

УДК 316.663.5

DOI <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2019-5-11>

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ

Христина Хмелівська

*ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»,
бул. Шевченка, 57, м. Івано-Франківськ, Україна, 76000
hmelivska13@gmail.com*

Лідія Тимків

*ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»,
бул. Шевченка, 57, м. Івано-Франківськ, Україна, 76000
tymkiv_lida_28@ukr.net*

У статті окреслено небезпеки інтернет-простору для дітей підліткового віку. Метою статті є визначення загроз, які чатують на підлітка в Інтернет-мережі та експериментальне дослідження залежності підлітків від інтернет- простору. Розглянуто прояви інтернет-залежності та охарактеризовано види кібербулінгу.

У статті зазначено, що Інтернет у сучасному житті відіграє важливу роль, з його допомогою завжди можна відшукати потрібну інформацію, спілкуватися в соцмережах, месенджерах, знайти друзів за інтересами, прослуховувати музику, переглядати цікаві фільми, а також можна знайти роботу та придбати будь-яку річ не виходячи з дому. Завдяки Інтернету з'явилися практично безмежні можливості у всіх сферах життя. Але окрім переваг, Інтернет приніс і певний негатив у життя сучасного підлітка, а саме створення сайтів асоціального характеру, які пропагують насильство і агресію, вільний доступ до порнографії, кібербулінг, інтернет-шахрайство. Для деяких Інтернет став ще одним видом наркотику, що за силою своєї дії і прихильності не поступається алкоголю чи нікотину.

За допомогою психологічного інструментарію проведено діагностику рівня інтернет-адикції серед 103 учнів 8–11 класів, опитування проводилось анонімно. Для діагностики інтернет-залежності серед підлітків було використано такі методики, як: тест «Кімберлі Янг», який спрямований на виявлення кібер-адикції, в тому числі інтернет-адикції; шкалу інтернет- залежності А. Жичкіної, яка дає змогу проаналізувати міру інтернет- залежності досліджуваних; методику діагностики схильності до різних залежностей Г. Лозової. Аналіз результатів проведеного емпіричного дослідження засвідчив, що серед підлітків є звичайні інтернет-користувачі, інтернет-користувачі, у яких є проблеми та залежні інтернет-користувачі. А також було визначено, що більш ніж половина опитуваних схильні до інтернет-залежності або мають яскраво виражені ознаки такої адикції.

Ключові слова: підлітковий вік, інтернет-залежність, кібербулінг, віртуальний світ, інтернет-простір, мережа Інтернет.

Постановка проблеми. Сучасний підліток не уявляє свого життя без реклами, Інтернету чи телебачення. І це зрозуміло, адже ми живемо у XXI столітті й наш стиль життя напряму залежить від новітніх технологій. За допомогою інтернет-мережі ми можемо робити покупки не виходячи із дому, спілкуватися із близькими та друзями незалежно від відстані та країни, шукати нову інформацію, оплачувати рахунки, здобувати освіту. Варто зазначити, що впливу нових технологій, як і всьому новаторському, більшою мірою піддаються діти та підлітки. Часто підлітки використовують Інтернет-мережу як спосіб життя, надають перевагу віртуальному життю, забуваючи про реальність. Завдяки Інтернету з'явилися практично безмежні можливості у всіх сферах життя.

Крім переваг, Інтернет приніс і певний негатив у наше життя, а саме: створення сайтів асоціального характеру, які пропагують насильство і агресію, вільний доступ до порнографії, кібербулінг, інтернет-шахрайство тощо. Для деяких Інтернет став ще одним видом наркотику, що за силою своєї дії і впливу не поступається алкоголю чи нікотину.

