# ПОПЕРЕДЖЕННЯ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

# ЗМІСТ

|  |  |
| --- | --- |
| ВСТУП | |
| РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ОНЛАЙН СПІЛКУВАННЯ НА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА |  |
| Особливості спілкування в режимі-онлайн (соціальних мережах) в дослідженнях вітчизняних та зарубіжних вчених |  |
| Залежність від соціальних мереж у підлітковому віці як соціально-педагогічна проблема |  |
| Вплив інтернет-залежності на формування особистості підлітка |  |
| Висновки до першого розділу |  |
| РОЗДІЛ 2.СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА ТА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА ЗАСОБАМИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ |  |
| 2.1. Сучасні підходи до визначення змісту та причин виникнення інтернет-залежності від соціальних мереж у студентської молоді |  |
| 2.2. Попередження та профілактика залежності від віртуального спілкування у підлітковому середовищі |  |
| 2.3. Технології соціальної роботи з підлітками, які мають інтернет-залежність від соціальних мереж |  |
| Висновки до другого розділу |  |
| РОЗДІЛ 3. СОЦІОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ: «ПРОЯВИ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА» |  |
| 3.1. Програма дослідження |  |
| 3.2. Аналіз результатів дослідження |  |
| Висновки до третього розділу |  |
| ВИСНОВКИ |  |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ |  |
| ДОДАТКИ |  |

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** В епоху глобалізації процесів життєдіяльності нинішнього суспільства, коли інформаційні канали стали невід'ємною частиною діяльності людства, все більш актуальним є завдання передачі величезної кількості інформації. В якості основних інформаційних каналів використовуються мережі загального користування, підключитися до яких теоретично може кожний, а саме – через всесвітню мережу Інтернет. За останні п’ять років величезної популярності набули сайти соціальних мереж. Зазначимо, що найпоширенішим контингентом користувачів соціальних мереж, котрі страждають залежністю є підлітки, адже соціальна мережа одним із факторів їх соціалізації.

Вченими визначено, що соціальні мережі мають величезний потенціал – як позитивний, так і негативний, що викликає гостру необхідність у здійсненні соціального контролю за поведінкою окремих індивідів, а особливо, підлітків, у яких сформувалась залежність від соціальних мереж.

Феномен соціальної залежності та впливу соціальних мереж на життя людини неодноразово описувався в працях багатьох науковців, а саме: К. Янг, Д. Гринфилд, К. Сурратт, А. Войскунского, Н. Чудова, О. Арестова, Л. Бабанина, Л. Фриманом, Д. Ноуком, П. Марсденом, С. Вассерманом, Б. Веллманом, С. Берковицею, С. Боргэтти, Р. Бертом, К. Карли, М. Эверетт, К. Фостом, М. Грэноветтер, Д. Ноком, Д. Крэкхардтом, Н. Маллинсом, А. Рапопортом, С. Уоссермэном, Д. Вайтом, В. Харрисоном, А. Жичкіною, Н. Швець, В. Фатуровою, К. Лєсто.

Проблему реабілітації осіб, які мали залежну поведінку вивчали значна кількість вчених, а саме: В. Курбатов, В. Нікітін, О. Змановська, П. Павленюк, М. Фірсова, О. Студьонова, М. Галолузова, Н. Дереклєєва, А. Підаєв, О. Возіанов, В. Москаленко, Б. Наумова.

Дослідженню проблеми негативних наслідків комп’ютеризації, пов’язаних з інформаційним перевантаженням, формуванням деструктивного образу світу Інтернет-залежністю,присвячені наукові доробки Н. Бугайової, Є. Войкунського, А. Жичкіної, А. Мінакова, А. Мудрик, Н. Чудової, К. Янг, які запропонували визначення Інтернет-залежності, критерії, діагностики її виявлення та рекомендації щодо профілактики. За результатами наукових доробків цих вчених і їх діяльністю велася полеміка і формулювалися уточнюючі інформаційні зауваження М. Гріффітс, Дж. Грохол, Д. Штейн і ін., які пропонували не лише медичне, а соціально-психологічне трактування окресленого феномену. Із точки зору науковців Інтернет-залежність не є хворобою, швидше, це певні розлади, які знаходять своє вираження за допомогою Інтернету [1]. Слід відзначити, що даний розлад не визнаний офіційною медициною як психічний і не включений до Міжнародного статистичного класифікатора хвороб і проблем, пов’язаних зі здоров’ям [2]. Вплив Інтернету на особистість має специфічні наслідки, особливо в студентському віці.

Найбільш незахищеною верствою населення, що піддається впливу соціальних мереж, є підлітки. В цьому віці зацікавленість соціальними мережами згодом переростає в патологічну необхідність бути он-лайн. Життя в соціальній мережі стає настільки цікавим, що в реальному житті підліток взагалі перестає спілкуватись. Якщо різке обмеження доступу до соціальної мережі викличе у підлітка напад паніки чи розпачу – це перший знак до початку соціально-педагогічної роботи. Дуже важливо діяти негайно та невідкладно. Залежність від соціальних мереж визначають як соціальну хворобу, яка потребує негайної корекції та реабілітації.

**Ступінь наукової розробленості проблеми.** Дослідниками розглядаються різні аспекти проблеми формування безпечної поведінки молоді в Інтернеті та профілактики Інтернет-залежності. Так, вплив Інтернету на особистість та психологічні наслідки інформатизації вивчають Ю. Бабаєва, О. Войскунський, О. Смислова та ін.; проблему інформаційно-психологічної безпеки висвітлюють у своїх роботах В. Аносов, А. Брушлинський, В. Лепський та ін.; Інтернет-залежність досліджують психологи Дж. Блок, Х. Кеш, М. Орзак, К. Янг, представники медичної галузі Т. Больбот, Л. Юр’єва та ін.; проблему кіберагресії аналізують О. Блискунова, М. Герц, Л. Найдьонова, А. Штольц та ін.; вплив Інтернет-порнографії на особистість розглядають Д. Бірн, І. Кон та ін.; Інтернет-злочинність досліджують юристи Р. Ремлюга, О. Юрченко та ін. Проте симптоми Інтернет-залежності та особливості її профілактики у підлітків вченими досліджено недостатньо. Тому, вважаючи це питання особливо актуальним серед підлітків, ми вирішили дослідити його детальніше й отримати власні висновки.

**Об'єкт дослідження:** проблема інтернет-залежності у студентської молоді.

**Предмет дослідження:** вплив соціальних мереж на особистість підлітка.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити вплив соціальних мереж на процес соціального розвитку особистості підлітка та визначити технології соціальної роботи попередження інтернет-залежності.

Гіпотеза дослідження базується на науковому припущенні, що соціальні мережі та Всесвітня мережа Інтернет в цілому, може як позитивно, так і негативно впливати на підлітків. Неконтрольовані візити до віртуального простору можуть супроводжуватися зміною у всіх компонентах діяльності підлітків у Інтернет-мережі.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити стан проблеми в педагогічній науці і практиці.

