів, переживань і очікувань.

Типологічний підхід у вивченні часової перспективи отримав своє поширення в рамках концепції особистісної організації часу. У логіці даного підходу центром виступає особистість як активний суб'єкт, як інтегратор, організатор, координатор часу на різних особистих рівнях регуляції [14]. Часова перспектива тут розглядається з точки зору її регулятивних можливостей.

Розглядаючи питання про часовий аспект людського існування, К.О.Абульханова виділила психологічну, особистісну і власне життєву перспективи як три різних явища. Психологічна або когнітивна перспектива визначає здатність особистості свідомо і досить детально будувати життєві плани, структурувати майбутнє, бачити свої перспективи і себе в майбутньому. Особистісна перспектива трактується як здатність людини на будь-якому віковому етапі свідомо, мисленно передбачити майбутнє, а також готовність до нього в сьогоденні і установка на його досягнення. Життєва перспектива – це реальний життєвий потенціал особистості, закладений її минулим досвідом, рівнем її розвитку, її наявними здібностями [14]. На наш погляд, обмеженням підходу К. О. Абульханової є неопераціоналізованість введених нею понять, складність в їх поділі.

Таким чином, на основі аналізу літератури виявлено, що в психології немає однозначного визначення часової перспективи особистості, а також підходу в її вивчення. Це обумовлено тією обставиною, що дане поняття розроблялося різними авторами незалежно один від одного, в різних проблемних контекстах.

Часова перспектива повинна розглядатися як узагальнене бачення людиною подій власного життя, уявлення їх у визначеній часовій віднесеності і послідовності, і вивчатися в сукупності когнітивного, емоційного і регулятивного компонентів. При цьому в якості параметрів вивчення часової перспективи виступають часові рамки періодів життя (минуле, сучасне, майбутнє); зміст і структура часових уявлень; ставлення до минулого, теперішнього і майбутнього; взаємозв'язку між подіями і періодами життя.

Цілепокладання виступає процесом створення системи цілей, співвіднесення їх між собою і вибору найбільш бажаних, воно нерозривно пов'язане з плануванням – формуванням моделі засобів досягнення цілей і послідовності їх застосування [40]. Обидва ці процеси є проявами когнітивно переробленого потребового стану, спрямованого на конструювання поведінки [36].

Серед тенденцій сучасних досліджень можна виділити вивчення віддаленості цілей у часі [16], мотиваційної спрямованості цілей і переважаючих сфер планування; дослідження взаємозв'язків характеристик мети й планування з психологічним благополуччям, з різними особистісними якостями, характеристиками дитячого досвіду і життєвих з метою виявити психологічні закономірності та чинники життєвого планування. Огляд зарубіжних досліджень з даної проблематики показує, що процеси цілепокладання тісно пов'язані з різними особистісними, соціальними та середовищними факторами, ризикованою поведінкою в юності і благополуччям в цілому.

Дослідження цілі й планування в масштабі всього життя людини традиційно проводяться за допомогою якісних біографічних методів (інтерв'ю, аналіз щоденників, есе, незакінчені речення). Вони дозволяють вивчати багато індивідуально-психологічних характеристик життєвого планування, в тому числі утримання цілей, уявлення про способи їх досягнення, значимість в загальній структурі суб'єктивної картини життєвого шляху та ін., проте погано піддаються категоризації і порівнянню. Опитувальні кількісні методики, спрямовані на вивчення мети й планування, в основному розроблені з позицій теорій самоврядування і саморегуляції діяльності і не дозволяють вивчати ці процеси в масштабі життєвого шляху (наприклад, опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової, опитувальник «Здатність самоорганізації» Н.М.Пейсахова, опитувальник «Мета-засіб-результат» А.А.Карманова).

Життєві цілі і образ майбутнього розглядаються як джерела смислоутворення і психологічного благополуччя, що відображено в ряді робіт представників екзистенціальної і позитивної психології (В. Франкл, М.Селігман, К.Ріфф), а також в ряді методик, де наявність життєвих цілей постає у вигляді окремих субшкал, що дозволяють визначати спрямованість життя. Прикладами можуть служити «Шкала психологічного благополуччя» К.Ріфф (Scales of Psychological Well-Being), «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д. О. Леонтьєва (адаптована версія Purpose in Life Test Дж.Крамбо і Л.Махолік), «Тест життєвих прагнень» Р.Райна і Т.Кассера в адаптації Т.Д.Василенко, Ю.А.Котельнікової, А.В.Селіна (Aspiration Index). Однак, як справедливо відзначають У.Деймон і співавтори [8], поняття «мета» і «сенс» в даних дослідженнях найчастіше не розрізняються. Відповідно, зміст і характер планування тут, як правило, не оцінюється.

У програмах тайм-менеджменту розроблено велику кількість методик для самодослідження, ґрунтуючись на яких, людині пропонується коригувати власну систему цілей і способи планування. У цих завданнях може бути отриманий важливий матеріал, який при певній адаптації можливо використовувати і в кількісних дослідженнях. Вдалим прикладом такого підходу є методика вивчення особистісних дезорганізаторів часу О.В.Кузьміної, в основу якої лягли дані тайм-менеджменту про перешкоди ефективної організації часу, структуровані відповідно до теоретичних підходів О.М.Леонтьєва і А.О.Прохорова [26].

Таким чином, незважаючи на відносну теоретичну розробленість проблеми визначення мети й життєвого планування, діагностика даних явищ вимагає розробки нових підходів і методик, які дозволили б вловити як їх глибоко-особистісний, індивідуальний характер, так і отримати інформацію відповідно до визначених шкалами, що дають можливість порівняння.

У запропонованій методиці застосований кількісно-якісний підхід, в основі якого лежать характеристики системи цілей і життєвого планування, запропоновані С.І.Калініним [26].

Для дослідження особливостей взаємозв'язку часової перспективи та особливостей цілепокладання на етапі ранньої та середньої дорослості пропонуються методики типу опитувальники та анкетування. Даний тип методик відповідає специфіці досліджуваного явища і дозволяє розкрити взаємозв'язок між різними аспектами часової перспективи досліджуваних та їх цілепокладанням.

Опитувальники визначаються як тип методик, які складаються з набору пунктів, що не мають правильної відповіді, а характеризуються лише їх частотою і спрямованістю. При цьому особливість їх використання полягає у імовірнісній значимості отриманих результатів і залежить від їх валідності, надійності, достовірності та стандартизованості [46].

Особистісні опитувальники – це сукупність методичних засобів, які використовуються для вимірювання окремих властивостей і проявів особистості. Вони складаються з набору пунктів (питань або тверджень), на які досліджуваний має відповісти (виносити судження, погоджуватись чи не погоджуватись тощо) згідно запропонованої інструкції. При цьому змістовна спрямованість того чи іншого опитувальника як і складені до нього інтерпретаційні схеми й принципи формулювання діагностичних висновків, ґрунтуються на різних теоретичних підходах щодо розуміння сутності особистості, її структури та провідних діагностичних праматерів [46].

В емпіричному цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності використано такі методики: Тест на визначення рівня інтернет-залежності» (К.Янг, адаптація В.А.Лоскутової), Методика дослідження часової перспективи ZTPІ (Ф. Зимбардо, А. Гонзалес), Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTPI (Дж. Бойд, Ф. Зимбардо) та Методика «Цілепокладання та планування життя» (за В.Р.Манукян). Перейдемо до їх детального опису.

2.2. Методика «Тест на визначення рівня інтернет-залежності» (К.Янг, адаптація В.А.Лоскутової)

Тест К.Янг на інтернет-залежність (в оригіналі "Internet Addiction Test" - тест на інтернет-аддикцію) – тестова методика, розроблена і апробована в 1994 році д-ром К.Янг, професором психології Пітсбурзького університету в Бретфорді. Тест являє собою інструмент самодіагностики патологічної залежності до інтернету (незалежно від форми даної залежності).

Внутрішня структура. Спочатку тест складався з 8 питань на які потрібно було відповідати за принципом Так / Ні. У разі п'яти і більше позитивних відповідей респондент вважався інтернет-залежним. В даний час повна версія опитувальника складається з 40 пунктів. На кожне питання випробовуваний повинен дати відповідь у відповідності з 5-бальною Шкалою Ліккерта. Бали з усіх питань підсумовуються, визначаючи підсумкове значення. Адаптація опитувальника для російської мови була проведена В.Лоскутовою. Бланк методики представлений у додатку А.

Процедура проведення. Тест призначений для самостійного заповнення випробуваним, в т.ч. в формі численних онлайн-версій. Як варіант, питання тесту можуть піддаватися професійній оцінці фахівцем під час напіструктурованого інтерв'ю, тому що питання тесту абсолютно прозорі, і відповіді можуть бути устновочними.

Інтерпретація результатів.

20-49 балів – звичайний користувач Інтернету (низький рівень залежності)

50-79 балів – є деякі проблеми, пов'язані з надмірним захопленням Інтернетом (підвищений рівень)

80-100 балів – Інтернет-залежність (високий рівень).