Аналіз останніх публікацій. Проблему комп'ютерної залежності досліджують фахівці різних галузей: психологи, лікарі, педагоги та соціологи. Проте синдром інтернет-залежності недостатньо мірою висвітлено в науковій літературі нашої країни. Перші дослідження інтернет-залежності були проведені за кордоном. Зокрема, про інтернет-залежність як проблему заговорили американський психолог К. Янг, яка в 1994 році розробила опитувальник, спрямований на її виявлення, та психіатр А. Гольдберг, який присвятив цьому феномену цілу низку своїх досліджень. Великий внесок у вивчення такої проблеми внесли такі зарубіжні вчені, як А. Сторова, Р. Девіс, Д. Грінфілд, А. Войскунський та інші. Серед українських фахівців, що досліджують феномен інтернет-залежної поведінки, – Т. Вакуліч, Н. Бугайова, Г. Пілягіна, О. Чабан, Л. Юр'єва.

Метою статті є визначення небезпек, які чатують на підлітка в Інтернеті, та експериментальне дослідження залежності підлітків від Інтернет-мережі.

Виклад основного матеріалу. Натепер найактивнішими користувачами мережі Інтернет є підлітки. І часто батьки не здогадуються про труднощі, з якими стикаються їхні діти в Інтернеті, та не мають уявлення про елементарні засоби безпеки у мережі Інтернет.

Віртуальний світ приваблює підлітків безмежними можливостями. В ньому можна стати ким завгодно, приміряти на себе нові ролі, які не завжди збігаються із реальними. Інтернет дає змогу своєму користувачу все переграти, повторити, переробити заново [2].

Активне впровадження Інтернету в життя створило феномен залежності від нього. Щоб зняти напругу й абстрагуватися від буденних проблем, заповнити свій вільний час підлітки все частіше поринають у віртуальний світ. Адже Інтернет-мережа дає змогу дітям реалізовувати низку базових потреб. Насамперед це: потреба у грі, розвагах, саморозвитку; потреба у повазі та самоповазі, у спілкуванні і створенні власного іміджу [1, с. 192–222].

На нашу думку, інтернет-залежність є особливо небезпечною для дітей і підлітків, адже їм набагато складніше самостійно впоратися з потягом до онлайн-життя і вчасно зупинитися. У інтернет-залежної людини порушується відчуття реальності, втрачається відчуття часу і критичне мислення, обмежується управління своїми вчинками, тому це є відхиленням у поведінці. У інтернет-залежних дітей спостерігається порушення циклу сну, втрата апетиту, дитина стає менш активною. У школярів підліткового віку залежність від Інтернету може свідчити також і про наявність психологічних проблем – нереалізованості в сфері спілкування, проблемних відносин у родині, труднощів з навчанням, від яких підліток поринає в більш успішне віртуальне життя.

Експериментальне дослідження залежності підлітків від Інтернет-мережі було проведено на базі Саджавської та Глибоківської загальноосвітніх шкіл Івано-Франківської області. Для цього було використано комплекс методик: тест «Кімберлі Янг», який спрямований на виявлення кібер-адикції, в тому числі інтернет-адикції; шкалу інтернет-залежності А. Жичкіної, яка дає змогу проаналізувати міру інтернет-залежності досліджуваних; методику діагностики схильності до різних залежностей Г. Лозової. В обстеженні взяли участь 103 учні 8–11 класів. Опитування учнів проводилось анонімно.

Тест «Кімберлі Янг» є найбільш результативним та простим у використанні. Підліткам було запропоновано дати відповідь на 20 запитань. Свою відповідь вони оцінювали за шкалою від 1 до 5. Кожній відповіді присвоюється певний бал: «дуже рідко» – 1 бал, «інколи» – 2 бали, «часто» – 3 бали, «дуже часто» – 4 бали, «завжди» – 5 балів.

Після того, як учні дали відповідь на запитання, бали підраховуються і визначається рівень залежності. Всього є три рівні: 1) 20–49 балів свідчать, що підліток звичайний користувач Інтернету. Може іноді проводити занадто багато часу в мережі, але контролює себе. 2) 50–79 балів свідчать, що у підлітка час від часу виникають проблеми через користування Інтернетом. Йому необхідно визначити комплексний вплив цих проблем на своє життя. 3) 80–100 балів свідчить про те, що користування Інтернетом є джерелом суттєвих проблем у житті підлітка. Результати діагностики відображені в зведених таблицях 1 і 2.