2. Розкрити особливості спілкування онлайн в дослідженнях вітчизняних та зарубіжних вчених.

3. Обґрунтувати вплив соціальних мереж на особистість підлітка.

4. Визначити зміст та причин виникнення інтернет-залежності від соціальних мереж у студентської молоді.

5. Розкрити особливості попередження та профілактики залежності від віртуального спілкування у підлітковому середовищі.

6. Дослідити вплив соціальних мереж на розвиток особистості підлітка.

7. Охарактеризувати технології соціальної роботи з підлітками, які мають Інтернет-залежність від соціальних мереж

8. Провести соціологічне дослідження: «Прояви інтернет-залежності у студентської молоді та вплив соціальних мереж на формування особистості підлітка»

Методи дослідження. Для розв’язання поставлених завдань, досягнення мети, перевірки гіпотези використано загальнонаукові методи *теоретичного* **рівня** (аналіз і синтез науково – теоретичних джерел з проблеми дослідження, генетичний метод, порівняння, узагальнення науково-теоретичних та емпіричних даних), *емпіричного* – метод соціологічного дослідження (анкетування для виявлення проявів інтернет-залежності та впливу соціальних мереж на формування особистості підлітка), методи статистичної та аналітичної обробки даних.

**Наукова новизна** роботи полягає в тому, що нами зроблено спробу дослідити вплив соціальних мереж на розвиток особистості підлітка та його успішну соціалізацію в суспільстві, а також визначити прояви інтернет залежності у студентської молоді.

**Теоретичне значення** роботи полягає в тому, що наукові положення та висновки магістерської роботи сприятимуть подальшому дослідженню впливу соціальних мереж та інтернет-простору в цілому, на особистість підлітка та на його соціалізацію, а також дослідження проявів інтернет-залежності у студентської молоді.

**Практичне значення роботи.** Результати проведеного соціологічного дослідження можуть бути використані соціальними педагогами закладів освіти, практичними психологами та іншими працівниками соціальних служб, для діагностики проявів інтернет-залежності та впливу соціальних мереж на особистість підлітка та розробки комплексу відповідних просвітницьких, профілактичних та корекційних заходів, впровадження їх в відповідних закладах.

**Апробація результатів дослідження.**

**Публікації:**

Каліневич М.А. «Соціально-педагогічна профілактика інтнрнет-залежності у студентської молоді» / Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції., м. Полтава, 22-23 травня 2019 р.: у 2 т. Т. 2. – К.: Університет «Україна», 2019. – 866 с.

**Структура та обсяг магістерської роботи.** Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з \_\_\_\_ найменувань та \_\_\_\_ додатків. Основний зміст роботи викладений на \_\_\_\_\_сторінках. Загальний обсяг роботи – \_\_\_\_сторінок.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ

# ОНЛАЙН СПІЛКУВАННЯ НА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК

# СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

# Особливості спілкування в режимі-онлайн (соціальних мережах) в дослідженнях вітчизняних та зарубіжних вчених

Оскільки інтернет є доволі новітнім винаходом (почав масово використовуватись в 90-х роках), то доволі мало дослідників займалось його дослідженням.

В кінці 80-х початку 90-х почали проводитися перші дослідження у сфері взаємодії людина-машина. Опубліковані в рамках цього дослідження емпіричні дані спираються на аналіз діяльності користувачів локальних мереж – аналіз включав проведення бесід з користувачами та спеціалізовані опитування. (О.К. Тихомиров, Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский).

Публікації також спирались на спостереження за діяльністю експертів що брали участь у проведенні міжнародних комп’ютерних телеконференцій та проведенні з ними бесіди. (М.Г. Ярошевский, О.К. Тихомиров).

Ще один напрямок досліджень було засновано на психологічному аналізи особливостей електронної комунікації. (А.Е. Войскунский) [21-24].

На основі цих ранніх робіт були створені проекти психологічних та гуманітарних досліджень використання інтернету, результати яких представлено в книгах Ю.Д. Бабаева та А.Е. Войскунського. [19,24].

В ті ж роки було розгорнуто міжнародний дослідницький проект VELHAM, присвячений дослідженню психологічного розвитку з використанням комп’ютерів та комп’ютерних мереж. З американської сторони проект курирував М. Коул, а з російської А.В. Беляева.

Обидва названих проекти в рівній мірі спиралися на теоретичні положення культурно-історичної психології, висунуті Л.С. Виготським і розвинені його послідовниками.

На сучасному етапі розвитку інформаційно-комунікаційних технологій. Показано, що для сучасного етапу характерно перетворення не тільки окремих психічних процесів (наприклад, мнестичних, розумових або перцептивних), як це мало місце раніше, а перетворення особистості в цілому (Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунський) [18, 19, 30].

Поряд з безпосереднім впливом комп'ютерів та інших елементів інформаційно-комунікаційних технологій на умови, процеси та механізми здійснюваної діяльності (що призводить до її трансформації), поряд з обумовленим появою нових технологій, виникненням принципово нових видів діяльності має місце також непряме опосередкування і багаторазове переопосередкування таких різновидів діяльності, які ніяк не відносяться до числа комп’ютеризованих і в будь-якій мірі пов'язаних із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій.

Приміром, в роботах Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунського представлені наступні потенційно негативні трансформації особистості під впливом інформаційно-комунікаційних технологій: крайні форми захоплення комп'ютерними іграми (іноді іменовані «ігровий наркоманією»), комп'ютерне хакерство як результат виходить за межі необхідності захоплення пізнанням у сфері високих технологій, своєрідна «залежність» від інтернету, аутизація (замкнутість і небалакучість, неувага до інших людей, відсутність інтересу до них, нерозуміння їхніх дій, почуттів, мотивів), дисинхронія (нерівномірність) розвитку - наприклад, інтелектуальна сфера може випереджати в розвитку то , що належить до сфери взаємодії з іншими людьми (т.зв. «соціальний інтелект»), і навпаки.

Треба зауважити, що ці аспекти особистісного розвитку проаналізовані в психологічній літературі в нерівномірному ступені. У роботах Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунський представлена точка зору, згідно з якою інформаційно-комунікаційні технології амбівалентні щодо напрямів психічного розвитку - позитивних чи негативних - і тому не можуть вважатися відповідальними за ті чи інші трансформації. Виконані емпіричні дослідження мотивації користувачів інтернету, проаналізовано актуальний стан та перспективні напрямки розгортання подальших досліджень пізнавальних і комунікативних застосувань інтернету.