Клінічна значущість методики. Тест не може служити підставою для постановки діагнозу, тому що має занадто просту і прозору структуру. Проте, тест може служити скринінговим інструментом для відбору тих осіб, яким потрібна консультація фахівця, а тестування в динаміці можна використовувати для оцінки поліпшення стану хворого в процесі лікування.

2.3. Методика дослідження часової перспективи ZTP1

(Ф. Зимбардо, А. Гонзалес)

Мета методики: дослідження оцінки переважання у респондента різних часових орієнтацій.

Методика була розроблена відомим американським психологом Філіпом Зимбардо. Опитувальник призначений для дослідження суб'єктивної картини часу індивіда і складається з 56 тверджень.

Процедура проведення:

При відповіді респондент висловлює свою згоду або незгоду з кожним твердженням відповідно до запропонованими варіантами відповіді:

1. Зовсім не так
2. Швидше невірно
3. Нейтрально
4. Швидше вірно
5. Дуже вірно

Опитувальник складається з п'яти шкал, кожна з яких спрямована на оцінку переважання у респондента різних часових орієнтацій:

- Негативне минуле
- Гедоністичне сьогодення
- Майбутнє
- Позитивне минуле
- Фаталістичне сьогодення.

Негативне минуле.

До цієї шкали входять твердження: 4, 5, 16, 22, 27, 33, 34, 36, 50, 54.

Високі бали за цією шкалою означають в цілому негативний, песимістичний погляд на минуле. В силу реконструктивного характеру минулого такі негативні аттитюди можуть бути пов'язані як з дійсним переживанням неприємних або травматичних подій в минулому, так і з негативною реконструкцією нейтральних подій. Високі бали за цією шкалою корелюють з депресією, тривогою і низькою самооцінкою. Також

дослідниками виявлена кореляція між високими балами за цією шкалою і рівнем агресії. Міжособистісні відносини людей з високими балами по цій шкалі обмежені і часто незадовільні. Вони не мотивовані працювати заради винагороди в майбутньому, але також не отримують задоволення і від свого життя в сьогоденні.

Гедоністичне теперішнє:

Високі бали за цією шкалою відображають гедоністичне, ризиковане, «відчайдушне» ставлення до часу і життя. Відображає орієнтацію на задоволення в сьогоденні і нездатність принести щось в жертву в сьогоденні, щоб отримати винагороду в майбутньому. Високі бали за цією шкалою корелюють з низькою здатністю передбачати і зважувати майбутні наслідки, непослідовністю, слабким контролем емоцій, імпульсивністю, прагненням до пошуку відчуттів. Згідно з даними досліджень представники цієї групи більш схильні до вживання психоактивних речовин, мають неясні цілі на майбутнє. При цьому вони енергійні, беруть участь у великій кількості різних справ, часто займаються спортом.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 1, 8, 12, 17, 19, 23, 26, 28, 31, 32, 42, 44, 46, 48, 55.

Майбутнє:

Високі бали за цією шкалою відображають загальну орієнтацію суб'єкта на майбутнє. Поведінка людей з високими балами по цій шкалі визначається мотивацією на досягнення майбутніх цілей і винагород. Високі бали також корелюють з розвиненою здатністю передбачати і зважувати майбутні наслідки, сумлінністю, постійністю. Ці респонденти високоорганізовані, амбітні, орієнтовані на досягнення поставлених цілей. Вони часто відчують суб'єктивний брак часу, але готові принести в жертву сьогоднішні задоволення заради успіху в майбутньому. При цьому вони відрізняються прекрасними навичками організаційного планування і високої особистої ефективності, мають чіткі цілі на майбутнє, а їх повсякденне життя впорядковане і

структуроване. Схильні відчувати середній і високий рівні стресу, на суб'єктивному рівні пов'язаний з нестачею часу.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 6, 9, 10, 13, 18, 21, 24, 30, 40, 43, 45, 51, 56.

Минуле Позитивне:

Високі бали за цією шкалою відображають тепле, сентиментальне ставлення до минулого. Висока самооцінка і суб'єктивне почуття радості цих суб'єктів, вказують на здорове, радісне ставлення до життя. Незважаючи на схильність до інтроверсії і деяку сором'язливість, вони здатні до побудови близьких міжособистісних відносин. У поведінці розумні і обережні, неохоче йдуть на ризик. До цієї шкали відносяться наступні твердження: 2, 7, 11, 15, 20, 25, 29, 41, 49.

Фаталістичне тепершнє:

Високі бали за цією шкалою демонструють фаталістичність, безпорадне і безнадійне відношення суб'єкта до майбутнього і до життя в цілому. Ці люди переконані в тому, що майбутнє зумовлене і не залежить від дій самої людини. З точки зору цих людей, людина - іграшка в руках долі. Вони, як правило, не задоволені своїм життям і не думають, що в подальшому це зміниться. За даними досліджень високі показники за цією шкалою корелюють з депресією і високим рівнем тривожності, низькою спроможністю передбачити і зважувати майбутні наслідки, а також з агресією. Спеціальні дослідження вказують на те, що високі бали по цій шкалі корелюють з ризикованою поведінкою з ВІЛ. Люди, які отримали такі високі бали, мають більшу кількість статевих партнерів, практикують небезпечний секс. До цієї шкали відносяться наступні твердження: 3, 14, 35, 37, 38, 39, 47, 52, 53.

На думку авторів методики з точки зору психологічного благополуччя ідеальним варіантом є збалансована картина суб'єктивного часу. «Орієнтація на майбутнє дає людям крила, щоб злетіти до нових досягнень, орієнтація на минуле (Позитивне) зміцнює коріння і живить почуття ідентичності, а орієнтація на даний (гедоністичне) наповнює наше щоденне життя молодістю

і чуттєвими радощами. Людина потребує гармонійному поєднанні цих трьох орієнтації для того, щоб повністю реалізувати свій потенціал ».

2.4. Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTPI (Дж. Бойд, Ф. Зимбардо)

Даний опитувальник був створений для перевірки впливу на часову перспективу переконань про винагороду і покарання, які чекають людину після смерті. Опублікований в 1999 р

Трансцендентальне (від лат. Transcendens - виходить за межі) – зв'язує частини змісту, що знаходяться по різні сторони певної межі. Це поняття має довгу історію і не відразу набуло того значення, яке є найбільш поширеним і яке наведене у визначенні. Наш аналог є практичною транскрипцією лат. transcendens (можливо, через посередництво ньому. transzendental). Це латинський прикметник, утворений в середньовічній латині від причастя transcendens (родовий відмінок transcendentis) - "переступати", "виходить за межі", в філософії "трансцендентний", утворений від дієслова transcendo - "переступаю", "переступати".

У строгому філософському сенсі "трансцендентність" означає перебування за межами можливого досвіду (поза межне), тоді як "трансцендентальне" має відношення до пізнання і до умов нашого досвіду. Бертран Рассел порівнював трансцендентальне з призмою, за допомогою якої ми дивимося на світ. Звідси все трансцендентальне на відміну від трансцендентного іманентно нашій свідомості і знаходиться у нас "в голові", однак воно не підлягає спостереженню. Так, відповідно Канту, до області трансцендентального відносяться, наприклад, такі поняття як простір і час, які характеризують не стільки світ, скільки нашу здатність сприймати світ.

Необхідність вивчення часової перспективи трансцендентного майбутнього пояснюється тим, що в світі багато людей вірять в життя після смерті. І ця віра певним чином впливає на те, як людина будує своє життя, якими цінностями керується в житті, як оцінює роль свого минулого,

сьогодення і майбутнього. Кожна людина в певний момент замислюється про таке явище як смерть і про те, що чекає її після неї і чи чекає щось взагалі. Але на різних етапах смерть бачиться з різних кутів і емоції, що супроводжують людину при цьому, відрізняються. Так, наприклад, для людини, яка нещодавно втратила близьку людину, смерть буде виступати як щось руйнівне, що приносить біль і, ймовірно, в якомусь сенсі позбавляє сенсу життя. Для смертельно хворих людей смерть іноді стає бажаною внаслідок хворобливого протікання захворювання. Д.О. Леонт'єв пише про те, що твердження, що смерть має сенс, означає, перш за все, те, що усвідомлення факту смерті має певні наслідки для життя. Він зазначає, що ставлення до смерті у найбільш просвітлених людей було якраз досить далеке від відчаю, страху і трагізму, це було відношення прийняття, примирення і знаходження позитивного сенсу у власній смерті.

Можна так само припустити, що віра людини в нагороду або покарання, які очікуються після смерті, може вплинути як на сам процес переживання горя і втрати, так і на поведінку і ціннісні, моральні переконання людини в сьогоденні. Герман Фейфел вказує у своїй роботі на те, що деякі люди, відчуваючи сильний страх смерті, можуть звертатися до релігії, тому як вона допомагає їм впоратися з цими страхами.