Таблиця 1

Зведена таблиця результатів опитування учнів 8–9 класів Глибоківської школи
(методика Кімберлі Янг)

Клас	К-сть учнів з низьким рівнем	К-сть учнів з середнім рівнем	К-сть учнів з високим рівнем
8	3	7	6
9	4	5	6
% співвідношення	21%	43%	36%

Таблиця 2

Зведена таблиця результатів опитування учнів 8–11 класів Саджавської школи
(методика Кімберлі Янг)

Клас	К-сть учнів з низьким рівнем	К-сть учнів з середнім рівнем	К-сть учнів з високим рівнем
8	5	5	6
9	4	7	8
10	5	8	5
11	2	13	4
% співвідношення	22%	46%	32%

На підставі отриманих даних була збудована діаграма, що показує рівень інтернет-адикції в учнів досліджуваних класів та дає змогу їх порівняти (рис. 1).

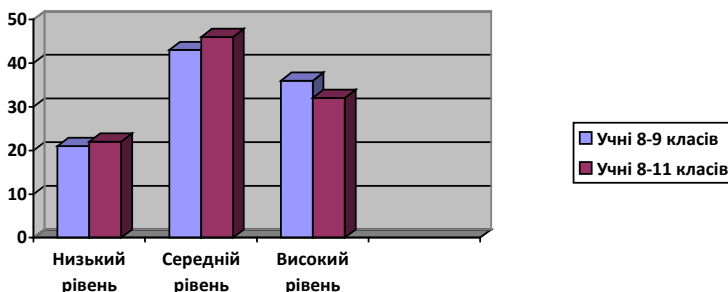


Рис. 1. Рівні інтернет-залежності

Отже, ми отримали такі результати: серед учнів Глибоківської школи низький рівень інтернет-залежності виявлено у 21% респондентів, середній рівень – у 43%, високий рівень – у 36%; серед учнів Саджавської школи низький рівень інтернет-залежності виявлено у 22% респондентів, середній рівень – у 46%, високий рівень – у 32%.

Не менш ефективною методикою є шкала інтернет-залежності А. Жичкіної. Ця методика дає змогу проаналізувати міру інтернет-залежності досліджуваних. Підлітку запропоновано дати відповідь на 7 запитань. У кожному питанні респондент має вибрати один із двох варіантів, які найбільш характеризують опитуваного. Варіант «А» оцінюється 1 балом, а варіант «Б» оцінюється 0 балами. Після того, як учні дали відповідь на запитання, бали підраховуються і визначається схильність до залежності. Якщо підліток набрав 0 балів, це свідчить про те, що підліток не схильний до інтернет-залежності; 3–5 балів – свідчить про схильність до інтернет-залежності; 6–7 балів сигналізують про інтернет-залежність у підлітка. Результати відображені у зведеній таблиці 3.

Таблиця 3

Клас	Не схильні до інтернет-залежності	Схильні до інтернет-залежності	Інтернет-залежні особи
8	5	8	3
9	4	6	5
8	5	7	4
9	5	8	6
10	2	8	8
11	3	7	9
% співвідношення	23%	43%	34%

На підставі отриманих даних була збудована діаграма, яка відображає рівень схильності до інтернет-залежності (рис. 2).