Таким чином, ми стверджуємо, що вітчизняні вчені визнають роль спілкування у формуванні особистості, та поділяють позицію про єдність спілкування та діяльності. Різниця полягає лише в тому, що більшість вчених визначають спілкування як специфічний вид діяльності в той час як І.М. Лисина виділяє спілкування як специфічний вид людської діяльності та розглядає його як особливий вид людської діяльності. Також вітчизняні вчені дотримувалися думки про сутність спілкування як міжособистісної взаємодії, в процесі якої кожна з особистостей виступає в якості активного суб'єкта.

Сьогодні складно переоцінити роль Інтернету в організації течії потоків різноманітної інформації, а також в організації спілкування, як одного з аспектів, неодмінно супутнього течією цих потоків. Адже спілкування - це спосіб взаємодії людей один з одним , а з появою всесвітньої павутини це спілкування вийшло за рамки одного будинку, міста і навіть однієї країни. Безперечно, багато років існували й інші засоби передачі інформації на відстані (такі як пошта, телефон, телеграф), але ті незручності , з якими часто стикаються учасники такого спілкування, змушують багатьох з них перейти в ряди тих людей, хто вже оцінив переваги нового світу цифрових технологій і зокрема Інтернету [10]. Слід погодитися з тим, що в даний час електронна пошта, всілякі форуми, організовані в мережевому просторі, численні Інтернет - журнали та газети, та й сам, власне, Інтернет для багатьох стали не менш важливим аспектом повсякденності, ніж телевізор або телефон, а часом вони і повністю витісняють своїх « відсталих » братів [10].

Отже, що ж таке Інтернет (Internet) Інтернет - це глобальна комп'ютерна мережа, яка на сьогоднішній день охоплює практично весь світ. Інтернет має близько 15 мільйонів абонентів у більш ніж 150 країнах світу, причому щомісяця розмір мережі збільшується на 7-10%. Мережа Інтернет утворює як би ядро, що забезпечує зв'язок різних інформаційних мереж, що належать різним установам у всьому світі [28]. Якщо раніше Всесвітня мережа використовувалася винятково в якості середовища передачі файлів і повідомлень електронної пошти, то сьогодні з її допомогою вирішуються більш складні завдання розподіленого доступу до Інтернет-ресурсів. Інтернет, що служив спочатку дослідницьким і навчальним інтересам, стає все більш популярним у світі звичайного спілкування. Спілкування за допомогою Інтернету особливо важливо для тих людей, чиє реальне життя з тих чи інших причин міжособистісно збіднене. Такі люди використовують всесвітню мережу Інтернет, як альтернативу своєму безпосередньому (реальному) оточенню. До речі, близько половини користувачів Інтернету виходять на простори Мережі, для того щоб розширити своє коло спілкування, так як опосередкована комп'ютером комунікація створює ілюзію товариських відносин без вимог дружби [28]. Таким чином, Інтернет відіграє колосальну роль в організації такого спілкування. Спілкування за допомогою Інтернету, не обов'язково може проходити тільки в рамках однієї країни. Оскільки, Інтернет - це всесвітня павутина, отже, через неї спілкуватися можуть люди з різних країн. Так, наприклад, якщо людина, що народилася і виросла в Україні, на хорошому рівні володіє англійською мовою, то нічого не заважає йому мати переписку не тільки з людьми, що живуть на території нашої країни і що говорять російською мовою, але і з будь-яким іноземцем, який може знаходитися в будь англомовній країні. Це дає їй можливість брати участь у всіляких міжнародних Інтернет - форумах і спілкуватися в чатах, забезпечуючи себе можливістю дослідити культуру інших країн і давати іноземцям уявлення про свою культуру – України [28].

У мережевої комунікації є маса переваг у порівнянні з загальноприйнятими способами особистого спілкування, і саме вони відіграють величезну роль в залученні людей до Інтернет - спілкування. Таким чином, всесвітня мережа Інтернет, охоплюючи майже всі цивілізовані куточки нашої планети, є потужним засобом міжкультурної комунікації, яка сприяє зближенню народів і зростання їх як національного, так і міжнаціонального самосвідомості [28].

В даний час існує дуже багато способів спілкування в Інтернеті, основними з яких є: електронна пошта, форуми, різноманітні конференції, чати, мережеві ігри та багато іншого. Найбільш універсальний засіб комп'ютерного спілкування це - електронна пошта ( Е -мейл ), яка являє собою аналог добре відомої системи спілкування через листи, що відправляються в конвертах , що відрізняється при цьому тим, що лист існує у вигляді електронного повідомлення, яке відправляється з комп'ютера адресанта на поштову сервер, а потім доставляється адресатові на його поштову скриньку. Вся процедура відправки такого листа при хороших умовах займає не більше 3-5 хвилин. У цьому випадку адреса електронної поштової скриньки являє собою наступне написання: ім`я@поштовый\_сервер.код\_код країни (наприклад: [ivanov@gmail.com](mailto:ivanov@gmail.com)) [30]. Електронний лист, як і звичайний лист в конверті, може містити різні вкладення у вигляді графічних (фотографії, малюнки, картинки, схеми, таблиці), аудіо (музика, мова) і інших видів файлів [30].

Електронній переписці властиві деякі особливості:

Спілкування носить міжособистісний або груповий характер;

Спілкування завжди опосередковано і дистантно (у ролі посередників виступає комп'ютер і поштова служба );

За способом взаємодії віртуальне спілкування може бути монологом або діалогом.

Форма спілкування може бути письмова і усна ( якщо спілкування йде за допомогою звукових мовних файлів, або спеціальних програм );

Стиль мовлення може бути як офіційно - діловий, так і будь-який інший, аж до розмовної мови і використання ненормативної лексики. Тут багато чого залежить від рівня розвитку співрозмовників, їх взаємин і цілей, які ними переслідуються [30].

Електронна пошта порівняно з паперовою поштою має деякі переваги, які полягають у наступному:

- Мізерні витрати часу і грошей на пересилання;

- Менша кількість необхідних даних для успішної доставки;

- Можливість відправки разом з листом звукових матеріалів;

- Можливість відправлення одного листа відразу декільком адресатам;

- Можливість пере адресації листів і та ін. [58].

Але у Е -мейл є і такі недоліки, як:

- Необхідність наявності комп'ютера, виходу в Інтернет, електронної поштової скриньки, а також елементарних знань з управління програмним забезпеченням ПК;

- При відправленні великого числа прикріплених файлів, або файлів великого розміру буває доцільніше скористатися звичайною поштою.

