

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

факультет здоров'я людини
кафедра психології та соціології

Д. О. Гончарова

Кваліфікаційна робота
ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ
ФАКТОР ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ
ОСОБИСТОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2024

**СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

Факультет здоров'я людини

(повне найменування інституту, факультету)

Кафедра психології та соціології

(повна назва кафедри)

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

до кваліфікаційної роботи

освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр

(бакалавр, спеціаліст, магістр)

спеціальності 053 Психологія

(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма «Психологія»

на тему: «Інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості у юнацькому віці»

Виконала: здобувачка вищої освіти групи ПС-202д

Гончарова Д. О.

Керівник: ст. викладач

Пелешенко О. В.

Завідувачка кафедри психології та соціології:

д. психол. н., проф.

Бохонкова Ю.О.

Рецензент: завідувачка кафедри психології, педагогіки та філософії Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського, к.психол.н., доц.

Літвінова О. В.

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет _____ здоров'я людини _____
Кафедра _____ психології та соціології _____
Освітньо-кваліфікаційний рівень _____ бакалавр _____
(бакалавр, спеціаліст, магістр)
Спеціальність _____ 053 Психологія _____
(шифр і назва)
Освітня програма _____ «Психологія» _____

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувачка кафедри
психології та соціології
Бохонкова Ю.О.

“20” травня 2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ
ЗДОБУВАЧКИ ВИЩОЇ ОСВІТИ
ГОНЧАРОВОЇ ДАР'І ОЛЕКСАНДРІВНИ

1. Тема роботи: «Інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості у юнацькому віці».

Керівник роботи: Пелешенко О. В. - ст. викладач кафедри психології та соціології, затверджений наказом по університету від «24» квітня 2024 року, № 28/15.17

2. Строк подання студентом роботи «14» червня 2024 року

3. Вихідні дані до роботи: обсяг роботи – 55 сторінок (1,5 інтервал, 14 шрифт з дотриманням відповідного формату), список використаної літератури оформлюється згідно з бібліографічними нормами з урахуванням Національного стандарту України ДСТУ 8302:2015.

4. Перелік питань, які потрібно розробити: проаналізувати наукові джерела із зазначеної проблематики; підібрати діагностичний інструментарій згідно проблеми дослідження та провести експериментальне дослідження; за допомогою математичних методів обробити й презентувати отримані результати; на основі результатів проведеного констатувального експерименту розробити практичні рекомендації щодо проблеми дослі,

5. Перелік графічного матеріалу: таблиці, рисунки (гістограми, діаграми)

6. Консультанти розділів роботи:

Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1.	Пелешенко О. В. – старший викладач кафедри психології та соціології	27.05.2024	09.06.2024
2.	Пелешенко О. В. – старший викладач кафедри психології та соціології	10.06.2024	23.06.2024

7. Дата видачі завдання: 20.05.2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів	Примітка
1	Визначення проблеми, завдань дослідження та розроблення плану кваліфікаційної роботи.	20.05.2024 – 26.05.2024	
2	Аналіз літератури за проблемою. Робота над теоретичною частиною дослідження.	27.05.2024 – 02.06.2024	
3	Підбір діагностичного інструментарію та проведення констатувального експерименту.	03.06.2024 – 06.06.2024	
4	Узагальнення результатів констатувального експерименту та їх графічна презентація.	07.06.2024 – 10.06.2024	
5	Розробка практичних рекомендацій, спрямованих на розвиток когнітивних здібностей в юнацькому віці.	11.06.2024 – 13.06.2024	
6	Представлення роботи на зовнішню рецензію.	14.06.2024 – 16.06.2024	
7	Перевірка роботи на академічний плагіат.	17.06.2024 – 19.06.2024	
8	Підготовка кваліфікаційної роботи до захисту.	20.06.2024 – 23.06.2024	
9	Захист кваліфікаційної роботи.	24.06.2024 – 30.06.2024	

Здобувач вищої освіти
Керівник роботи:
ст. викладач

Гончарова Д. О.
Пелешенко О. В

РЕФЕРАТ

Текст – 66 с., рис. – 8, табл. – 5, додатків – 8, джерел – 125

У випускній кваліфікаційній роботі бакалавра представлено аналіз проблеми дослідження у науковій психологічній літературі.

Проведено аналіз та підбрано психодіагностичні методики, спрямовані на дослідження інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості у юнацькому віці. Проведено констатувальний експеримент, зроблено психологічний та статистичний аналіз його результатів. Розроблено практичні рекомендації, спрямовані на розвиток когнітивних здібностей в юнацькому віці.

Ключові слова: НАВІЮВАННЯ, КОГНІТИВНІ ЗДІБНОСТІ, ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ, КОНСТАТУВАЛЬНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ, ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ, ПСИХОЛОГІЧНА НАПРУГА, ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ, ЮНАЦЬКИЙ ВІК, КОГНІТИВНІ ЗДІБНОСТІ, КОГНІТИВНЕ НАЧАННЯ, ЕМПАТІЯ, ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКТОРУ ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	11
1.1. Теоретико-методологічні засади вивчення проблеми впливу інтернет-ресурсів на особистість у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі.....	11
1.2. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості юнацького віку.....	17
1.3. Теоретико-методологічні засади вивчення інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу.....	20
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....	25
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКТОРУ ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	27
2.1. Інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості у юнацькому віці	27
2.2. Дослідження інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості у юнацькому віці	31
2.3. Психологічний та статичний аналіз результатів констатуючого експерименту.....	37
2.4. Практичні рекомендації щодо розвитку когнітивних здібностей особистості у юнацькому віці.....	52
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	66
ВИСНОВКИ.....	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	73
ДОДАТКИ.....	86

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Актуальність вивчення інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості у юнацькому віці розглядається як значущий фактор впливу цифрового середовища на сучасних юнаків. Розповсюдження Інтернету стало динамічною силою, яка формує різні аспекти життя юнаків. Величезний масив онлайн-інформації суттєво впливає на те, як молоді люди сприймають світ, формують думки та будують своє розуміння різних життєвих ситуацій.

Соціальні медіа, як частина інтернет-ресурсів, відіграють ключову роль у розвитку самоідентичності особистості юнацького віку. Спрямований характер профілів у соцмережах, взаємодій і впливу різноманітних точок зору може сприяти розвитку складних особистісних процесів формування юнацького покоління. Віртуальні спільноти та взаємодія з однолітками в онлайн-просторах роблять внесок у соціальну складову особистості, яка формує ціннісно-орієнтаційну сферу, світогляд, морально-етичні якості, особистісні характеристики характеру, спрямованості, самооцінки та переконання юнаків. Цей вплив може відбиватися на можливості молодих людей виявляти емпатію, співчуття та інші людські якості. Якщо юнак потрапляє у середу, де, по-перше, жорстокість безкарна, а по-друге, заохочується деструктивна поведінка, то нерідко можуть виникати випадки кібербулінгу.

Випадки кібербулінгу та переслідувань в Інтернеті можуть мати тривалі психологічні наслідки для осіб юнацького віку, впливаючи на самооцінку та психічне благополуччя. Крім того, цифрове поле вимагає від юнаків розвитку медіаграмотності та навичок критичного мислення, щоб орієнтуватися у великому масиві інформації та відрізнити надійні джерела від дезінформації.

Розуміння психологічних наслідків використання Інтернету юнаками є важливим для батьків, педагогів і психологів. Це дозволяє створювати стратегії, які сприяють позитивному досвіду онлайн взаємодії і сприяють

здоровому психологічному розвитку особистості. Визнання ролі Інтернет-ресурсів у формуванні особистості відкриває шляхи для дискусій навколо стратегій формування етичної поведінки в Інтернеті, гарантуючи, що юнацтво може використовувати переваги цифрової ери, одночасно пом'якшуючи потенційні ризики психологічного благополуччя.

Проблему впливу інтернет-ресурсів на формування особистості в юнацькому віці досліджували такі вітчизняні та зарубіжні науковці: А. С. Тімченко, І. М. Федорченко, Я. Побережного, З. Ковальчук, С. Лівінгстон, Э. Д. Хелспер, Л. А. Башманівська і інш. Медіаграмотність як спосіб протистояння негативному впливу інтернет-мережі вивчали: І. В. Лисенко, М. Г. Друшляк, О. М. Семенов, Н. В. Грона, Н. П. Пономаренко, О. В. Семеніхіна, В. Й. Бочелюк. Т. М. Голованова, О. І. Власова – ці науковці стверджують, що у зв'язку з пандемією та карантинном, при яких користуванням інтернетом стало обов'язковим задля виконання професійних, навчальних та соціальних обов'язків, ризик виникнення інтернет-залежності в юнацькому віці збільшився.

Об'єкт дослідження – особистість юнацького віку.

Предмет дослідження – інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості в юнацькому віці.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні інтернет-ресурсів як психологічного фактора впливу на формування особистості в юнацькому віці та наданні практичних рекомендацій щодо безпеки в Інтернеті.

Для досягнення мети дослідження потрібно вирішити наступні **завдання**:

1. Проаналізувати наукову літературу за проблемою дослідження у вітчизняній та зарубіжній психології.
2. Надати характеристику категорії особистості юнацького віку, причинам та чинникам впливу на її формування.

3. Дослідити інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості в юнацькому віці.

4. На основі результатів констатувального експерименту розробити практичні рекомендації щодо розвитку когнітивних здібностей, критичного мислення в юнацькому віці.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали: Проблему впливу інтернет-ресурсів на формування особистості в юнацькому віці досліджували: А. С. Тімченко, І. М. Федорченко, Я. Побережного, З. Ковальчук, С. Лівінгстон, Э. Д. Хелспер, Л. А. Башманівська. Медіаграмотність вивчали І. В. Лисенко, М. Г. Друшляк, О. М. Семенов, Н. В. Грона, Н. П. Пономаренко, О. В. Семеніхіна, В. Й. Бочелюк. Розглядається інтернет-залежність як прояв наслідків пандемії (Т. М. Голованова, О. І. Власова), її зв'язок з самотністю (Т. М. Голованова, А. М. Ставнічук) та її профілактика (Я. В. Шугайло, Н. М. Бугайова).

Для комплексного дослідження інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості в юнацькому віці, досягненню поставленої мети і розв'язанню поставлених завдань було використано комплекс **методів дослідження:**

– *теоретичні:* аналіз проблеми дослідження на базі вивчення наукової літератури;

– *емпіричні:* спостереження, бесіда, констатувальний експеримент, психологічне тестування («Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010), «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021), «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005), «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994);

– *методи математичної обробки даних з їх подальшою інтерпретацією та змістовним узагальненням.*

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні теоретичних знань щодо феномену формування особистості у юнацькому віці, прояви

впливу інтернет-ресурсів, теоретико-методологічні засади вивчення феномену формування особистості та інтернет-ресурсів як психологічного фактору в юнацького віку.

Практичне значення дослідження полягає у можливості створення ефективних методик та програм для розвитку психологічних компетенцій у юнаків на основі їхнього використання інтернет-ресурсами. Отримані результати можуть бути використані здобувачами вищої освіти, викладачами та батьками, психологами для, наприклад, розробки курсів з медіаграмотності, розвитку когнітивних здібностей та психологічного самовдосконалення для учнів середніх та старших класів.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКТОРУ ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Теоретико-методологічні засади вивчення проблеми впливу інтернет-ресурсів на особистість у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі

Вчені дедалі частіше ставлять під сумнів концепцію «інтернет-залежності», яка протягом майже двадцяти років була центральною в дослідженнях психології Інтернету. Такі автори, як Гріффітс М. Д., Сабо А., Старчевич В., Абужауд Е. направляють свою критику на недостатню увагу до індивідуальної проблемної поведінки, що здійснюється в Інтернеті [71, 104]; плутанина між залежністю від середовища та залежністю від конкретного заняття; відносна наполягання на відстороненості та толерантності як визначальних рисах; виклик визначення надмірного використання, оскільки люди дедалі частіше постійно перебувають у мережі; нереальний поділ між Інтернетом і безліччю ігрових і текстових платформ, які тепер доступні через один пристрій; і недостатня суворість у виключенні можливих причин, таких як депресія, соціальна тривожність, дефіцит уваги та гіперактивність [37, 103]. Такі недоліки призвели до відсутності узгодженої назви серед кількох запропонованих (наприклад, «Інтернет-залежність» [98, 120], «проблематичне використання Інтернету» [37, 41, 64, 97, 102] «компульсивне використання Інтернету» [68, 114] і «патологічне використання електронних засобів масової інформації» [91]) та усталеного визначення того, що є психопатологією, пов'язаною з Інтернетом. Включення «Інтернет-ігрового розладу» до п'ятого видання Діагностичного та статистичного посібника з психічних розладів (DSM-5) як умови для подальших досліджень не забезпечило значних напрямків аналізу цього феномену, частково через невідповідності в тексті,

(наприклад, змішання Інтернет- та патології, пов'язаної з іграми), що призвело до створення рекомендацій щодо чіткості в цій галузі [43; 83].

Іншим, нечасто обговорюваним недоліком у дослідженнях, проведених на сьогоднішній день, є майже повна відсутність уваги до психологічного впливу Інтернету серед осіб, чию поведінку в Інтернеті не можна правдоподібно назвати «залежною», «проблемною» або «компульсивною», або які не відповідають критеріям будь-якого запропонованого визначення проблемного використання [38]. Зосередження уваги на моделях залежності, азартних ігор або obsесивно-компульсивного розладу при підході до цієї проблеми призвело до того, що користувачі – тобто більшість людей онлайн – почуваються оманливо несприйнятливими до психологічного впливу цього середовища. Проте, непомітні негативні психологічні зміни, які вони можуть зазнати в результаті проблемного використання Інтернету, можуть бути такими ж всеосяжними, як і самі ЗМІ, навіть якщо про них написано дуже мало, окрім вузьконаправленої уваги до важкої психологічної патології, що мається на увазі під «Інтернет-залежністю» та подібними назвами.

Популярна культура рясніє прикладами людей, які діють більш імпульсивно, нарцисично та агресивно в Інтернеті. Інтернет, і пов'язані з ним технології, здається, підживлюють ці психологічні риси, можливо, через «Ефект розгальмування в Інтернеті», який, як вважає Джон Сулер, пояснює менш контрольовану поведінку багатьох людей в Інтернеті [109]. Ці риси легко впізнають більшість користувачів Інтернету, навіть якщо доступно дуже мало емпіричних даних про їх справжній масштаб, або якщо вони переносяться в реальне життя, потенційно «переробляючи» офлайн-індивіда в образі його аватара. Тим не менш, деякі результати проведених досліджень викликають занепокоєння щодо зростання імпульсивності, нарцисизму та агресії через онлайн-спосіб життя.

Технології, пов'язані з Інтернетом, посилюють імпульсивність, пишуть Абужауд Е. та Старчевич В., про що свідчить, зокрема, їхній вплив на залежність від азартних ігор і компульсивних покупок, які визначаються як

розлади контролю імпульсів [42, 85]. Ще в 2001 році Американська психіатрична асоціація визнала сприятливий вплив Інтернету на цікавість до азартних ігор, що змусило випустити попередження, яке висвітлювало стурбованість стрімким розвитком [43]. Відтоді, дані про поширеність та популярність азартних ігор в Інтернеті довели, що ці побоювання виправдані [51, 72, 86, 116]. Використання самостійно підібраних вибірок обмежує висновки кількох досліджень, міжнародне дослідження Вуда Р. Т. та Вільямса Р. Дж. дотримувалося зваженого підходу для аналізу даних великої вибірки гравців (N = 12 521) [116]. Серед інтернет-гравців 16,4% мали середні чи серйозні проблеми з азартними іграми, порівняно з 5,7% серед гравців, які не грали у азартні ігри в Інтернеті. Якщо включити гравців групи ризику, 39,9% азартних гравців в Інтернеті вважаються такими, що не мають проблем, порівняно з 82,1% гравців, які не грають в азартні ігри в Інтернеті. Стаття робить висновки, що у інтернет-гравців у три-чотири рази частіше виникають проблеми з азартними.

Як зазначає Абужауд Е., імпульсивність давно визнана фактором ризику суїциду за різними діагнозами, а зростання рівня самогубств пов'язують із ефектом Інтернету, який може ускладнювати протистояння імпульсам самоушкодження через створення «комфортного» середовища, яке пом'якшує та обходить офлайн-стримувальні засоби [40]. Від азартних ігор до самогубства, тоді як біологічні основи специфічної імпульсивності ще треба дослідити, візуалізація та нейропсихологічні дослідження можуть дати деякі пояснення у вигляді зміненого поведінкового виконання завдань та щільність сірої речовини мигдалеподібного тіла [80] або зміна рівнів активації у вентральній передній поясній корі, дорсолатеральній префронтальній корі та лівій орбітофронтальній корі [65].

Кертін С. К., Ворнер М., Хедегаард Х. у своєму дослідженні вказують, що неможливо покінчити життя самогубством в Інтернеті так само, як можна грати в азартні ігри або робити покупки, але рівень самогубств також

збільшився в останні роки, як показують нещодавні данні Управління з санітарного нагляду за якістю харчових продуктів та медикаментів США [63].

Імпульсивність не єдина риса, яку культивує Інтернет. Нарцисизм — ще одна риса, яка часто характеризує поведінку в Інтернеті. Абужауд Е. у своїй праці 2011 року зосереджує критику на веб-сайтах як на засобах самореклами, соціальних мережах, які передбачають популярність через кількість «друзів» або «підписників», і наголосі на «я» в назвах сайтів і інтернет-гаджетів [38]. Буффарді Л. Е. та Кемпбелл У. К. намагалися емпірично дослідити цю проблему за участю 129 студентів-користувачів Facebook [52]. Дослідники застосували шкалу нарцисичного опитування особистості (NPI), призначену для виявлення нарцисичних рис, пропонуючи учасникам тестування вибрати між такими твердженнями, як «Мое тіло не є чимось особливим» і «Мені подобається дивитися на своє тіло». Окремо, незалежні оцінювачі, які не відповідали суб'єктам, проаналізували їхні сторінки у Facebook відповідно до заданих об'єктивних та суб'єктивних критеріїв. Об'єктивні критерії включали кількість друзів у списку, кількість груп, до яких людина належала, кількість рядків тексту в розділі «Про мене» та кількість повідомлень на стіні. Суб'єктивні критерії включали вміст розділу «Про мене» (оцінений як самозаглиблений, самовагомий, самореклама або самосвідомий) та одяг на головному фото (оцінений як привабливий, самореклама, сексуальний, марнославний або скромний). Потім оцінки об'єктивних і суб'єктивних показників нарцисизму були підраховані та порівняні з оцінками NPI.

Результати показали, що незалежні оцінювачі змогли точно визначити рівень нарцисизму суб'єктів на основі вмісту їхніх профілів, оскільки вищі показники NPI були пов'язані з більшою кількістю взаємодій у Facebook та фотографіями профілю, які вважалися більш сексуальними та більш саморекламними. Автори роблять висновок, що оскільки нарциси мають більше соціальних контактів у Facebook, ніж ненарциси, середній користувач відчує соціальну мережу, яка надмірно представляє нарцисів. Це підвищує ймовірність того, що норми вираження думок на сайтах соціальних мереж

будуть спрямовані в бік більшої самореклами. Іншими словами, коли йдеться про нарцисичні риси, Інтернет може діяти як магніт і лупа.

Крім імпульсивності та нарцисизму, інтернет-користувачі можуть демонструвати більш безпричинну агресію, як це швидко демонструє будь-яке відвідування анонімного блогу чи чату. Не зв'язані правилами та нормами, які регулюють життя поза мережею, онлайн-взаємодія надто часто переходить у низький, керований інстинктами спосіб поведінки, який ігнорує стандарти етики та ввічливості. Шеймінг та лайливі слова в Інтернеті, кіберзалякування та висловлювання расистських та ідеологічно радикальних поглядів – лише деякі приклади [4]. Існує справжнє занепокоєння щодо того, чи може такий насильницький онлайн-дискурс призвести до більш ворожого та менш згуртованого суспільства [38]. Хоча дослідження ще не дали відповіді на це питання, деякі дослідження довгострокових наслідків насильницьких онлайн-ігор дали тривожні результати. Наприклад, великий мета-аналіз, у якому взяли участь понад 130 298 учасників, перевіряв вплив насильства у відеоіграх на крос-культурну вибірку із західних (переважно США) та східних (переважно японських) суспільств [46]. Результати свідчать про те, що насильство в іграх є причинним фактором впливу на розвиток офлайн-агресії, агресивного пізнання, агресивного афекту, зниження емпатії та зниження просоціальної поведінки. Крім того, коли дані дозволяли це перевірити, не було чіткої модерації впливу статі чи культури на ці показники результатів. Що стосується наслідків деяких онлайн-занять на особистості та поведінці, то може здатися, що всі люди більше схожі, ніж різні.

Абужауд Е. заявляє, що окрім імпульсивності, нарцисизму та агресії, такі риси, як регресія та грандіозність, були описані як невід'ємні частини онлайн-досвіду та онлайн-особистості. Дитячий стиль письма, який багато хто приймає в Інтернеті, багато смайлів, скорочень і bitmojis (виразні особисті мультяшні аватари), а також дуже висока популярність серед дорослих онлайн-ігор можуть розглядатися як ознака переходу до менш зрілих стадій розвитку [38]. Подібним чином метафора «Дикого Заходу», присутня при

зародженні Інтернету, коли вона передбачала, що все можливо в цьому новому незвіданому світі, залишається актуальною і все ще змушує багатьох підходити до Інтернету з безмежним оптимізмом і дещо оманливим самовдосконаленням [38]. Чи призводять ці риси до менш зрілого чи більш грандіозного суспільства – це питання, яке ще має бути серйозно поставлене та відповідене.

Технології, пов'язані з Інтернетом, мають важливі психологічні наслідки, які проявляються в Інтернеті та можуть залишатися актуальними й поза мережею після того, як людина вийшла з системи. Зосередження уваги на «Інтернет-залежності» відвернуло увагу від таких «повсякденних» психологічних переживань, які, можна сказати, різною мірою впливають на більшість користувачів, навіть якщо ці користувачі не можуть вважатися залежними від медіа за будь-яким запропонованим визначенням патологічного використання. Багато було написано, щоб оскаржити парадигму залежності в підході до Інтернету, але відсутність уваги до більш тонких змін особистості, які відбуваються в результаті взаємодії з новими технологіями, є ще однією серйозною, широко актуальною, але рідко обговорюваною вартістю цього підходу. Тим не менш, як важлива частина онлайн-психології, те, як технологія та особистість взаємодіють, заслуговує на серйозну дослідницьку увагу та дослідження.

1.2. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості юнацького віку

З моменту народження людина починає отримувати велику кількість інформації із зовнішнього середовища та подій. Починає зростати не тільки фізична активність людини, але й її об'єм знань. Щоб розпочати розуміння розвитку людини, необхідно визнати існування надзвичайного і складного процесу.

Психологія юнацтва включає відмінності в когнітивних процесах людини (відчуття, сприйняття, запам'ятовування, мислення). Поряд з розвитком психічного процесу юнака в нього входять різні види когнітивних процесів: удосконалюються гра, адаптування, праця. Вищезазначені сфери життя розвиваються з раннього дитинства. З моменту народження дитини і до її дорослішання, процеси її становлення в усіх напрямках, визначення психологічних механізмів цих труднощів мають велике значення в галузі психології юнацтва. Поряд із формуванням дитини як зрілої особистості суспільства відбувається вплив соціального середовища. Завдяки цьому можуть покращитися когнітивні процеси та свідомість дитини. Починаючи з ранніх стадій свідомості, характер індивіда зазнає розвитку, поки він не досягне всебічного розуміння свого середовища, існування та соціальних взаємодій.