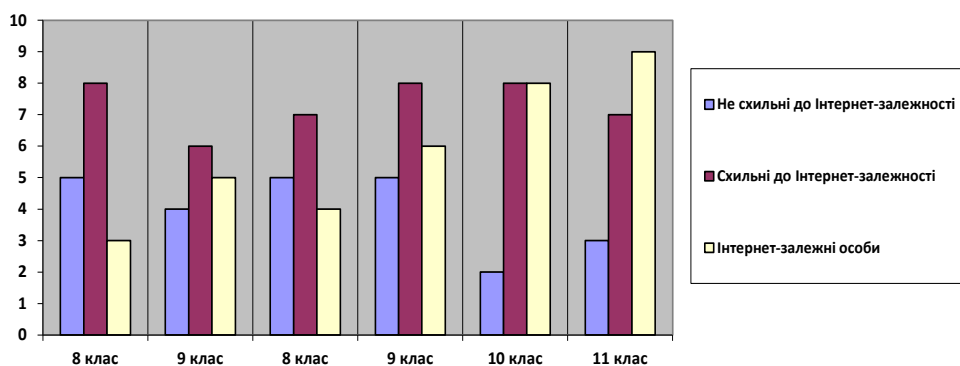


Рис. 2. Схильність до інтернет-залежності

Результати цього дослідження вказують, що не схильні до інтернет-залежності 23% усіх опитаних учнів, схильними є 43% опитаних та 34% підлітків мають ознаки інтернет-залежності.

Методика діагностики схильності до різних залежностей Г. Лозової являє собою анкету шкального типу з 5 варіантами відповідей, де кожній відповіді відповідає певний бал (Ні – 1, Швидше ні – 2, Ні так, ні ні – 3, Швидше так – 4, Так – 5). Тест опитувальника містить 70 питань, спрямованих на вивчення схильності індивіда до 13 видів залежностей. Результати діагностики є орієнтовними і показують загальну схильність до тієї чи іншої залежності й не можуть бути підставою для встановлення того чи іншого діагнозу. Результати дослідження були зведені в таблицю 4.

Таблиця 4

Схильність до залежностей:	Низький рівень (%)	Середній рівень (%)	Високий рівень (%)
1. Схильність до алкогольної залежності	36	37	27
2. Схильність до телевізійної залежності	21	21	58
3. Схильність до любовної залежності	45	28	27
4. Схильність до ігрової залежності	23	30	47
5. Схильність до сексуальної залежності	67	22	11
6. Схильність до харчової залежності	58	30	12
7. Схильність до релігійної залежності	56	23	21
8. Схильність до трудової залежності	49	39	12
9. Схильність до лікарської залежності	54	31	15
10. Схильність до комп'ютерної залежності	19	47	34
11. Схильність до тютюнової залежності	39	48	13
12. Залежність від здорового способу життя	40	32	28
13. Схильність до наркотичної залежності	75	16	9

Із 13 видів залежностей найбільш цікавими для нас є схильність підлітка до комп'ютерної та ігрової. Так, низький рівень схильності до комп'ютерної залежності мають 19% усіх респондентів, середній рівень – 47% та 34% підлітків мають високий рівень схильності до такої залежності. Низький рівень схильності до ігрової залежності виявлено у 23% підлітків, у 30% – середній рівень та високий рівень – у 47%.

Не менш загрозливою небезпекою Інтернет-мережі є кібербулінг. Ще декілька років тому про нього ми майже не чули. Але завдяки входженню суспільства в еру інформаційних технологій сьогодні термін «кібербулінг» стає терміном повсякденного вжитку.

Кібербулінг, або інтернет-мобінг – це сучасна форма прояву агресії, яка стала поширеною з появою мобільних телефонів та Інтернету. Кібербулінг має на меті нашкодити чи принизити людину без фізичного насильства (на відміну від булінгу). «Зброєю» булера стають соціальні мережі, форуми, чати, мобільні телефони тощо.

На жаль, така форма цькування стає все більш популярною серед підлітків.

Різновидами кібербулінгу можна вважати:

– **Анонімні погрози** – анонім надсилає листи, які мають погрозливий зміст часто з наявністю ненормативної лексики та грубої мови.