Ще один спосіб спілкування в Інтернеті це форуми, тобто організація обміну інформацією і спілкування між великою кількістю співрозмовників, яким цікава тема обговорення, яка і є причиною концентрації цих людей в одному місці для винесення її на загальний обговорення. Їх головна відмінність полягає в тому, що при організації Інтернет форумів не існує суворих обмежень на контингент учасників - ними можуть стати будь-які користувачі, зареєстровані на тому чи іншому форумі, не існує також і тимчасових рамок обговорення теми - процес продовжується до тих пір, поки тема цікава для співрозмовників [58]. Існують різні за тематикою, контингенту учасників і переслідуваним цілям форуми: одні є Інтернет - аналогами що раніше проводилися зборів з якихось тем, які вимагають подальшого обговорення, інші існують для організації спілкування людей (як правило мають дружні стосунки поза Інтернетом, тобто в звичайному житті ), з різних причин не здатних зібратися в одному місці для живого неопосредованний спілкування. Форуми першого типу зазвичай мають наукову або соціально-політичну тематику і переслідують відповідні цілі, в якості яких може виступати рішення будь-яких проблем, пов'язаних з цією тематикою [58]. Таким формами притаманні деяка офіційність і офіційно - діловий, науковий або науковою публіцистичний стиль мовлення. Форуми другого типу відрізняються, насамперед, тематикою - обговорюватися можуть різні побутові сфери життя, суспільні події або ж роботи творців у галузі мистецтва (в т.ч. музики , живопису , поезії та прози і т.д.), а також неофіційністю спілкування. Крім того, залежно від контингенту учасників, без обмежень використовуються всі засоби мови. Спілкування йде переважно в розмовному стилі мовлення, але жорстких рамок тут немає. Цілями можна вважати отримання учасниками різних знань , досвіду спілкування, а також отримання якоїсь істини у суперечках щодо того чи іншого явища або індивідуальних переваг [47].

Всім форумам притаманні неписані правила:

обговорення будь-якої теми починається з монологу автора у вигляді статті (відкликання / рецензії, думки по якій або з цікавить багатьох позиції), що містить суть проблеми та аргументовані доводи автора на користь тієї чи іншої точки зору. Далі до обговорення теми з автором підключаються всі зацікавлені особи. Таким чином, спосіб взаємодії можна назвати вже або діалогом, або полілогом, якщо спілкування йде між кількома учасниками, які можуть звертатися до автора або один до одного. Цілі обговорень на форумах можуть носити інформативний, прескрептивний, емотивний або ж змішаний характер. Тривалість обговорення однієї теми може становити як від декількох годин, так до декількох місяців або навіть років [47].

Різновидом форумів, що відрізняються від них відсутністю будь-якої певної наукової або соціальної тематики, є чати. Створюються вони безпосередньо для стимуляції живого групового спілкування в основному молодих людей. [52].

Подібно живому знайомству, для реалізації зазначеної мети, як правило, існує кілька етапів: Учасники, читаючи різні висловлювання, знаходять близького чи цікавого їм людину з якою, спочатку, обмінюються загальною інформацією про себе, або відкрито пропонують йому познайомитися. Далі слідує діалог, який існує для «промацування » співрозмовника, і, в кінцевому підсумку, якщо співрозмовники зацікавлені один в одному, вони домовляються про зустріч на «великій землі » [52]. При цьому всі учасники, що знаходяться в чаті мають можливість спостерігати за їхнім спілкуванням або приєднуватися до них. Відмінною особливістю є відносна короткочасність (у порівнянні з форумами) яких-небудь дебатів між опонентами. Переваги та недоліки спілкування в чаті аналогічні перевагам і недолікам спілкування на форумах.

Дещо іншим способом спілкування в Інтернеті є конференція, її пристрій нагадує дошку оголошень, і газету одночасно. Ніякого списку учасників конференції не існує. Отримувати і відправляти повідомлення може будь-хто, чий комп'ютер пов'язаний з яким-небудь іншим комп'ютером, який отримує повідомлення конференції. Всі розсилаються повідомлення розділені на групи по темах, і для того, щоб отримувати повідомлення групи, треба на цю групу підписатися, тобто включити ім'я цієї групи в список на своєму персональному комп'ютері (ПК). Такий пристрій конференції дозволяє отримувати всі повідомлення з потрібних тем, незалежно від того, хто їх написав, і розсилати повідомлення, не турбуючись про адреси одержувачів - його прочитають ті, кого воно може зацікавити [58]. Основні учасники конференцій - люди, яким важливо не стільки міжособистісне спілкування, скільки інтелектуальне. Як правило, це професіонали, які шукають тут відповіді на свої професійні питання. Такі люди, як і входять в мережеву розмову, - то найчастіше для того, щоб отримати корисну інформацію по цікавить їх предмету. Через конференції найпростіше знаходити однодумців, організовувати Фан-клуби, або наукові співтовариства, а також конференція незамінна для наукових дискусій. За допомогою конференції можна обговорювати цікаву тему в такій компанії, зібрати яку в одному місці для особистої бесіди коштувало б скажених грошей і непередбачуваних витрат часу і сил [58].

Існує і такий спосіб спілкування в Інтернеті як «Ай Сик Ю» (ICQ - "I SeekYou " - " Я тебе шукаю" або просто «аська ») - це програма, що дозволяє спілкуватися зі своїми друзями в «он-лайн» - тобто в режимі реального часу. Вона діє за принципом електронної пошти, тільки принцип її роботи ще швидше. Такий спосіб спілкування чимось нагадує перекидання записками. Можна посилати їм повідомлення, різноманітні файли, викликати на чат, посилати запрошення для запуску мережевих програм і т.д. існує й багато інших способів віртуального спілкування в Інтернеті - це і мережеві ігри ( стратегічні та інтелектуальні), і віртуальний світ (як спільнота людей, які будують інтерактивну віртуальну життя ), і клуби ( кі схожі на суміш конференції і чату) та ін. [58].

Всі форми Інтернет - спілкування, у зв'язку з його опосередкованістю комп'ютером, мають деякі особливості.

1) Анонімність - незважаючи на те, що іноді є можливість отримати деякі відомості анкетного характеру і навіть фотографію віртуального співрозмовника, це недостатньо для реального і більше - менш адекватного сприйняття особистості. Крім того, при віртуальному спілкуванні спостерігається переховування або презентація неправдивих відомостей про себе. Внаслідок подібної анонімності та безкарності в Мережі проявляється й інша особливість, пов'язана зі зниженням психологічного і соціального ризику в процесі спілкування - афективна розкутість, не нормативність і деяка безвідповідальність учасників спілкування. Людина в мережі може проявляти і виявляє велику свободу висловлювань і вчинків (аж до образ, нецензурних виразів, сексуальних домагань ), так як ризик викриття і особистої негативної оцінки оточуючими мінімальний [61].

2) Своєрідність протікання процесів міжособистісного сприйняття в умовах відсутності невербальної інформації - як правило, сильний вплив на уявлення про співрозмовника мають механізми стереотипізації та ідентифікації, а також установка бажаних якостей у партнері.

3) Добровільність і бажаність контактів - користувач Інтернету добровільно зав'язує всілякі контакти або йде від них, а також може перервати їх у будь-який момент [61].

4) Ускладненість емоційного компоненту спілкування і, в той же час стійке прагнення до емоційного наповнення тексту, яке виражається в створенні спеціальних значків для позначення емоцій або в описі емоцій словами (у дужках після основного тексту послання ).

