

---

**МАГУЧИХ А.О.,**  
студентка, факультет психології,  
Дніпропетровський національний  
університет ім. О. Гончара,  
м. Дніпропетровськ

## ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ У ПІДЛІТКІВ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЇ

*У статті розглянуто особливості емоційно-вольової сфери підлітків та вплив регулярного використання Інтернету на її розвиток. Емпірично досліджено такі ознаки, як емоційні бар'єри у спілкуванні, рівень розвитку вольових властивостей та позитивність самопочуття. Встановлено, що найбільш виражені розбіжності виявлені за показниками сили волі, неадекватного прояву емоцій, їх невиразності та небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.*

**Ключові слова:** Інтернет-адикція, підлітки, сила волі, емоційні бар'єри у спілкуванні, емоційний стан.

*В статье рассмотрены особенности эмоционально-волевой сферы подростков и влияние регулярного использования Интернета на её развитие. Эмпирически исследовано такие признаки, как эмоциональные барьеры в общении, уровень развития волевых качеств и позитивность самочувствия. Установлено, что наиболее выраженные различия по показателям силы воли, неадекватного проявления эмоций, их невыразительности и нежелания сближаться с людьми на эмоциональной основе.*

**Ключевые слова:** Интернет-адикция, подростки, сила воли, эмоциональные барьеры в общении, эмоциональное состояние.

*The article considers feature of emotions and will of adolescents and effect of regular use of Internet for its development. Empirically investigated such features as emotional barriers in communication, the level of the development of strong-willed qualities and dominant emotional state. It has been established the most significant differences in the level of will, inadequate expression and plainness of emotions, and unwillingness to approach with people on an emotional basis.*

**Key words:** internet-addiction, adolescent, level of will, emotion barriers in communication, emotion state.

**П**остановка проблеми. Розвиток сучасних технологій призвів до того, що Інтернет став доступним практично для кожного. Все більше людей проводять свій вільний та робочий час у всесвітній мережі, в тому числі і підлітки, кількість яких останнім часом зростає. Основними видами діяльності, що здійснюються за допомогою мережі Інтернет є спілкування, пізнання, гра та розваги, які, в свою чергу можуть повністю захопити та «прив'язати» до віртуальної реальності.

Слід зазначити, що підлітковий вік має важливе значення у становленні особистості, оскільки у цей період закладаються основи свідомої поведінки, формуються моральні уявлення, відбувається становлення свого власного світогляду, системи цінностей та Я-концепції. Тому незріла особистість підлітка, зі своєю не повністю сформованою ідентичністю, загальною нестійкістю особистісних рис може піддаватися сильним змінам при інтенсивному використанні Інтернету, і оцінка рівня впливу Інтернет-простору на особистість та її формування – один із актуальних аспектів проблеми.

Сам феномен залежності від Інтернету, або Інтернет-адикції з'явився лише наприкінці ХХ ст., як результат взаємодії інформаційних технологій та їх освоєння користувачами комп'ютерів. На даному етапі дослідниками вивчаються особливості осо-

бистості Інтернет-адиктів та зв'язок даного виду з іншими видами залежності, а також можливі наслідки.

**Методологічну й теоретичну основу нашої роботи** склали теоретичні відомості про особливості розвитку у підлітковому віці (Ф.Райс, Д. П. Колесов), розвитку емоційно-вольової сфери (Л. І.Божович, К. Ізард, Л. А. Регуш), дослідження феномену Інтернет-адикції (О. Е. Воскуйський, А. Гольдберг, К. Янг) та дослідження особливостей особистості підлітків з Інтернет-адикцією (Т. Ю. Больбот, О. Ю. Єгоров, В. Л. Малигін, Ф. О. Саглам, Н. С. Хомерікі).

Дослідження показали, що для підлітків характерні більш яскравіші та інтенсивніші переживання з приводу різних життєвих подій у порівнянні не тільки з дорослими, а і з дітьми. Це стосується як негативних, так і позитивних емоцій. Такий сплеск емоційної життя підлітків вчені передусім пов'язують з балансом двох основних видів нервових процесів - збудження і гальмування[1]. Однак, О. П. Ільїн вважає, що підлітки більш схильні до прояву радості, ніж гніву, страху, печалі та у віці 12-13 років найбільш інтенсивно переживають радість, печаль і гнів, а вираженість страху в цей період зменшується [2].