Період між дитинством та дорослим життям – це бурхливий час життя [76]. Незважаючи на те, що існує великий обсяг досліджень соціального, біологічного та психологічного розвитку юнаків, мало відомо про особистісні процеси та індивідуальні відмінності в них у ці роки [95, 108]. Незважаючи на те, що було виявлено, що структура особистості, концептуалізована за допомогою нормативних особистісних рамок, таких як «Велика п'ятірка», схожа на таку у дорослих, моделі розвитку, як правило, відхиляються від таких у пізніші періоди життя [89, 101.]. Ще менше відомо про те, як патерни юнацької особистості та їх розвиток застосовні до ширших концептуалізацій

особистості, включаючи особистісну патологію. У зв'язку з цим залишаються відкритими багато питань про стабільність та зміни в особистості юнаків що розуміється в широкому розумінні, а також про потенційні процеси, що лежать у їх основі.

Юнацький вік – час бурхливого когнітивного розвитку [73]. Піаже визначає юнацький вік як стадію життя, де думки індивіда починають приймати більш абстрактну форму, а егоцентричні думки зменшуються, дозволяючи людині думати і розмірковувати у ширшій перспективі [124]. Поєднання поведінкових досліджень та досліджень фМРТ продемонструвало розвиток виконавчих функцій, тобто когнітивних навичок, які дозволяють контролювати та координувати думки та поведінку, які зазвичай пов'язані з префронтальною корою [61]. Думки, ідеї та концепції, що розвиваються в цей період життя, мають великий вплив на подальше життя людини, відіграючи важливу роль у формуванні характеру та особистості [90].

Біологічні зміни у структурі мозку та зв'язках у мозку взаємодіють зі збільшеним досвідом, знаннями та мінливими соціальними вимогами, викликаючи швидке когнітивне зростання. Вік, у якому відбуваються ті чи інші зміни, варіюються у різних людей, але зміни, описані нижче, починаються в період статевого дозрівання або незабаром після нього, і деякі навички продовжують розвиватися в міру дорослішання юнака. Модель дуальних систем передбачає дисбаланс дозрівання між розвитком соціально-емоційної системи та когнітивних систем управління в головному мозку, які сприяють імпульсивності та іншим видам поведінки, характерним для юнацького віку [107]. Деякі дослідження, такі як ABCD Study, вивчають базовий рівень когнітивного розвитку юнаків.

Існує принаймні два основні підходи до розуміння когнітивних змін у юнацькому віці. Одним із них є конструктивістський погляд на когнітивний розвиток. Ґрунтуючись на роботах Піаже, який використовує кількісний підхід, заснований на теорії станів, висуваючи гіпотезу про те, що когнітивні поліпшення у юнаків є відносно раптовими та різкими. Другий це підхід до

обробки інформації, що впливає з вивчення штучного інтелекту та намагається пояснити когнітивний розвиток з погляду зростання конкретних компонентів розумового процесу.

Крогер Дж. зазначає, що розвиток ідентичності є етапом життєвого циклу юнака [81]. Для більшості пошук ідентичності починається в юнацькому віці. У ці роки юнаки більш відкриті до «примірювання» різної поведінки та зовнішності, щоб дізнатися, хто вони [105]. У спробі знайти свою ідентичність і дізнатися, ким вони є, юнаки, ймовірно, перебирають кілька ідентичностей, щоб знайти ту, яка їм найбільше підходить. Розвиток і підтримка ідентичності (у юнацькому віці) є складним завданням через численні фактори, такі як сімейне життя, оточення та соціальний статус [81]. Емпіричні дослідження показують, що цей процес можна точніше описати як розвиток ідентичності, а не формування, але підтверджує нормативний процес зміни як змісту, так і структури думок про себе [106]. Двома основними аспектами розвитку ідентичності є самоясність та почуття власної гідності [105]. Оскільки вибір, зроблений у юнацькому віці, може вплинути на подальше життя, високий рівень самосвідомості та самоконтролю в підлітковому віці призведе до кращих рішень під час переходу до дорослого життя [48]. Дослідники використовували три загальні підходи до розуміння розвитку ідентичності: Я-концепція, почуття ідентичності та самооцінка. Підлітковий вік створює більш свідому групу юнаків. Юнаки приділяють пильну увагу, приділяють більше часу та зусиль своїй зовнішності, оскільки їхнє тіло зазнає змін. На відміну від дітей, підлітки та юнаки докладають зусиль, щоб виглядати презентабельно [36]. Середовище, в якому росте юнак, також відіграє важливу роль у розвитку його особистості. Дослідження, проведені Американською психологічною асоціацією, показали, що юнакам з менш привілейованим вихованням важче розвивати свою ідентичність [1].

1.3. Теоретико-методологічні засади вивчення інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу

Технологічний детерміністський погляд представляє Інтернет як інноваційну силу, яка має глибокий вплив на юнаків; технологія створює нові моделі вираження, спілкування та мотивації. З цієї точки зору, для опису цього покоління юнаків використовувалися різні терміни, зокрема «Мережеве покоління», «покоління тисячоліття» та «цифрові вихідці» [88]. Ці ярлики намагаються ідентифікувати велику групу молодих юнаків, які виростили під час розширення Інтернету та з раннього дитинства були занурені в медіа-середовище, користувалися комп'ютерами, грали в онлайн-ігри, постійно спілкувалися та з'єднувалися зі своїми друзями за допомогою електронних засобів. пристроїв. Це юнацтво створює та використовує цифрові простори для соціальної взаємодії, самовираження, виробництва та споживання медіа.

Підтримуючи цю точку зору, Лівінгстон С., д'Гененс Л. та Хасебрінк У. описали життя юнаків як таке, що характеризується приватизацією медіа в мультимедійному середовищі [100]. У західних суспільствах культурне споживання молодими людьми включає велику кількість медіа-артефактів, таких як телевізори, відеомагнітофони, стаціонарні та мобільні телефони, відеоігри, програвачі компакт-дисків, програвачі MP3 та комп'ютери. З часом, сім'ї, як правило, купують більше одного медіа-пристрою. Юнаки привласнюють медіа, і все більше медіа-інструментів переміщується з спільних місць домівок в приватні місця, з вітальні до спальні, накопичуючись у кімнаті юнака. Описується, що юнаки створили культуру «спальні», яка полегшує її використання медіа без нагляду та обмежень батьків.

Діючи в медіа-середовищі та «культурі спальні», мережеве покоління або цифрові вихідці виражають інші цінності, ставлення та поведінку, ніж попередні покоління. Цих цифрових вихідців описують як оптимістичних, орієнтованих на роботу в команді людей, які талановито володіють технологіями. Занурення в цю багату технологіями культуру, важливим

чином, впливає на навички та інтереси юнаків. Згідно з цією точкою зору, вони думають і обробляють інформацію інакше, ніж їхні попередники, активно експериментують, залежать від інформаційних технологій для пошуку інформації та спілкування з іншими, і прагнуть отримати навички, необхідні для розробки творчих мультимедійних презентацій і стати виробниками медіа, а не просто споживачами [88]. Марк Пренскі заявляє, що аргумент полягає в тому, що Інтернет створив нове покоління молодих людей, які володіють складними знаннями та навичками роботи з інформаційними технологіями, висловлюють цінності, які підтримують навчання на досвіді та створення культури в цифровому просторі, а також мають особливу освіту та соціальні переваги.

Поняття мережевого покоління узгоджується з детерміністським поглядом на вплив технологій на суспільство. Технологічний детермінізм розглядає технологію як незалежну силу, що рухає соціальні зміни [50]. Технологія сама по собі здійснює причинно-наслідковий вплив на соціальну практику, а технологічні зміни викликають зміни в соціальній організації та культурі, незалежно від соціальної бажаності цих змін.

Частково розбіжність між технологічним детермінізмом і поглядом на технологію як на сконструйовану суспільством є результатом відсутності ясності щодо предмета дослідження. У цьому відношенні, виділяє Крістін Хайн, корисно розрізнати Інтернет як культуру та Інтернет як культурний артефакт [62].

Вивчати Інтернет як культуру означає розглядати його як самостійний соціальний простір, досліджуючи форми споживання та виробництва контенту, а також моделі онлайн-комунікації та соціальної взаємодії, самовираження та формування ідентичності, які виробляються в цьому цифровому соціальний простір, а також те, як вони підтримуються ресурсами, доступними в онлайн-середовищі. У цьому сенсі онлайн-діяльність розуміється як відмінна і навіть відокремлена від офлайн-діяльності, яка має власне життя, зазвичай відокремлене від реального життя як паралельної

реальності учасників. При незалежному дослідженні віртуальний простір — це зв'язаний соціальний простір, який повністю існує в комп'ютерному просторі, і в якому можуть виникати нові правила та способи існування. Таким чином, юнаки, які працюють в онлайн-спільноті, можуть бути географічно розосереджені, переживаючи різні години доби в різних місцях, але вони мають однакові інтереси, віртуальний простір і правила, спільну діяльність і спільне почуття приналежності. Перебування в Інтернеті не тільки відокремлює людей від обмежень, накладених місцем розташування, але також звільняє їх від обмежень, пов'язаних з їхніми офлайн-особистостями та соціальними ролями. Юнацтво має можливість виразити в Інтернеті своє «справжнє» або внутрішнє я, використовуючи відносну анонімність Інтернету, щоб бути тими, ким вони хочуть бути, і експериментуючи зі своєю ідентичністю та собою [78].

Інтернет часто використовується для вираження незвіданих аспектів себе та створення віртуальної особистості. Кіберпростір стає місцем для «розігрування» невирішених конфліктів, для гри та відтворення труднощів, для роботи над важливими особистими проблемами. Шеррі Теркл резюмує цю позицію: «Ми можемо використовувати віртуальне, щоб конструктивно розмірковувати над реальним. Кіберпростір відкриває можливість для гри ідентичності, але це дуже серйозна гра» [99, с. 644].

Цей підхід має методологічні наслідки. Розуміння Інтернету як об'єкта дослідження означає вивчення лише віртуальної особистості; онлайн спілкування; і соціальні норми, правила та етикет в Інтернеті, не беручи до уваги інший напрямок, а саме те, як усталені соціальні норми та цінності відображаються в онлайн-світі. Інтернет хвалять за можливості, які він, як вважають, пропонує своїм користувачам уникнути обмежень свого матеріального оточення та тіл, дозволяючи їм створювати онлайн-ідентичності та грати з ними [94]. У цих термінах людське тіло розглядається не лише як невидиме онлайн, але й як тимчасово призупинене, так що воно стає частково або повністю неактуальним. Подібним чином, у цій перспективі,

Інтернет-комунікація створює нові форми соціальних стосунків, у яких учасники більше не зв'язані потребою зустрічатися з іншими віч-на-віч, але можуть розширити свою соціальну сферу, зустрічаючись з іншими, які знаходяться в будь-якій точці онлайн-всесвіту. розум. Таким чином, віртуальні стосунки вважаються більш інтимними, багатшими та більш звільняючими, ніж стосунки офлайн, оскільки вони базуються на справжньому взаємному інтересі, а не на випадковій фізичній близькості. Це зона свободи, плинності та експериментів, ізольована від повсякденних реалій матеріального світу [78].

Джеймс Е. Кац і Рональд Е. Райс, як представники альтернативної точки зору, наполягають на те, що треба розглядати Інтернет як культурний артефакт, об'єкт, занурений у соціальний контекст, враховуючи, як технологія включена в повсякденне життя людей і як вона використовується як засіб спілкування, самовираження та створення контенту в офлайновому соціальному світі [77]. Ця перспектива відкидає дематеріалізацію соціального життя, яка є результатом прийняття точки зору, яка розглядає Інтернет як культуру сам по собі. Сьюзен С. Херрінг пише, що багато з того, що відбувається в електронному просторі, глибоко вплинуло на офлайн-культуру — матеріальні практики та уяви, які відбуваються поза електронним простором. Цифрові простори не є винятковими умовами, які стоять поза межами нецифрового. Цифровий простір вбудований у більші суспільні, культурні, суб'єктивні, економічні та уявні конструкції життєвого досвіду та систем, у яких люди існують та працюють [110]

Розуміння нового цифрового простору як соціально вбудованого дозволяє нам вийти за рамки подвійності між технологічним детермінізмом і соціальним конструюванням технології. Наприклад, цей підхід дозволяє зрозуміти, що юнаки використовують Інтернет для створення унікальних соціальних просторів, у яких вони можуть використовувати миттєві повідомлення та сайти соціальних мереж, щоб підтримувати свою дружбу, але вони також можуть подолати географічні обмеження спілкування. Вони можуть мати доступ до інших людей, які поділяють їхні проблеми та інтереси

та не належать до їхньої безпосередньої соціальної групи. Роблячи це, вони отримують доступ до нових соціальних мереж і нових інформаційних ресурсів і можливостей. Соціальна несприятливість створює обмеження в доступі до мереж і ресурсів, які може запропонувати Інтернет. У той же час, як показали дослідження, більшість використання миттєвих повідомлень (МП) і сайтів соціальних мереж полягає в підтримці існуючих соціальних зв'язків з іншими людьми.

Таким чином, онлайн-простори використовуються як продовження повсякденного спілкування, для обдумування шкільного досвіду та планування спільних заходів. У той же час, онлайн-досвід проведення різноманітних заходів і розмов з іншими включений у спосіб підходу юнаків до повсякденного життя, а межі між офлайн і онлайн, публічним і приватним постійно розмиваються, взаємно впливаючи один на одного різними способами. Ці взаємні ефекти потребують більш глибокого вивчення та розуміння.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Підсумовуючи, концепція «інтернет-залежності» була центральною темою в дослідженнях психології Інтернету протягом майже двох десятиліть, але вона стикається з дедалі більшою критикою з боку вчених. Такі дослідники, як Гріффітс, Сабо, Старчевич і Абуджауде, висвітлюють кілька проблем: злиття залежності від середовища та діяльності, проблематичний наголос на відстороненості та толерантності як визначальних рисах і виклик визначення надмірного використання в епоху повсюдної присутності в Інтернеті. Крім того, недостатньо розрізняють Інтернет і різні платформи, які в ньому розміщені, а також недостатньо враховують основні проблеми, такі як депресія та соціальна тривожність. Ці недоліки призвели до непослідовної термінології та відсутності чіткого визначення психопатології, пов'язаної з Інтернетом.

Крім того, зосередження уваги на важких патологічних випадках не враховує психологічний вплив Інтернету на широке населення. Багато користувачів відчувають ледве помітні негативні зміни в поведінці та особистості, які не вловлюються моделями залежності, азартних ігор або ОКР. Імпульсивність, нарцисизм і агресія – це риси, які, здається, посилюються під час онлайн-взаємодії, частково зумовлені «ефектом розгальмування Інтернету». Докази свідчать про те, що ці риси можуть трансформуватися в поведінку в реальному житті, що має серйозні наслідки для соціальної єдності та психічного здоров'я.

Імпульсивність, наприклад, пов'язана із залежністю від азартних ігор і покупок в Інтернеті, і вона також може підвищити ризик самогубства, створюючи «комфортне» середовище, яке обходить офлайн-стримуючі фактори. Нарцисизм пропагують соціальні медіа-платформи, які підкреслюють саморекламу та популярність, а емпіричні дослідження показали кореляцію між онлайн-поведінкою та нарцисичними рисами. Крім того, анонімність Інтернету може призвести до більш агресивної поведінки, як

це видно у кіберзалякуваннях і ганьбі в Інтернеті, з потенційним довгостроковим впливом на поведінку офлайн.

Інтернет також розвиває такі риси, як регресія та грандіозність, які можна побачити в дитячих стилях спілкування та оптимістичних, часто нереалістичних очікуваннях користувачів щодо свого досвіду в Інтернеті. Ці риси можуть сприяти менш зрілому або більш грандіозному суспільству, питання, яке ще належить ретельно дослідити.

Загалом, увага до «інтернет-залежності» затьмарила ширший, всепоглинаючий психологічний вплив використання Інтернету. Розуміння того, як технологія взаємодіє з рисами особистості та змінює їх, потребує серйозної дослідницької уваги. Ця ширша перспектива необхідна для розуміння повного масштабу психологічних наслідків Інтернету та вирішення тонких, але значних змін, які він приносить у поведінку та психічне здоров'я користувачів.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКТОРУ ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості у юнацькому віці

Оскільки засоби та можливості доступу до Інтернету значно зросли, проблемне використання Інтернету (ПВІ) стало серйозною проблемою у всьому світі, особливо серед юнаків. Хоча передбачається, що проблемне використання Інтернету викликає дисонанс в академічному житті, тривожний розлад, позбавлення сну, депресію та проблеми у стосунках із сім'єю та друзями; досі тривають дебати про те, чи слід сприймати проблемне використання Інтернету як форму залежності [59]. З цієї причини, хоча проблематичне використання Інтернету ще офіційно не вважається розладом, останніми роками його все частіше сприймають як поведінкову проблему, особливо серед юнаків [67, 121]. Наприклад, Дуглас А. С. та ін. визначають проблемне використання Інтернету як нездатність людини контролювати своє прагнення надмірного використання Інтернету, що, у свою чергу, призводить до почуття стресу та функціональних порушень повсякденної діяльності [66]. Визначаючи те саме поняття як зростаюча напруга або збудження, що відчувається перед використанням Інтернету, і почуття полегшення або задоволення, яке відчувається після доступу до Інтернету, Шапіра Н. А. та ін., описали цю конструкцію як розлад контролю над імпульсами і визначили дві основні риси людей, схильних до проблемного використання Інтернету [97]. Ці риси були пояснені як:

- 1) надмірне використання Інтернету протягом періоду часу, що перевищує запланований, або стурбованість використанням Інтернету, яка сприймається як непереборна;

2) занепокоєння Інтернетом, що починає викликати погіршення соціальних, професійних та сімейних відносин.

На відміну від інших дослідників, Райс Р. Е. використовував концепцію інтернет-залежності, а не проблемного використання Інтернету, визначаючи її як «нав'язливу схильність до використання Інтернету», яка заважає людині продовжувати повсякденне життя та скорочує тривалість сну [93].

На основі цих обговорень Джейхан А. А. і Джейхан Е. не використовували загальноприйнятий термін «інтернет-залежність» для визначення проблем, викликаних використанням Інтернету, або для опису його нездорового використання [60]. Це пов'язано з тим, що концепція інтернет-залежності не відображає точно надмірне використання Інтернету і не включає симптоми і поведінку, такі як фізична депривація, які аналогічні тим, які спостерігаються при залежності від хімічних речовин. На підтвердження цієї точки зору, «Посібник з діагностики та статистики психічних розладів» (DSM-V), остання версія якого була опублікована в 2013 році, не містить категорії інтернет-залежності, хоча і дає визначення залежності від інтернет-ігор [60]. Крім того, оскільки в літературі немає єдиної думки про те, чи варто виділяти проблемне використання Інтернету в окрему діагностичну категорію, використання таких понять, як проблемне або надмірне використання Інтернету, замість інтернет-залежності видається більш слушним.

Деякі дослідники, наприклад Йеллоус П. М. та Маркс С., з іншого боку, вважають концепцію залежності доречною та пов'язують інтернет-залежність із надмірно повторюваними діями в Інтернеті, які аналогічні симптомам, що ведуть до зловживання психоактивними речовинами [119]. Вони підкреслили, що такі дії, як надмірні онлайн-ігри, надмірні онлайн-азартні ігри та надмірне використання сайтів соціальних мереж досить поширене [113, 83, 70].

Юнаки, які вважають Інтернет невід'ємною частиною свого повсякденного життя, становлять найважливішу групу ризику з точки зору проблемного використання Інтернету [60, 87]. Згідно з даними дослідження

Ховича М. та Мекшун А. 17,2 % студентів 1-4 курсів технологічного факультету Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка мають середній ступінь проблемного використання Інтернету. Аналіз показує, що юнаки здебільшого використовують Інтернет для відвідування сайтів соціальних мереж, ігор, надсилання електронних листів, прослуховування музики, перегляду фільмів, спілкування в чаті, обміну інформацією, а також для розваг [33]. Оскільки Інтернет є медіа, доступ до якого доступний досить легко та дешево, використання Інтернету швидко поширилося серед юнаків, що призводить до аргументу, що юнаки представляють вікову групу, яка найбільше страждає від проблемного використання Інтернету [69].

У цьому контексті різні дослідження як у національній, так і в міжнародній літературі показують, що проблемне використання Інтернету значною мірою корелює з такими особистісними рисами, як депресія, інтроверсія, низька впевненість у собі, сором'язливість та соціальна тривожність [44, 45]. Ці дослідження також виявили позитивну кореляцію між психотизмом та невротизмом та проблемним використанням Інтернету, хоча проблемне використання Інтернету, мабуть, не має суттєвого зв'язку з іншими особистісними рисами [118, 117]. Крім того, кілька досліджень показали, що юнаки з інтернет-залежністю схильні до інших поведінкових залежностей, таких як зловживання психоактивними речовинами, надмірне захоплення відеоіграми та патологічні азартні ігри [80]. Також було продемонстровано, що інтернет-залежність корелює із соціальною тривожністю та відносинами з однолітками [122]. Крім того, різні дослідження показують, що час, який юнаки проводять в Інтернеті, тип школи та рівень навчання є значними факторами ризику, що впливають на інтернет-залежність [112, 111]. Проте слід також сказати, що взаємозв'язок між проблемним використанням Інтернету, самосприйняттям та типами старшокласників, які відвідують школу, досі не був вивчений досить докладно.

Хович М. та Мекшун А. у своїй статті проаналізували 3 питання з Тесту на інтернет-залежність, ІАТ, складений Кімберлі Янг, який використовувався для емпіричного дослідження. Перше питання передбачало аналіз часу перебування у інтернет-мережі. Було виявлено, що 12 студентів (34,3) рідко перебувають понад нормований час у мережі, 12 респондентів (34,3%) регулярно проводять час в мережі більше, ніж передбачали, 4 опитаних (11,4%) – часто засиджуються в Інтернеті і 6 (17,1%) – постійно знаходяться в «онлайн режимі».

Друге запитання «Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?» Відповіді були такими, 10 студентів (28,6%) відповіли, що дуже рідко це буває, 14 респондентів (40%) відзначили, що рідко, була і досить значна категорія юнаків, які регулярно відчують негативний вплив на їх освіту – 3 студента (7,2%), 2 студента (6%) відмітили, що їх освіта часто страждає через понаднормовий час, проведений ними у всесвітній мережі.

Третє питання звучало так: «Як часто Ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?» Показники тут були 42,9% респондентів відповіли «Дуже рідко» або «Інколи» – 37,1% відповідно [33].

Вони дійшли к висновкам, що проблемне використання Інтернету вже є проблемою серед студентів, кількість виявлених випадків постійно зростає. Хоча Інтернет в основному використовується як засіб навчання, він викликає потребу в пошуку ефективних методів і стратегій профілактики та лікування. Психологи, вчителі та лікарі повинні співпрацювати, щоб вирішити цю залежність і боротися з нею.

2.2. Дослідження інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості у юнацькому віці

Для проведення експериментального дослідження був обраний період юності людини, а саме респонденти віком від 17 до 21 року. У дослідженні взяли участь 22 жінки та 8 чоловіків. Усі випробувані – здобувачі вищої освіти 1-3 курсів, спеціальності 053 «Психологія», Східноукраїнського національного університету ім. Володимира Даля, кафедри психології та соціології, який розташований у місті Київ.

З метою дослідження психологічних особливостей віку були застосовані чотири методики: «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010), «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021), «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005), «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994).

«Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010) [53]. Стимульний матеріал наведений у Додатку А.

Загальна шкала проблемного використання Інтернету (Generalized Problematic Internet Use Scale 3, GPIUS3) призначена для вимірювання когнітивних процесів та особливостей поведінки людини в мережі (терміну «інтернет-залежність» автори уникають).

Основою методики є друга версія шкали (GPIUS2, 2010) Скотта Каплана. За минулі 8 років з часу її створення умови користування інтернетом зазнали суттєвої динаміки, яку автори постаралися врахувати у пропонованій третій версії шкали.