Так як феномен трансцендентне майбутнє є відносно новим, можуть виникнути питання про те чи потрібно психологам займатися такою проблематикою і чи не є ця область більше прерогативою теології.

Дж. Бойд і Ф. Зімбардо досить точно дають відповіді на ці питання, вказуючи на те, що в кінцевому рахунку, уявлення психологів про майбутнє не більше реальні, ніж уявлення про існування після смерті. Образ майбутнього і спосіб життя після смерті – це психологічні конструкти, винаходи людського розуму, продукт уяви.

Можливо, варто задуматися про те, що страх людини і суспільства перед смертю і в результаті завуальованість цієї теми призводить до неготовності прийняти факт кінцівки існування. Проблема сенсу життя, пов'язана з

обмеженістю життя, тобто зі смертю, є емоційно навантаженою значущою проблемою, вирішення якої, як правило, супроводжується внутрішнім конфліктом, що створює підвищений рівень тривожності, природно переростає в страх смерті. Саме поняття смерті, усвідомлення кінцівки і єдиності людського особистого буття, сприяє проясненню морального сенсу і цінності людського життя. Свідомість неповторності кожної її миті, незнищенності, а в ряді випадків і непоправності скоєних вчинків, здатне прояснити міру відповідальності людини за свої справи.

Умовні критерії інтерпретації:

0% - 20% низький показник;

21% - 40% знижений показник;

41% - 60% середній показник;

61% - 80% підвищений показник;

81% - 100% високий показник.

Опитувальник складається з 10 питань, представлених в додатку А.

Приблизний час тестування 3-5 хвилин.

Підвищений показник часової перспективи Трансцендентного майбутнього, відображає віру особистості в можливість перебування своєї духовної сутності за межами можливого досвіду і фізичного тіла. Це усвідомлене чи несвідоме ставлення особистості до майбутнього часу може бути засноване на вірі в життя після смерті і можливість винагороди і покарання, які чекають людину після смерті. Дана тимчасова орієнтація надає підвищений вплив на те, як людина будує своє життя, якими цінностями керується в житті, як оцінює роль свого минулого, сьогодення і майбутнього.

2.5. Методика «Цілепокладання та планування життя» (за В.Р.Манукян)

З метою вивчення індивідуально-психологічних особливостей визначення цілі й життєвого планування була розроблена анкета, робота з якої включає 2 етапи: 1) респонденту пропонується обміркувати і позначити в анкеті (можна умовно) свої мрії, очікування і цілі; 2) респондент працює зі

своїм списком цілей, відповідаючи на питання анкети, що відображають різні їх характеристики.

Таким чином, дослідник отримує конкретну, виражену кількісно інформацію про особливості життєвого планування людини, засновану разом з тим не на абстрактних судженнях, а на оцінці «продукту» його суб'єктивної реальності. Умовне позначення цілей в анкеті (ясна тільки самому респонденту) забезпечує відносну його закритість і дозволяє зберегти психологічну безпеку, а значить, бути більш щирим у відповідях, знизити вплив ефекту соціальної бажаності. Працюючи зі своїм списком цілей, респондент не тільки надає важливу інформацію досліднику, але і структурує уявлення про особливості власного життєвого планування. Досвід досліджень показує, що проведений за допомогою анкети самоаналіз має не тільки діагностичну цінність, а й терапевтичний ефект.

Кожен пункт анкети спрямований на вивчення будь-якої характеристики життєвого планування. Розглянемо їх послідовно.

1. Співвідношення мрій, сподівань і цілей. Початковий етап роботи над анкетною показав, що уявлення людини про майбутнє мають різну ступінь конкретності, усвідомленості і розрізняються за ступенем готовності їх реалізувати. У внутрішньому світі людини мрії, очікування і цілі часто погано диференційовані і можуть самою людиною позначатися як «цілі». Тому було вирішено розділити їх в анкеті, з тим щоб дати респонденту чіткі критерії, за якими він міг би відокремити поняття одне від одного і надати досліднику більш точну інформацію. Інформація, що отримується за першим пунктом анкети, ґрунтується на визначенні кількісного співвідношення мрій, сподівань і цілей, які наповнюють простір психологічного майбутнього людини.

2. Часова віддаленість. Для характеристики системи цілей з точки зору часової віддаленості підраховується кількість короткострокових (до 1-2 років), середньострокових (3-5 років) і довгострокових цілей (понад 5 років). Крім того, необхідно враховувати, що у відповідях респондентів можуть зустрічатися «позстрокові» цілі, досягати які передбачається протягом усього

життя. Як правило, до них відносяться абстрактні «цілі-цінності» або цілі процесуального характеру («добре виглядати», «вдосконалювати свою професійну майстерність» і т.п.).

3. Продуманість шляхів досягнення цілей. Підраховується кількість цілей, до яких продумані шляхи досягнення. Виходячи із загальної кількості цілей, можна також вирахувати частку цілей з продуманими засобами досягнення в процентах. Переважання цілей-ідеалів, без продумування шляхів їх досягнення, може свідчити про стратегічність планування, про можливість гнучкої зміни планів по досягненню цілей, використанні з'являються ресурсів. Переважання розроблених планів може говорити про те, що людина приділяє більше уваги тактиці досягнення цілей, для нього важлива послідовність подій, передбачуваність, що може позначитися на зниженні гнучкості планування.

4. Належність до різних життєвих сфер. Підраховується кількість цілей в кожній з перерахованих сфер. Виходячи із загальної кількості цілей, даний показник також може мати вираженість у відсотках. Ця характеристика дозволяє також визначити життєві сфери людини, реалізація в яких є для нього пріоритетним, що відображає і ціннісну спрямованість особистості.

5. Взаємопов'язаність системи життєвих цілей. Підраховується частка взаємопов'язаних між собою цілей. Чим більш інтегрованою є система цілей - тим більше вона «економічна» в плані витрачання часових і енергетичних ресурсів людини по їх досягненню. Інтегровані структури, як правило, більш логічно узгоджені, в них можна виділити «цілі-цінності» і взаємопов'язані з ними за принципом підпорядкування «цілі-засоби». З іншого боку, вони мають меншу гнучкість, оскільки важче піддаються перебудові в разі виникнення непрогнозованих подій середовища.

6. Суперечливість (конфліктність) системи цілей. Так само як і у всіх попередніх випадках, підраховується кількість або частка суперечать, конфліктних по відношенню один до одного цілей. Низька конфліктність

цілей відображає таке якість системи як гармонійність (при цьому цілі не обов'язково повинні бути взаємопов'язаними).

7. Локус контролю цілей. Дана шкала відображає ступінь відповідальності, яку людина готова брати на себе при реалізації власних цілей. Можливий переклад отриманого бала в відсотки для співвіднесення з іншими показниками за анкетною. Можливо також визначення даного показника для кожної із зазначених в анкеті цілей.

8. Джерела виникнення цілей. В даному пункті перераховані 4 варіанти питань, що відображають ступінь «довільності» в постановці цілей. Цілі, основою яких є власні устремління і бажання - це активні цілі, пережиті як «свої», «хочу-мети». Вони володіють великим мотиваційним потенціалом, більш значимі і привабливі. Їх досягнення дозволяє розвивати власну ефективність і впевненість в собі. Цілі, однак, можуть і прийматися зі сторони («мети повинності» - варіанти відповідей «в» і «г»). Сторонні мети також можуть оцінюватися позитивно і володіти великою привабливістю (варіант «б»).

9. Ступінь деталізації цілей. Підраховується кількість добре деталізованих і цілей, які смутно представляються. Дана характеристика також не є однозначною. З одного боку, добре представлені, розгорнуті і деталізовані цілі роблять образ мети більш яскравим і підвищують її мотиваційний потенціал. З іншого боку, зайва деталізація згодом може привести до розчарування і незадоволеності при досягненні результату.

10. Мотиваційна основа цілі. Підраховується кількість цілей у трьох групах. Цілі розвитку є наслідком нейтральних або благополучних ситуацій застою, коли хочеться поліпшити існуючий стан справ в якійсь сфері. Цілі рішення проблем ґрунтуються на негативних життєвих ситуаціях, від яких хотілося б позбутися, вони реактивні, і часто це скоріше позбавлення від минулого, ніж творення майбутнього. Цілі стабілізації ґрунтуються на благополучних життєвих ситуаціях, які хотілося б залишити без змін. Для особистісного зростання людини найбільш значимі цілі розвитку, проте зовсім

відмовитися від цілей стабілізації і вирішення проблем неможливо, оскільки їх досягнення є необхідною передумовою для досягнення цілей розвитку в майбутньому.

11. Рівень значущості цілей. Питання дозволяє розділити всі цілі на три групи за ступенем їх суб'єктивної значимості і підрахувати відсоткове співвідношення цілей з високою, середньою і низькою значущістю. Оцінюється здатність людини виділяти пріоритетні цілі, тобто ієрархічність системи. Наявність великої кількості релевантних цілей свідчить про високу активність людини і висуває вимоги до його енергетичним і тимчасовим ресурсів. Велика кількість цілей з низькою значимістю може свідчити про недостатність мотиваційної основи цілей, труднощі в побудові ідентичності.