5) Прагнення до нетипового, ненормативному поведінки - часто користувачі Інтернету презентируют себе з іншої сторони, ніж в умовах реальної соціальної норми, програють не реалізовуються в діяльності поза мережею ролі, сценарії ненормативної поведінки [61].

У зв'язку з розглянутими особливостями можна зробити висновок про те, що анонімність спілкування тягне за собою цілий ряд наслідків. Так в комунікації за допомогою Інтернет втрачають своє значення невербальні засоби спілкування. Незважаючи на те, що в текстовій комунікації існує можливість висловлювати свої почуття за допомогою «смайликів », фізична відсутність учасників комунікації в акті спілкування призводить до того, що почуття можна не тільки виражати, а й приховувати, так само, як і можна виражати почуття, які людина в даний момент не відчуває [63].

В Інтернеті в результаті фізичної не представленості партнерів по комунікації один одному втрачає своє значення цілий ряд бар'єрів спілкування, обумовлених такими характеристиками партнерів по комунікації, що виражені в їх зовнішньому вигляді: стать, вік, соціальний статус, зовнішня привабливість, комунікативна компетентністю людини. Інша важлива наслідок фізичної не представленості людини в текстовій комунікації - це можливість створювати про себе будь-яке враження за своїм вибором.

Дійсно, в текстовій комунікації в мережі Інтернет люди часто створюють собі так звані «віртуальні особистості », описуючи себе певним чином. Віртуальна особистість наділяється ім'ям, часто псевдонімом ( який ще називають - «нік») [21]. Існує точка зору, згідно з якою конструювання віртуальних особистостей в Інтернеті - це відображення змін структури ідентичності людини є відображенням соціальних змін . Якщо людина повністю реалізує всі аспекти свого « Я» в реальному спілкуванні, мотивація конструювання віртуальних особистостей у нього, швидше за все, відсутня, тоді спілкування в Інтернеті носить характер доповнення до основного виду спілкування. Але віртуальне спілкування може мати і компенсаторний, замісний характер, це відбувається у разі формування Інтернет - залежності. Поведінково така залежність виявляється в тому, що люди настільки воліють життя в Інтернеті, що фактично починають відмовлятися від свого реального життя, проводячи до 18 годин на день у віртуальній реальності. Інтернет - залежні отримують в Інтернеті різні форми соціального визнання. Їх залежність може говорити про те, що в реальному житті соціального визнання вони не отримують, а також про те, що в реальному житті у цієї групи людей можуть існувати певні труднощі в спілкуванні, що знижують їх задоволеність реальним спілкуванням [21].

Як будь-яка спільнота, культура спілкування в Інтернеті володіє своїм власним набором цінностей, стандартів використовуваної мови, символів, до якої пристосовуються окремі користувачі. Включаючись в таку групу, людина отримує можливість підтримки позитивного образу « Я » за рахунок позитивної соціальної ідентичності. Отже, в цілому можна сказати, що основними причинами звертання до Інтернету, як інструменту спілкування може бути:

- Недостатнє насичення спілкуванням у реальних контактах - у подібних випадках користувачі швидко втрачають інтерес до Інтернет- спілкування, якщо з'являються нові можливості для задоволення відповідних потреб у реальному житті [21];

- Можливість реалізації якостей особистості, програвання ролей, переживання емоцій, з тих чи інших причин фрустрованих в реальному житті - подібна можливість обумовлена особливостями спілкування за допомогою мережі - анонімністю, нежорсткої нормативністю, своєрідністю процесу сприйняття людини людиною. Бажанням переживання тих чи інших емоцій пояснюється і прагнення до емоційного наповнення тексту. [21]

Таким чином, ми стверджуємо, що спілкування в режимі он-лайн в юнацькому віці характеризується тим, що особа прагне перш за все задовольнити свою потребу у спілкуванні, знайти однодумців. Крім того, таке спілкування є більш простим, ним легко керувати та з’являється можливість обрати та програти будь-яку роль.

Аналізуючи зарубіжні підходи до дослідження спілкування, ми виявили, що такі дослідники як Дж. Мід, Т. Парсонс, К. Чері, К. Ясперс, так само дотримуються позиції соціокультурного спілкування. К. Лоренц, Е. Вілсон, А. Еспінас, прагнуть довести, що спілкування не бере свій початок в біологічних коренях людських потреб і притаманне також тваринам. Т. Шибутані характеризував спілкування, як пристосування, залежність від іншого, іншими словами, ставлення людини до іншої не як до суб'єкта, а як до об'єкта спілкування. Теорія спілкування З. Фрейда, заснована на переконанні, що в процесі взаємодії людей відтворюється їх дитячий досвід. Дж. Хоуманс вважає, що люди спілкуються один з одним на основі свого досвіду, зважуючи можливі винагороди і витрати. Таким чином можна стверджувати, що зарубіжні дослідники по-різному дивилися на процес спілкування і по різному характеризували роль людини в процесі комунікації.

Інтернет є доволі недавнім винаходом, проте починаючи з кінця 80-х початку 90-х почали проводитись дослідження в сфері взаємодії людина-машина.

Багато дослідників, що займались дослідженням особливостей спілкування в мережі он-лайн та взаємодію особистості в системі людина-машина відмічають негативні перетворення психіки людини. Так за твердженням Ю.Д. Бабаева та А.Е. Войскунського люди стають більш замкнутими, гірше розуміють та сприймають оточуючих, та втрачають деякі комунікативні навички які б розвивалися в них при спілкуванні в реальному житті.

В останні десятиліття ХХ століття відбулися радикальні зміни в галузі інформаційних комунікаційних систем. Ми переживаємо історичний період дуже швидкого росту інформаційних технологій, особливо це спостерігається в США, Японії та країнах Західної Європи. Вже найближчим часом саме розвиток інформаційної сфери, рівень інформаційної безпеки будуть визначати політичну та економічну роль держави на світовій арені. На сучасному етапі світового розвитку набуває нового значення мережа Інтернет і все, що з нею пов’язано. Людство у своєму розвитку наблизилось до того, що Інтернет став основним генератором світових макротенденцій. Він сприяє трансформації ціннісних орієнтирів людства та його соціальних структур.

Світ увійшов до якісно нової історичної епохи – епохи глобалізму, коли традиційні способи виробництва, споживання й обміну незворотньо змінилися. X. Ортега-і-Гассет відзначав: “...наша епоха прекрасна, рясна, перевершує все відоме нам в історії. Але саме завдяки своєму розмаху вона перевернула всі застави – принципи, норми й ідеали, встановлені традицією. Наше життя – живіше, напруженіше, насиченіше, аніж усі попередні, і тим самим проблематичніше. Воно не може орієнтуватися на минуле, а повинне створити собі власну долю”.