Інструкція. На наступній сторінці Вам будуть запропоновані твердження. Прохання оцінити, наскільки Ви погоджуєтесь з кожним з них. На основі отриманих відповідей можливе визначення особливостей використання Вами Інтернету та соціальних мереж.

Повністю не згоден (1), не згоден (2), швидше не згоден (3), ні те ні інше (4), швидше згоден (5), згоден (6), повністю згоден (7).

Інтерпретація

Відповідні бали підсумовуються для підрахунку кожної шкали.

Шкали

Перевага онлайн-спілкування - 1, 3, 12.

Регуляція настрою – 4, 5, 7.

Когнітивна поглинання – 2, 8, 10.

Компульсивне використання – 6, 9, 11.

Негативні наслідки – 13, 14.

«Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)

[92]. Стимульний матеріал наведений у Додатку Б.

Індекс зануреності в інтернет-середовище призначений для вивчення ступеня інтернет-активності підлітків.

Зануреність в інтернет-середовище розуміється як термін, що характеризує активність людини в цифровому віртуальному середовищі, вільний від негативної та клінічної конотації. Виділяються поведінковий, когнітивний та афективний компоненти.

Ключі шкал та обробка результатів опитувальника «Індекс зануреності в інтернет-середовище»

Запитання 1 – кількість балів відповідає номеру відповіді

Запитання 2 – кількість балів відповідає номеру відповіді

Запитання 3 – кількість балів відповідає номеру відповіді

Запитання 4 – кількість балів відповідає номеру відповіді

Питання 5 – сума балів за непарними рядками мінус сума за парними рядками, поділена на 9, де:

дуже часто – 5 балів,

часто – 4 бали,

іноді – 3 бали,

рідко – 2 бали,

ніколи – 1 бал.

Питання 6 – підраховується сума балів, за кожну відповідь «так» нараховується по 1 балу

Питання 7 - сума балів, поділена на 15 (кількість рядків). Враховуються всі рядки, де: дуже подобається – 5 балів, подобається – 4 бали, байдуже – 3 бали, не подобається – 2 бали, зовсім не подобається – 1 бал.

Шкали

Шкала 1. Цифрове споживання – сума балів з питань 1, 2, 6.

Шкала 2. Цифрова компетентність – сума балів з питань 3, 4.

Шкала 3. Емоційне ставлення до цифрового середовища – сума балів з питань 5, 7.

Індекс зануреності в інтернет-середовище – сума балів за всіма шкалами.

«Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005) [35]. Стимульний матеріал наведений у Додатку В.

Методика визначення ступеня навіюваності призначена для дослідження схильності людини до навіюваності (психологічного індукування). Опитувальник включає твердження, що характеризують різні аспекти прояву навіюваності у поведінці, діяльності та самосвідомості людини.

Навіювання є невід'ємною частиною взаємин. Цю думку висловив ще В. М. Бехтер, випередивши багато в чому свій час. Передбачається, що навіювання відбувається несвідомо при безпосередньому спілкуванні для людей. Актуальність питання навіювання та управління іншою людиною була завжди.

Розуміння механізмів навіювання дозволить розкрити потенціал учня і, можливо, відкриє нові способи передачі знань. Розуміння процесу навіювання допоможе у психотерапії, при розумінні причин виникнення всередині особистісних конфліктів та надання психотерапевтичної допомоги. Корекційна робота від нав'язливих станів, викликаних рекламними акціями та

ЗМІ, такі як шопоголія. Важливим пунктом є безпека застосування навіювання та усунення негативних наслідків.

Опитувач був складений Володимиром Володимировичем Деларю у 2005 році у своїй праці «Конкретні соціологічні дослідження у медицині».

Він складається з 20 питань, на які треба відповісти «Так» або «Ні».

Орієнтовний час тестування 15-20 хвилин.

Інтерпретація

За кожен позитивну відповідь на непарне питання та негативне на парне питання слід нараховувати по 1 балу. Сумарна кількість балів після закінчення тесту та вкаже на результат:

До 7 балів – низький рівень навіюваності. Чітка система внутрішніх установок – принципів та цінностей, людиною дуже важко маніпулювати. Вона може впливати на оточуючих, заражаючи їх своєю впевненістю та непохитністю.

8–14 балів – середня навіюваність. Навряд чи вдасться переконати у принципових питаннях чи залучити до вкрай екстремальної справи, але загалом можна домовитися.

Понад 15 балів – висока навіюваність. Легко піддається переконанню збоку. Нерідко така наївність приносить клопіт та неприємності. Треба вчитися поважати і чути себе, критично оцінювати слова та дії оточуючих.

«Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994) [29]. Стимульний матеріал наведений у Додатку Г.

Тест-опитувач особистісної зрілості дозволяє визначити рівень своєї особистісної зрілості. Оцінка проводиться за чотирма рівнями: дуже високий, високий, задовільний та незадовільний. Користуючись цими ж рівнями, можна оцінити свою особистісну зрілість за окремими її аспектами. Вік застосування: від 15 років.

Правила виставлення тлумачення оцінок

Оцінкою особистісної зрілості випробуваного є алгебраїчна сума балів, набраних з усіх 33 питань тесту. (Отже, ця оцінка може бути в межах від +99

до -99 балів). На основі теоретичних міркувань та деяких даних емпіричного характеру встановлено такі рівні оцінки особистісної зрілості:

(+99) - (+75) – дуже високий рівень,

(+74) – (+50) – високий;

(+49) - (+25) – задовільний;

менше (+25) – незадовільний.

Аналогічним чином визначаються оцінки за окремими шкалами тесту;

1. Мотивація досягнень

(Питання 2,7,8,9,11,12,15,26,27,29,30)

(+33) - (+24) – дуже високий рівень

(+23) - (+15) – високий

(+14) - (+7) – задовільний;

менше (+7) – незадовільний;

2. Ставлення до свого "Я" ("Я - концепція")

(Питання 1, 2, 5, 6, 7, 9, 10,13,14, 15, 17, 18, 22, 23,24, 25, 26, 30)

(+54) - (+42) – дуже високий рівень

(+41) – (+30) – високий;

(+29) - (+20) – задовільний;

менше (+20) – незадовільний;

3. Почуття громадянського обов'язку

(Питання 9,16,19,21,24,28)

(+18) - (+12) – дуже високий рівень;

(+11) - (+7) – високий;

(+6) - (+4) – задовільний;

менше (+4) – незадовільний.

4. Життєва установка

(Питання 3,4,9,11,12,13,17,18,20,26,27,28)

(+36) - (+27) – дуже високий рівень,

(+26) - (+19) – високий;

(+18) - (+11) – задовільний;

менше (+11) – незадовільний.

5. Здатність до психологічної близькості з іншою людиною

(Питання 4,5,15,16,31,32,33).

(+21) - (+18) – дуже високий рівень;

(+14) - (+10) – високий;

(+9) - (+7) – задовільний;

менше (+7) – незадовільний.

2.3. Психологічний та статичний аналіз результатів констатуючого експерименту

З метою дослідження психологічних особливостей віку були застосовані чотири методики: «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010), «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021), «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005), «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994).

Аналіз проведеного дослідження опитуваних респондентів за методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010) показав наступні результати (див. табл. 2.1.). Протоколи дослідження наведені у Додатку Г.

Таблиця 2.1.

Результати дослідження за методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

Ім'я	Стать	Вік	Перевага онлайн-спілкування (макс. 21)	Регулювання настрою (макс. 21)	Когнітивне поглинання (макс. 21)	Компульсивне використання (макс. 21)	Негативні наслідки (макс. 14)
Єлизавета З.	Ж	19	10	17	8	12	10
Наталія Ш.	Ж	19	7	10	9	10	4
Дар'я Б.	Ж	18	6	7	7	9	6
Діана Б.	Ж	18	10	15	15	16	14
Андрій С.	Ч	21	11	7	7	11	4
Ігор І.	Ч	21	14	10	9	6	4
Анастасія Д.	Ж	19	9	17	12	9	2
Олександр М.	Ж	19	4	10	3	3	2
Ангеліна Г.	Ж	21	7	15	10	13	4

Продовження табл. 2.1

Ім'я	Стать	Вік	Перевага онлайн-спілкування (макс. 21)	Регулювання настрою (макс. 21)	Когнітивне поглинання (макс. 21)	Компульсивне використання (макс. 21)	Негативні наслідки (макс. 14)
Інна В.	Ж	20	6	17	3	17	2
Анна А.	Ж	18	12	18	15	16	8
Сергій С.	Ч	21	5	7	9	12	4
Данило К.	Ч	18	7	17	16	10	2
Софія К.	Ж	18	3	14	15	10	2
Дана С.	Ж	19	9	16	6	13	8
Карина І	Ж	18	10	13	20	11	13
Ігор Ж.	Ч	18	10	14	10	14	6
Богдан К.	Ч	19	7	7	4	6	2
Юлія К.	Ж	18	3	9	5	5	4
Анжеліка І.	Ж	19	11	12	5	7	6
Уляна Д.	Ж	21	3	6	7	8	2
Віктор Ю.	Ч	19	7	16	17	12	4
Денис Г.	Ч	19	14	9	17	13	7
Марія О.	Ж	18	8	15	11	12	9
Міра П.	Ж	17	14	12	15	12	10
Юлія Б.	Ж	20	9	16	19	16	9
Айлін К.	Ж	18	12	16	12	18	5
Анжеліка Г.	Ж	17	7	7	8	9	6

Отримані результати представлені графічно на рисунках (див. рис. 2.1., 2.2.):

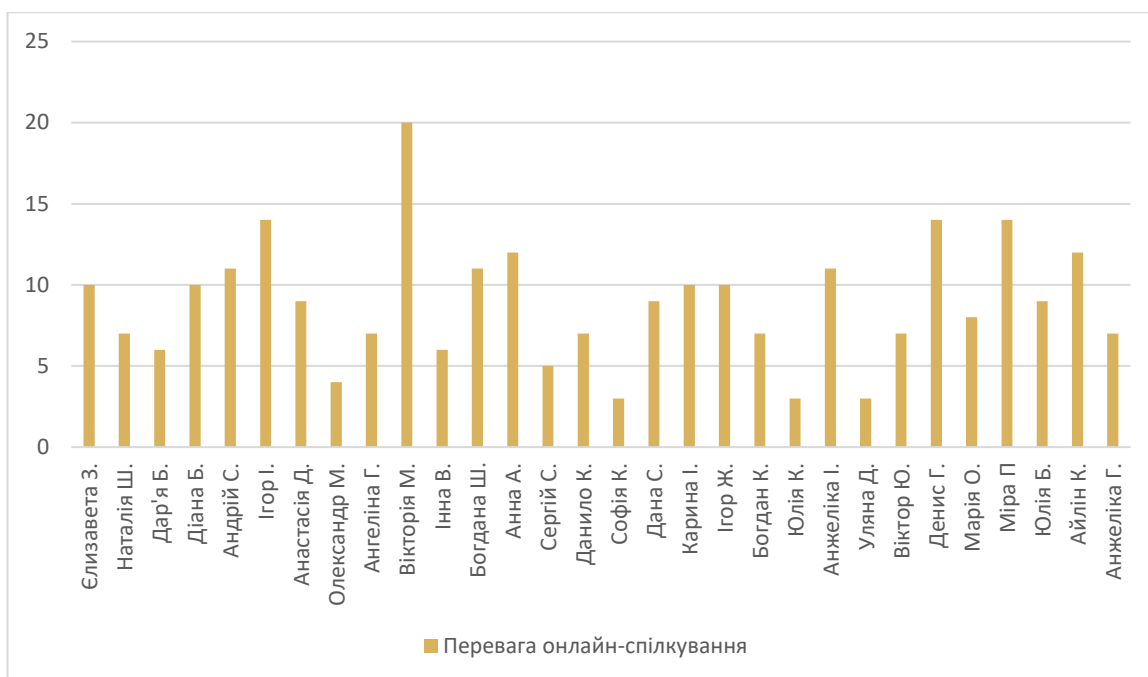


Рис. 2.1. Гістограма результатів переваги онлайн-спілкування у дослідження за методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

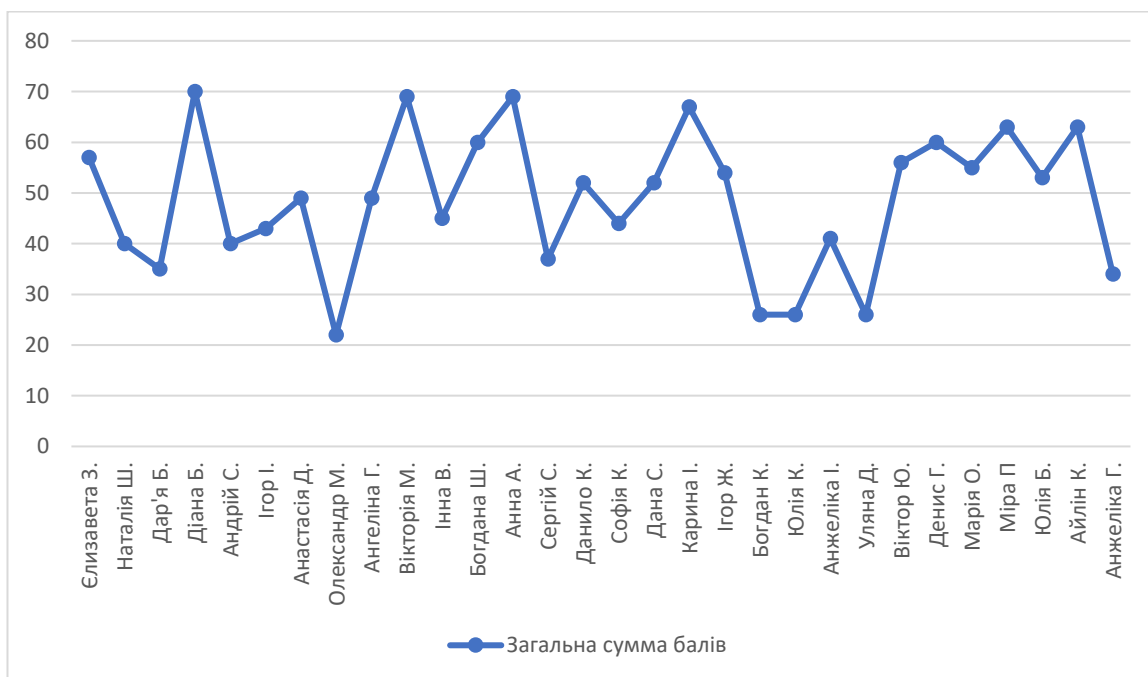


Рис. 2.2. Гістограма суми результатів дослідження за методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

Проаналізувавши результати дослідження за методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету», можна зробити наступні висновки:

6 з 30 респондентів мають високий бал проблемного використання інтернету. Це означає, що зловживання інтернетом можливо наносить їм шкоду, завдає їм незручностей та заважає повноцінно жити.

4 респонденти мають низький бал. Це свідчить про те, що ці респонденти демонструють менше симптомів та показників проблемного використання Інтернету порівняно з іншими в групі, тобто інтернет мало впливає або зовсім не заважає жити.

20 респондентів – середній бал. Інтернет впливає на життя респондентів, але не завдає шкоди або завдає мало.

Загалом рівень використання інтернету опитуваних є у нормі, на середньому рівні. Не відзначено окремих випадків с дуже низькими та зависокими показниками.

Аналіз дослідження за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021) показав наступні результати (див. табл. 2.2.). Протоколи дослідження наведені у Додатку Д.

Таблиця 2.2.

Результати дослідження за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)

Ім'я	Стать	Вік	Цифрове споживання (макс. 15)	Цифрова компетентність (макс. 10)	Емоційне відношення (макс. 10)	Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35)
Єлизавета З.	Ж	19	13	8	7	28
Наталія Ш.	Ж	19	14	7	8	29
Дар'я Б.	Ж	18	10	6	8	24
Діана Б.	Ж	18	12	9	8	29
Андрій С.	Ч	21	9	10	6	25

Продовження табл. 2.2.

Ім'я	Стать	Вік	Цифрове споживання (макс. 15)	Цифрова компетентність (макс. 10)	Емоційне відношення (макс. 10)	Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35)
Ігор І.	Ч	21	10	9	6	25
Анастасія Д.	Ж	19	10	9	7	26
Олександр М.	Ж	19	10	8	8	26
Ангеліна Г.	Ж	21	10	8	8	26
Вікторія М.	Ж	21	12	10	7	29
Інна В.	Ж	20	10	10	8	28
Богдана Ш.	Ж	21	13	9	8	30
Анна А.	Ж	18	11	9	7	27
Сергій С.	Ч	21	8	9	6	23
Данило К.	Ч	18	13	10	8	31
Софія К.	Ж	18	13	8	8	29
Дана С.	Ж	19	13	9	6	28
Карина І	Ж	18	11	7	8	26
Ігор Ж.	Ч	18	11	7	7	25
Богдан К.	Ч	19	8	9	8	25
Юлія К.	Ж	18	10	9	7	26
Анжеліка І.	Ж	19	11	6	8	22
Уляна Д.	Ж	21	7	8	8	23
Віктор Ю.	Ч	19	11	7	6	24
Денис Г.	Ч	19	10	8	6	24
Марія О.	Ж	18	6	5	7	18
Міра П.	Ж	17	9	5	6	20

Продовження табл. 2.2.

Ім'я	Стать	Вік	Цифрове споживання (макс. 15)	Цифрова компетентність (макс. 10)	Емоційне відношення (макс. 10)	Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35)
Юлія Б.	Ж	20	8	6	6	20
Айлін К.	Ж	18	12	10	6	28
Анже ліка Г.	Ж	17	8	9	7	24

Графічно отримані результати представлені за допомогою діаграми та сегментограми (див. рис. 2.3., 2.4., 2.5.):

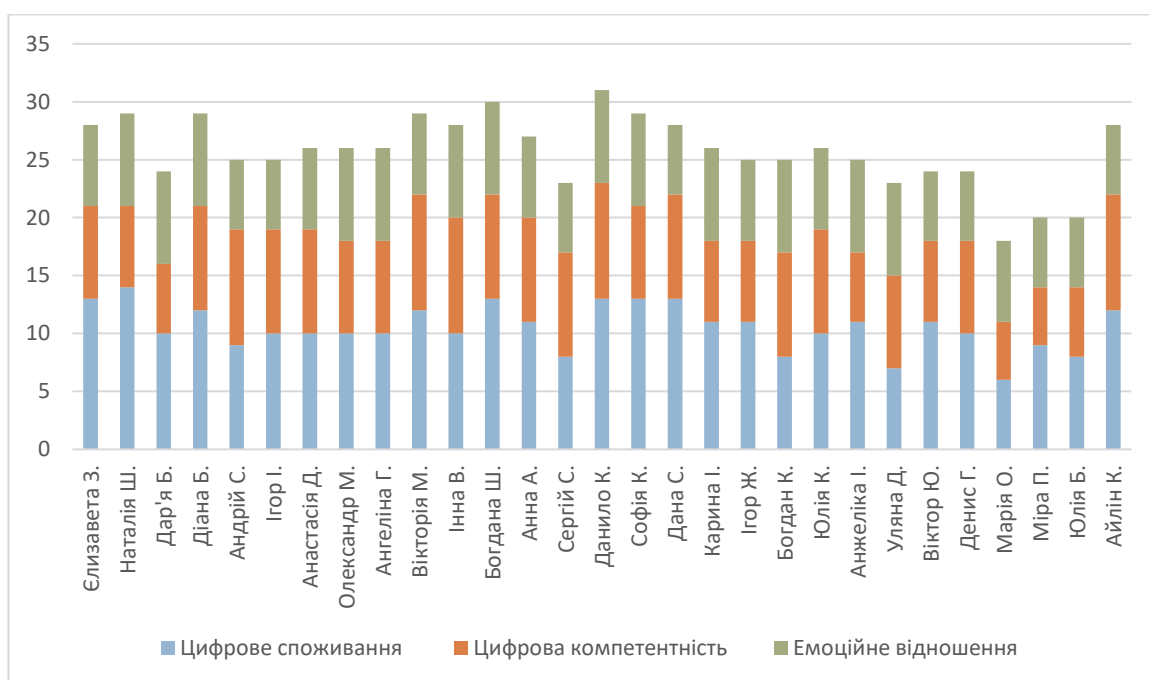


Рис. 2.3. Діаграма результатів всіх показників дослідженні за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)



Рис. 2.4. Сегментограма результатів дослідження за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021) Єлизавети З.

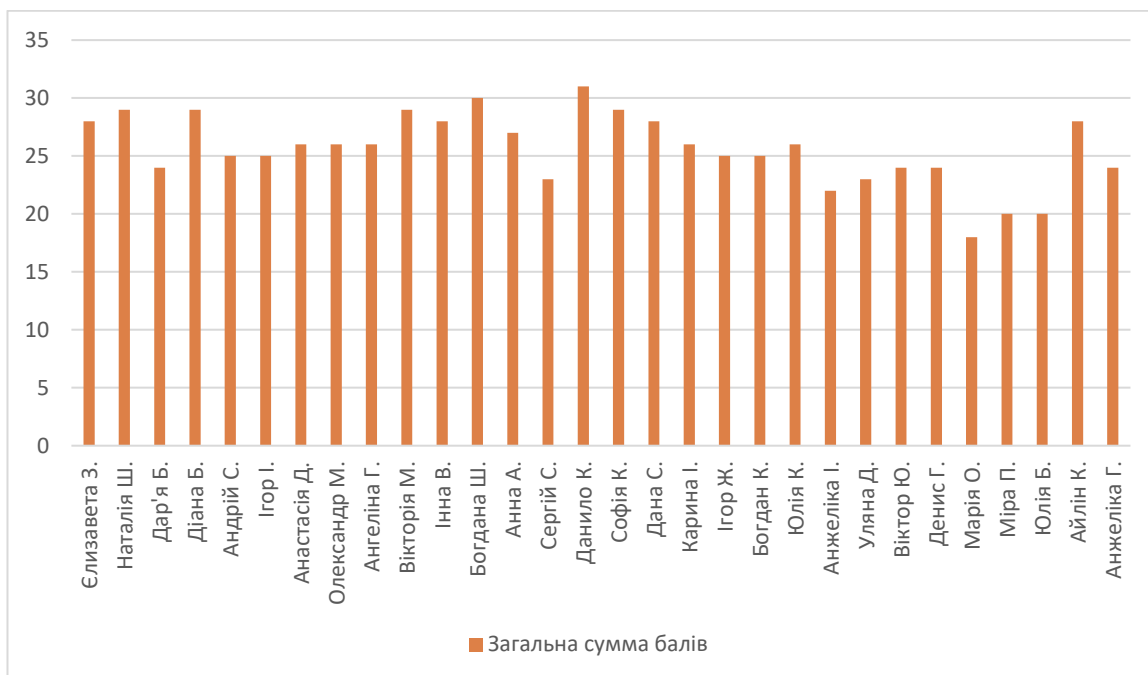


Рис. 2.5. Гістограма суми результатів дослідження за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)

Проаналізувавши результати дослідження за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище», можна зробити наступні висновки:

2 з 30 респондентів мають високий індекс зануреності в інтернет-середовище. Результати свідчать про те, що випробувані демонструють

значний рівень залученості до Інтернету. Ймовірно, вони проводять значну кількість часу в Інтернеті, беруть активну участь в онлайн-спільнотах або мають глибоке розуміння понять, пов'язаних з Інтернетом.

1 респондент має низький рівень. Ця особа може економно користуватися Інтернетом, мати обмежені знання про онлайн-платформи або проявляти незначний інтерес до участі в онлайн-діяльності.

27 респондентів – мають середній рівень. Цей результат показує, що респонденти регулярно користуються Інтернетом, але можуть не демонструвати такої ж глибини залучення, як два респонденти з високим рівнем занурення. Їх поведінка в Інтернеті та знання про Інтернет будуть десь між високим і низьким рівнями, згаданими раніше.