– **Телефонні дзвінки з мовчанням.**

– **Переслідування** – збирання інформації про жертву. Слідкуючи за повідомленнями жертви в соцмережах – фото, селфі з місця подій, розповіді про своє життя, переслідувач може дізнатися про життя жертви, її місце проживання та особисті дані. А згодом цю інформацію використовувати для залякування шляхом розсилки повідомлень на електронну пошту чи телефон.

– **Тролінг** – розміщення провокаційних повідомлень у мережі для привернення уваги та збудження активності, що може спричинити конфлікт.

– **Хепі-слепінг (happyslapping)** – це насильство заради розваги. Найчастіше виражається зніманням насильства на камеру для подальшого поширення в мережі.

– **Сексуальні посягання** – з появою Інтернету сексуальні збочення вийшли на новий рівень. Часто педофіли, замаскувавшись під фейковим ім'ям, можуть запросити дитину на зустріч чи дізнатися в неї час та місце, коли вона буде сама [3].

Віртуальну агресію в мережах за засобами поділяють на пряму (відкриту) і приховану (латентну). Відкриту агресію в Інтернет-мережі характеризують як відкритий напад

із метою завдання психологічної шкоди, агресивна поведінка, яка може призвести навіть до суїциду жертви.

Самогубство є другою найбільшою причиною смертності у віковій групі від 15 до 29 років. Знущання та цькування підлітка в мережі ставлять під загрозу життя великої кількості молодих людей. Проблема суїциду серед підлітків за останні кілька років особливо загострилася.

Одна із причин – поява та поширення в соцмережах «груп» самогубства. У квітні 2017 року кіберполіція закрила понад 600 «груп» смерті, які доводять дітей до смерті.

В Івано-Франківській області 2017–2018 року було також зафіксовано випадки участі неповнолітніх у смертельній грі «Синій кит». За інформацією відділу ювенальної превенції УПД ГУНП в Івано-Франківській області, до таких ігор у соцмережі приєдналися семеро підлітків віком 13–15 років. Троє з них були учасниками закритої групи, а одна дівчина зареєстрована як куратор. Кіберполіцією було заблоковано в Інтернеті сторінки цих дітей. У 2018 році на Яремчанщині хлопець дійшов практично до завершального етапу, говорив, що йому уже непотрібні ніякі куратори, запевняв, що готовий піти з життя. Працівники відділу встигли втрутитися й помістили дитину в центр соціально-психологічної реабілітації, де з хлопцем працювали психіатри й психологи. Причиною такої його поведінки була самотність та відчуття непотрібності. Для того щоб повернути до себе увагу, одинадцятикласник став учасником гри.

У той же період київські правоохоронці викрили 2 студентів-медиків, які були так званими «кураторами» суїцидальних груп у соцмережах. Почала проводитися просвітницька робота з батьками, їм почали пояснювати, як працюють подібні угруповання, як виявити, що дитина потрапила у небезпеку та як вберегти її у такому разі.

Психологи та педагоги впевнені, що про самогубство з дітьми потрібно говорити, пояснювати їм, що таке депресія, розповідати про «групи смерті» та надати дітям потрібну інформацію для захисту.

У березні 2018 року набув чинності закон, який передбачає до 3 років обмеження або позбавлення волі за доведення до самогубства [4].

Боротьбу з кібербулінгом ускладнює безкарність в інтернет-просторі, коли кожен може видати себе за будь-кого, не відповідаючи за наслідки власних вчинків. Найкраще, що можуть зробити батьки та вчителі, – виховувати в дитині упевненість у собі, розповісти їй про безпеку, які можуть на неї чатувати у Інтернет-мережі, будувати довірливі стосунки. Ще одним способом уберегти підлітка від загроз в інтернет-просторі є тест Білборда – це принцип спілкування в Інтернеті. Його зміст полягає в тому, що перш ніж висвітлювати будь-яку інформацію в Інтернеті потрібно відповісти на просте запитання: «Чи готовий(-а) я побачити цю інформацію/фото на білборді або стінах біля входу в мою школу чи дому?». Чесна відповідь самому собі на це запитання дасть можливість оцінити власні дії та не ділитися особистими фото/даними в мережі [5].