У підлітковому віці продовжується процес формування і розвитку самосвідомості. Так, досить поширеним серед сучасних підлітків способом

розвитку у себе вольових якостей є заняття різноманітними видами спорту. У результаті вольові якості спочатку формуються і закріплюються в ході цих занять, а потім переходять і на інші види діяльності, зокрема на професійну роботу, визначаючи мотивацію досягнення успіхів та її практичні результати. Існує також певна послідовність розвитку. Спочатку розвиваються динамічні фізичні (сила, швидкість реакції), потім вольові якості, що пов'язані зі здатністю витримувати більші навантаження, такі як терпимість, наполегливість, а слід за ними розвиваються і більш складніші.

Загальну логіку розвитку всіх вольових якостей можливо виразити наступним чином: від вміння концентрувати зусиль, керувати собою, витримувати великі навантаження до здатності керувати діяльністю та досягати в ній високих результатів.

У своїх роботах, А. Є. Войскунський зі співавторами, підводячи підсумок початкового етапу психологічних досліджень Інтернету, вказують, що вплив на особистісний розвиток інформаційних технологій не може бути однозначно кваліфіковано як позитивний або негативний, оскільки на ряду з негативними трансформаціями особистості при, так званій, Інтернет-адикції, існує можливість позитивного розвитку окремих здібностей. Так, у ланцюжку «підліток - комп'ютер - Інтернет» можливо два варіанти розвитку їх взаємозв'язку: «позитивний» та «негативний». У другому випадку, при регулярному використанні комп'ютера та Інтернету, виникають психологічні прояви Інтернет-залежності, які виражаються у великій кількості проблем поведінки і контролю над потягами, і у підсумку можуть призвести до зміни особистості в цілому [3].

Наявність Інтернет-залежності

призводить до формування цілого ряду психологічних проблем, таких як перевага віртуального простору реальному життю, конфліктна поведінка, хронічні депресії, труднощі адаптації в соціумі, втрата здатності контролювати час перебування за комп'ютером, виникнення почуття дискомфорту при відсутності можливості користуватися Інтернетом [2].

Також можуть виникати труднощі у спілкуванні. Р. Ф. Теперик відзначає, що вони проявляються у вигляді порушення емоційного компонента спілкування, зниженні здатності розуміти емоційний стан партнера та здатності до розпізнавання невербальних компонентів комунікації [4].

Серед дослідників емоційної сфери підлітків схильних до Інтернет-адикції, слід відмітити таких авторів, як В. Л. Малигіна та Н. С. Хомерікі, Вони у своїх дослідженнях з'ясували, що для підлітків даної групи характерні певні порушення в емоційній сфері, які проявляються в неусвідомленості своїх емоцій та невміння їх виражати, що в свою чергу впливає на стосунки з іншими у процесі взаємодії з ними [5, 6].

**Метою** нашої роботи було проаналізувати феномен Інтернет-адикції та вивчити особливості емоційно-вольової сфери у підлітків, схильних до Інтернет-адикції, зокрема виявити емоційні бар'єри у міжособистісному спілкуванні, визначити рівень сили волі та домінуючий стан самопочуття.

В якості **концептуальної гіпотези** виступило припущення про те, що існують певні особливості емоційно-вольової сфери у підлітків схильних та несхильних до Інтернет-адикції.

**Емпіричні гіпотези** дослідження були сформульовані наступним чином:

1) якщо реципієнти мають схильність до Інтернет-адикції, то показник

їх сили волі буде менше, ніж у групі неадиктивних підлітків;

2) підлітки схильні до Інтернет-адикції мають певні емоційні бар'єри у міжособистісному спілкуванні та їх загальний рівень труднощів вищий, ніж у неадиктивних;

3) загальний коефіцієнт самопочуття у Інтернет-адиктивних підлітків буде негативним.

З метою з'ясування особливостей емоційно-вольової сфери у підлітків, схильних до Інтернет-адикції проводився теоретичний аналіз літературних джерел, що дозволив виявити проблемне поле нашого дослідження, а також підібрати психодіагностичні засоби: тест на визначення Інтернет-залежності К. Янг, тест «Самооцінка сили волі» М. М. Обозова, шкала диференційних емоцій К. Ізарда та методика діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні В.В.Бойко.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Наше дослідження проводилось на базі школи №26, м. Дніпропетровська, серед учнів 8-9 класів.