Багато вчених вважають, що розвиток техніки призводить до переродження людини, яка стає придатком машини. Вже не людина, а техніка визначає характер розвитку соціуму, зміст культури. К. Ясперс відзначав, що “техніка радикально змінила повсякденне життя людини в навколишньому середовищі, насильницьки перемістила трудовий процес і суспільство в іншу сферу, у сферу масового виробництва, перетворила все існування на дію якогось технічного механізму, всю планету в єдину фабрику; ... відбувається... повний відрив людини від її ґрунту”. Людина знаходиться під впливом створеної нею техніки, не помітивши, коли і як вона потрапила під її владу. Вся соціокультурна динаміка носить на собі відбиток впливу технізації суспільства й свідомості людини.

На сучасному етапі світового розвитку набуває нового значення мережа Інтернет і все, що з нею пов‘язано. Людство у своєму розвитку наблизилось до того, що Інтернет став основним генератором світових макротенденцій. Він сприяє трансформації ціннісних орієнтирів людства та його соціальних структур. Останнім часом ми не можемо уявити свого життя без Інтернету. Він міцно увійшов в наше повсякденне життя. Ми активно користуємося Інтернетом вдома, на роботі, з розвитком нових технологій Інтернет перекочував в наші мобільні телефони і смартфони. Що дало нам можливість практично весь час перебувати on-line. Поява Інтернету радикально змінила форми, зміст, механізми, функції соціальних комунікацій. З розвитком Інтернету, з'явилася можливість використовувати всі його досягнення в різних його проявах. Одним з таких проявів стали соціальні мережі, які набули на сьогодні статусу невід'ємного атрибуту нашого життя. Представити сучасну людину без соціальних мереж просто неможливо. Спілкування, пошук інформації і друзів, обмін новинами, можливість слухати музику, дивитися відео і фотографії. Складно собі уявити, що колись люди могли обійтися без профілю в соціальній мереж.

З самого початку створення соціальних мереж передбачало комунікативно - інформаційну функцію. Термін «соціальна мережа» з‘явився задовго до появи Інтернету у 1954 році і означав тісні взаємовідносини між двома і більше людьми. Термін був започаткований британським соціологом, представником Манчестерської школи, Джеймсом Барнсом для визначення зразків соціальних зв’язків які йшли урозріз традиційних для багатьох соціологів понять таких як обмежені групи (племена, сім‘ї) або такі соціальні категорії як стать чи етнічна належність тощо. На сьогоднішній день прийнято вважати, що соціальна мережа – це соціальна структура, створена об‘єднаними за однією або декількома ознаками взаємозалежності вузлами, які здебільшого представлені індивідуальними членами або організаціями. Соціальні мережі можуть бути створеними на тлі спільності цінностей, дружби, родинності, неприязні, конфлікту, торгівлі, зв'язків в мережі Інтернет, сексуальних зв’язків, релігійних поглядів та ін. В мережі Інтернет під соціальною мережею розуміють програмний продукт, який надає певні послуги, майданчик для взаємодії людей (індивідів, користувачів) у групі або в групах. Як соціальну мережу можна розглядати будь-яке онлайн співтовариство, учасники якого взаємодію один з одним, наприклад, шляхом обговорення різних проблем. У своєму дослідженні Івашньова С. В. описує “соціальну мережу” як віртуальний майданчик, що забезпечує своїми засобами спілкування, підтримку, створення, розбудову, відображення та організацію соціальних контактів, у тому числі й обмін даними між користувачами і обов’язково передбачає попереднє створення облікового запису.

Першими комп'ютерними соціальними мережами були групи людей, що використали для створення і підтримки соціальних зв'язків засоби комп'ютерного спілкування через електронну пошту. У 1971 військовими в мережі ARPA Net було відправлено перше повідомлення на віддалений комп'ютер, Це був перший крок до створення Інтернету та сучасних соціальних мереж. Наступним кроком став винахід IRC (англ. InternetRelayChat - інтернет-чат, який ретранслюється) - сервісної системи для спілкування в режимі реального часу. IRC, був створений в 1988 році фінським студентом Ярко Ойкаріненом. 7 серпня 1991 британський вчений Тім Бернерс-Лі вперше опублікував перші інтернет-сторіночки і зробив тим самим наступний крок до сучасних соціальних мереж. І тільки в 1995 році з'явилася перша, наближена до сучасних, соціальна мережа Classmates.com, яку створив Ренді Конрад, власник компанії Classmates Online, Inc. Він заснував сайт, який допомагав зареєстрованим відвідувачам знаходити і підтримувати стосунки з друзями, однокласниками, однокурсниками та іншими знайомими людьми. Зараз у цій мережі зареєстровано більше 40 мільйонів людей, переважно з США та Канади. Концепція Classmates виявилося успішною. Її розвиток став відправною точкою для появи таких світових мереж, як MySpace, FaceBook, Bebo і LinkedIn, а в рунеті Одноклассники, ВКконтакте, МойМир, МойКруг.

У 2001 році з‘явилася перша соціальна мережа, спрямована на професійний розвиток – Ryze (зараз налічує 500 тисяч користувачів); 2003 рік – поява LinkedIn (зараз – більше 20 мільйонів користувачів), Hi5 (80 мільйонів користувачів); 2004 рік – Оrkut (понад 16 мільйонів користувачів на кінець 2006 року), Facebook (80 мільйонів користувачів), Friendster (50 мільйонів користувачів), MySpace тощо. Шалений успіх MySpace у 2005 році (за два роки існування сервісу його аудиторія виросла до 47,3 мільйонів осіб) призвів до швидкого розростання соціальних мереж та збільшення їх популярності серед користувачів. Рівень розвитку соціальних мереж майже досяг свого піку, і в цей час можна ледве не щодня спостерігати народження нових соціальних мереж. Останнім часом це стали саме нішеві соціальні мережі, які орієнтовані на вузько-профільного користувача. Досить часто можна зустріти цікаві теми, іноді просто абсурдні. Ця тенденція була викликана насиченням ринку загальними мережами «для всіх». З найцікавіших можна виділити такі проекти як MyChurch.com – соціальна мережа для створення власних церков, Geni – Genealogy – FreeFamilyTree – мережа родичів, Мыпомним… – соціальна мережа пам'яті, DrugMe.ru – соціальна мережа для хворих і видужуючих; Однокамерники.su та інші.

При такій популярності соціальних мереж досить актуальним постає питання про їхній вплив на життя окремого індивіда, групи або суспільства вцілому. Існує велика кількість різних думок з цього приводу. Наприклад, науковці з Університету ім. Стірлінга з Великобританії, провели дослідження згідно якого участь у таких мережах як Facebook, Vkontakte та Oodnoklassniki нарощують інтелект людини та активно тренують робочу пам‘ять. Користування такими сервісами як Twitter, YouTube, ICQ погіршують пам‘ять людини. Пояснюють вчені це тим, що на мікроблогах на людину спрямований потік дуже лаконічних повідомлень, над яким не потрібно думати, що скорочує об‘єм уваги. Інтенсивний обмін повідомленнями знижує рівень IQ людини, а довготривалий перегляд відео роликів розвиває синдром порушення уваги з гіперактивністю.