Аналіз дослідження за методикою «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005) дав наступні результати (див. табл. 2.3.). Протоколи дослідження наведені у Додатку Е.

Таблиця 2.3.

Результати дослідження за методикою «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

Ім'я	Стать	Вік	Навіювання (макс. 20)
Єлизавета З.	Ж	19	Висока (15)
Наталія Ш.	Ж	19	Помірна (12)
Дар'я Б.	Ж	18	Висока (16)
Діана Б.	Ж	18	Помірна (13)
Андрій С.	Ч	21	Помірна (10)
Ігор І.	Ч	21	Помірна (10)
Анастасія Д.	Ж	19	Помірна (8)
Олександра М.	Ж	19	Помірна (8)
Ангеліна Г.	Ж	21	Помірна (8)
Вікторія М.	Ж	21	Помірна (8)
Інна В.	Ж	20	Помірна (10)
Богдана Ш.	Ж	21	Висока (15)
Анна А.	Ж	18	Помірна (12)
Сергій С.	Ч	21	Помірна (10)
Данило К.	Ч	18	Помірна (13)
Софія К.	Ж	18	Помірна (10)
Дана С.	Ж	19	Помірна (15)
Карина І	Ж	18	Помірна (9)
Ігор Ж.	Ч	18	Помірна (10)
Богдан К.	Ч	19	Помірна (11)

Продовження табл. 2.3.

Ім'я	Стать	Вік	Навіювання (макс. 20)
Анжеліка І.	Ж	19	Помірна (10)
Уляна Д.	Ж	21	Помірна (12)
Віктор Ю.	Ч	19	Низька (5)
Денис Г.	Ч	19	Помірна (11)
Марія О.	Ж	18	Помірна (12)
Міра П.	Ж	17	Помірна (10)
Юлія Б.	Ж	20	Помірна (11)
Айлін К.	Ж	18	Помірна (7)
Анжеліка Г.	Ж	17	Помірна (11)

Графічно отримані результати представлено у вигляді рисунка (див. рис. 2.6., 2.7.):

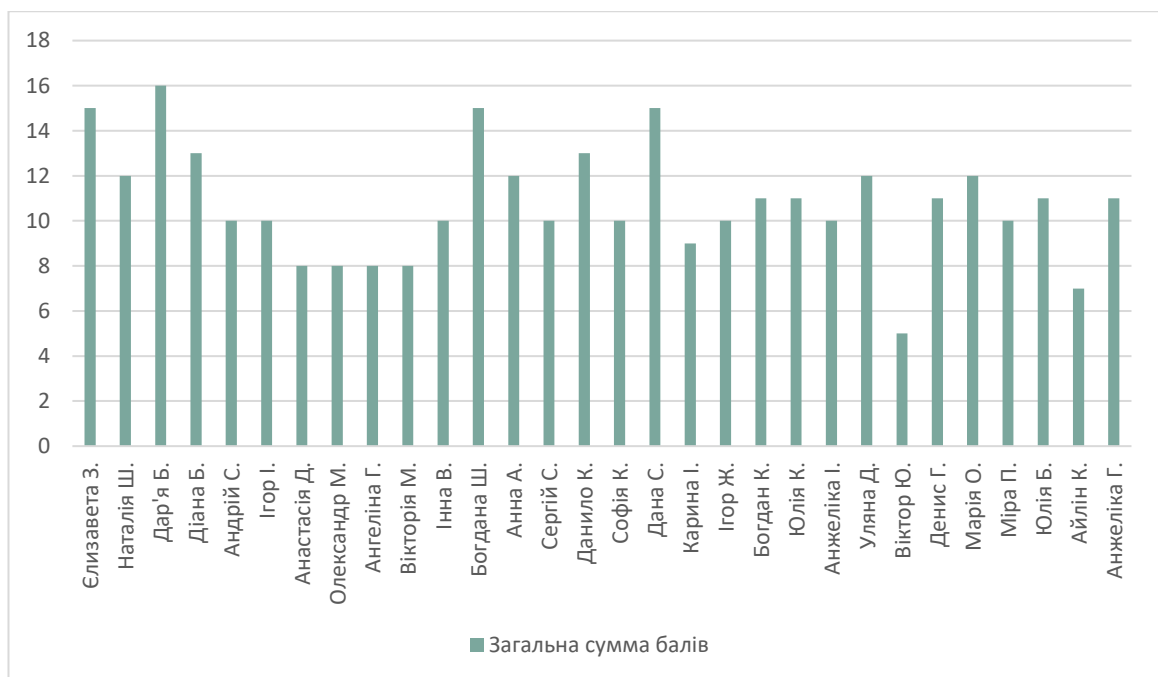


Рис. 2.6. Гістограма результатів дослідження за методикою «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

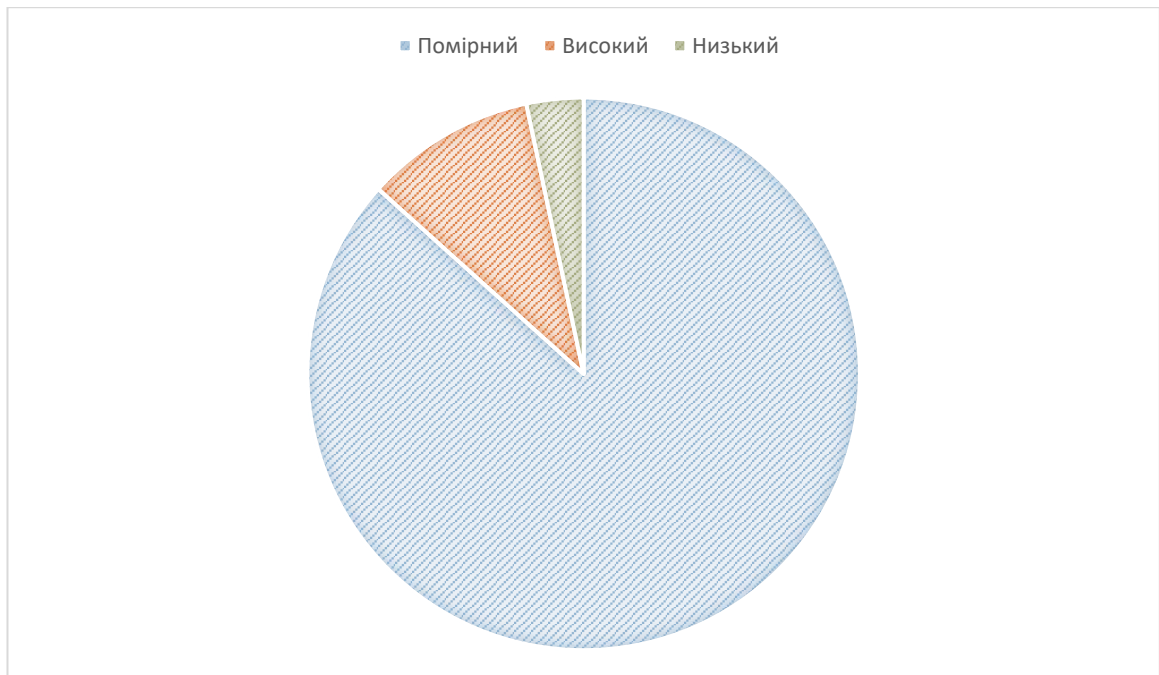


Рис. 2.7. Сегментограма результатів дослідження за методикою «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

З проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

3 із 30 учасників опитування мають високий рівень навіюваності. Це показує, що загроза залучення осіб до небажаних ситуацій дуже велика. Ці піддослідні входять у групу ризику.

26 учасників опитування – середній рівень. Це так званий серединний оптимум – людина з такими значеннями тесту комусь щось вселяє, і сама піддається навіюванню – все залежить від стану людини, ситуації та її залучення до ситуації, її значущості для людини. Можливо, що в якихось приватних ситуаціях такою людиною короткочасно ситуаційно можна маніпулювати, але ймовірність стабільного та глибокого системного занурення в небажану діяльність дуже мала.

1 респондент – має низький рівень. Це показує, що в респондентів низький ступінь навіюваності, чітка система принципів і цінностей, вони добре розуміють, чого хоче від життя і в чому їх інтереси, їм важко маніпулювати. Імовірність того, що такі люди підуть за апологетами чогось небажаного мізерна мала.

Аналіз дослідження за методикою «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994) показав наступні результати (див. табл. 2.4). Протоколи дослідження наведені у Додатку Є.

Таблиця 2.4

Результати дослідження за методикою «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)

Ім'я	Стать	Вік	Мотивація досягнень	Ставлення до свого «Я»	Почуття громадянського обов'язку	Життєва установка	Здатність до близькості	Рівень особистісної зрілості
Єлизавета З.	Ж	19	1 (незадовільний)	9 (незадовільний)	2 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	1 (незадовільний)	4 (незадовільний)
Наталія Ш.	Ж	19	10 (задовільний)	3 (незадовільний)	6 (задовільний)	2 (незадовільний)	5 (незадовільний)	7 (незадовільний)
Дар'я Б.	Ж	18	18 (високий)	27 (задовільний)	10 (високий)	20 (високий)	5 (незадовільний)	42 (задовільний)
Діана Б.	Ж	18	3 (незадовільний)	-6 (незадовільний)	4 (задовільний)	6 (незадовільний)	1 (незадовільний)	8 (незадовільний)
Андрій С.	Ч	21	-5 (незадовільний)	5 (незадовільний)	9 (високий)	5 (незадовільний)	2 (незадовільний)	6 (незадовільний)
Ігор І.	Ч	21	14 (задовільний)	11 (незадовільний)	9 (високий)	6 (незадовільний)	11 (високий)	27 (задовільний)
Анастасія Д.	Ж	19	18 (високий)	14 (незадовільний)	5 (задовільний)	12 (задовільний)	10 (високий)	34 (незадовільний)
Олександра М.	Ж	19	9 (задовільний)	15 (незадовільний)	16 (дуже високий)	7 (незадовільний)	5 (незадовільний)	29 (задовільний)
Ангеліна Г.	Ж	21	16 (високий)	23 (задовільний)	14 (дуже високий)	11 (задовільний)	14 (високий)	47 (задовільний)
Вікторія М.	Ж	21	2 (незадовільний)	-9 (незадовільний)	0 (незадовільний)	6 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	-16 (незадовільний)
Інна В.	Ж	20	15 (високий)	19 (незадовільний)	1 (незадовільний)	11 (задовільний)	8 (задовільний)	31 (задовільний)

Продовження табл. 2.4

Ім'я	Стать	Вік	Мотивація досягнень	Ставлення до свого «Я»	Почуття громадянського обов'язку	Життєва установка	Здатність до близькості	Рівень особистісної зрілості
Богдана Ш.	Ж	21	1 (незадовільний)	1 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	6 (незадовільний)	10 (високий)	16 (незадовільний)
Анна А.	Ж	18	21 (високий)	8 (незадовільний)	3 (незадовільний)	1 (незадовільний)	11 (високий)	32 (задовільний)
Сергій С.	Ч	21	10 (задовільний)	24 (задовільний)	10 (високий)	16 (задовільний)	1 (незадовільний)	29 (задовільний)
Данило К.	Ч	18	8 (задовільний)	0 (незадовільний)	1 (незадовільний)	11 (задовільний)	7 (задовільний)	20 (незадовільний)
Софія К.	Ж	18	12 (задовільний)	10 (незадовільний)	6 (задовільний)	15 (задовільний)	9 (задовільний)	26 (задовільний)
Дана С.	Ж	19	11 (задовільний)	9 (незадовільний)	-1 (незадовільний)	-7 (незадовільний)	5 (незадовільний)	8 (незадовільний)
Карина І	Ж	18	10 (задовільний)	-8 (незадовільний)	-1 (незадовільний)	8 (незадовільний)	2 (незадовільний)	-2 (незадовільний)
Ігор Ж.	Ч	18	-2 (незадовільний)	13 (незадовільний)	0 (незадовільний)	-5 (незадовільний)	4 (незадовільний)	3 (незадовільний)
Богдан К.	Ч	19	16 (високий)	29 (задовільний)	10 (високий)	15 (задовільний)	11 (високий)	42 (задовільний)
Юлія К.	Ж	18	13 (задовільний)	20 (задовільний)	7 (високий)	20 (високий)	9 (задовільний)	33 (задовільний)
Анжеліка І.	Ж	19	21 (високий)	19 (незадовільний)	8 (високий)	12 (задовільний)	10 (високий)	33 (задовільний)
Уляна Д.	Ж	21	24 (дуже високий)	34 (високий)	8 (високий)	22 (високий)	16 (дуже високий)	56 (високий)
Віктор Ю.	Ч	19	-9 (незадовільний)	-17 (незадовільний)	-2 (незадовільний)	-12 (незадовільний)	2 (незадовільний)	-21 (незадовільний)
Денис Г.	Ч	19	2 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	-2 (незадовільний)	15 (задовільний)	9 (задовільний)	15 (незадовільний)

Продовження табл. 2.4

Ім'я	Стать	Вік	Мотивація досягнень	Ставлення до свого «Я»	Почуття громадянського обов'язку	Життєва установка	Здатність до близькості	Рівень особистісної зрілості
Марія О.	Ж	18	-3 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	-4 (незадовільний)	2 (незадовільний)	3 (незадовільний)	-7 (незадовільний)
Міра П.	Ж	17	15 (високий)	19 (незадовільний)	1 (незадовільний)	18 (задовільний)	6 (незадовільний)	26 (задовільний)
Юлія Б.	Ж	20	8 (задовільний)	4 (незадовільний)	-1 (незадовільний)	8 (незадовільний)	12 (високий)	22 (незадовільний)
Айлін К.	Ж	18	-3 (незадовільний)	3 (незадовільний)	3 (незадовільний)	6 (незадовільний)	-10 (незадовільний)	-6 (незадовільний)
Анжеліка Г.	Ж	17	24 (дуже високий)	29 (задовільний)	17 (дуже високий)	26 (високий)	14 (високий)	65 (високий)

Графічно отримані результати представлено у вигляді рисунка (див. рис. 2.8, 2.9):

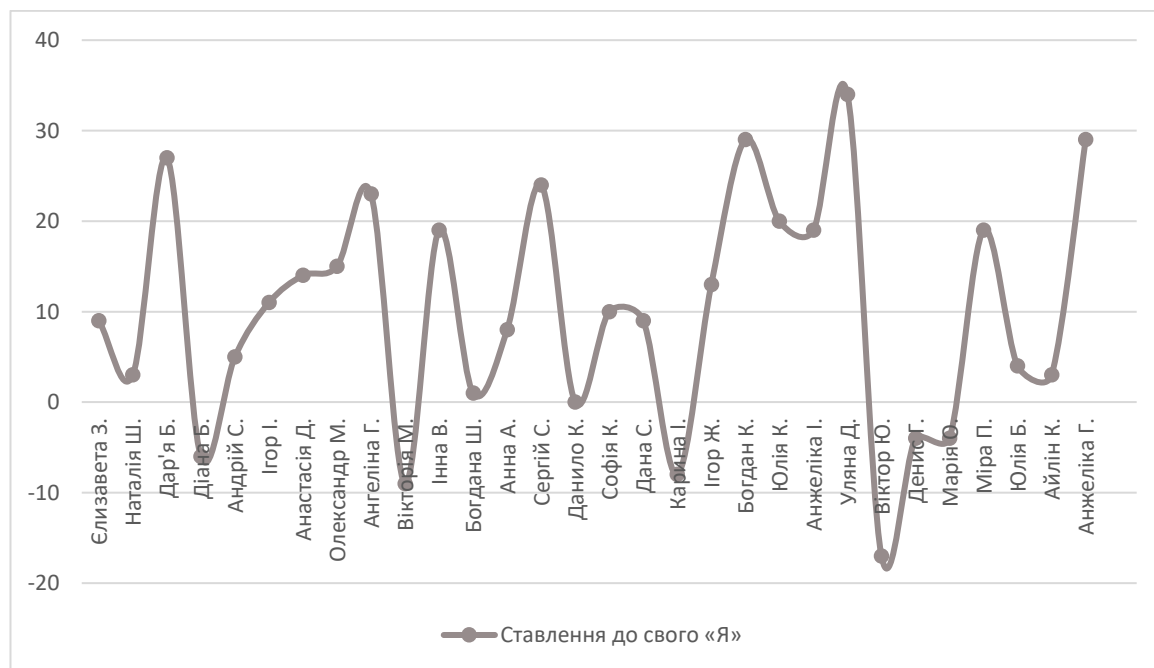


Рис. 2.8. Гістограма результатів ставлення до свого «Я» у дослідженні за методикою «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)

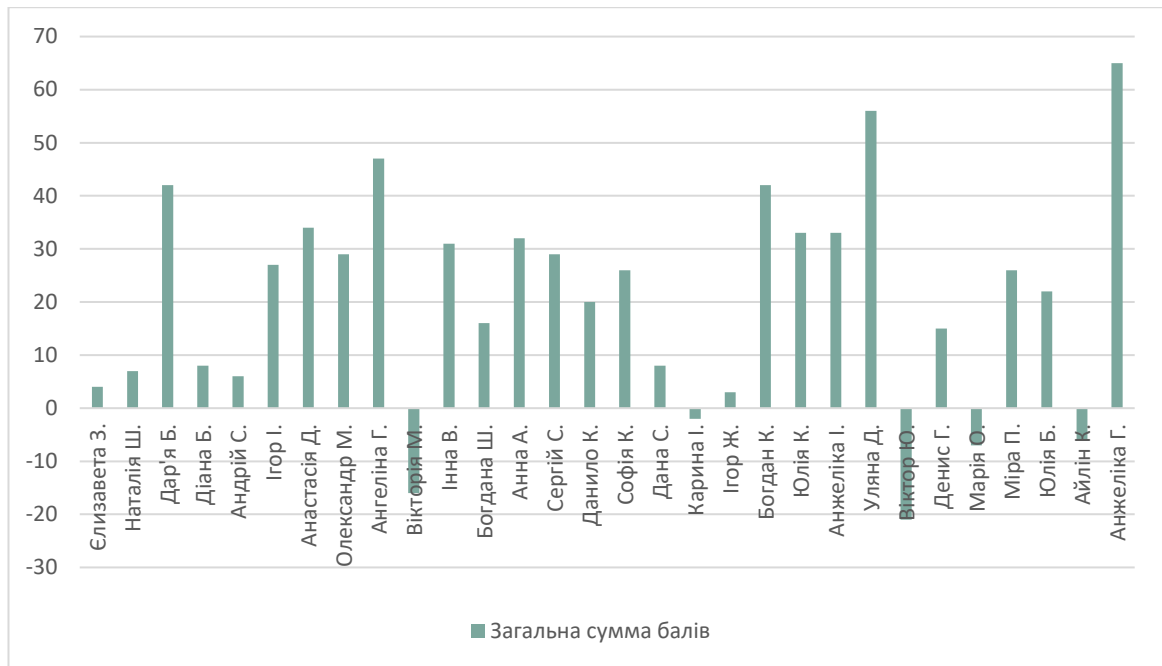


Рис. 2.9. Гістограма суми результатів дослідження за методикою «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Проаналізувавши результати дослідження за методикою «Тест-опитувальник особистісної зрілості», можна зробити наступні висновки:

16 респондентів показали результати за рівнем особистісної зрілості такі, що мають незадовільний рівень цього показника. У таких осіб може проявлятися комплекс неповноцінності, що нерідко виявляється в неусвідомленому прагненні підбадьорити себе хвалюю, бравадою, саморекламою тощо. Переважає імпульсивність, погано розвинений чи нерівномірно розвинений емоційний інтелект, відсутність мотивації.

12 респондентів мають задовільний рівень. Незважаючи на те, що ці люди не досягають високого рівня, продемонстрованого двома респондентами нижче, вони, ймовірно, демонструють збалансоване поєднання самооцінки, емоційного інтелекту, мотивації та соціальної відповідальності. Вони можуть не вирізнятися винятковими рисами, але загалом володіють якостями, пов'язаними зі здоровим рівнем особистісної зрілості.

У 2 респондентів – високий рівень. Вони демонструють адекватну самооцінку, високу вимогливість до себе, відсутність самовдоволення, скромність, повагу до інших людей. У них можуть бути такі якості як

патріотизм, інтерес до явищ суспільно-політичного життя, почуття професійної відповідальності, потреба у спілкуванні, колективізм. Присутня емпатія та розсудливість.

У результаті проведення констатувального експерименту було досліджено вплив інтернет-ресурсів як психологічного фактору на формування особистості у юнацькому віці. Можна зробити висновки, що більшість респондентів проявляють незадовільний рівень особистісної зрілості (53% - незадовільний, 40% - задовільний), переважає середній рівень використання інтернету, рівень зануреності в інтернет-середовище також дорівнює середньому, а ступінь навіювання у 87% респондентів середній. За результатами дослідження можемо зробити загальний висновок про те, що показники особистісної зрілості (рівень мотивації досягнення, ставлення до свого «Я», здатності до близькості та життєві установки, почуття громадянського обов'язку) та рівня зануреності у інтернет за 1 та 2 методикою не виявляють кореляційного зв'язку між собою, але показники навіюваності за методикою дослідження виявили взаємозв'язок між показниками, що доводить вплив використання інтернету на рівень особистісної зрілості та заглибленості у інтернет середовище.

Отже, згідно з дослідженням, можна дійти висновку, що вплив інтернет-ресурсів на формування особистості в юнацькому віці присутній через рівень навіювання. Це свідчить про те, що онлайн-середовище може суттєво впливати на сприйнятливості людей до зовнішніх впливів, які, у свою чергу, можуть формувати аспекти їхнього особистого розвитку та процеси прийняття рішень. Вкрай важливо продовжити дослідження та зрозуміти цю динаміку, щоб ефективно підтримувати осіб юнацького віку у навігації цифровим простором, одночасно сприяючи здоровому психологічному розвитку.

2.4. Практичні рекомендації щодо розвитку когнітивних здібностей особистості у юнацькому віці

Проведений констатувальний експеримент показав, що рівень особистісного розвитку у більшості опитуваних незадовільний, тобто вони можуть проявлять недостатній рівень когнітивних здібностей. Тому можна запропонувати програму тренінгу для розвитку когнітивних здібностей для здобувачів освіти 1-3 курсів.

Когнітивне тренування, також зване тренуванням мозку, включає участь у діяльності, розробленій спеціально для зміцнення одного або декількох когнітивних навичок, когнітивного потенціалу психічних процесів, які мозок використовує для мислення і навчання [27]. Деякі програми когнітивного тренування зосереджені на окремих когнітивних навичках, тоді як інші є комплекснішими та інтегрованішими. Програми когнітивного тренування можуть використовувати комп'ютерні вправи, фізичні рухи, роботу з папером та олівцем, маніпулятивні засоби або інші допоміжні засоби, такі як гральні карти або комбінація кількох підходів до навчання [123].

Учасники СПТ беруть участь у когнітивному тренуванні з різних причин. Когнітивне тренування часто має на меті поліпшення здатності до навчання, наприклад, програми, що підтримують когнітивний розвиток у дітей [5]. Діти, які мають труднощі в навчанні, можуть зміцнювати більш слабкі когнітивні навички, а також продовжувати розвивати сильніші навички, щоб прискорити навчання та/або полегшити навчання. Багато програм когнітивного тренування для дітей виглядають як ігри і іноді навіть відносять до пізнавальних ігор для дітей, але є велика різниця між когнітивними іграми (або іграми для мозку) та когнітивним тренуванням (тренуванням мозку) [32].

Дорослі часто беруть участь у когнітивних тренінгах, щоб покращити свою розумову гостроту та здатність ефективно керувати робочими завданнями; ще інші дорослі використовують когнітивне навчання, щоб допомогти створити когнітивний резерв для підтримки якості життя з віком

[8]. Когнітивне навчання також може відігравати важливу роль у допомозі людям будь-якого віку відновитися від набутих когнітивних дефіцитів, таких як черепно-мозкова травма (ЧМТ) чи інсульт, або наслідків захворювань чи лікування, таких як когнітивні ефекти хіміотерапії [9].