Бланк анкети, для заповнення поданий у додатку А. Перед обробкою даних досліджуваному пропонується відповідна інструкція, що варіюється перед кожним завданням, спонукаючи досліджуваного до відображення наявних у нього цілей.

Наведена методика демонструє широкі можливості вивчення індивідуально-психологічних особливостей життєвого планування. Отримана дослідником інформація ґрунтується не на абстрактних самооцінці і судженнях, а на самостійній оцінці респондентом вільно сформульованих ним життєвих цілей на даному етапі розвитку.

Висновки до другого розділу

Для дослідження особливостей цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності пропонуються методики типу опитувальники та анкетування. Даний тип методик відповідає специфіці досліджуваного явища і дозволяє розкрити взаємозв'язок між різними аспектами цілепокладання та інтернет-залежності досліджуваних.

В емпіричному дослідженні використано такі методики: Методика дослідження часової перспективи ZTPІ (Ф. Зімбардо, А. Гонзалес), Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTPІ (Дж. Бойд, Ф. Зімбардо), Методика «Цілепокладання та планування життя» (за

В.Р.Манукян) та Методика «Тест на визначення рівня інтернет-залежності» (К.Янг, адаптація В.А.Лоскутової).

Методика «Тест на визначення рівня інтернет-залежності» (К.Янг, адаптація В.А.Лоскутової) дозволяє визначити рівень залежності юнаків від мережі Інтернет.

Методика дослідження часової перспективи ZTPІ (Ф. Зімбардо, А. Гонзалес) дає можливість діагностувати різновид часової перспективи, що властивий досліджуваним – орієнтацію на негативне чи позитивне минуле, гедоністичне чи фаталістичне сьогодення та спрямованість на майбутнє.

Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTPІ (Дж. Бойд, Ф. Зімбардо) спрямована на вивчення особливостей сприйняття трансцендентного майбутнього, яке організовує сприйняття життя та часу людиною, її віру в «життя після смерті» як фактору, що модифікує осмисленість життя.

Методика «Цілепокладання та планування життя» (за В.Р.Манукян) дає можливість виявити сутнісні характеристики цілепокладання особистості – її співвідношення мрій, сподівань і цілей, часову віддаленість, продуманість способів досягнення цілей, належність цілей до різних життєвих сфер, взаємопов'язаність системи цілей, суперечність локус контролю цілей, джерела виникнення та ступінь деталізації цілей, мотиваційну основу та рівень значущості цілей.

Розділ III

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Розділ містить виклад результатів емпіричного дослідження цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

3.1. Організація емпіричного дослідження

Дослідження особливостей цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності здійснювалось на основі положення про те, що схильність молоді до потрапляння у стан залежності від мережі детерміноване показниками їх цілепокладання та сприйняття часу.

Об'єктом роботи виступають особливості цілепокладання особистості.

Предмет дослідження – вивчення специфіки цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

Метою емпіричного дослідження є вивчити специфіку цілепокладання юнаків із різним рівнем інтернет-залежності.

Відповідно до мети дослідження можна визначити наступні його завдання:

- 1) визначити особливості інтернет-залежності респондентів;
- 2) дослідити специфіку показників часової перспективи досліджуваних з різним рівнем інтернет-залежності;
- 3) проаналізувати специфіку цілепокладання представників досліджуваних груп.

Емпіричне дослідження проводилось у такі етапи.

1. Підготовчий етап, в межах якого здійснювалось опрацювання наукової літератури, формулювання гіпотези, визначення об'єкту, предмету та завдань дослідження

Приступаючи до емпіричного дослідження ми виходили з таких припущень: у період юності цілепокладання пов'язане із проявами інтернет-залежності. Так, досліджувані із високим рівнем інтернет-залежності, імовірно, характеризуються більш вираженою гедоністичною установкою на теперішнє, позитивно ставляться до майбутнього і мають розгалужену систему життєвих цілей, хоча і не завжди чітко усвідомлюють систему ресурсів для їх досягнення. Натомість, юнакам з низьким рівнем залежності від мережі характерна більш фаталістична оцінка теперішнього при зниженій оцінці майбутнього та звуженій системі життєвих цілей, що більш диференційовані і характеризуються усвідомленням ресурсів їх досягнення.

90 респондентів (76 дівчат та 14 хлопців), які є студентами Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка.

2. Дослідницький етап, на якому проводилось емпіричне дослідження та оброблялася отримана інформація, здійснювався її теоретичний аналіз.

3. Аналіз результатів емпіричного дослідження, який передбачав характеризування отриманих емпіричних даних та формулювання висновків.

Дослідження було проведене в грудні 2021 року. Первинні результати дослідження подані у додатку Б.

3.2. Характеристика схильності юнаків до різних видів залежностей

Аналізуючи результати дослідження схильності юнаків до основних видів залежності за методикою Г. Лозової, можна звернутися до первинних даних, які представлені в Додатку Б, а узагальнені результати цього дослідження подані у таблиці 3.2.1.

Таблиця 3.2.1.

Характеристика основних видів залежності досліджуваних юнаків

(n=50, у %)

Вид залежності	Рівні прояву (у %)						ЗАГАЛОМ	
	<i>низький</i>		<i>середній</i>		<i>високий</i>			
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Алкогольна залежність	45	90	5	10	0	0	50	100
Телевізійна залежність	10	20	20	40	20	40	50	100
Любовна залежність	20	40	21	42	9	18	50	100
Ігрова залежність	23	46	15	30	12	24	50	100
Сексуальна залежність	24	48	21	42	5	10	50	100
Харчова залежність	10	20	20	40	20	40	50	100
Релігійна залежність	21	42	20	40	9	18	50	100
Трудова залежність	11	22	24	48	15	30	50	100
Лікарська залежність	20	40	20	40	10	20	50	100
Комп'ютерна залежність	21	42	9	18	20	40	50	100
Тютюнова залежність	22	44	5	10	23	46	50	100
Залежність від здорового способу життя	9	18	21	42	20	40	50	100
Наркотична залежність	48	96	2	4	0	0	50	100
Загальна схильність до залежностей	11	22	24	48	15	30	50	100

Подамо дані таблиці для зручності у вигляді діаграми (рис. 3.2.1.).

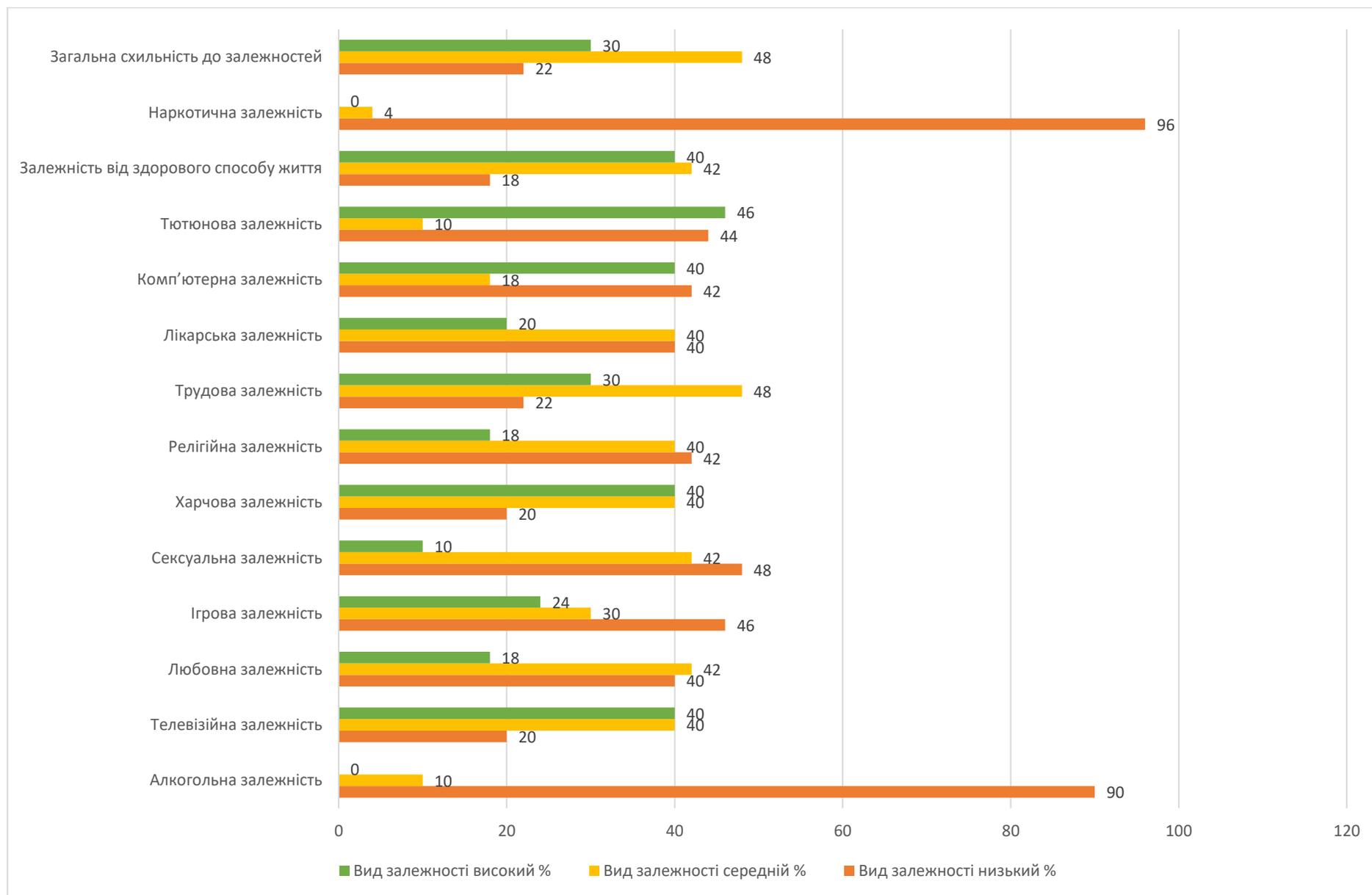


Рис. 3.2.1. Характеристика основних видів залежності досліджуваних юнаків (у %)