Біолог з Великої Британії АрікСігман опублікував в журналі британського Інституту біології «Biologist» результати дослідження впливу соціальних мереж на здоров'я людини. На його думку, надмірне захоплення соціальними мережами в Інтернеті може пошкодити здоров‘ю через скорочення спілкування з реальними людьми. Зокрема, брак спілкування може негативно впливати на роботу імунної системи, гормональний дисбаланс, роботу артерій і процеси мислення, що в довгостроковій перспективі підвищує ризик появи таких хвороб, як рак, серцево-судинні захворювання і недоумство.

Залежність від «соціальних мереж», що з’явилася кілька років тому за кордоном, охопила і пострадянські країни, у тому числі і Україну. Інтернет надав можливість людям, які раніше мали спілкування, знаходити один одного і налагодити контакт. Активно займаючись пошуком друзів і родичів, людина не помічає, як віртуальне життя виходить на перший план, наполегливо зміщуючи реальне. Залежність від віртуального світу є найпоширеніша проблема. Живе спілкування тепер з легкістю замінить вербальне спілкування в мережі. При частому спілкуванні в мережі, у людей на підсвідомому рівні, розвивається фобія спілкування з реальними людьми. Люди, які весь свій вільний час віддають спілкуванню через соціальні мережі, в реальному житті стає складно, заводити нових друзів, вони перестають спілкуватися зі своїми однолітками, і як наслідок усього цього, зовнішній світ їх починає сприймати як відлюдників. Ще одна причина, по якій слід обмежити час проводження в соціальних мережах, це те, що, більшість людей, видають себе в мережі за того, ким у реальному житті вони зовсім не є. Жертвами такого обману можуть стати люди, які розміщують правдиву інформацію про себе. У такому випадку, псевдо особистість, обманом домагається розташування до себе і рано чи пізно, може піддати небезпеці людину, з якою веде активну бесіду.

Соціальними мережами користуються 82% від всіх інтернет-користувачів у світі − це 1,2 млрд. чоловік. Високий рівень їх проникнення відображає один з головних трендів глобальної мережі – як тільки люди підключаються до Інтернету, вони негайно починають спілкуватися з іншими людьми. Ще більш красномовна статистика часу проведеного користувачами в мережі – за останні кілька років кількість годин, яку люди провели в соціальних мережах, збільшилася втричі. У жовтні 2011 року використання соціальних мереж стало найпопулярнішим заняттям серед інтернет-аудиторії. З 5 хвилин в Інтернеті одна проводиться в який-небудь соціальної мережі. У березні 2007 року соціальні мережі займали у користувачів лише 6% часу. Сьогодні відсоток тих, хто використовують соціальні мережі у світі коливається від 53% у Китаї до 98% в США. У 41 країні із 43 досліджених цей рівень вище 85%. Час, що проводиться в соціальних мережах, збільшився за останній рік принаймні на 35% у кожному з розглянутих регіонів.

Важливу роль соціальні мережі відіграють при веденні бізнесу. Переваги соціальних мереж у бізнесі є: наявність інформації про потенційних клієнтів, наявність необхідних комунікаційних інструментів для роботи з клієнтами, гарантована доставка повідомлення одержувачу, простота доступу до інформації, швидкість поширення інформації, широке охоплення молодіжної аудиторії, технологічна надійність, низька вартість тощо. Таким чином, соціальні платформи надають нові можливості для бізнесу більш осмисленого спілкуватися зі споживачами, потенційними клієнтами, партнерами та співробітниками. Але серйозним викликом для компаній зараз є адаптація та розвиток відповідно до потреб і запитів цих нових «соціальних» клієнтів.

Що стосується використання соціальних мереж у навчальних цілях, то також слід виділити ряд позитивних моментів, зокрема: доступ до віртуальних соціальних мереж можливий у будь який час та з будь-якого пристрою (персональний комп’ютер, нетбук, ноутбук, мобільний телефон, планшет, смартфон тощо) підключеного до мережі Інтернет; засвоєнню навчального матеріалу сприяє поєднання індивідуальних і групових форм роботи тощо.

Разом з позитивним боком його функціонування спостерігаються і негативні тенденції як результат розвитку глобальної мережі. Перш за все, це доступність величезних масивів всілякої інформації, що призводить до перетворення людини в примітивного споживача, який не потребує власного творчого пошуку. Одним з простих і поширених прикладів даної ситуації є звернення студентів і школярів до бази даних Інтернету в процесі підготовки рефератів і курсових робіт. Причому, переважаючим є примітивне копіювання чужої роботи з мережі. Актуальною проблемою стає фізичне здоров’я користувача мережі. Збільшується гіподинамія, людина годинами сидить у приміщенні за монітором комп’ютера. Це призводить до соматичних патологій. Також медики визнали розповсюдження “синдрому офісу”, який характеризується депресією й постійною втомою у людей, що працюють за комп’ютерами. Цей перелік може продовжити так зване “хакерство” як втручання в приватне життя і інтелектуальну власність особи за допомогою мережі Інтернет.

Ще однією межею є все зростаючий розрив між користувачами персональними комп’ютерами з виходом в Інтернет і тими, кому комп’ютер доступний лише як картинка в підручнику або на екрані телевізора. Відбувається своєрідне розшарування суспільства у зв’язку з залученістю або відчуженістю від комп’ютера. Наступний неоднозначний результат розвитку Інтернету – це зменшення і без того вже мінімізованого іншими ЗМК безпосереднього міжособового спілкування. На зміну йому приходить інший рівень спілкування за допомогою відеотехнологій мережі.

Таким чином, визначити однозначно, позитивним чи негативним є вплив соціальних мереж на людину є практично неможливим. З одного боку, формується глобальна електронна спільнота, подолано часову та просторову ізольованість окремих культур та народів. З іншого боку, формується реальна небезпека уніфікації культур, руйнування етнічної самобутності. Таким чином, постіндустріальний розвиток світу призводить до необхідності адаптації традиційної культури до вимог сучасних глобальних зв’язків, що дозволить народам зберегти свою самобутність. У різних країнах йде пошук компромісу між формами модернізації і власною самобутністю культур, між співвідношенням їх диференціації і інтеграції.

* 1. **Залежність від соціальних мереж у підлітковому віці як соціально-педагогічна проблема**

У часи комп'ютерних технологій характерним є володіння навичками роботи в Інтернет мережі. Сьогодні вона об’єднує більше ніж 100 країн світу і понад 40 тис. університетських, фірмових, галузевих, національних і міжнародних мереж, має близько 6 млн. постійних користувачів. До її послуг звертаються від 30 до 100 млн. людей, причому їх кількість має тенденцію до швидкого зростання.