Незважаючи на те, що когнітивне тренування часто має на меті поліпшення здатності до навчання, воно відрізняється від навчання, яке зазвичай надається у формальній освіті, яке не призначене спеціально для розвитку навичок навчання [34]. Формальна освіта в школі фокусується на розвитку академічних навичок та знань, а не на процесах, які наш мозок використовує для сприйняття, організації, зберігання та отримання інформації. Більшість формальної освіти включає у собі пряме навчання, тобто вчитель пояснює учневі, як робити. Когнітивні здібності, взагалі кажучи, не піддаються прямому навчанню, оскільки діють на несвідомому рівні. Наприклад, одним із когнітивних навичок, до якого часто звертаються у когнітивному тренуванні, є робоча пам'ять, здатність утримувати інформацію в голові, поки людина думає про неї [22]. Спроби пояснити комусь іншому, як утримати більше інформації у його свідомій обробці, не є ефективними, але робочу пам'ять можна розширити за допомогою правильного когнітивного тренування. Спроба пояснити комусь, як обробляти інформацію швидше, не працює, але швидкість обробки інформації часто можна покращити, знову ж таки, за допомогою правильного когнітивного тренування [3].

Когнітивне тренування має багато спільного з фізичними вправами та фізичними вправами. У програмі фізичних тренувань розвивають силу, швидкість, гнучкість та витривалість, усі аспекти здатності тіла до фізичної активності [19]. У програмі когнітивного тренування розвивають та зміцнюють здатність мозку до розумової діяльності.

Наука про фізичну підготовку виникла з концепцій та методів фізіотерапії і продовжує розвиватися з розвитком науки про фізичну працездатність людини. Наука про когнітивний тренінг розвинулася з терапії

різних когнітивних процесів, таких як логопедія та зорова терапія, а також з досліджень когнітивної оцінки та нейробіології навчання.

Часто виникає плутанина з приводу різниці між когнітивним тренуванням (або тренуванням мозку) та іграми для мозку [49]. Світ сповнений пізнавальних ігор для дітей або дорослих, головоломок, програм та інших занять, які залучають розумові процеси, але призначені в основному для розваг. Програми когнітивного тренування, з іншого боку, розроблено відповідно до конкретних принципів нейробіології для зміцнення конкретних когнітивних навичок [15].

Деякі програми когнітивного тренування зосереджені на одному конкретному навичку, наприклад, програмі тренування швидкості обробки інформації або тренуванні робочої пам'яті [3]. Найбільш ефективними програмами з точки зору впливу, довгострокового ефекту та перенесення на інші види діяльності є ті, які охоплюють ширший набір навичок та комплексно вирішують їх [14].

Програма соціально-психологічного тренінгу з розвитку когнітивних здібностей особистості у юнацькому віці

Мета: розвиток когнітивних здібностей у осіб юнацького віку з заниженим рівнем особистісної зрілості для підвищення їхньої навчальної успішності, покращення соціальних навичок та емоційної стійкості.

Завдання:

1. Покращення пам'яті та уваги.
2. Розвиток навичок вирішення проблем і прийняття рішень
3. Розвиток самосвідомості та самооцінки.
4. Формування емпатії та розуміння соціальних сигналів.
5. Покращення емоційної регуляції та управління стресом.

Очікуваний результат:

- 1) Підвищення успішності у навчанні через покращення пам'яті, уваги.
- 2) Підвищення рівня самосвідомості та самооцінки:

- 3) Збільшення впевненості у власних силах та здатності до самоконтролю.
- 4) Розвиток соціальних та комунікативних навичок.
- 5) Поліпшення якості спілкування з однолітками та дорослими, розвиток здатності до роботи в команді.
- 6) Здатність ефективно справлятися з емоційними викликами та стресовими ситуаціями.
- 7) Збільшення внутрішньої мотивації до навчання та прагнення досягати поставлених цілей.

Час проведення: 120 хвилин.

Форма: груповий тренінг.

Кількість учасників: 30 учасників.

Обладнання та необхідні матеріали: Фліпчарт, папір, ручки, кольорові стікери, торбинка для карток із записаними помилками, для кожного учасника папір для нотаток, письмове приладдя та жетони (по 7 жетонів для кожного учасника), скотч, аркуші формату А3 за кількістю учасників, фарби, пензлики, кольорові олівці, фломастери, ножиці, клей, шаблон «мішень» на аркуші ватману.

Тематичний план тренінгу:

Тренінг розрахований на 2 години, який включає в себе вправи на знайомство, зміцнення самооцінки, розвитку емоційного інтелекту та комунікативних навичок, навчання ефективно справлятися з емоціями.

Правила тренінгу:

Правило № 1. Добровільність – передбачає добровільну участь (право відмовитися від участі в обговоренні якоїсь проблеми);

Правило №2. «Стоп» – правило (якщо подальше обговорення неприємне або небезпечне для учасника);

Правило №3. Конфіденційність – те, що обговорюється під час тренінгу має конфіденційний характер та не розголошується.

Правило №4. «Я» – звернення – говорити від себе.

Правило №5. «Піднята рука» – не перебивати, говорити по черзі.

Правило №6. 2 Хвилини. – це максимум часу на виступ та коментарі учасників.

Правило №7. Взаємоповага – поважати один одного та право на власну думку: не оцінювати і не засуджувати.

Правило № 8. Мобільний без звуку [20].

Структуру соціально-психологічного тренінгу представлено в табл. 2.5.

Таблиця 2.5

Структура соціально-психологічного тренінгу

Зміст	Орієнтовна тривалість, хв.
ВСТУПНА ФАЗА	30
1. Привітання	5
2. Вправа «Знайомство» [24].	5
3. Вправа «Представлення інших» [7].	20
ФАЗА КОНТАКТУ	35
4. Вправа «Силует» [23].	20
5. Вправа «Мої успіхи» [30].	10
ФАЗА ЛАБІЛІЗАЦІЇ	55
6. Вправа «Аукціон життєвих уроків або корисних помилок» [11].	15-20
7. Вправа «Карта моєї душі»[2]	30
8. Вправа «Я в променях сонця» [21]	5
ФАЗА НАВЧАННЯ	45 хв.
9. Вправа «Казковий вернісаж» [10 10]	20
10. Вправа «Полотно щастя» [12].	10
11. Вправа «Віддзеркалення почуттів» [125]	15
ЗАКЛЮЧНА ФАЗА	15

Продовж. табл. 2.5

Зміст	Орієнтовна тривалість, хв.
12. Вправа «Похвала по колу» [6]	5
13. Вправа «Мій настрій» [31].	5
14. Вправа «Рефлексивна мішень» [25].	5

Хід проведення тренінгу:

Структура: групі пропонується поставити стільці у формі кола, та зайняте бажане місце.

1. Привітання.

Мета: сформувати дружню атмосферу і познайомитися.

Час: 5 хв.

2. Вправа «Знайомство» [24].

Мета вправи: розминка, знайомство та розвиток пам'яті.

Час: 5 хв.

Інструкція: Немає більшої перешкоди до згуртування групи, ніж незнання імен її учасників. Тому пропонована вправа спрямована на запам'ятовування імен. Вправа виконується в колі. Усі учасники по черзі називають свої імена. Після завершення першого кола кожна людина називає спочатку ім'я учасника, що сидить ліворуч, потім ім'я того, хто сидить праворуч. Якщо він помилився, інші члени групи йому допомагають.

Рекомендації. Не слід перетворювати вправу на екзамен з перевірки пам'яті. Надалі процедуру можна ускладнити, наприклад пересадити членів групи, щоб у них змінилися сусіди.

3. Вправа «Представлення інших» [7].

Мета вправи: розвиток соціальних навичок, підвищення рівня самосвідомості та покращення навичок міжособистісного спілкування.

Час: 20 хв.

Інструкція: Учасники утворюють пари. Бажано, щоб члени пари не були знайомі один з одним. Після цього кожен учасник опитує свого партнера упродовж певного часу, намагаючись зібрати якнайбільше інформації про нього. Час обговорюється заздалегідь, але не більш ніж 10 хвилин. Після закінчення часу відбувається зміна ролей у парах.

Через 15–20 хвилин учасники повертаються в коло, і кожен представляє свого партнера, розповідаючи про те, що йому вдалося про нього дізнатися. Після закінчення учаснику, якого представляють, дається можливість виправити неточності, додати або пояснити деякі моменти, а також відповісти на запитання інших членів групи.

Рекомендації. Ведучому краще запропонувати учасникам варіанти запитань, які вони можуть використати в процесі збирання інформації.

Наприклад:

- Яким ім'ям ви волієте, щоб вас називали?
- Яке у вас хобі?
- Якби ви хотіли щось змінити в собі, то що б це було?
- Що б ви хотіли повідомити про себе групі?
- Чим би ви хотіли займатися в майбутньому?
- Які риси характеру в людях вам не подобаються найбільше?

4. Вправа «Силует» [23].

Мета вправи: розвиток самоусвідомлення, комунікативних навичок та побудова почуття єдності серед учасників групи.

Час: 20 хв.

Інструкція: Кожний учасник отримує аркуш паперу і завдання: тільки за допомогою рук зробити з аркуша «людину» (силует хлопчика чи дівчинки).

Потім кожен учасник пише на силуеті своє ім'я, мрію (ідею, мету), улюблену справу, улюблену книгу, улюблене місце відпочинку, улюблену страву (див. рис. 2.1).



Рис. 2.1. Силует

Після цього учасникам слід піднятися зі своїх місць, підходити один до одного і записувати на відповідних місцях силуету імена людей, з якими збігаються одна або декілька зафіксованих позицій.

Запитання для обговорення: ·

- У кого збіглися всі позиції? ·
- У кого декілька позицій? ·
- У кого жодної позиції не збіглося? ·
- Що вам дало виконання цієї вправи?

На завершальному етапі учасники прикріплюють свої силуети на великий аркуш папери, утворюючи своєрідне коло друзів.

5. Вправа «Мої успіхи» [30].

Мета вправи: створення доброзичливого ставлення один до одного, розширення знань про учасників гри, підвищення самооцінки.

Час: 5 хв.

Інструкція: Учасник сідає на стілець, що стоїть у центрі кола. Кожен по черзі розповідає про свої успіхи.

Рефлексія.

6. Вправа «Аукціон життєвих уроків або корисних помилок» [11].

Мета вправи: виробити незвичну (практичну) позицію щодо помилок і розглядати їх як шанс чогось навчитися. Акцентувати увагу не на припущеній помилці, а на тому, що помилки можуть стати корисним досвідом (за який ми мусимо платити певну ціну...)

Час: 20 хв.

Ресурси: торбинка для карток із записаними помилками; для кожного учасника папір для нотаток, письмове приладдя та жетони (по 7 жетонів для кожного учасника).

Інструкція: Що ви знаєте про помилки? Вам відомо, що є помилки безглузді, суттєві, яких не можна вибачити, повчальні, смертельні, такі що їх припускаються лише одного разу...

Напишіть на вашій картці тільки одну помилку (*«Цінувати те, що маєш і не ображати дорогих людей, бо можна все втратити будь-якої миті»*). Ви маєте п'ять хвилин. Потім віддайте мені ваші картки з записаними помилками.

Ми почнемо аукціон, в межах якого ви можете купити ПОМИЛКИ = ЖИТТЄВІ УРОКИ. Якщо ви вважаєте, що помилка може бути корисною, бо вона вас чогось навчить, то можете запропонувати за неї ціну. У кожного з вас є 7 жетонів. Хто пропонує найвищу ціну, той отримує життєвий урок. Якщо не пропонує ніхто, помилка знімається з торгів.

Обговорення:

- Чи сподобалася вам ця вправа?
- Які помилки=життєві уроки ви купили і чому?
- Який досвід у вас з'явився завдяки купленій помилці?

- Як ви ставитесь до помилок?
- Чи виправляли ви у своєму житті помилки? Які?
- Які помилки нічому не навчають?

7. Вправа «Карта моєї душі» [2].

Мета вправи: сприяти знайомству учасників з собою, формуванню у них навичок глибокого і позитивного ставлення до своєї особистості та особистості іншої людини.

Час: 30 хв.

Ресурси: аркуші для фліпчарту, скотч, аркуші формату А3 за кількістю учасників, фарби, пензлики, кольорові олівці, фломастери, ножиці, клей.

Інструкція: Тренер звертається до учасників: «Використовуючи ресурси (аркуші формату А3, фарби, пензлики, кольорові олівці, фломастери, ножиці, клей) намалюйте карту своєї душі, представивши її довільним чином, наприклад, у вигляді земної кулі, материка, острова або карти уявної території. Необхідно дати назви об'єктам, що зображені на карті. На виконання завдання ви маєте 15 хвилин».

По завершенні індивідуальної роботи малюнок презентується групі, учасники розповідають про свою карту, чим вона наповнена, які скарби приховані, чи живе там хтось, чим займаються, до чого прагнуть. Інші учасники можуть ставити уточнювальні запитання.

Після презентації кожен учасник має вирізати свій малюнок і розмістити його на великому папері (дошці, з'єднаних аркушах для фліпчарту). Кожен може обрати місце своїй карті, «сусідів» та можливості взаємодії з ними і з далекими територіями.

Запитання для обговорення:

- Як вам ваша карта? Які переживання вона викликає у вас?
- Чи знайшли ви в собі щось, що вас вразило або здивувало?
- Слухаючи розповіді інших, які думки, переживання у вас виникали?
- Чи були карти інших учасників подібні до вашої? Про що це вам говорить?

– За яким критерієм ви обирали сусідів? Як ви домовилися про взаємодію і сусідство з іншими?

8. Вправа «Я в променях сонця» [21].

Мета вправи: спонукання відчуття внутрішньої стійкості, гармонії та довіри до самого себе.

Час: 5 хв.

Інструкція: Кожен член групи протягом 2-3 хвилин на аркуші паперу малює сонце. В центрі кола учасник записує класне ім'я (можна записати займенник «Я»), а на променях – свої сильні сторони, або те, що любить, цінує і приймає в собі, або ті якості, які дають відчуття внутрішньої впевненості і довіри до себе в різних ситуаціях.

За бажанням учасники групи презентують «сонечка».

Питання для обговорення:

- Чому виконувалась дана вправа?
- Що дало виконання цієї вправи?

Тренер звертає увагу на те, що особистісні якості є основою формування професійно-значущих якостей.

9. Вправа «Казковий вернісаж» [10].

Мета вправи: розвиток соціальних навичок та вміння працювати в команді.

Час: 20 хв.

Інструкція: Усі ми родом із дитинства. І завжди з ніжністю і любов'ю згадуємо казки, які чули вдома, в дитячому садку, в школі. Адже казка - не просто найпопулярніший фольклорний жанр, це джерело, що дає творчу наснагу кожній творчій людині. Казка дарує радість і дорослим, і дітям.

Тому зараз ми виконаємо вправу «Казковий вернісаж». Кожна група по черзі витягує згортки зі скриньки із описом знайомої всім казки. Група думає над відповіддю, потім зачитує опис казки і свій варіант відповіді.

1) У якій відомій казці сіра непривітна особистість здійснює підступний план убивства двох осіб, і лише завдяки своєчасному втручання громадськості все закінчується добре?

«Червона шапочка»

2) Назвіть казку, в якій різні за своїм соціальним статусом герої займали по черзі помешкання, створене в незвичайному архітектурному стилі. І все було б добре, якби до помешкання не повернувся його попередній власник зі своїм охоронцем. От героям казки й довелося залишити незаконно зайняту територію.

«Рукавичка»

3) Герой якої казки постійно виконує забаганки своєї норавливої дружини? Проте, як би він не прагнув задовольнити амбіції супутниці, вона щоразу підвищує рівень вимог. Зрештою, подружжя опиняється на початковому етапі задоволення власних потреб.

«Золота рибка»

4) В якій казці головна героїня постійно й нахабно обмовляла тих, хто робив їй добро? А коли вона, щоб уникнути покарання, незаконно оволоділа чужим помешканням, то різні впливові особи намагалися провести з нею роботу з подолання її асоціальної поведінки. Вдалося це лише найменшому з усіх учасників експерименту.

«Коза-дереза»

5) Назвіть казку, в якій ідеться про спортсмена, котрий вирушає на змагання з бігу з перешкодами. Хитрість і витримка допомогли йому дуже близько підійти до фінішу, проте фінал - трагічний. Проявивши занадто велику самовпевненість, він гине.

«Колобок»

6) Назвіть казку, в якій головна героїня могла перетворюватися в різні образи задля свого нареченого. Проте одного разу його нерозсудливість та імпульсивність у поведінці призвели до довготривалої розлуки закоханих. Та, долаючи різні перешкоди, вони все ж еднають свої долі.

«Царівна жаба».

10. Вправа «Полотно щастя» [12].

Мета вправи: розкрити глибину розуміння поняття «щастя» кожного з учасників та в процесі обговорення сприяти розвитку унікального вміння володіти ним.

Час: 10 хв.

Інструкція: Пропоную всім учасникам, заплющивши очі, згадати найприємніші хвилини у своєму житті. Далі очі розплющити та знайти фотографію, де відчуваєш себе абсолютно щасливим. Знімок прикріпити до дошки, створивши полотно щастя групи.

11. Вправа «Віддзеркалення почуттів» [125]

Мета вправи: розвиток емпатії.

Час: 15 хв.

Інструкція: Усі учасники об'єднуються в пари. Перший партнер вимовляє емоційно забарвлену фразу. Другий учасник спочатку повторює своїми словами зміст того, що почув, а потім намагається визначити почуття, яке відчуває партнер у момент вимовляння фрази. Партнер оцінює точність обох віддзеркалень. Потім учасники міняються ролями.

12. Вправа «Похвала по колу» [6]

Мета вправи: розвиток вміння реагувати на компліменти, підвищення самооцінки.

Час: 5 хв.

Інструкція: Учасники по черзі говорять один одному компліменти, реагують та приймають їх.

13. Вправа «Мій настрій» [31].

Мета вправи: зрозуміти свій настрій.

Час: 5 хв.

Інструкція: Опитування щодо настрою та самопочуття, рефлексія, враження від тренінгу.

14. Вправа «Рефлексивна мішень» [25].

Мета вправи: підведення підсумків тренінгу.

Час: 5 хв.

Ресурси: шаблон «мішень» на аркуші ватману, кольорові олівці, фломастери.

Інструкція: На аркуші ватману малюється мішень, яка ділиться на чотири (можна більше або менше) сектори. У кожному з секторів записуються параметри для рефлексії групової взаємодії, діяльності, що відбулись. Наприклад, 1-й сектор — оцінка змісту; 2-й сектор — оцінка форми, методів взаємодії; 3-й сектор — оцінка діяльності ведучого; 4-й сектор — оцінка власної діяльності.

Кожний учасник маркером або фломастером (ручкою, олівцем) чотири рази (по одному в кожний сектор) «стріляє» у мішень, роблячи мітку (крапку, «плюс» тощо). Мітка відповідає його оцінці результатів взаємодії, що відбулася. Якщо учасник дуже низько оцінює результати, то мітка ставиться їм в «молоко» або в поле «0» на мішені, якщо вище, то в поле «3». Якщо результати оцінюються дуже високо, то мітка ставиться в «яблучко», у поле «5» мішені. Після того як кожний учасник взаємодії «вистрілив» (поставив чотири мітки) у рефлексивну мішень, вона вивішується на загальний огляд і тренер організує її короткий аналіз.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

У даній роботі був проведений констатувальний експеримент для вивчення питання інтернет-ресурсів як психологічного фактору впливу на формування особистості у юнацькому віці.

Для проведення дослідження в даній роботі були використані наступні методики:

- «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010);
- «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021);
- «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005);
- «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994).

Представлені методики дозволять діагностувати вплив інтернет-ресурсів як психологічного фактору на формування особистості у юнацькому віці.

Виконано психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту. За першою методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010), 67% (20 з 30) респондентів демонструють нормальний, середній рівень залученості, і усі інші демонструють екстремальну поведінку або високого занурення (6 з 30), або низької залученості (4 з 30). Проблемне користування Інтернетом, хоча й присутнє в невеликій підмножині, підкреслює потенційні ризики для їхнього благополуччя та передбачає необхідність втручання чи підтримки.

Рівень занурення за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021) такий: 90% (27 з 30) випробуваних мають середній рівень зануреності, 2 з 30, тобто 7% виявляють високий показник знаходження в інтернет-середовище, лише 1 (3%) респондент має низький рівень цього показника. Цей спектр відображає різноманітну онлайн-поведінку та ставлення респондентів.

Вагомим чинником виступає навіювання, який був досліджений у методиці «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005), 87% (26 з 30) респондентів демонструє середню сприйнятливості до зовнішнього впливу, а 10% (3 з 30) – високу. Ця сприйнятливості, хоч і не однакова для всіх людей, підкреслює важливість обізнаності та критичного мислення в навігації онлайн-взаємодіями та контентом.

Особистісна зрілість, оцінена за допомогою опитувальника «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994), демонструє неоднозначну картину. У той час як деякі респонденти демонструють похвальний рівень самосвідомості, відповідальності та емпатії (задовільний рівень – 40%, високий – 7%), інші демонструють ознаки імпульсивності та комплексу неповноцінності (незадовільний – 53%). Це підкреслює необхідність цілеспрямованих втручань для розвитку емоційного інтелекту, когнітивних здібностей та самооцінки серед молоді.

Загалом отримані результати свідчать про складну взаємодію між використанням Інтернету, навіюваністю та особистісною зрілістю. Хоча занурення в Інтернет не обов'язково корелює з особистісною зрілістю, навіювання стає ключовим фактором, що впливає на індивідуальну поведінку. Також результати показують необхідність втручання, спрямованого на підвищення емоційного інтелекту, когнітивних здібностей і самооцінки для підтримки здорового розвитку молоді в епоху цифрових технологій.

ВИСНОВКИ

1. Проаналізувавши наукову літературу за проблемою дослідження у вітчизняній та зарубіжній психології можна зробити наступні висновки. Проблему впливу інтернет-ресурсів на формування особистості в юнацькому віці досліджували: А. С. Тімченко, І. М. Федорченко, Я. Побережного, З. Ковальчук, С. Лівінгстон, Э. Д. Хелспер, Л. А. Башманівська. Медіаграмотність вивчали І. В. Лисенко, М. Г. Друшляк, О. М. Семенов, Н. В. Грона, Н. П. Пономаренко, О. В. Семеніхіна, В. Й. Бочелюк. Розглядається інтернет-залежність як прояв наслідків пандемії (Т. М. Голованова, О. І. Власова), її зв'язок з самотністю (Т. М. Голованова, А. М. Ставнійчук) та її профілактика (Я. В. Шугайло, Н. М. Бугайова).

2. Надано характеристику категорії особистості юнацького віку, причинам та чинникам впливу на її формування. Існує принаймні два основні підходи до розуміння когнітивних змін у юнацькому віці. Одним із них є конструктивістський погляд на когнітивний розвиток. Ґрунтуючись на роботах Піаже, він використовує кількісний підхід, заснований на теорії станів, висувуючи гіпотезу про те, що когнітивні поліпшення у юнаків є відносно раптовими та різкими. Другий це підхід до обробки інформації, що випливає з вивчення штучного інтелекту та намагається пояснити когнітивний розвиток з погляду зростання конкретних компонентів розумового процесу.

Особистість в юнацькому віці – це складна конструкція, що розвивається, на яку впливає взаємодія багатьох факторів. Розуміння цих впливів може допомогти в наданні кращої підтримки, керівництва та можливостей юнакам розвиватися у всебічно розвинених і стійких особистостей.