Отже, інтернет-залежність та кібербулінг є актуальними та важливими проблемами сьогодення, які не можна ігнорувати. Адже ця проблема швидко поширюється і набуває світового масштабу. Проведене нами дослідження показало, що у кожного четвертого підлітка виявлено високий рівень інтернет-залежності. Тому завданням батьків, оточуючих і педагогів є вчасне виявлення інтернет-залежності та проявів кібербулінгу серед дітей підліткового віку. Вони мають спрямовувати свою діяльність на попередження та профілактику цієї проблеми.

Перспективним напрямом подальших наукових досліджень є вдосконалення діагностичного інструментарію та з'ясування основних мотивів користування Інтернетом.

Список використаної літератури

1. Бугайова Н. Ризики сучасних комп'ютерних технологій: ігрова залежність. *Інформаційні технології в наукових дослідженнях і навчальному процесі* : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції, м. Луганськ, 14–16 листопада 2006. С. 192–222.
2. Інтернет-залежність та її вплив на виховання підлітків та юнацтва. URL: <http://ua-referat.com>.
3. Кібербулінг: загроза XXI століття. URL: <https://naurok.com.ua/post/kiberbuling-zagroza-hhi-stolitтя>.
4. Обережно, підліткові самогубства: за два дні в Україні це зробили 5 школярів. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2018/10/3/233430/>.
5. Тест Білбордата кохання в Інтернеті. URL: <https://rescentre.org.ua/bezpeka-ditei-v-interneti/test-bilborda-ta-kokhannia-v-interneti>.
6. Янг К. Диагноз – інтернет-зависимость. *Мир Интернета* № 2. Москва, 2000. С. 36–43.

**EMPIRICAL RESEARCH ON THE INTERNET ADDICTION
OF ADOLESCENTS IN RURAL LAND****Khrstyna Khmelivska**

*Higher Educational Institution "Precarpathian National University of Vasily Stefanyk",
57, Shevchenka Str., Ivano-Frankivsk, Ukraine, 76000,
hmelivska13@gmail.com*

Lydia Tymkiv

*Higher Educational Institution "Precarpathian National University of Vasily Stefanyk",
57, Shevchenka Str., Ivano-Frankivsk, Ukraine, 76000,
tymkiv_lida_28@ukr.net*

The article outlines the dangers of Internet space for teenage children. The purpose of the article is to identify threats that chat on a teenager on the Internet- network and an experimental study of adolescents' dependence on the Internet space. Manifestations of Internet addiction are considered and the types of cyberbullying are characterized.

The article states that the Internet plays an important role in modern life, with its help you can always find the right information, social networking, messaging, find friends with interest, listen to music, watch interesting movies, and you can find a job and buy any thing from the comfort of your home. Thanks to the Internet, there are virtually limitless opportunities in all walks of life. But besides the benefits, the Internet has also brought some downside to the life of a modern teenager, namely the creation of asocial websites that promote violence and aggression, free access to pornography, cyberbullying, and online fraud. For some, the Internet has become another type of drug that by virtue of its action and commitment is not inferior to alcohol or nicotine.

With the help of psychological tools diagnostics of the level of Internet addiction was carried out among 103 students of 8–11 grades, the survey was conducted anonymously. The following techniques were used to diagnose Internet addiction among adolescents: the Kimberley-Young test aimed at identifying cyber addiction, including Internet addiction; a scale of Internet-dependence of A. Zhichkina, which allows to analyze a measure of Internet-dependence of subjects; method of diagnostics of tendency to different dependences of G. Lozova. An analysis of the results of the empirical study revealed that teenagers include regular Internet users, Internet users who have problems and dependent Internet users. It was also determined that more than half of the respondents were addicted to the Internet, or had clear signs of this addiction.

Key words: adolescence, Internet addiction, cyberbullying, virtual world, Internet space, Internet.