Аналізуючи дані таблиці та діаграми, можна зробити висновок про переважання середнього рівня схильності до більшості вивчених видів адикцій серед досліджуваних юнаків.

Наприклад, за показниками алкогольної залежності виявлено, що більша частина учасників дослідження має низький рівень схильності (90%), тоді як середній рівень є характерним для лише 5% опитаних юнаків, а високий рівень не був виявлений. Це свідчить про низький ризик виникнення психологічної залежності від алкоголю серед даної групи.

Щодо телевізійної залежності, виявлено, що однакова кількість юнаків (20% кожен) мають середні та високі рівні схильності, тоді як низький рівень притаманний лише 10% опитаних. Це може свідчити про ймовірність виникнення залежності від телебачення серед більшості опитаних за певних соціальних умов.

Щодо любовної залежності, більша частина досліджуваних (42%) виявили середній рівень схильності, але 40% мають низький рівень, а ще 18% – високий. Це може вказувати на можливість прояву адиктивної поведінки і фіксації на іншій людині серед даної групи.

Щодо ігрової залежності, більшість опитаних (46%) виявили низьку схильність, але 30% – середню і 24% – високу. Це свідчить про переважання низької залежності від ігор та азартної діяльності, хоча 24% можуть бути в групі підвищеного ризику.

Схильність до сексуальної залежності приблизно половини юнаків виявлена на низькому рівні (48%). Ще 42% досліджуваних мають схильність середнього рівня та 5% — високого. Це говорить про можливість прояву такого типу адикції за певних умов у 42% досліджуваних і відсутність таких проявів у переважній більшості досліджуваних.

Аналізуючи результати дослідження схильності юнаків до різних видів залежності, можна зробити наступні висновки:

Харчова залежність:

Низький рівень схильності властивий лише 10% опитаних.

Рівні високої та середньої схильності спостерігаються у 20% досліджуваних.

Можливі причини включають стрес, фізичні та психологічні проблеми, а також проблеми у взаємині з близькими.

Релігійна залежність:

Більшість досліджуваних (42%) мають низький рівень схильності до релігійної залежності.

40% виявили середній рівень, а 18% – високий.

Свідчить про низьку залежність від релігійних навіювань та різних релігійних угруповань серед досліджуваних.

Трудова залежність:

Середній рівень трудової залежності виявлений у більшості досліджуваних (48%).

30% мають високий рівень схильності, ще 22% – низький.

За цими показниками можливо розвиток трудоголізму серед 48% опитаних за відповідних умов.

Лікарська залежність:

40% не виявили схильності до лікарської залежності.

40% мають середній рівень схильності, а 20% – високий.

Більшість юнаків не проявляє залежності від регулярного лікування, але 20% може мати підвищену схильність до прийому лікарських препаратів.

Ці висновки вказують на різноманітні аспекти схильності юнаків до різних видів залежності та можуть слугувати основою для подальшого вивчення та розробки профілактичних заходів.

Аналізуючи схильність юнаків до різних видів залежностей, можна зробити наступні висновки:

Комп'ютерна залежність:

Низький рівень виявлений у 42% опитаних.

40% виявили високий рівень схильності.

Середній рівень схильності притаманний 18% опитаних.

Свідчить про імовірність виникнення комп'ютерної адикції у певних умовах.

Тютюнова залежність:

Високий рівень схильності виявлено у 46% досліджуваних.

Низький рівень притаманний 44% опитаних.

Середній рівень спостерігається у 10% юнаків.

Можлива підвищена імовірність розвитку тютюнової адикції серед більшості досліджуваних.

Здоровий спосіб життя:

Середній рівень схильності притаманний 42% опитаних.

40% мають високий рівень схильності.

Низький рівень виявлений у 18% юнаків.

Свідчить про розмаїтість у підходах до здорового способу життя серед досліджуваних.

Наркотична адикція:

Практично відсутня серед більшості (96%) опитаних.

Середній рівень схильності виявлений у 4% досліджуваних.

Високий рівень адикції не виявлений.

Свідчить про низьку імовірність виникнення наркотичної адикції серед юнаків.

Загальна схильність до залежностей:

Середній рівень виявлений у підтриманні половини (48%) опитаних юнаків.

Високий рівень притаманний 30%.

Низький рівень спостерігається у 22% досліджуваних.

Вказує на загальну схильність до різних видів залежностей у значущій частини юнаків.

Ці висновки можуть бути корисними для розробки програм та заходів профілактики серед юнаків з метою зменшення ризику розвитку різних видів залежностей.

3.3. Особливості інтернет-залежності юнаків

Розглянемо показники Інтернет-залежності серед юнаків досліджуваної вибірки, що вивчено за методикою К. Янг в адаптації В.А. Лоскутової «Тест на визначення рівня інтернет-залежності», які демонструє таблиця 3.2.1.

Таблиця 3.2.1.

Розподіл показників інтернет-залежності юнаків

Рівні Інтернет-залежності		
Високий	Підвищений	Низький
14%	46%	40%

Дані таблиці 3.2.1. свідчать, що 47% юнаків є властивий підвищений, а 12% – високий рівень Інтернет-залежності. А для 41% респондентів такий вид адиктивної поведінки не властивий. Ці дані представлені графічно у вигляді секторної діаграми на рисунку 3.2.1.

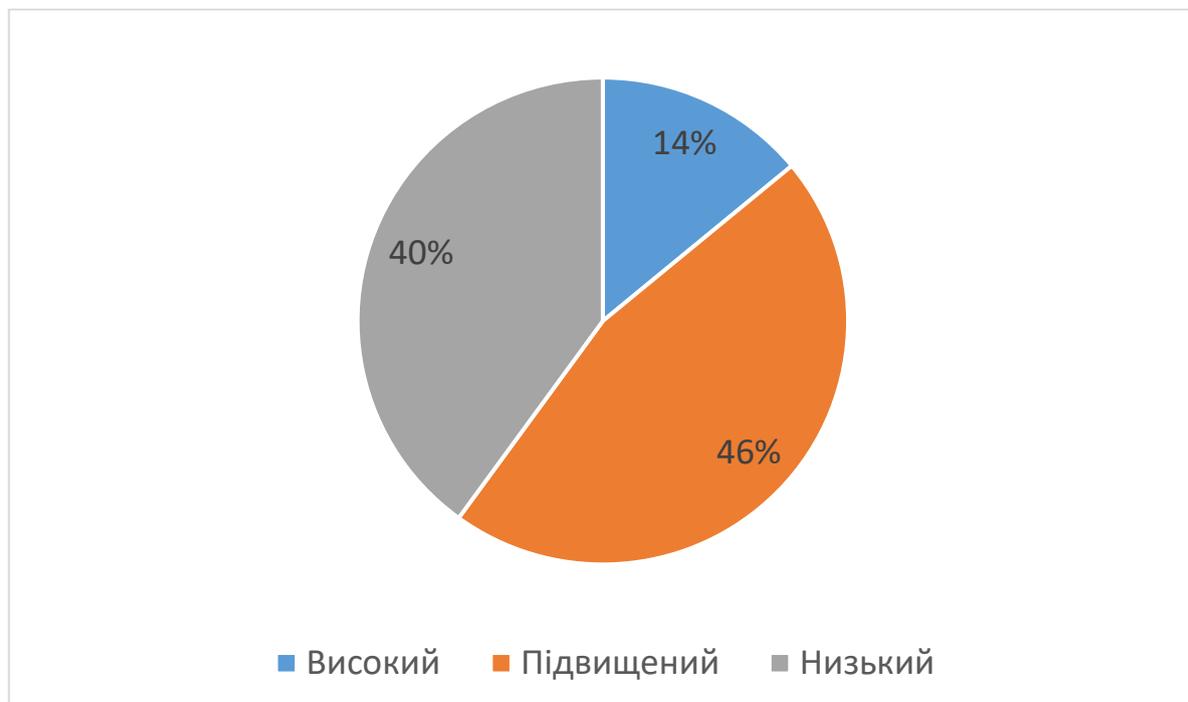


Рис. 3.2.1. Показники інтернет-залежності юнаків досліджуваної вибірки

Як бачимо з таблиці та діаграми на рис. 3.2.1., для 46% юнаків характерний підвищений рівень інтернет-залежності. Для них характерні часте непереборне прагнення вийти у Глобальну мережу; знижена здатність зосереджено працювати, приховування та недооцінка власної залежності від Інтернету. Більшість часу ці юнаки проводять в мережі. 14% юнаків характеризуються на високому рівні залежністю від інтернету.