3. Було досліджено інтернет-ресурси як психологічний фактор впливу на формування особистості в юнацькому віці. У дослідженні взяли участь 30 здобувачів вищої освіти 1-3 курсів, віком від 17 до 21 років (жінок –

22, чоловіків – 8). Для проведення дослідження в даній роботі були використані наступні методики:

- «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010);
- «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021);
- «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005);
- «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994).

Представлені методики дозволять діагностувати вплив інтернет-ресурсів як психологічного фактору на формування особистості у юнацькому віці.

Виконано психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту. За першою методикою «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010), 67% (20 з 30) респондентів демонструють нормальний, середній рівень залученості, і усі інші демонструють екстремальну поведінку або високого занурення (6 з 30), або низької залученості (4 з 30). Проблемне користування Інтернетом, хоча й присутнє в невеликій підмножині, підкреслює потенційні ризики для їхнього благополуччя та передбачає необхідність втручання чи підтримки.

Рівень занурення за методикою «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021) такий: 90% (27 з 30) випробуваних мають середній рівень зануреності, 2 з 30, тобто 7% виявляють високий показник знаходження в інтернет-середовище, лише 1 (3%) респондент має низький рівень цього показника. Цей спектр відображає різноманітну онлайн-поведінку та ставлення респондентів.

Вагомим чинником виступає навіювання, який був досліджений у методиці «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005), 87% (26 з 30) респондентів демонструє середню сприйнятливність до зовнішнього впливу, а 10% (3 з 30) – високу. Ця сприйнятливність, хоч і не

однакова для всіх людей, підкреслює важливість обізнаності та критичного мислення в навігації онлайн-взаємодіями та контентом.

Особистісна зрілість, оцінена за допомогою опитувальника «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994), демонструє неоднозначну картину. У той час як деякі респонденти демонструють похвальний рівень самосвідомості, відповідальності та емпатії (задовільний рівень – 40%, високий – 7%), інші демонструють ознаки імпульсивності та комплексу неповноцінності (незадовільний – 53%). Це підкреслює необхідність цілеспрямованих втручань для розвитку емоційного інтелекту, когнітивних здібностей та самооцінки серед молоді.

Загалом отримані результати свідчать про складну взаємодію між використанням Інтернету, навіюваністю та особистісною зрілістю. Хоча занурення в Інтернет не обов'язково корелює з особистісною зрілістю, навіювання стає ключовим фактором, що впливає на індивідуальну поведінку. Також результати показують необхідність втручання, спрямованого на підвищення емоційного інтелекту, когнітивних здібностей і самооцінки для підтримки здорового розвитку молоді в епоху цифрових технологій.

4. На основі результатів констатувального експерименту розроблено практичні рекомендації щодо розвитку когнітивних здібностей особистості у юнацькому віці. Впроваджено програму тренінга для розвитку когнітивних здібностей особистості юнацького віку та зміни мислення людей, які надмірно залучаються до онлайн-життя. Вона спрямована на розвиток психосоціальної компетентності, необхідної для сприйняття та використання віртуальної сфери не як основного середовища, а як інструменту, що сприяє досягненню відчутних цілей у реальному житті та самореалізації, підвищення їх академічної успішності, соціальних навичок та емоційної стабільності. Зосереджуючись на ключових сферах, таких як пам'ять, увага, вирішення проблем, прийняття рішень, самосвідомість і самооцінка, тренінг прагне закласти міцну основу для спонукання розвитку особистості. Він також підкреслює важливість емпатії, розуміння соціальних сигналів, емоційної

регуляції та управління стресом, які є важливими для здорових міжособистісних стосунків та ефективного спілкування. Ця програма включає в себе принципи формувального експериментування та продуктивної взаємодії. Охоплює багатогранний підхід, поєднуючи груповий тренінг, арт-терапію та ігрові заходи.

Під час проведення соціально-психологічного тренінгу учасники беруть участь у заходах, які знайомлять їх один з одним і формують почуття спільності та довіри. Вправи, спрямовані на зміцнення самооцінки та розвиток емоційного інтелекту, допомагають юнакам краще усвідомлювати свої почуття та реакції, покращуючи здатність керувати емоціями та справлятися зі стресом. Програма також включає методи вдосконалення соціальних і комунікативних навичок, сприяння кращій взаємодії з однолітками та дорослими та сприяння командній роботі. Очікується, що в результаті такого комплексного підходу учасники відчують помітні покращення в академічній успішності завдяки покращенню пам'яті та уваги.

Очікується, що впровадження соціально-психологічного тренінгу буде сприяти підвищенню самосвідомості, самооцінки, впевненості у собі та самоконтролю. Розвиток соціальних і комунікативних навичок у поєднанні з покращенням емоційної регуляції готує їх до більш ефективного орієнтування в соціальному середовищі.

Когнітивний розвиток та розвиток особистості величини, на які впливає Я-концепція, що сприяє прояву самоактуалізації. Когнітивний розвиток означає зростання розумових процесів та інтелектуальних здібностей, які формують основу для самосприйняття та розуміння світу. Когнітивне зростання дозволяє особистостям обробляти досвід, інтегрувати знання та розмірковувати над своїми особистими переконаннями та цінностями, що є важливим для самоактуалізації. В процесі когнітивного розвитку особистості, набуваються здатності критично оцінювати свої думки та дії, сприяючи глибшому розумінню своїх внутрішніх мотивів і цілей.

Розвиток особистості, з іншого боку, охоплює еволюцію емоційних і психологічних рис, які визначають людину. На нього впливають як вроджені схильності, так і фактори середовища. Самоактуалізація являє собою вершину розвитку особистості, коли люди повністю реалізують свій потенціал, узгоджуючи свої дії зі своєю самооцінкою та цінностями. Цей процес підкріплюється гуманістичними принципами, які підкреслюють позитивні аспекти людської природи, здатність до особистісного зростання та прагнення до моральної та духовної реалізації. Протистояючи несприятливим соціальним впливам і зосереджуючись на самовдосконаленні, особистість прагне досягти гармонійної інтеграції своїх когнітивних і емоційних здібностей, що веде до всебічної, самореалізованої особистості.

Таким чином, мета дослідження досягнута, завдання виконано, результати дослідження підтверджують мету і завдання дослідження.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Американська психологічна асоціація — Вікіпедія (wikipedia.org)
URL:
https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0_%D0%B0%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F
2. «Будуємо майбутнє разом»: програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді : навчально-методичний посібник [Л. В. Зуб, Т. Л. Лях, Л. А. Мельник та ін.]; за ред. Т. В. Журавель, М. А. Снітко. К. : ТОВ «ОБНОВА КОМПАНІ», 2016. 298 с.
3. Бернада В. В. Особливості стану вегетативної регуляції функцій у молодих здорових осіб з різною швидкістю обробки інформації, 2005.
4. Бочелюк В. Діджиталізація як фактор формування когнітивної сфери //Вісник ХНПУ імені ГС Сковороди" Психологія". – 2020. – №. 62. – С. 81-107.
5. Булгакова О., Волощенко І. Особливості розвитку когнітивних здібностей дітей старшого віку дошкільного віку. *Перспективи та інновації науки*, 2022. №. 12 (17).
6. Вправи для проведення тренінгів «Спілкування з однолітками». | Інтерактивні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/vpravi-dla-provedenna-treningiv-spilkuвання-z-odnolitkami-460889.html>
7. Вправи та ігри на знайомство | Інші методичні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/vpravi-ta-igri-na-znajomstvo-376872.html>
8. Горбунова Л. С. Освіта для дорослих: когнітивно-комунікативні стратегії і практики //Дисертація, НАПНУ Інститут вищої освіти, 2015.

9. Дубівська С. С. Показник загального когнітивного дефіциту при післяопераційній когнітивній дисфункції // Медицина сьогодні і завтра, 2017. №. 2. С. 54-57.
10. Заняття з елементами тренінгу "Формування навичок ефективної взаємодії в колективі". | Інтерактивні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/zaniattia-z-elementamy-treninhu-formuvannya-navychok-efektyvnoi-vzaiemodii-v-kolektyvi-668458.html>
11. Інтерактивна вправа «Аукціон життєвих уроків або корисних помилок» | Інтерактивні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/interaktivna-vprava-aukcion-zittevih-urokiv-abo-korisnih-pomilok-195935.html>
12. Інтерактивне заняття "Щастя в дрібницях" | Інтерактивні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/interaktyvne-zaniattia-shchastia-v-dribnytsiakh-599391.html>
13. Лазаренко Н. І., Коломієць А. М., Паламарчук О. М. Комунікація в Інтернет-просторі: психологічний аспект // Інформаційні технології і засоби навчання. 2018. №. 65, № 3. С. 249-261.
14. Лефтеров В. О. До питання ефективності психологічних тренінгів // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки, 2010. №. 24-25. С. 57-60.
15. Лещенко В. Системний огляд нейробіологічних і клінічних особливостей впливу медитацій усвідомленості на когнітивні процеси, 2023.
16. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 2. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 356 с.
17. Немеш О. М. Інтернет-технології в психологічній практиці : посіб. / О. М. Немеш. К. : Видавничий дім «Слово», 2014. 256 с.

18. Немеш О. М. Соціальні мережі як провідний вид віртуального спілкування: проблематизація феномену / О. М. Немеш // *Fundamental and applied reseaches in practice of leading scientific schools* – Hamilton, ON : Accent Graphics Communications, 2014. Issue 5. С. 248–264.

19. Поливяний С. А., Єрмоєнко Е. А. Основні параметри самоконтролю у процесі фізичних тренувань в системі хортингу. – 2017.

20. Правила роботи під час тренінгу. [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

<http://nsj.gov.ua/files/15216193112.1.2%20%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B8%20%D0%BF%D1%96%D0%B4%20%D1%87%D0%B0%D1%81%20%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%D1%83.pdf>

21. Програма тренінгу особистісного зростання | Інтерактивні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/prohrama-trenihu-osobystisnoho-zrostannia-819557.html>

22. Прокопенко А. В., Рава В. М. Кореляція когнітивних процесів та робочої пам'яті перекладача // *ВЧЕНІ ЗАПИСКИ*, 2020. С. 65.

23. Професія. Кар'єра. Успіх: Метод. посіб. / Автори-упоряд.: Лях Т. Л., Малієнко Ю. М., Тимошенко Н. Є., Цюман Т. П., Шеламкова А. М.; За заг. ред. Цюман Т. П. Видання друге, перероблене й доповнене. К.: Основа–Принт, 184 с.

24. Психоемоційний тип тренінгу | Видавнича група “Основа” (osnova.com.ua) URL: <https://osnova.com.ua/psihoemotsiyniy-tip-treningu-metodi-art-terapii-lyalkoterapii-rolovi-igri-toscho/>

25. Психологічний_тренінг_з_розв.ПІ_як_засіб_професійно-творчого_становлення_педагога_...pdf (iitta.gov.ua) URL: https://lib.iitta.gov.ua/3472/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3_%D0%B7_%

[D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2.%D0%9F%D0%86_%D1%8F%D0%BA_%D0%B7%D0%B0%D1%81%D1%96%D0%B1_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%BE-%D1%82%D0%B2%D0%BE%D1%80%D1%87%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D0%B0_...pdf](#)

26. Психологія і педагогіка : підруч. / С. Д. Максименко, М. Б. Євтух, Я. В. Цехмістер, О. О. Лазуренко, О. М. Немеш. К. : Видавничий дім «Слово», 2014. 584 с.

27. Ставицька К. А. Теоретичні аспекти дослідження когнітивних здібностей, 2013.

28. Теорія соціального навчання Альберта Бандури - ПСИХОЛОГІС (psychologis.com.ua) URL: http://psychologis.com.ua/teoriya_socialnogo_naucheniya_alberta_bandury.htm

29. Тест-опитувальник особистісної зрілості: брошура/ред. Ю.З. Гільбух. Київ: НВЦ. Психодіагностика та диференційоване навчання, 1994. 24 с.

30. Тренінг спілкування «Дозволь собі бути щасливим» (naurok.com.ua) URL: <https://naurok.com.ua/trening-spilkuvannya-dozvol-sobi-buti-schaslivim-411376.html>

31. Тренінгове заняття з розвитку емпатії у підлітків. | Інші методичні матеріали. Психологія (vseosvita.ua) URL: <https://vseosvita.ua/library/treningove-zanatta-z-rozvitku-empatii-u-pidlitkiv-129376.html>

32. Улькіна Т. В. Розвиток пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку засобами ігрових психотехнік, 2006.

33. Ховрич М. О., Мекшун А. Дослідження та аналіз результатів інтернет-залежності студентів закладів вищої освіти. Вісник № 14-15 (170-171). Серія: Педагогічні Науки, 2021. с. 44-49

34. Швалб А. Ю. Концепція тренінгу розвитку комплексу когнітивних здібностей, 2017.
35. Шемшученко Ю. С. Навіюваність // Юридична енциклопедія : [у 6 т.] / ред. кол.: Ю. С. Шемшученко (відп. ред.) [та ін.]. К. : Українська енциклопедія ім. М. П. Бажана, 2002. Т. 4 : Н П. 720 с.
36. Юність: поняття та вікові групи. Реферат – Освіта.UA (osvita.ua)
URL:
<https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/28951/#:~:text=%D0%AE%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C%20%E2%80%93%D0%B7%D0%B0%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%88%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BF%20%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%>
37. Aboujaoude E. (2010). Problematic Internet use: An overview. *World Psychiatry*, 9(2), 85–90
38. Aboujaoude E. (2011). *Virtually you: The dangerous powers of the e-Personality*. New York, NY: W. W. Norton.
39. Aboujaoude E. (2014). Compulsive buying disorder: A review and update. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4021–4025
40. Aboujaoude E. (2016). Rising suicide rates: An under-recognized role for the Internet? *World Psychiatry*, 15(3), 225–227
41. Aboujaoude E., Koran L. M., Gamel N., Large M. D., Serpe R. T. (2006). Potential markers for problematic Internet use: A telephone survey of 2,513 adults. *CNS Spectrums*, 11(10), 750–755.
42. Aboujaoude E., Starcevic V. (2016). The rise of online impulsivity: A public health issue. *Lancet Psychiatry*, 3(11), 1014–1015
43. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

44. Amichai-Hamburger Y. Internet and personality //Computers in human behavior. 2002. T. 18. №. 1. C. 1-10.
45. Amichai-Hamburger Y., Vinitzky G. Social network use and personality //Computers in human behavior. – 2010. – T. 26. – №. 6. – C. 1289-1295.
46. Anderson C. A., Shibuya A., Ihori N., Swing E. L., Bushman B. J., Sakamoto A., Rothstein H. R., Saleem M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 136(2), 151–173.
47. Anderson J. C., Gerbing D. W. Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach //Psychological bulletin. 1988. T. 103. №. 3. C. 411.
48. Arain, Mariam; Haque, Maliha; Johal, Lina; Mathur, Puja; Nel, Wynand; Rais, Afsha; Sandhu, Ranbir; Sharma, Sushil (April 3, 2013). "Maturation of the adolescent brain". *Neuropsychiatr Dis Treat*. 9: 449–461.
49. Brain Games and Brain Training Are Different - Cognitive Literacy Solutions (mybrainware.com) URL: <https://mybrainware.com/blog/brain-games-and-brain-training-are-different-2/>
50. Bruce Bimber, “Three Faces of Technological Determinism,” *Does Technology Drive History?: The Dilemma of Technological Determinism*, ed. Merritt Roe Smith and Leo Marx (Cambridge, MA: MIT Press, 1994) 79–100.
51. Brunelle N., Leclerc D., Cousineau M. M., Dufour M., Gendron A., Martin I. (2012). Internet gambling, substance use, and delinquent behavior: An adolescent deviant behavior involvement pattern. *Psychology of Addictive Behaviors*, 26(2), 364–370.
52. Buffardi L. E., Campbell W. K. (2008). Narcissism and social networking Web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(10), 1303–1314.

53. Caplan, Scott. (2010). Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A Two-Step Approach. *Computers in Human Behavior*. 26. 1089-1097.
54. Caplan S. E., High A. C. Beyond excessive use: The interaction between cognitive and behavioral symptoms of problematic Internet use // *Communication Research Reports*. 2006. T. 23. №. 4. C. 265-271.
55. Caplan S. E. Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use // *CyberPsychology & behavior*, 2006. T. 10. №. 2. C. 234-242.
56. Caplan S. E. A social skill account of problematic Internet use // *Journal of communication*. 2005. T. 55. №. 4. C. 721-736.
57. Caplan S. E. Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being // *Communication research*. – 2003. T. 30. №. 6. C. 625-648.
58. Caplan S. E. Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument // *Computers in human behavior*. 2002. T. 18. №. 5. C. 553-575.
59. Ceyhan A. A. Ergenlerin problemleri internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. – 2011.; Solmaz M., Belli H., Saygılı S. An adolescent case with Internet addiction and hacking: how are we dealing with this diverse spectrum of disorder? // *General Hospital Psychiatry*. 2011. T. 33. №. 4. C. e15-6.
60. Ceyhan, A. A., & Ceyhan, E. (2014). Problemleri internet kullanım ölçęęi'nin ergenlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 15(2), 56-64.
61. Choudhury, Suparna; Blakemore, Sarah-Jayne; Charman, Tony (December 2006). "Social cognitive development during adolescence". *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 1 (3): 165–174
62. Christine Hine, "Internet Research and the Sociology of Cyber-Social-Scientific Knowledge," *The Information Society* 21 (September 2005): 239–48.

63. Curtin S. C., Warner M., Hedegaard H. (2016). *Increase in suicide in the United States, 1999–2014*
64. Demetrovics Z., Szeredi B., Rózsa S. (2008). The three-factor model of Internet addiction: The development of the problematic Internet use questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40(2), 563–574.
65. Dong G., Lin X., Potenza M. N. (2015). Decreased functional connectivity in an executive control network is related to impaired executive function in Internet gaming disorder. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 57, 76–85
66. Douglas A. C. et al. Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006 //Computers in human behavior. 2008. T. 24. №. 6. C. 3027-3044.
67. Edition F. et al. Diagnostic and statistical manual of mental disorders //Am Psychiatric Assoc. – 2013. – T. 21. – №. 21. – C. 591-643.;
68. Greenfield D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 403–412.
69. Greenfield, P., & Yan, Z. (2006). Children, adolescents, and the Internet: A new field of inquiry in developmental psychology. *Developmental psychology*, 42(3), 391.
70. Griffiths, M. D., & Parke, J. (2010). Adolescent gambling on the Internet: A review. *International journal of adolescent medicine and health*, 22(1).
71. Griffiths M. D., Szabo A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? An empirical pilot study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 74–77.
72. Griffiths M., Wardle H., Orford J., Sproston K., Erens B. (2009). Sociodemographic correlates of Internet gambling: Findings from the 2007 British gambling prevalence survey. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 199–202.
73. Handler, Leonard (2007). S.R. Smith & L. Handler: The clinical assessment of children and adolescents: a practitioner's handbook. (2007). Lawrence Erlbaum Associates.

74. Ho-Kyung Kim, Keith E. Davis, Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities, *Computers in Human Behavior*, Volume 25, Issue 2, 2009, Pages 490-500.

75. Holbert R. L., Stephenson M. T. The importance of indirect effects in media effects research: Testing for mediation in structural equation modeling // *Journal of broadcasting & electronic media*. 2003. T. 47. №. 4. C. 556-572.

76. Hollenstein T., Loughheed J. P. (2013). Beyond storm and stress: Typicality, transactions, timing, and temperament to account for adolescent change. *The American psychologist*, 68(6), 444–454.

77. James E. Katz and Ronald E. Rice, “Syntopia: Access, Civic Involvement, and Social Interaction on the Net,” *The Internet in Everyday Life*, ed. Barry Wellman and Caroline Haythornthwaite (Oxford: Blackwell, 2002) 114–38

78. John A. Bargh and Katelyn Y. A. McKenna, “The Internet and Social Life,” *Annual Review of Psychology* 55 (2004): 573–90.

79. Ko C. H., Hsieh T. J., Wang P. W., Lin W. C., Yen C. F., Chen C. S., Yen J. Y. (2015). Altered gray matter density and disrupted functional connectivity of the amygdala in adults with Internet gaming disorder. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 57, 185–192

80. Ko C. H. et al. The characteristics of decision making, potential to take risks, and personality of college students with Internet addiction // *Psychiatry research*. – 2010. – T. 175. – №. 1-2. – C. 121-125

81. Kroger, J. (1996). *The Balance Between Self and Other*. (pp. 40–46). New York City A.

82. Kurniasanti K. S. et al. Internet addiction: a new addiction? // *Medical Journal of Indonesia*. 2019. T. 28. №. 1. C. 82-91.

83. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of behavioral addictions*, 1(1), 3-22

84. Kuss D. J., Griffiths M. D., Pontes H. (2016). Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions*, 7, 1–7.
85. Kuzma J. M., Black D. W. (2005). Disorders characterized by poor impulse control. *Annals of Clinical Psychiatry*, 17(4), 219–22
86. Ladd G. T., Petry N. M. (2002). Disordered gambling among university-based medical and dental patients: A focus on Internet gambling. *Psychology of Addictive Behaviors*, 16(1), 76–79.
87. Lam, L. T. (2015). Parental mental health and internet addiction in adolescents. *Addictive behaviors*, 42, 20-23
88. Marc Prensky, “Digital Natives, Digital Immigrants Part 1,” *On the Horizon* 9.5 (October 2001): 1–6; Don Tapscott, *Growing Up Digital: The Rise of the Net Generation* (New York: McGraw Hill, 1998)
89. Möttus R., Briley D. A., Zheng A., Mann F. D., Engelhardt L. E., Tackett J. L., Harden K. P., Tucker-Drob E. M., Tucker-Drob E. M. (2019). Kids becoming less alike: A behavioral genetic analysis of developmental increases in personality variance from childhood to adolescence. *Journal of personality and social psychology*, 117(3), 635–658.
90. Pedersen, Stefi (July 1961). "Personality formation in adolescence and its impact upon the psycho-analytical treatment of adults". *The International Journal of Psycho-Analysis*. 42: 381–388.
91. Pies R. (2009). Should DSM-V designate “Internet addiction” a mental disorder? *American Journal of Psychiatry*, 6, 31–37.
92. Regush, L.A. & Alekseeva, E.V. & Veretina, O.R. & Orlova, A.V. & Pezhemskaya, Ju.S.. (2021). Immersion Index in the Internet Environment: Questionary Standardization. *Psychological-Educational Studies*. 13. 31-50.
93. Rice, R. E. (2005). New media/Internet research topics of the Association of Internet Researchers. *The Information Society*, 21(4), 285-299.