На першому етапі ми провели тестування за допомогою методики визначення рівня Інтернет-адикції К.Янг. Усього у тестуванні прийняли участь 86 учнів, з них схильність до Інтернет-адикції було виявлено у 32% від загальної кількості. Нами були отримані, як високі, так і низькі показники за досліджуваною ознакою. У відсотковому співвідношенні результати розподілилися наступним чином: 26% досліджуваних мають показники від 0 до 25 балів, 42% від 25 до 50 та 32% - вище 50 балів, що в свою чергу, свідчить про наявність схильності до Інтернет-адикції.

На основі отриманих даних було сформовано 2 групи досліджуваних: підлітки схильні та несхильні до Ін-

тернет-адикції.

Наступним етапом нашого дослідження була перевірка емпіричних гіпотез висунутих на початку роботи.

Після використання методики «Самооцінка сили волі» в обох групах були отримані як високі, так і середні показники, але у більшості кількості респондентів переважаючим є середній рівень розвитку сили волі.

Результати за даною методикою розподілилися наступним чином: у групі схильних до Інтернет-адикції низький рівень сили волі мають 13% підлітків, середній - 50%, високий - 37%, у групі несхильних: у 3% учнів встановлено низький рівень сили волі, 40% мають середній рівень та 57% -високий. Тобто, підлітки обох груп у переважній більшості мають середні та високі показники сили волі, однак в групі несхильних до Інтернет-адикції переважають більш високі показники, а в групі схильних - середні.

Обробка отриманих результатів здійснювалась за допомогою непараметричного критерія U- Манна - Уїтні . У результаті було встановлено достовірну розбіжність між двома групами (при  $p < 0,01$ ,  $U = 251.5$ ), що дає можливість зробити висновок про те, що рівень сили волі у підлітків, схильних до Інтернет-адикції нижче, ніж у неадиктивних.

Отримані дані співпадають з відповідними дослідженнями К. О. Феклісова та І. С. Соркіна. Таким чином, одна з наших емпіричних гіпотез, поставлених на початку роботи, знайшла своє підтвердження.

Для з'ясування наявності труднощів у міжособистісному спілкуванні, які пов'язані з емоційним компонентом у підлітків схильних та несхильних до Інтернет-адикції була застосована методика В. В. Бойко, що дало нам змогу побачити наступні резуль-

Таблиця 1

Усереднені показники підлітків схильних та несхильних до Інтернет-адикції за методикою «Діагностика емоційних бар'єрів у спілкуванні» та рівень значущості розбіжностей за критерієм U-Манна-Уїтні

| Показники                                           | Групи досліджуваних         |           | Рівень значущості розбіжностей за критерієм U-Манна-Уїтні |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------|
|                                                     | схильні до Інтернет-адикції | несхильні |                                                           |
| Невміння управляти своїми емоціями                  | 2,4                         | 2,3       | $p > 0.05$ , розбіжності незначущі                        |
| Неадекватний прояв емоцій                           | 3,2                         | 2,6       | $p < 0.01$ розбіжності значущі                            |
| Негнучкість та невиразність емоцій                  | 2,5                         | 2         | $p < 0.01$ розбіжності значущі                            |
| Домінування негативних емоцій                       | 2                           | 1,1       | $p > 0.05$ , розбіжності незначущі                        |
| Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі | 2,5                         | 2,1       | $p < 0.05$ розбіжності значущі                            |
| Загальний показник                                  | 11,3                        | 9,6       | $p < 0.01$ , розбіжності значущі                          |

тати: для підлітків схильних до Інтернет-адикції найбільш характерними є такі проблеми, як неадекватний прояв емоцій, їх негнучкість та невиразність, небажання зближуватися з людьми на емоційній основі та певні труднощі з управлінням своїми емоціями, і майже відсутні проблеми з домінуванням негативних емоцій. Схожі результати отримані і в іншій групі, однак, в цілому показники та загальний рівень труднощів в даній групі нижчі. Найменші показники в обох групах відносяться до шкали «домінування негативних емоцій».

Таким чином, підлітки обох груп мають певні труднощі у міжособистісному спілкуванні, які представлені в різній степені, але незважаючи на це, вони все ж таки більш схильні до прояву позитивних емоцій. Можливо це пов'язано з особливостями розвитку, адже саме в цей віковий період формуються емоційна сфера, підліток вчиться управляти своїм емоційним станом, що в свою чергу має вплив на особливості спілкування.