Отже, більшість, тобто 60% респондентів характеризуються залежністю від інтернету, 14% із яких мають її на рівні усталеної адикції.

3.4. Зв'язок компонентів самоорганізації із Інтернет-залежністю у юнацькому віці

Дослідження взаємозв'язку рівня самоорганізованості та окремих її компонентів із залежністю від Інтернету показало, що рівень інтернет-залежності (високий чи низький) значимо корелює з наступними шкалами опитувальника «Діагностика особливостей самоорганізації» О.Д. Ішкова (таблиця 3.4.1), а саме:

планування ($r = 0,55$; $p < 0,0001$),
 цілепокладання ($r = 0,44$; $p < 0,001$),
 самоконтроль ($r = 0,42$; $p < 0,01$),
 рівень самоорганізації ($r = 0,42$; $p < 0,01$),
 вольові зусилля ($r = 0,40$; $p < 0,01$),
 аналіз ситуації ($r = 0,29$; $p < 0,05$).

Таблиця 3.3.1

Взаємозв'язок компонентів самоорганізації юнаків з рівним рівнем Інтернет-залежності

Шкала опитувальника	Коефіцієнт кореляції по групі юнаків із низьким рівнем Інтернет-залежності	Коефіцієнт кореляції по групі юнаків із високим і завищеним рівнем Інтернет-залежності
Цілепокладання	0,29	-0,30
Аналіз ситуації	0,62	-0,24
Планування	0,40	-0,39
Самоконтроль	0,54	
Вольові зусилля	0,45	
Рівень самоорганізації	0,46	-0,37

Провідна роль *планування* в пояснюється, з нашого погляду, тим, що на початковому етапі навчання самостійний аналіз ситуації є малоефективним (оскільки студенти ще не засвоїли вимоги університету), тоді як ретельне планування, спираючись на рекомендації кураторів, викладачів, дозволяє легше «влитися» в нову обстановку.

У Інтернет-незалежних юнаків є значима позитивна кореляція за всіма

шкалами опитувальника: Цілепокладання ($r = 0,290$; Аналіз ситуації= $0,62$; Планування ($r = 0,40$); Самоконтроль ($r = 0,54$); Вольові зусилля ($r = 0,45$); Рівень самоорганізації ($r = 0,46$).

Юнаки із вираженою Інтернет-залежністю мають негативну кореляцію із рівнем самоорганізації ($r = -0,37$; $p < 0,01$), зі шкалою *планування* ($r = -0,39$; $p < 0,01$), зі шкалою *цілепокладання* ($r = -0,30$; $p < 0,05$), а шкали *аналіз ситуації* ($r = -0,24$), *рівень самоорганізації* ($r = -0,24$) мають недостатній рівень достовірності ($p < 0,1$).

Взаємозв'язок компонентів самоорганізації з їх середньоарифметичним різним Інтернет-залежності наведена в таблиці 3.3.2.

Таблиця 3.3.2

Взаємозв'язок компонентів самоорганізації студентів із різним рівнем Інтернет-залежності

Шкала опитувальника	Коефіцієнт кореляції по групі юнаків із низьким рівнем Інтернет-залежності	Коефіцієнт кореляції по групі юнаків із підвищеним рівнем Інтернет-залежності	Коефіцієнт кореляції по групі юнаків із високим рівнем Інтернет-залежності
Цілепокладання	0,29	-0,27	-0,22
Аналіз ситуації	0,46		
Планування	0,30		-0,21
Самоконтроль	0,45	-0,21	
Корекція		-0,28	0,20
Вольові зусилля	0,54		0,22
Рівень самоорганізації	0,42	-0,23	

У даному випадку по групі юнаків із низьким рівнем Інтернет-залежності всі кореляції (окрім корекції) є значимими й позитивними: вольові зусилля ($r = 0,54$; $p < 0,0001$), аналіз ситуації ($r = 0,46$; $p < 0,001$), самоконтроль ($r = 0,45$; $p < 0,001$), рівень самоорганізації ($r = 0,42$; $p < 0,01$), планування ($r = 0,30$; $p < 0,05$), цілепокладання ($r = 0,29$; $p < 0,05$).³

У групі юнаків із підвищеним рівнем Інтернет-залежності, маємо негативні кореляції за шкалами: Цілепокладання ($r = -0,27$); Самоконтроль ($r = -0,21$); Корекція ($r = -0,28$); Рівень самоорганізації ($r = -0,23$).

У групі юнаків із підвищеним рівнем Інтернет-залежності, маємо негативні кореляції за шкалами: Цілепокладання ($r = -0,27$); Самоконтроль ($r = -0,21$) та позитивні – Корекція ($r = 0,20$); вольові зусилля ($r = 0,22$).

Із цього можемо зробити висновок про те, що юнаки, які не є Інтернет-залежними мають кращі показники за шкалами: Цілепокладання, Аналіз ситуації, Планування, Самоконтроль, Вольові зусилля та Самоорганізація.

3.5. Особливості цілепокладання юнаків

Розглянемо особливості цілепокладання представників двох груп юнаків залежно від їх рівня Інтернет-залежності, що вивчені за однойменною методикою В. Р. Манукян «Цілепокладання та планування життя», які представлені в таблиці 3.5.1.

Таблиця 3.4.1.

Показники цілепокладання юнаків, які мають різний рівень Інтернет-залежності

Показники		Рівень інтернет-залежності
-----------	--	----------------------------

часової перспективи	Юність	низький	середній	високий
Співвідношення мрій, сподівань і цілей	висока залежність	43%	33%	24%
	низька залежність	17%	31%	52%
Часова віддаленість	висока залежність	18%	34%	48%
	низька залежність	41%	33%	26%
Продуманість шляхів досягнення цілей	висока залежність	54%	28%	27%
	низька залежність	16%	31%	53%
Належність до різних життєвих сфер	висока залежність	27%	38%	35%
	низька залежність	27%	41%	32%
Взаємопов'язаність системи життєвих цілей	висока залежність	43%	33%	24%
	низька залежність	18%	34%	48%
Суперечливість системи цілей	висока залежність	46%	32%	22%
	низька залежність	52%	28%	20%
Локус контролю цілей	висока залежність	58%	26%	16%
	низька залежність	24%	31%	45%
Ступінь деталізації цілей	висока залежність	40%	33%	27%
	низька залежність	15%	32%	53%

Як видно з таблиці 3.4.1., представники двох груп відрізняються за показниками цілепокладання. Так, для залежних від мережі характерне переважання часової віддаленості цілей у житті, натомість цілепокладання краще та більш структуроване у представників респондентів, які не залежні від мережі Інтернет, які характеризуються більш оптимальним співвідношенням мрій, сподівань та цілей, продуманістю життєвих цілей, їх взаємопов'язаністю, ступенем деталізації та вираженим внутрішнім локусом контролю. Такі відмінності представлено на рис. 3.4.1.