94. Sadie Plant, "On the Matrix: Cyberfeminism Simulations," *Cultures of the Internet: Virtual Spaces, Real Histories, Living Bodies*, ed. Rob Shields (London: Sage, 1996) 170–83
95. Sawyer S. M., Azzopardi P. S., Wickremarathne D., Patton G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet. Child & adolescent health*, 2(3), 223–228.
96. Shapira N. A., Goldsmith T. D., Keck P. E., Khosla U. M., McElroy S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic Internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1–3), 267–272.
97. Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*, 17(4), 207-216.
98. Shaw M., Black D. W. Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management //CNS drugs. 2008. T. 22. C. 353-365.
99. Sherry Turkle, "Cyberspace and Identity," *Contemporary Sociology* 28:6 (1999): 643–8.
100. Sonia Livingstone, Leen d'Haenens, and Uwe Hasebrink, "Childhood in Europe: Contexts for Comparison," *Children and Their Changing Media Environment: A European Comparative Study*, ed. Sonia Livingstone and Moira Bovill (London: Lawrence Erlbaum Associates, 2001) 3–31
101. Soto C. J., Tackett J. L. (2015). Personality traits in childhood and adolescence: Structure, development, and outcomes. *Current Directions in Psychological Science*, 24(5), 358–362.
102. Spada M. M. (2014). An overview of problematic Internet use. *Addictive Behaviors*, 39(1), 3–6.
103. Starcevic V. (2010). Problematic Internet use: A distinct disorder, a manifestation of an underlying psychopathology, or a troublesome behaviour? *World Psychiatry*, 9(2), 92–93
104. Starcevic V., Aboujaoude E. (2016). Internet addiction: Reappraisal of an increasingly inadequate concept. *CNS Spectrums*, 22, 7–13

105. Strasburger, V.C.; Wilson, B.J.; Jordan, A.B. (2014). "Children and Adolescents: Unique Audiences". *Children, Adolescents, and the Media*. SAGE Publications. pp. 11–19.
106. Steinberg, L. (2008). *Adolescence*, 8th ed. New York, NY: McGraw-Hill.
107. Steinberg, Laurence (2010). "A dual systems model of adolescent risk-taking". *Developmental Psychobiology*. 52 (3): 216–224
108. Steinberg L., Morris A. S. (2001). Adolescent development. *Annual review of psychology*, 52(1), 83–110.
109. Suler J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326
110. Susan C. Herring, "Questioning the Generational Divide: Technological Exoticism and Adult Constructions of Online Youth Identity," *Youth, Identity, and Digital Media*, ed. David Buckingham, The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation Series on Digital Media and Learning (Cambridge, MA: MIT Press, 2007) 71–92.
111. Valkenburg P. M., Peter J. Adolescents' identity experiments on the Internet: Consequences for social competence and self-concept unity // *Communication research*. 2008. T. 35. №. 2. C. 208-231.
112. Valkenburg P. M., Schouten A. P., Peter J. Adolescents' identity experiments on the Internet // *New media & society*. 2005. T. 7. №. 3. C. 383-402.
113. Van den Eijnden, R. J., Meerkerk, G. J., Vermulst, A. A., Spijkerman, R., & Engels, R. C. (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: a longitudinal study. *Developmental psychology*, 44(3), 655
114. Van Rooij A. J., Schoenmakers T. M., van den Eijnden R. J. J. M., van de Mheen D. (2010). Compulsive Internet use: The role of online gaming and other Internet applications. *Journal of Adolescent Health*, 47(1), 51–57.
115. Widyanto L., Griffiths M. Internet addiction: Does it really exist?(revisited) // *Psychology and the internet*. Academic Press, 2007. C. 141-163.

116. Wood R. T., Williams R. J. (2011). A comparative profile of the Internet gambler: Demographic characteristics, game-play patterns, and problem gambling status. *New Media and Society*, 13(7), 1123–1141
117. Yao L. et al. Exploring recommendations in internet of things //Proceedings of the 37th international ACM SIGIR conference on Research & development in information retrieval. 2014. C. 855-858.
118. Yao M. Z. et al. The influence of personality, parental behaviors, and self-esteem on Internet addiction: a study of Chinese college students //Cyberpsychology, behavior, and social networking. 2014. T. 17. №. 2. C. 104-110
119. Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in human behavior*, 23(3), 1447-1453.
120. Young K. (2010). Internet addiction over the decade: A personal look back. *World Psychiatry*, 9(2), 91.
121. Young K. Policies and procedures to manage employee Internet abuse //Computers in Human Behavior. 2010. T. 26. №. 6. C. 1467-1471.
122. Zorbaz O., Dost M. T. Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi //Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. – 2014. – T. 29. – №. 29-1. – C. 298-310.
123. <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/22830/1/13-75-82.pdf>
124. <http://etr.org/recapp/theories/AdolescentDevelopment/developmentalTheories.htm>
125. <https://moodle.znu.edu.ua/mod/resource/view.php?id=527417>

ДОДАТОК А**Стимульний матеріал до методики «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)**

1 – Цілком не згоден

2 – Не згоден

3 – Скоріше не згоден

4 – Ні те, ні інше

5 - Швидше згоден

6 – Згоден

7 – Цілком згоден

1. Для мене більш комфортна соціальна взаємодія online, ніж віч-на-віч.
2. Коли я не буваю online якийсь час, то мене починає турбувати думка про вихід у мережу.
3. Я волію спілкуватися з людьми online, ніж віч-на-віч.
4. Я використовую соціальні мережі, щоб відчутти себе краще, коли мені сумно.
5. Я використовую соціальні мережі, щоб поговорити з іншими, коли почуваюся в ізоляції.
6. Мені складно контролювати кількість часу, що проводиться online.
7. Я використовую соціальні мережі, щоб відчутти себе краще, коли засмучуюсь.
8. Я відчуватиму себе втрачено, якщо не зможу бути online.
9. Мені важко контролювати моє перебування у мережі.
10. Я нав'язливо думаю про вихід до мережі, коли я offline.
11. Коли я offline, мені складно чинити опір бажанню вийти в мережу.
12. Я віддаю перевагу соціальним взаємодіям online, ніж спілкування віч-на-віч.

Продовження Додатку А

13. Моє використання соціальних мереж створило проблеми у моєму житті.

14. Моє використання соціальних мереж створило труднощі в управлінні життям.

Стимульний матеріал до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)

1. Як часто ти користуєшся інтернетом?

не користуюся інтернетом взагалі

один-два рази на тиждень

один раз в день

двічі-тричі на день

я «живу» в інтернеті

2. Скільки часу в середньому ти проводиш в інтернеті щодня?

менше години

1-3 години

3-5 годин

6-8 годин

майже завжди підключена до інтернет-мережі

3. Вкажи свій стаж знайомства з Інтернетом:

менше 1 року

1-3 роки

4-6 років

7-8 років

більше 9 років

4. Наскільки впевненим користувачем інтернету ти вважаєш себе?

Зовсім невпевненим

Не дуже впевненим

Досить впевненим

Впевненим

Дуже впевненим

5. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Радість

Дуже часто

Продовження Додатку Б

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

6. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Страх

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

7. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Здивування

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

8. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Сором

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

9. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Інтерес

Дуже часто

Часто

Продовження Додатку Б

Час від часу

Рідко

Ніколи

10. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Огида

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

11. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Насолода

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

12. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Гнів

Дуже часто

Часто

Час від часу

Рідко

Ніколи

13. Які емоції та почуття ти відчуваєш, перебуваючи в інтернеті?

Захоплення

Дуже часто

Часто

Час від часу

Продовження Додатку Б

Рідко

Ніколи

14. Ти використовуєш інтернет, щоб уникнути проблем або позбутися поганого настрою?

Так

Ні

15. Щоразу ти проводиш в інтернеті більше часу, ніж планувала?

Так

Ні

16. Ти думаєш про інтернет, коли перебуваєш поза мережею?

Так

Ні

17. Перебуваючи поза мережею, ти відчуваєш пригніченість чи занепокоєння?

Так

Ні

18. Ти можеш втратити стосунки з будь-ким, перестати ходити до школи через інтернет?

Так

Ні

19. В інтернеті тобі подобається спілкуватися в інших соціальних мережах

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

20. В інтернеті тобі подобається спілкуватися з друзями в чатах та месенджерах

Продовження Додатку Б

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

21. В інтернеті тобі подобається спілкуватися з відеозв'язку

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

22. В інтернеті тобі подобається вести Instagram

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

23. В інтернеті тобі подобається вести віртуальний щоденник (блог)

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

24. В інтернеті тобі подобається шукати інформацію для навчання або
вчитися онлайн

Дуже подобається

Продовження Додатку Б

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

25. В інтернеті тобі подобається шукати інформацію для культурного та духовного розвитку

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

26. В інтернеті тобі подобається завантажувати програми, музику, фото, відео

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

27. В інтернеті тобі подобається слухати аудіозаписи

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

28. В інтернеті тобі подобається дивитися відеозаписи

Дуже подобається

Подобається

Продовження Додатку Б

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

29. В інтернеті тобі подобається дізнаватися про останні події та новини в країні та світі

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

30. В інтернеті тобі подобається грати в онлайн-ігри

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

31. В інтернеті тобі подобається брати участь в інтернет-акціях, голосуванні та ін.

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

32. В інтернеті тобі подобається переглядати різні сайти

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Продовження Додатку Б

Не подобається

Зовсім не подобається

33. В інтернеті тобі подобається шукати та замовляти товари чи послуги в інтернеті

Дуже подобається

Подобається

байдуже

Не подобається

Зовсім не подобається

ДОДАТОК В**Стимульний матеріал до методики «Визначення ступеня навіюваності»****(В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)**

1. Чи вірите ви у прикмети, надприродні явища?
2. Вас ніяк не можна вважати довірливою людиною.
3. Ви прагнете, щоб ваша думка співпала з думкою більшості оточуючих.
4. Чи часто ви буваєте нетерпимими до чужої думки
5. Вашим друзям і знайомим не важко що-небудь вам вселити?
6. Завжди є чимало людей, які прислухаються до вашої думки і визнають ваш авторитет.
7. Ви дослухаєтеся до настанов і порад, особливо якщо вони стосуються вашого здоров'я
8. Ви вмієте наполягти на своєму і часто користуєтеся цим.
9. Коли при вас хтось позіхає, вам теж часто хочеться позіхнути.
10. Всі ваші звички хороші та бажані.
11. Ви вразлива людина.
12. У дитинстві вас вважали впертою дитиною.
13. Буває, що під час сумної сцени в кіно або телефільмі ви не можете стримати сліз.
14. Вам нерідко говорять, що ваші слова чи вчинки (наприклад, виступи на зборах) дуже впливають на інших людей.
15. Вам дуже подобалося (подобається) брати участь у художній самодіяльності.
16. Вам подобається командувати іншими, і у вас це непогано виходить.
17. Буває, ви довго ходите під враженням, навіяним фільмом, прочитаною книгою, будь-якою розмовою.

Продовження Додатку В

18. Ви досить товариська людина і легко зближуєтесь з незнайомими людьми.

19. Дізнавшись про ознаки будь-якої хвороби з книг, передач або хворих знайомих людей, ви нерідко виявляєте в собі щось подібне.

20. Навіть якщо ви не побоюєтесь перевірки, завжди платіть за проїзд, провезення багажу на транспорті.

ДОДАТОК Г**Стимульний матеріал до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))**

1. Манера, в якій більшість моїх вчителів (керівників) звертаються зі мною, така, що вони:

- а) намагаються постійними причіпками зробити моє життя нещасним;
- б) виявляють тенденцію критикувати мене скрізь, де тільки можуть;
- в) байдужі до мене, доки я підкоряюся встановленим ними правилам і виконую роботу задовільно;
- г) недостатньо вимогливі до моєї роботи;
- д) мало винагороджують мене за мою сумлінність;
- е) осуджують мене за помилки і нагороджують, коли я цього заслуговую;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

2. Граючи в шахи, шашки, в інші ігри, я зазвичай при програші реагую:

- а) тим, що намагаюся з'ясувати причини невдачі, щоби вдосконалити свої вміння;
- б) захопленням перед досконалістю майстерності противника, причому це почуття «забиває» всі інші переживання;
- в) переживанням почуття своєї неповноцінності по відношенню до супротивника;
- г) свідомістю того, що зате я перевершую багатьох в інших речах і, отже, за бажання зможу досягти успіху і в цій грі;
- д) свідомістю відносної незначущості поразки або перемоги в таких іграх, а також швидким забуванням того, що сталося;
- е) рішучістю будь-що-будь домогтися реваншу;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

Продовження Додатку Г

3. Будучи змушеною відмовитися від будь-якого плану або будь-яких домагань (наприклад, перемогти на олімпіаді, вступити до ВНЗ, розбагатіти, стати кращим учнем класу, потрапити до групи учнів, які вирушають у закордонну екскурсію, одружитися з певною особою та т. п.), я знаходжу, що я:

- а) буду нещасною до кінця життя;
- б) маю стільки інших інтересів, що незабаром знайду щось натомість;
- в) сповнена рішучості домогтися здійснення свого за будь-яку ціну, навіть якщо на це піде все життя;
- г) намагаюся витягти з невдачі якнайбільше життєвих уроків;
- д) ні на що найкраще не могла сподіватися;
- е) буду нещаслива протягом якогось часу, але подолаю цей стан;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

4. Ступінь, в якій люди мені подобаються за своїм характером:

- а) або дуже висока, або нульова;
- б) при першому знайомстві люди можуть мені подобатися, але не настільки, щоб я одразу захотів стати їх найкращим другом;
- в) кожна людина ніби подобається мені при першій зустрічі, але потім я часто розчаровуюсь;
- г) люди подобаються мені лише у тому випадку, якщо я знаю їх дуже добре;
- д) мені не подобається ніхто;
- е) багато людей певною мірою мені подобаються;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

5. Я схильна повідомляти про свої невдачі, провали або нездатності малознайомим людям наступним чином:

Продовження Додатку Г

а) розповідаю про них, коли здається, що це викликає у когось щирий інтерес;

б) побіжно розповідаю про свої невдачі і тільки тоді, коли це доречно під час розмови;

в) іноді згадую свої невдачі з метою вилити душу і викликати співчуття співрозмовника;

г) як правило, не згадую своїх невдач, щоб не створювати проблем для співрозмовника;

д) часто не можу утриматися від бажання покаржитися на свої невдачі;

е) свої невдачі намагаюся зобразити як успіхи;

ж) не можу відповісти на це запитання.

6. Люди, чия думка відрізняється від моєї:

а) іноді мають рацію;

б) зазвичай є достатньо підготовленими і тому впевненими у собі;

в) просто недостатньо освічені;

г) знаходять собі задоволення в тому, що мають власну думку;

д) висловлюють інший погляд на це питання з почуття протиріччя;

е) нерідко перевершують мене в компетентності чи інтелектуальному відношенні;

ж) не можу відповісти на це запитання.

7. Я волію мати у грі або у змаганні такого супротивника, який:

а) є майстром і перевершує мене, тому що в цьому випадку я матиму більше шансів удосконалити свої вміння;

б) трохи перевершує мене, у разі випробування більше стимулює мене;

в) є рівним мені за силою, в цьому випадку обидва супротивники показують свій максимум і мають рівні шанси здобути перемогу;

Продовження Додатку Г

- г) слабше за мене і я знаю, що зможу в нього виграти;
 - д) сам намагатиметься, щоб я виграв і зберіг віру в свої сили;
 - е) дещо слабше, і маю шанс виграти;
 - ж) не можу відповісти на це запитання.
8. Для мене життя варте чогось лише в тій мірі, якою я можу:
- а) досягати своїх успіхів у всіх своїх починаннях;
 - б) повністю реалізувати свій творчий потенціал;
 - в) отримувати у своє розпорядження всі необхідні матеріальні блага готовому вигляді займатися лише хобі;
 - г) мати змогу добувати кошти для свого розвитку;
 - д) мати можливість порівняно спокійного життя;
 - е) вести багатий, безтурботний спосіб життя;
 - ж) не можу відповісти на це запитання.
9. Моя тенденція дискутувати з однокласниками полягає в тому, що:
- а) мені важко утриматися від суперечки з приводу;
 - б) зазвичай я беру участь у дискусіях, якщо тема мене цікавить;
 - в) я рідко сперечаюся з будь-ким, тому що зазвичай дискутаннти прагнуть не до істини, а до визнання своєї точки зору;
 - г) не люблю втягуватися в дискусії через їхню сумбурність;
 - д) не люблю дискусії, оскільки рідко виходжу з них переможцем;
 - е) уникаю участі в дискусіях через свою боязкість;
 - ж) не можу відповісти на це запитання.
10. Коли хтось із членів моєї сім'ї критикує мене, то моя звичайна реакція полягає в тому, щоб:
- а) проаналізувати причини та мотиви критики;

Продовження Додатку Г

б) поцікавитися в автора критики її заснування та врахувати їх у своїх наступних діях;

в) нічого не сказати, забути про неї;

г) при нагоді самої піддати опонента критиці;

д) при впевненості у своїй правоті захистити себе;

е) нічого не сказавши, мати проти критика «зуб»;

ж) не можу відповісти на це запитання.

11. У своїх спробах досягти успіхів у житті я покладаюсь насамперед на:

а) допомогу сім'ї, батьків;

б) власні зусилля та наполегливість;

в) відсутність могутніх ворогів;

г) везіння;

д) наявність впливових знайомих;

е) наявність вірних друзів

ж) не можу відповісти на це запитання.

12. Щодо довіри до людей я дотримуюся того принципу, що:

а) треба людям довіряти, але при цьому всіх без винятку перевіряти;

б) довіряти не можна нікому, навіть собі;

в) якоюсь мірою довіряти потрібно кожній людині;

г) все залежить від конкретної людини: з одним можна повністю довіряти, іншим – ні на йоту;

д) люди зазвичай не виправдовують вашої довіри;

е) надмірна довірливість – мій найбільший гріх;

ж) не можу відповісти на це запитання.

13. Моя реакція на думку про свою смерть полягає:

Продовження Додатку Г

- а) у сильному відштовхуванні цієї думки;
- б) у тому, що я часто думаю про смерть і мрію, щоб вона була миттєвою;
- в) у тому, що я приймаю це як даність як кінцеву неминучість і часто про це не думаю;
- г) у тому, що я часто про це розмірковую, мрію мати сильну волю для гідної зустрічі зі смертю;
- д) у тому, що я боюся смерті, але не часто говорю про це іншим;
- е) я думаю про смерть і боюся її лише під безпосереднім враженням від звістки про чийсь смерть;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

14. Ступінь, в якій я намагаюся справити сприятливе враження на інших людей, виражається в тому, що я:

- а) будую щодо цього певні плани і присвячую цьому багато часу;
- б) рідко заздалегідь планую робити це, але якщо надається можливість, намагаюся справити гарне враження;
- в) присвячую цьому мало часу;
- г) не люблю цієї тенденції в інших і ніколи не роблю цього сам;
- д) дуже глибоко і довго страждаю, якщо виявляється, що про мене склалося несприятливе враження серед шановних мною людей;
- е) відчуваю приємне почуття, якщо виявляється, що про мене склалося сприятливе враження;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

15. Зіткнувшись з незвичайною проблемою в особистих справах, я:

- а) ніколи не вагаюся відразу ж звернутися за допомогою до будь-кого, хто знає про це більше, ніж я;
- б) якщо є можливість, відразу ж прошу когось із друзів допомогти мені;

Продовження Додатку Г

- в) дуже рідко турбую когось із друзів проханням допомогти мені;
- г) ніколи не звертаюся за допомогою до сторонніх;
- д) докладаю всіх зусиль для її вирішення, перш ніж звернуся до будь-кого за допомогою;
- е) після деяких вагань звертаюся до друзів по допомогу;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

16. Моє ставлення до родичів та друзів таке, що я:

- а) ціную тих з них, які є для мене близькими за своїми духовними інтересами;
- б) ціную тих із них, які стимулюють мене в інтелектуальному відношенні;
- в) мені потрібно більше друзів і родичів, ніж я маю зараз;
- г) та кількість друзів та родичів, яку я зараз маю, мені достатньо;
- д) вони не є необхідними для мого щастя;
- е) ціную тих із них, які, як і я, цікавляться в основному матеріальними речами
- ж) не можу відповісти на це запитання.

17. Коли якийсь член моєї сім'ї несправедливо, як мені здається, критикує мене або просто чіпляється до мене, моєю звичайною реакцією є:

- а) обурюватися, але нічого не говорити;
- б) підтримувати мир у сім'ї, погоджуючись з критиком і лещуючи його;
- в) нічого не говорити, але спробувати пізніше звести рахунки;
- г) намагатися зрозуміти, чому мене критикують, і виявляючи витримку гідно захистити себе;
- д) не приймати почуте близько до серця, тому що з часом все утворюється;

Продовження Додатку Г

е) розсердившись, вступити в суперечку;

ж) не можу відповісти на це запитання.

18. Спосіб, яким я реаую на релігію, полягає в тому, що я:

а) не потребую жодної релігії: але, думаю, що для більшості людей вона необхідна;

б) читаю та проводжу спостереження у зв'язку з різними релігіями та в результаті згодом вирішу для себе це питання;

в) займаюся винаходом власної релігії, яка, як я сподіваюся, згодом мене задовольнятиме;

г) маю релігію, яка мене задовольняє;

д) вважаю релігію моїх батьків найбільш придатною для мене;

е) приймаю релігію моїх батьків, хоч вона мене й не задовольняє;

ж) не можу відповісти на це запитання.

19. Ступінь, в якій я читаю та вивчаю інформацію про соціально-політичні та економічні зміни в інших країнах, виражається в тому, що я:

а) зовсім не цікавлюся цією інформацією;

б) надто зайнята рішенням власних проблем, щоб багато думати про проблеми, які існують в інших частинах світу;

в) роблю це в дуже поодиноких випадках і з випадкових приводів;

г) виявляю до неї інтерес у мінімальному ступені;

д) роблю це із задоволенням, але без будь-яких конкретних висновків для своєї країни;

е) прагну вивчати умови в інших частинах світу, щоб зіставляти з ними становище у власній країні та мріяти про його покращення;

ж) не можу відповісти на це запитання.

20. Будучи вимушеною до публічного виступу, я знаходжу, що:

Продовження Додатку Г

- а) це надзвичайно важко і викликає в мене збентеження та заїкуватість;
- б) це важко, але я можу володіти без помітних ознак збентеження;
- в) це надзвичайно важко, але оскільки під питанням моя самоповага не намагаюся ухилитися;
- г) зазвичай можу говорити без особливих зусиль;
- д) я часто відчуваю задоволення, висловлюючись публічно;
- е) це важко, оскільки я не відчуваю впевненості у доброзичливості аудиторії;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

21. Ступінь, в якій я читаю та вивчаю інформацію про соціально-політичні та економічні зміни в рідній країні, виражається в тому, що я:

- а) читаю багато що стосується цієї теми, оскільки мене глибоко хвилюють події, що відбуваються в нашому суспільстві;
- б) читаю таку інформацію лише тоді, коли більше нема чого читати або коли я це повинен робити;
- в) читаю таку інформацію порівняно регулярно;
- г) вважаю це заняття безглуздим, оскільки проста людина все одно ні на що не може вплинути;
- д) читаю таку інформацію тільки для того, щоб при нагоді бути в змозі взяти участь у її обговоренні;
- е) глибоко байдужа до всього, що за межі моїх особистих справ;
- ж) не можу відповісти на це запитання.

22. Моя реакція на позитивну публікацію в пресі мого імені або імені будь-кого з моїх рідних і близьких полягає в тому, що я:

- а) відчуваю сильне задоволення і часто з гордістю показую відповідне місце своїм друзям та знайомим;

Продовження Додатку Г

б) внутрішньо відчуваю приємне почуття, але стійко утримуюсь від будь-яких його виразів;

в) побачивши своє ім'я у пресі не відчуваю радісного хвилювання, оскільки розумію нікчемність цієї події;

г) в перший момент відчуваю приємне почуття, але відразу забуваю про цю подію;

д) відчуваю приємне почуття, хоч і вважаю, що це прояв душевної марнославства;

е) протягом деякого часу відчуваю приємне почуття, про яке можу стримано розповісти ближнім та друзям;

ж) не можу відповісти на це запитання.

23. Моє ставлення до ознак, прикмет, передчуттів і т. п. полягає в тому, що:

а) у своєму життєвому досвіді я переконалася, що вони майже завжди вказують на успіх чи невдачу у будь-якій діяльності;

б) вони зазвичай віщують успіх чи невдачу у будь-якій діяльності;

в) я не можу вирішити, чи є це випадковістю, чи вони дійсно віщують певні події;

г) я не вірю, що вони віщують щось для когось і тому не запам'ятовую їм;

д) я розумію, що вони помилкові, але ловлю себе на увазі до них;

е) борючись із їхнім впливом на мене, дію їм наперекір;

ж) не можу відповісти на це запитання.