Отримані у ході статистичної обробки результати (представлені у таблиці 1) можна сумувати наступними чином: існують значимі розбіжності за шкалами «неадекватний прояв емоцій», «небажання зближуватися з людьми на емоційній основі» та «невиразність емоцій», проте значущих розбіжностей за шкалами «невміння керувати емоціями» та «домінування негативних» наше дослідження не знайдене.

Звернемо увагу на те, що спілкування є провідною діяльністю у підлітковому віці. Підліток, звертаючись до віртуальної реальності, має можливість виражати бажані емоції, відповідно до ситуації чи очікувань з боку інших людей, які насправді можуть і не відповідати його справжньому емоційному стану. Такий неадекватний прояв емоцій у віртуальному середовищі може призводити до виникнення труднощів у реальному міжособистісному спілкуванні, де емоції займають вирішальну роль у процесі взаємодії.

Таким чином, наша гіпотеза про

наявність певних емоційних бар'єрів у спілкуванні знайшла своє підтвердження, а саме для підлітків схильних до Інтернет-адикції найбільш характерні такі труднощі, як неадекватний прояв емоцій, небажання зближуватися з людьми на емоційній основі та невиразність емоцій. При цьому їх загальний рівень труднощів вищий у порівнянні з іншою групою.

Наступною методикою, яку ми використали для дослідження особливостей емоційної сфери та визначення домінуючого стану самопочуття була «Шкала диференційних емоцій». У результаті були в обох групах домінуючими були виявлені емоції радості та інтересу, при цьому у схильних до Інтернет-адикції більш виражені почуття гніву та вини у порівнянні з іншою групою, за іншими емоціями не має значних розходжень.

На початку дослідження ми зробили припущення, що у підлітків, схильних до Інтернет-адикції буде домінуючим негативне самопочуття, тобто в них буде більш виразний знижений фон настрою, з переважанням негативних емоцій. Однак, дана гіпотеза не знайшла підтвердження. У підлітків обох груп в переважній більшості відзначається позитивне самопочуття, з переважанням емоцій радості та цікавості.

Можливо, даний результат пов'язаний з особливостями розвитку їх емоційної сфери, так на думку О. П. Ільїна, підлітки більш схильні до прояву радості, ніж гніву, страху та печалі, тому не зважаючи на те, що на момент

дослідження вони перебували «офлайн», все ж таки загальний їх емоційний стан був позитивним.

**Висновки і перспективи подальшого дослідження:** у результаті дослідження емоційно-вольової сфери підлітків, схильних та несхильних до Інтернет-адикції нами було отримані результати, які надали можливість зробити наступні висновки:

1. Підлітки, схильні до Інтернет-адикції мають нижчі показники сили волі.

2. Підлітки схильні до Інтернет-адикції мають проблеми у міжособистісному, спілкуванні, зокрема вони частіше неадекватно проявляють емоцій та не бажають зближуватися з людьми на емоційній основі. Їх загальний рівень труднощів вищий, ніж у неадиктивних.

3. Загальне самопочуття підлітків обох груп є позитивним, з домінуванням емоцій радості.

Однак, проведене нами дослідження не висвітлює усі аспекти проблематики впливу Інтернет-адикції на особистість підлітка і визначає лише частину наявної проблеми. Тому подальшу перспективу нашої роботи ми бачимо у проведенні моніторингу учнів даних груп, який ми вбачаємо доцільним провести два рази на рік (на початку та наприкінці навчального року) та більш детальному дослідженні різних видів залежності від Інтернет мережі (інформаційної, ігрової, залежності від соціальних мереж тощо) та особливостей їх впливу на особистість підлітка.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Колесов Д. П. Современный подросток / Д. П. Колесов. – М.: МПСИ Флинта, 2003. – 176 с.
2. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.



3. Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А. Е. Войскунского. – М.: Терра– Можайск, 2000. – 431 с.
4. Малыгин В. Л. Интернет–зависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика / В. Л. Малыгин. – М.: Мнемозина, 2010. – 136 с.
5. Теперик Р.Ф. Общение интернет– зависимых пользователей [Электронный ресурс] / Р. Ф. Теперик // Спосіб доступу: URL: <http://istina.msu.ru/publications/article/2567873/>
6. Хомерики Н. С. Индивидуально– психологические особенности подростков, склонных к интернет– зависимому поведению / Н. С. Хомерики // Психическое здоровье. – 2013. – № 5 (84). – С. 49–51