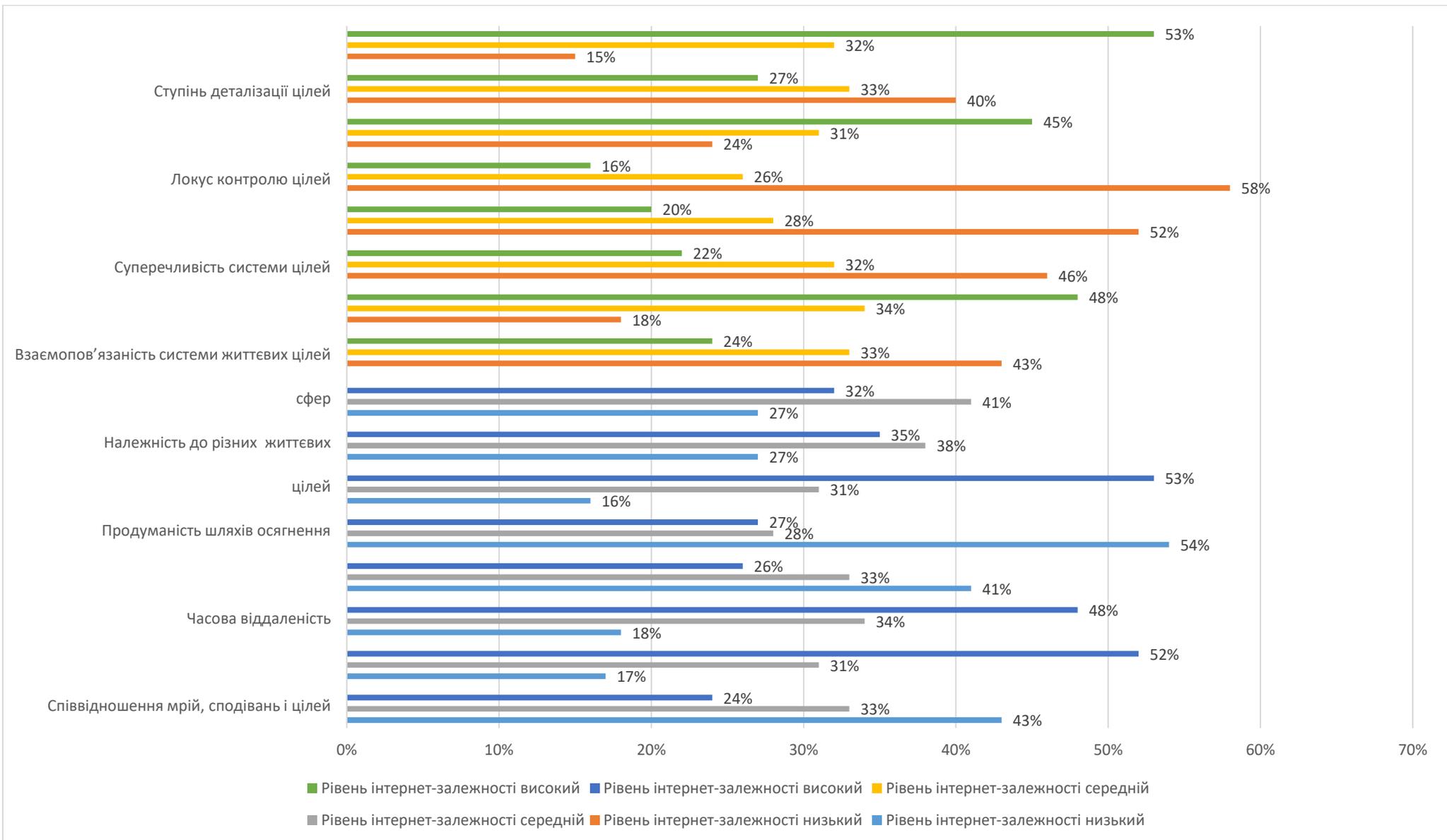


Рис. 3..1. Особливості цілепокладання представників юнацького віку з різним рівнем інтернет-залежності

Дані графіка (рисунок 3.5.1.) свідчать про важливі аспекти щодо цілепокладання юнаків та його зв'язку із рівнем інтернет-залежності. Важливі спостереження включають:

Характеристики групи із високим рівнем інтернет-залежності:

Знижений рівень цілепокладання: Процес цілепокладання ще не є остаточно сформованим, характеризується фрагментарністю та багатовекторністю.

Віддаленість життєвих цілей: Більше половини представників (48%) характеризуються віддаленістю своїх життєвих цілей.

Низька свідомість процесу цілепокладання: Знижені показники продуманості, деталізації та взаємопов'язаності цілей.

Знижений локус контролю: Більшість (58%) не проявляє високого ступеня здатності приймати відповідальність за досягнення цілей.

Всі ці риси свідчать про те, що для цієї групи юнаків життя є багатовекторним і не впорядкованим, що може сприяти розвитку інтернет-залежності як утіканню від реальності.

Характеристики групи із низьким рівнем інтернет-залежності:

Сформоване цілепокладання: Процес цілепокладання є сформованим на високому рівні.

Оптимальне співвідношення мрій та цілей: Більшість (52%) мають оптимальне співвідношення мрій, сподівань та цілей.

Продуманість шляхів досягнення: Високий рівень продуманості життєвих цілей (53%).

Внутрішній локус контролю: Значна частина (45%) виявляє внутрішній локус контролю.

Ці риси свідчать про те, що для групи з низьким рівнем інтернет-

залежності цілепокладання визначається структуровано, цілі є реалістичними, а способи досягнення чітко визначені.

Загальною тенденцією є те, що для тих, хто має низький рівень інтернет-залежності, цілепокладання виглядає більш зрілим та усвідомленим, що може слугувати захистом від розвитку залежності. У той час як у групи із високим рівнем інтернет-залежності спостерігається нестача досвіду і фрагментарність у цілепокладанні, що може призводити до уникнення реальності через використання Інтернету.

Аналізуючи характеристики цілепокладання у групах з високим і низьким рівнем інтернет-залежності, можна зробити наступні висновки:

Представники групи з низьким рівнем інтернет-залежності:

Сформоване цілепокладання: Їхнє цілепокладання є сформованим на високому рівні.

Оптимальне співвідношення мрій та цілей: Вони мають більш оптимальне співвідношення мрій, сподівань та цілей (52%).

Продуманість шляхів досягнення: Високий рівень продуманості життєвих цілей (53%).

Внутрішній локус контролю: Вони виявляють виражений внутрішній локус контролю (45%).

Структурованість цілей: Цілі краще структуровані, алгоритми їх досягнення чітко визначені, а ресурси зрозумілі та однозначні.

Реалістичні цілі: Цілі є достатньо реалістичними, пов'язаними з мріями і бажаннями, та мають відбиток реальної можливості їх досягнення.

Ці характеристики свідчать про те, що особи з низьким рівнем інтернет-залежності мають стійко сформовану систему цілей, яка допомагає їм ефективно функціонувати в реальному житті.

Спільні тенденції для обох груп:

Низький рівень суперечливості системи цілей: Обидві групи виявили схожий низький рівень суперечливості системи цілей (22% та 20% мають високий рівень цієї якості).

Вираженість належності цілей до різних життєвих сфер: Обидві групи мають виражену належність цілей до різних життєвих сфер (35% та 32% відповідно).

Ці спільні тенденції можуть вказувати на те, що низький рівень суперечливості та вираженість належності цілей до різних сфер є характеристиками цілепокладання юнаків загалом, незалежно від рівня інтернет-залежності.

Отже, дослідження підтверджує гіпотезу про зв'язок між характеристиками цілепокладання та рівнем інтернет-залежності серед юнаків. Ті, хто має сформовану та оптимальну систему цілей, схильні до меншої інтернет-залежності, тоді як ті, у кого цілепокладання менше структуроване, можуть мати вищий рівень інтернет-залежності.

Отже, сформульована нами гіпотеза доведена. Дійсно, у період юності цілепокладання пов'язане із проявами інтернет-залежності. Так, досліджувані із високим рівнем інтернет-залежності, справді, характеризуються більш вираженою гедоністичною установкою на теперішнє, позитивно ставляться до майбутнього і мають розгалужену систему життєвих цілей, хоча і не завжди чітко усвідомлюють систему ресурсів для їх досягнення. Натомість, юнакам з низьким рівнем залежності від мережі характерна більш фаталістична оцінка теперішнього при зниженій оцінці майбутнього та звуженій системі життєвих цілей, що більш диференційовані і характеризуються усвідомленням ресурсів їх

досягнення.

роботи.

3.6. Особливості сприйняття інтернету досліджуваними

Проаналізуємо результати дослідження особливостей сприйняття інтернету підлітками. З цією метою ми використали опитувальник О. Щепіліної. Первинні дані дослідження за даною методикою подано у додатках (див. Додаток Б). Результати даного дослідження в узагальненому варіанті наведені у таблиці 3.4.1.

Таблиця 3.4.1.