24. Ступінь моєї активності у класі характеризується одним із наступних варіантів:

а) завжди прагну грати провідну роль у дискусіях;

Продовження Додатку Г

б) іноді втягуюсь у дискусію, не будучи достатньо компетентною в обговорюваному питанні;

в) не беру участі в дискусіях, якщо не впевнена в істинності та цінності того, про що збираюся сказати;

г) ніколи не беру участі в дискусії, тому що не вірю в їхню корисність;

д) беру участь, якщо потрібно підтримати дискусію, але не керувати нею;

е) завжди беру участь у дискусіях, хоч і не прагну до лідерства;

ж) не можу відповісти на це запитання.

25. Ступінь, в якій я звертаюся до віщунів, полягає в тому, що вони:

а) можуть бути корисні лише тоді, коли стикаєшся з серйозною проблемою і не знаєш, яке прийняти рішення;

б) іноді можна звернутися до них – коли знаєш, що друзі теж збираються це зробити (заради розваги);

в) заслуговують на те, щоб консультуватися у них при кожній можливості;

г) ніколи не слід їх відвідувати, тому що вони шахраї;

д) мають дивовижну інтуїцію, що дозволяє їм іноді правильно передбачити долю людини;

е) хороші психологи;

ж) не можу відповісти на це запитання.

26. Ступінь, в якій я йду на фінансовий ризик, полягає в тому, що я:

а) часто йду на значний ризик, тому що якщо виграю, я виграю багато;

б) йду на серйозний ризик лише тоді, коли баланс явно на мою користь;

в) не допускаю серйозного ризику і у разі програшу не піддаюся жодному азарту;

Продовження Додатку Г

г) використовую невеликі шанси, оскільки за цих умов у разі програшу можу продовжувати свої спроби;

д) не покладаюся на жодні випадки, волію мати стовідсоткову гарантію;

е) не можу жити без постійного ризику;

ж) не можу відповісти на це запитання.

27. Моє ставлення до світу в цілому полягає в тому, що:

а) він сповнений зла і я не чекаю від нього нічого радісного;

б) він має багато спокус, так що важко будь-кому залишитися безгрішним, але все одно прагнути цього треба;

в) світ є цікавою панорамою, я прагну використовувати свої сили для його вдосконалення;

г) світ може бути добрим, якщо життя людей буде сповнене гідності та справжньої доброти, потрібно присвячувати цьому всі сили;

д) я живу тільки раз, тому маю намір насолоджуватися життям, а не мріяти про благо всього людства;

е) я є частиною світу, хороший він чи поганий, тому приймаю його таким, яким він є;

ж) не можу відповісти на це запитання.

28. Враховуючи, що кожен хоче мати багато грошей для задоволення своїх потреб, я також хочу більше грошей для того, щоб:

а) жити, ні в чому собі не відмовляючи, мати найкращий будинок, найкращий автомобіль, багато красивого та модного одягу тощо.

б) здійснити свої життєві плани, такі, як удосконалення свого бізнесу чи професійних здібностей, здобуття високоякісної освіти тощо;

в) мати можливість купувати лотерейні квитки, жетони для гральних автоматів тощо;

Продовження Додатку Г

г) мати можливість допомагати родичам та близьким людям, які потребують;

д) застрахувати своє життя;

е) щоб я мав можливість робити те, що захочу;

ж) не можу відповісти на це запитання.

29. Під час читання щоденних газет моє ставлення до матеріалів, що стосуються моєї майбутньої професії, полягає в тому, що:

а) завжди уважно прочитую такі матеріали;

б) читаю лише ті матеріали, які мені цікаві;

в) дуже рідко читаю щось про свою професію, мені вистачає того, що маю на роботі;

г) рідко читаю матеріали про свою професію;

д) не читаю такі матеріали, бо вони мені нудні;

е) ненавиджу такі матеріали, оскільки не люблю свою професію;

ж) не можу відповісти на це запитання.

30. Як би ви вчинили, якби начальство наполегливо стало пропонувати вам пост, для заняття якого у вас, як ви самі розумієте, немає достатніх даних, але який вам дуже хотілося б зайняти:

а) рішуче відмовилися б, посилаючись на неадекватність (невідповідність) вашої кандидатури;

б) погодилися б з побоювання викликати своєю відмовою невдоволення;

в) погодилися б, але тільки за умови, що буде надано тривалий випробувальний термін, за час якого ви докладете максимальних зусиль для заповнення наявних прогалин;

г) одразу погодилися б, діючи за принципом «не святі горщики ліплять!»;

Продовження Додатку Г

д) погодилися б після деяких вагань, виходячи з того, що люди, які займають подібні пости, анітрохи не краще за вас;

е) погодилися б, але тільки тимчасово виконуючим обов'язки, щоб якимось допомогти справі;

ж) не можу відповісти на це запитання.

31. У будинку відпочинку ви жили в одному номері з людиною, з якою ви маєте багато спільного. Розлучаючись, обмінялися номерами телефонів. Якою є ймовірність того, що надалі ви першою спробуєте відновити контакти:

а) 100%;

б) 80%;

в) 60%;

г) 40%;

д) 20%;

е) 0%;

ж) не можу відповісти на це запитання.

32. Якби у вас була для цього необмежена можливість, то як часто ви зустрічалися б для потаємних розмов зі своїми близькими друзями, цікавлячись їх проблемами, намірами:

а) щоденно;

б) приблизно 3 рази на тиждень;

в) приблизно 2 рази на тиждень;

г) 1 разів на тиждень;

д) 1 раз на 2 тижні;

е) 1 раз на місяць;

ж) не можу відповісти на це запитання.

Продовження Додатку Г

33. Як би ви повели себе в ситуації нерозділеного кохання за наявності щасливої суперниці, в достоїнствах якої ви, однак, сильно сумніваєтеся:

а) вжили б усіх заходів до того, щоб виключити можливість навіть випадкових зустрічей з предметом вашого нерозділеного кохання;

б) доклали б усіх сил для дискредитації конкурентки в очах вашого обранця;

в) зберігали б своє почуття, але, тримаючись з гідністю, в той же час намагалися б звернути увагу свого обранця на внутрішні і зовнішні переваги, що є у вас;

г) зберігали б своє почуття, але, тримаючись з гідністю, ніяк його не нав'язували;

д) мовчки і безсило страждали б від горя у своєму запереченні;

е) надали б цю пару саму собі і постаралися якнайшвидше погасити своє почуття, переключивши себе на спілкування з іншими людьми;

ж) не можу відповісти на це запитання.

ДОДАТОК Г

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

Респондентка: Єлизавета З.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-21д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Г.1

Відповіді до методики «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	3	11.	4
2.	2	12.	2
3.	5	13.	5
4.	6	14.	5
5.	5		
6.	6		
7.	6		
8.	2		
9.	2		
10.	4		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Перевага онлайн-спілкування (макс. 21) – 10.

Регулювання настрою (макс. 21) – 17.

Когнітивне поглинання (макс. 21) – 8.

Продовження Додатка Г

Компульсивне використання (макс. 21) – 12.

Негативні наслідки (макс. 14) – 10.

Загальний бал (мін. 14 – макс. 98) – 57.

Висновки:

Респондентка має середній рівень проблемного використання інтернету.

Продовження Додатка Г

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Загальна
шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)**

Респондентка: Наталія Ш.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Г.2

**Відповіді до методики «Загальна шкала проблемного використання
інтернету» (Скотт Каплан, 2010):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	3	11.	2
2.	3	12.	2
3.	2	13.	2
4.	3	14.	2
5.	3		
6.	5		
7.	4		
8.	4		
9.	3		
10.	2		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Перевага онлайн-спілкування (макс. 21) – 7.

Регулювання настрою (макс. 21) – 10.

Когнітивне поглинання (макс. 21) – 9.

Продовження Додатка Г

Компульсивне використання (макс. 21) – 10.

Негативні наслідки (макс. 14) – 4.

Загальний бал (мін. 14 – макс. 98) – 40.

Висновки:

Респондентка має середній рівень проблемного використання інтернету.

Продовження Додатка Г

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

Респондентка: Дар'я Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Г.3

Відповіді до методики «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	3	11.	2
2.	3	12.	1
3.	2	13.	3
4.	1	14.	3
5.	2		
6.	3		
7.	4		
8.	2		
9.	4		
10.	2		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Перевага онлайн-спілкування (макс. 21) – 6.

Регулювання настрою (макс. 21) – 7.

Когнітивне поглинання (макс. 21) – 7.

Продовження Додатка Г

Компульсивне використання (макс. 21) – 9.

Негативні наслідки (макс. 14) – 6.

Загальний бал (мін. 14 – макс. 98) – 35.

Висновки:

Респондентка має середній рівень проблемного використання інтернету.

Продовження Додатка Г

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Загальна
шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)**

Респондентка: Діана Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Г.4

**Відповіді до методики «Загальна шкала проблемного використання
інтернету» (Скотт Каплан, 2010):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	1	11.	7
2.	4	12.	7
3.	2	13.	7
4.	6	14.	7
5.	4		
6.	2		
7.	5		
8.	4		
9.	7		
10.	7		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Перевага онлайн-спілкування (макс. 21) – 10.

Регулювання настрою (макс. 21) – 15.

Когнітивне поглинання (макс. 21) – 15.

Продовження Додатка Г

Компульсивне використання (макс. 21) – 16.

Негативні наслідки (макс. 14) – 14.

Загальний бал (мін. 14 – макс. 98) – 70.

Висновки:

Респондентка має високий рівень проблемного використання інтернету.

Продовження Додатка Г

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010)

Респондент: Андрій С.

Стать: чоловіча

Вік: 18

Група: ПС-22д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Г.5

Відповіді до методики «Загальна шкала проблемного використання інтернету» (Скотт Каплан, 2010):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	5	11.	2
2.	3	12.	2
3.	4	13.	2
4.	5	14.	2
5.	1		
6.	5		
7.	1		
8.	2		
9.	4		
10.	2		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Перевага онлайн-спілкування (макс. 21) – 11.

Регулювання настрою (макс. 21) – 17.

Когнітивне поглинання (макс. 21) – 7.

Продовження Додатка Г

Компульсивне використання (макс. 21) – 11.

Негативні наслідки (макс. 14) – 4.

Загальний бал (мін. 14 – макс. 98) – 40.

Висновки:

Респондент має середній рівень проблемного використання інтернету.

ДОДАТОК Д
ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Індекс
зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)

Респондентка: Єлизавета З.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-21д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Д.1

Відповіді до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	я «живу» в інтернеті	18.	Ні
2.	завжди підключена/-ий до інтернет-мережі	19.	байдуже
3.	більше 9 років	20.	байдуже
4.	Досить впевненою/-им	21.	Не Подобається
5.	Час від часу	22.	Не Подобається
6.	Рідко	23.	Не Подобається
7.	Час від часу	24.	Дуже Подобається
8.	Рідко	25.	Дуже Подобається
9.	Часто	26.	Подобається
10.	Час від часу	27.	Дуже Подобається
11.	Часто	28.	Подобається
12.	Час від часу	29.	байдуже
13.	Часто	30.	Дуже Подобається
14.	Так	31.	Не подобається

Продовження Додатку Д

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
15.	Так	32.	Не Подобається
16.	Так	33.	Не Подобається
17.	Ні		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Цифрове споживання (макс. 15) – 13.

Цифрова компетентність (макс. 10) – 8.

Емоційне відношення (макс. 10) – 7.

Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35) – 28.

Висновки:

Респондентка має середній рівень індексу зануреності в інтернет середовище.

Продовження Додатку Д

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Індекс
зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)**

Респондентка: Наталія Ш.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Д.2

**Відповіді до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А.
Регуш, 2021):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	я «живу» в інтернеті	18.	Так
2.	завжди підключена/-ий до інтернет-мережі	19.	Подобається
3.	4-6 років	20.	Подобається
4.	Впевненою/-им	21.	Подобається
5.	Час від часу	22.	Подобається
6.	Час від часу	23.	Не Подобається
7.	Час від часу	24.	Подобається
8.	Рідко	25.	Подобається
9.	Часто	26.	Подобається
10.	Час від часу	27.	Дуже Подобається
11.	Часто	28.	Подобається
12.	Рідко	29.	Не Подобається
13.	Часто	30.	Подобається
14.	Так	31.	байдуже

Продовження Додатку Д

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
15.	Так	32.	Подобається
16.	Так	33.	Подобається
17.	Ні		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Цифрове споживання (макс. 15) – 14.

Цифрова компетентність (макс. 10) – 7.

Емоційне відношення (макс. 10) – 8.

Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35) – 29.

Висновки:

Респондентка має середній рівень індексу зануреності в інтернет середовище.

Продовження Додатку Д

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Індекс
зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)**

Респондентка: Дар'я Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Д.3

**Відповіді до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А.
Регуш, 2021):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	двічі-тричі на день	18.	Ні
2.	3-5 годин	19.	Подобається
3.	4-6 років	20.	Дуже Подобається
4.	Досить впевненою/-им	21.	Подобається
5.	Часто	22.	Подобається
6.	Рідко	23.	байдуже
7.	Час від часу	24.	Подобається
8.	Рідко	25.	Подобається
9.	Часто	26.	Дуже Подобається
10.	Рідко	27.	Дуже Подобається
11.	Час від часу	28.	Дуже Подобається
12.	Рідко	29.	Подобається
13.	Часто	30.	байдуже
14.	Так	31.	Подобається
15.	Так	32.	Подобається

Продовження Додатку Д

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Ні	33.	Подобається
17.	Ні		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Цифрове споживання (макс. 15) – 10.

Цифрова компетентність (макс. 10) – 6.

Емоційне відношення (макс. 10) – 8.

Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35) – 24.

Висновки:

Респондентка має середній рівень індексу зануреності в інтернет середовище.

Продовження Додатку Д

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Індекс
зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)**

Респондентка: Діана Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Д.4

**Відповіді до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А.
Регуш, 2021):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	я «живу» в інтернеті	18.	Ні
2.	6-8 годин	19.	байдуже
3.	більше 9 років	20.	Подобається
4.	Впевненою/-им	21.	Дуже Подобається
5.	Час від часу	22.	Подобається
6.	Рідко	23.	байдуже
7.	Час від часу	24.	Дуже Подобається
8.	Рідко	25.	Дуже Подобається
9.	Час від часу	26.	Дуже Подобається
10.	Рідко	27.	Дуже Подобається
11.	Часто	28.	Дуже Подобається
12.	Рідко	29.	Дуже Подобається
13.	Часто	30.	байдуже
14.	Так	31.	байдуже
15.	Так	32.	байдуже

Продовження Додатку Д

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Так	33.	Дуже Подобається
17.	Ні		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Цифрове споживання (макс. 15) – 12.

Цифрова компетентність (макс. 10) – 9.

Емоційне відношення (макс. 10) – 8.

Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35) – 29.

Висновки:

Респондентка має середній рівень індексу зануреності в інтернет середовище.

Продовження Додатку Д

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Індекс
зануреності в інтернет-середовище» (Л. А. Регуш, 2021)**

Респондент: Андрій С

Стать: чоловіча

Вік: 21

Група: ПС-22д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Д.5

**Відповіді до методики «Індекс зануреності в інтернет-середовище» (Л. А.
Регуш, 2021):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	двічі-тричі на день	18.	Ні
2.	3-5 годин	19.	байдуже
3.	більше 9 років	20.	Подобається
4.	Дуже впевненою/-им	21.	Подобається
5.	Рідко	22.	Не Подобається
6.	Рідко	23.	Не Подобається
7.	Рідко	24.	байдуже
8.	Рідко	25.	байдуже
9.	Час від часу	26.	байдуже
10.	Рідко	27.	байдуже
11.	Рідко	28.	Подобається
12.	Рідко	29.	Подобається
13.	Рідко	30.	Зовсім не подобається
14.	Ні	31.	Зовсім не подобається
15.	Так	32.	байдуже

Продовження Додатку Д

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Ні	33.	Подобається
17.	Ні		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Цифрове споживання (макс. 15) – 9.

Цифрова компетентність (макс. 10) – 10.

Емоційне відношення (макс. 10) – 6.

Індекс занурення в інтернет-середовище (макс. 35) – 25.

Висновки:

Респондент має середній рівень індексу зануреності в інтернет середовище.

ДОДАТОК Е
ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Визначення
ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

Респондентка: Єлизавета З.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-21д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Е.1

Відповіді до методики «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю,
С. В. Клаучек, 2005):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	Ні	11.	Ні
2.	Ні	12.	Так
3.	Так	13.	Так
4.	Ні	14.	Так
5.	Ні	15.	Так
6.	Ні	16.	Так
7.	Ні	17.	Так
8.	Ні	18.	Ні
9.	Так	19.	Ні
10.	Ні	20.	Ні

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Рівень Навіюваності (макс. 20) – 15.

Висновки:

Респондентка має високий рівень навіюваності.

Продовження Додатка Е

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

Респондентка: Наталія Ш.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Е.2

Відповіді до методики «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	Так	11.	Так
2.	Так	12.	Так
3.	Так	13.	Так
4.	Так	14.	Ні
5.	Ні	15.	Ні
6.	Так	16.	Так
7.	Так	17.	Ні
8.	Ні	18.	Ні
9.	Так	19.	Так
10.	Ні	20.	Так

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Рівень Навіюваності (макс. 20) – 12.

Висновки:

Респондентка має помірний рівень навіюваності.

Продовження Додатка Е

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

Респондентка: Дар'я Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Е.3

Відповіді до методики «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	Ні	11.	Так
2.	Так	12.	Ні
3.	Так	13.	Ні
4.	Ні	14.	Так
5.	Ні	15.	Так
6.	Ні	16.	Ні
7.	Ні	17.	Так
8.	Ні	18.	Ні
9.	Так	19.	Так
10.	Ні	20.	Так

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Рівень Навіюваності (макс. 20) – 16.

Висновки:

Респондентка має високий рівень навіюваності.

Продовження Додатка Е

**ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Визначення
ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)**

Респондентка: Діана Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Е.4

**Відповіді до методики «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю,
С. В. Клаучек, 2005):**

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	Ні	11.	Так
2.	Так	12.	Так
3.	Так	13.	Так
4.	Ні	14.	Ні
5.	Так	15.	Так
6.	Ні	16.	Ні
7.	Так	17.	Так
8.	Ні	18.	Ні
9.	Так	19.	Так
10.	Ні	20.	Так

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Рівень Навіюваності (макс. 20) – 13.

Висновки:

Респондентка має помірний рівень навіюваності.

Продовження Додатка Е

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005)

Респондент: Андрій С.

Стать: чоловіча

Вік: 21

Група: ПС-22д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Е.5

Відповіді до методики «Визначення ступеня навіюваності» (В. В. Деларю, С. В. Клаучек, 2005):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	Ні	11.	Ні
2.	Ні	12.	Ні
3.	Так	13.	Ні
4.	Ні	14.	Ні
5.	Так	15.	Ні
6.	Ні	16.	Ні
7.	Ні	17.	Так
8.	Так	18.	Ні
9.	Так	19.	Ні
10.	Ні	20.	Ні

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Рівень Навіюваності (макс. 20) – 10.

Висновки:

Респондент має помірний рівень навіюваності.

ДОДАТОК Є
ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Респондентка: Єлизавета З.

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-21д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Є.1

Відповіді до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	ж	18.	а
2.	д	19.	ж
3.	г	20.	в
4.	е	21.	ж
5.	б	22.	е
6.	ж	23.	д
7.	б	24.	в
8.	д	25.	ж
9.	г	26.	ж
10.	д	27.	е
11.	г	28.	е
12.	а	29.	а
13.	д	30.	ж
14.	б	31.	г
15.	в	32.	б

Продовження Додатку Є

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Г	33.	Г
17.	е		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Мотивація досягнень – 1 (незадовільний).

Ставлення до свого «Я» – 9 (незадовільний).

Почуття громадянського обов'язку – 2 (незадовільний).

Життєва установка – -4 (незадовільний).

Здатність до близькості – 1 (незадовільний).

Рівень особистісної зрілості – 4 (незадовільний).

Висновки:

Респондентка має незадовільний особистісної зрілості.

Продовження Додатку Є

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Респондентка: Наталія Шкурдода

Стать: жіноча

Вік: 19

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Є.2

Відповіді до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	в	18.	а
2.	г	19.	ж
3.	г	20.	в
4.	е	21.	ж
5.	д	22.	а
6.	д	23.	д
7.	в	24.	д
8.	ж	25.	ж
9.	б	26.	г
10.	д	27.	б
11.	ж	28.	е
12.	е	29.	б
13.	д	30.	ж
14.	е	31.	г
15.	д	32.	б

Продовження Додатку Є

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	а	33.	в
17.	д		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Мотивація досягнень – 10 (задовільний).

Ставлення до свого «Я» – 3 (незадовільний).

Почуття громадянського обов'язку – 6 (задовільний).

Життєва установка – 2 (незадовільний) .

Здатність до близькості – 5 (незадовільний).

Рівень особистісної зрілості – 7 (незадовільний).

Висновки:

Респондентка має незадовільний особистісної зрілості.

Продовження Додатку Є

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Респондентка: Дар'я Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Є.3

Відповіді до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	ж	18.	г
2.	д	19.	г
3.	б	20.	а
4.	е	21.	в
5.	б	22.	е
6.	г	23.	в
7.	в	24.	д
8.	б	25.	ж
9.	б	26.	д
10.	б	27.	е
11.	б	28.	г
12.	г	29.	б
13.	в	30.	в
14.	г	31.	в
15.	д	32.	в

Продовження Додатку Є

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Г	33.	Г
17.	Г		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Мотивація досягнень – 18 (високий).

Ставлення до свого «Я» – 27 (задовільний).

Почуття громадянського обов'язку – 10 (високий).

Життєва установка – 20 (високий).

Здатність до близькості – 5 (незадовільний).

Рівень особистісної зрілості – 42 (задовільний).

Висновки:

Респондентка має задовільний особистісної зрілості.

Продовження Додатку Є

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Респондентка: Діана Б.

Стать: жіноча

Вік: 18

Група: ПС-23д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Є.4

Відповіді до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	в	18.	д
2.	д	19.	е
3.	е	20.	в
4.	б	21.	а
5.	б	22.	а
6.	а	23.	д
7.	в	24.	ж
8.	е	25.	е
9.	е	26.	б
10.	е	27.	г
11.	б	28.	б
12.	а	29.	а
13.	в	30.	в
14.	е	31.	г
15.	б	32.	д

Продовження Додатку Є

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	Г	33.	а
17.	Д		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Мотивація досягнень – 3 (незадовільний).

Ставлення до свого «Я» – -6 (незадовільний).

Почуття громадянського обов'язку – 4 (задовільний).

Життєва установка – 6 (незадовільний).

Здатність до близькості – 1 (незадовільний).

Рівень особистісної зрілості – 8 (незадовільний).

Висновки:

Респондентка має незадовільний особистісної зрілості.

Продовження Додатку Є

ПРОТОКОЛ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994))

Респондент: Андрій С.

Стать: чоловіча

Вік: 21

Група: ПС-22д

Дата проходження: 04.05.2024

Експериментаторка: Гончарова Дар'я

Самопочуття: задовільне

Таблиця Є.5

Відповіді до методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух (1994)):

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
1.	в	18.	а
2.	в	19.	д
3.	е	20.	б
4.	г	21.	б
5.	г	22.	д
6.	а	23.	в
7.	ж	24.	в
8.	д	25.	г
9.	г	26.	д
10.	ж	27.	е
11.	б	28.	е
12.	в	29.	г
13.	в	30.	д
14.	е	31.	д
15.	а	32.	г

Продовження Додатку Є

№ питання	Відповідь	№ питання	Відповідь
16.	а	33.	е
17.	е		

Обробка та інтерпретація отриманих даних:

Мотивація досягнень – -5 (незадовільний).

Ставлення до свого «Я» – 5 (незадовільний).

Почуття громадянського обов'язку – 9 (високий).

Життєва установка – 5 (незадовільний).

Здатність до близькості – 2 (незадовільний).

Рівень особистісної зрілості – 6 (незадовільний).

Висновки:

Респондент має незадовільний особистісної зрілості.