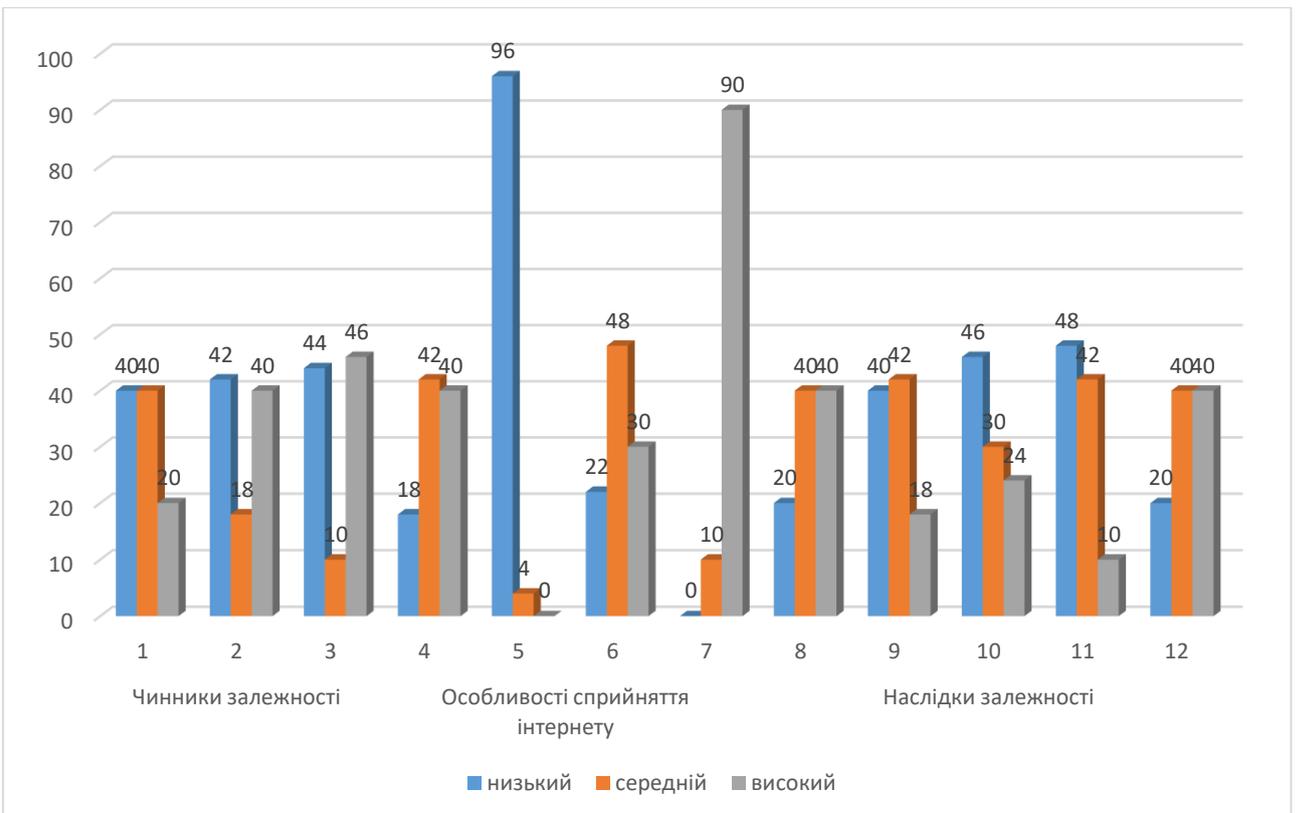
Показники сприйняття інтернету підлітками (n=50, у %)

ЗГруп а шкал	Субшкали	Рівні прояву (у %)						ЗАГАЛОМ	
		низький		середній		високий			
		n	%	n	%	n	%	n	%
Чинники залежності	Приналежність до мережевої субкультури	20	40	20	40	10	20	50	100
	Нецілеспрямованість поведінки	21	42	9	18	20	40	50	100
	Потреба сенсорної стимуляції	22	44	5	10	23	46	50	100
Особливості сприйняття	Мотивація використання інтернету	9	18	21	42	20	40	50	100
	Зміна стану свідомості в результаті використання інтернету	48	96	2	4	0	0	50	100

	Сприйняття інтернету як кращого в порівнянні з реальним життям	11	22	24	48	15	30	50	100
	Спілкування	0	0	5	10	45	90	50	100
Наслідки залежності	Час в інтернеті	10	20	20	40	20	40	50	100
	Простір в інтернеті	20	40	21	42	9	18	50	100
	Сприйняття інтернету як проектної реальності	23	46	15	30	12	24	50	100
	Одушевленість інтернету	24	48	21	42	5	10	50	100
	Прагнення перенести норми віртуального світу на реальний	10	20	20	40	20	40	50	100



Подамо дані таблиці у вигляді діаграми (рис. 3.4.1.).



Умовні позначення:

1	Приналежність до мережевої субкультури	7	Спілкування
2	Нецілеспрямованість поведінки	8	Час в інтернеті
3	Потреба сенсорної стимуляції	9	Простір в інтернеті
4	Мотивація використання інтернету	1	Сприйняття інтернету як проектної реальності
5	Зміна стану свідомості в результаті використання інтернету	1	Одушевленість інтернету
6	Сприйняття інтернету як кращого в порівнянні з реальним життям	1	Прагнення перенести норми віртуального світу на реальний
		2	

Рис. 3.4.1. Результати дослідження особливостей сприйняття інтернету підлітками (у %)

Аналізуючи дані таблиці та діаграми, можна визначити основні тенденції щодо факторів інтернет-залежності серед досліджуваних юнаків:

Приналежність до мережевої субкультури:

Низький рівень: 40%

Середній рівень: 40%

Високий рівень: 20%

Більшість опитаних не відчуває себе частинами мережевої субкультури. Це може свідчити про те, що для більшості юнаків цей аспект не є вирішальним у їхньому використанні інтернету.

Нецілеспрямованість поведінки:

Низький рівень: 42%

Високий рівень: 40%

Середній рівень: 18%

Значна кількість юнаків має високий рівень цілеспрямованості у використанні інтернету, що може свідчити про те, що вони заходять в мережу з певною метою та її дотримуються.

Потреба сенсорної стимуляції:

Високий рівень: 46%

Низький рівень: 44%

Середній рівень: 10%

Більшість досліджуваних визнає важливість інтернету для отримання нових відчуттів, що може вказувати на те, що їхня активність в мережі пов'язана із потребою у сенсорній стимуляції.

Мотивація використання інтернету:

Середній рівень: 42%

Високий рівень: 40%

Низький рівень: 18%

Здебільшого підлітки мають певну мотивацію до використання інтернету, але менше п'ятої частини використовує мережу без визначеної мотивації.

Зміна стану свідомості в результаті використання інтернету:

Низький рівень: 96%

Середній рівень: 4%

Високий рівень: 0%

Практично всі підлітки не відчують змін стану свідомості внаслідок використання інтернету.

Сприйняття інтернету як кращого в порівнянні з реальним життям:

Середній рівень: 48%

Високий рівень: 30%

Низький рівень: 22%

Значна частина опитаних сприймає інтернет як кращий альтернативний світ, втікаючи від реальних труднощів.

Спілкування:

Високий рівень: 90%

Середній рівень: 10%

Низький рівень: 0%

Більшість юнаків використовує інтернет для спілкування.

Час в інтернеті:

Високий рівень: 40%

Середній рівень: 40%

Низький рівень: 20%

Є тенденція до поступового збільшення часу, який проводять в інтернеті.

Простір в інтернеті:

Середній рівень: 42%

Низький рівень: 40%

Високий рівень: 18%

Більша частина досліджуваних не вбачає можливості розширення простору за рахунок інтернету.

Сприйняття інтернету як проектної реальності:

Низький рівень: 46%

Середній рівень: 30%

Високий рівень: 24%

Більшість юнаків використовує інтернет для побудови омріяної дійсності.

Шкали	Рівні	Високий	Середній	Низький
Приналежність до мережевої субкультури		17,2	27,3	55,5
Нецілеспрямованість поведінки		9,3	25,7	65,0
Потреба в сенсорній стимуляції		11,2	20,8	68,0
Мотивація використання інтернету		17,3	27,7	55,0
Зміна стану свідомості під впливом інтернету		7,3	22,7	70,0
Сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям		7,8	17,4	74,8
Спілкування		19,7	27,6	52,7
Час в інтернеті		8,2	22,8	69,0
Простір в інтернеті		10,7	17,8	71,5
Сприйняття інтернету як проєктивної реальності		11,3	20,5	68,2
Сприйняття інтернету як живої істоти		5,6	10,4	84,0
Прагнення перенести норми віртуального світу в реальний		9,3	14,7	76,0

За шкалою «Мотивація використання інтернету» високі показники були отримані в 17,3% опитуваних, що вказує на їх сприйняття мережі як засобу задоволення важливих потреб. Інтернет використовується для спілкування та підтримання стосунків з іншими людьми, що дозволяє особистості позбавитись від самотності; зняття психологічного напруження; отримання адреналіну та позитивних емоцій тощо.

Наступною була шкала «Зміна стану свідомості під впливом інтернету». Високий рівень спостерігався в 7,3% респондентів, які використовували інтернет для того, щоб отримати нові враження, відчуття специфіку життя у віртуальному світі, який можна створити в мережі. Інтернет дозволяє побудувати новий образ «Я», використовувати незвичні стратегії взаємодії з іншими людьми. Особистість відчуває піднесення та задоволення коли перебуває в інтернеті, стає здатною до переживання яскравих емоційних станів. Разом з тим при виникненні залежності відбувається руйнування межі між реальним та віртуальним життям, «Я-реальним» та «Я-віртуальним», що призводить до зміни особистісних властивостей та структури «Его».

За шкалою «Сприйняття інтернету як кращого, порівняно з реальним життям» високі показники отримані в 7,8% обстежених, яким притаманне надавання переваги віртуальній реальності. Саме в ній респонденти відчувають себе захищеними, не бояться негативних оцінок у свою адресу. Це призводить до того, що в людини виникає прагнення проводити в мережі багато часу, що супроводжується відсутністю бажання повертатися в реальність. Віртуальний світ стає джерелом позитивних емоцій та переживань, засобом задоволення