За статистикою, 54% користувачів у віці від 13 до 23 років проводять в Інтернеті щоденно від 1 до 3 годин, ще 31% сидить в Мережі по 4-6 годин. Існує категорія людей, яка живе віртуальним життям по 10 годин на добу і більше. Більше 45% всіх опитаних заявили, що без персонального комп'ютера і підключення до Інтернету вони не змогли б жити. Це більше, ніж для будь-якого іншого медіа-пристрою (28% молодих людей не можуть жити без мобільного телефону, 11% — без телевізора)

Одним з найважливіших компонентів цієї мегасистеми Інтернет є соціальні мережі. Зокрема, соціальна мережа є універсальним засобом комунікації і пошуку людей, з її допомогою можна завжди бути на зв'язку, дізнаватися новини про друзів, а для багатьох людей вона є дуже зручним способом самовираження [8, с. 152-158].

Термін «соціальна мережа» в 1954 році ввів англійський соціолог Джеймс Барнс у збірці робіт «Людські стосунки». Цим терміном він виразив думку про те, що суспільство – це складне переплетення відносин. Так, Барнс досліджував взаємозв'язки між людьми за допомогою візуальних діаграм, в яких окремі особи зображено крапками, а зв'язки між ними – лініями [31].

В 1959 році принципами формування соціальних мереж зацікавились угорські математики П. Ердос і А. Реній. Вони написали цілу низку статей на основі своїх досліджень. Д. Уоттс і С. Строгац розвинули теорію соціальних мереж і першими запропонували поняття коефіцієнта кластеризації, тобто ступеня близькості між неоднорідними групами (коли людина розширює мережу своїх зв’язків за рахунок осіб, яких вона не знає особисто, але знають її знайомі) [2, с. 190].

Термін «соціальна мережа» став широко розповсюджений в різних областях людської діяльності. Проаналізувавши праці з такої тематики, палкі дискусії з якої тривають і до тепер, можна дати визначення «соціальної мережі» в різних науках.

Зокрема, «соціальна мережа»в соціологічних дослідженнях - це соціальна структура, що складається з групи вузлів, якими є соціальні об'єкти (спільнота, соціальна група, людина, особа, індивід). Така структура показана на Рис. 1.1.

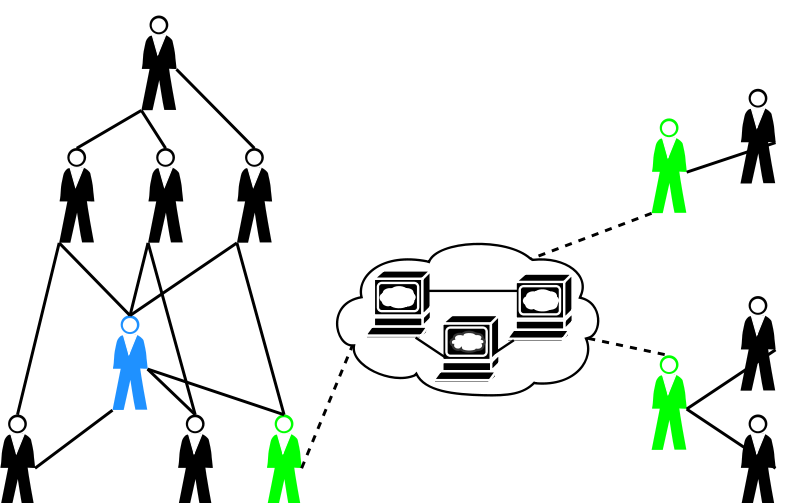


Рис. 1.1. Взаємозв’язок користувачів соціальних мереж

Психолог А. Войскунський, протиставляючи думку користувачів, «соціальну мережу» визначає,як особливий вид соціальної комунікації, спрямованої на взаємодію користувачів Інтернету з метою задоволення потреб у спілкуванні, знайомстві, передачі і отриманні інформації [16,с. 76 - 81].

Дослідник К. Лєсто стверджує, що соціальна мережаце структура, що базується на людських зв’язках або ж взаємних інтересах. В якості інтернет-сервісу соціальна мережа може розглядатися як платформа, за допомогою люди можуть здійснювати зв’язок між собою та групування за специфічними інтересами [31].

Так, першим офіційним соціально-мережевим ресурсом, який пропонував відшукати своїх однокласників, колег та друзів був Classmates.com, заснований у 1995 році. Зараз у мережі зареєстровано більше 150 мільйонів активних користувачів зі всього світу [18].

Зокрема, на сьогодні вченими здійснено аналіз популярних веб-сайтів, які визначаються як соціальні мережі. В історії розвитку соціальної мережі були виокремлені найбільш популярні сайти, які ми подаємо в табл. 1.1.

Таблиця 1.1

Найбільші сайти соціальних мереж в історії їх становлення

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Назва соціальної мережі | Рік заснування соціальної мережі | Мета створення |
| 1 | AsianAvenue | 1997 р. | Спілкування  Зберігання контактів  Адресна книга  Знайомство |
| 2 | Cyworld | 1999 р. | Спілкування у вигляді форуму  Знайомство  Можливість створення аватару  Внутрішня грошова одиниця |
| 3 | QQ | 1999 р. | Сервіс миттєвих повідомлень  Безкоштовний чат  Присутність онлайн ігор, рейтингу  Можливість скачувати файли |
| 4 | BlackPlanet | 2001 р. | Знайомство  Спілкування шляхом повідомлень  Форум для обговорення політичних і соціальних проблем |
| 5 | Ryze | 2002 р. | Зв’язок бізнес партнерів  Спілкування |
| 6 | LinkedIn | 2003 р. | Професійна робота в мережі  Сайт доступний на різних мовах |
| 7 | Hi5 | 2003 р. | Спілкування  Ігрова платформа |
| 8 | Myspace | 2003 р. | Знайомство  Спілкування  Можливість створення аватару |
| 9 | Friendster | 2004 р. | Соціальний ігровий сайт  Знайомства і знаходження нових подій і хобі. Обмін відео, фотографіями, коментарями та повідомленнями |
| 10 | Facebook | 2004 р. | Знайомство  Спілкування |
| 11 | Twitter | 2006 р. | Мережа мікроблогів  Служба миттєвих повідомлень |

продовження таблиці 1.1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 12 | «ВКонтакте» | 2006 р. | Обмін думками та інформацією між студентами та випускниками  Сучасний швидкий і естетичний спосіб спілкування |

Історія становлення та розвитку такого масового явища як «соціальні мережі», дає нам можливість стверджувати, що всі вони мають спільне, а саме - ознаки «соціальності», зокрема: наявність засобів спілкування між користувачами мережі - відправка особистих, масових повідомлень, наявність вбудованого чату; наявність розширеного профілю користувача - для максимально широкого опису і подання «себе» в рамках соціальної мережі; наявність стрічки активності, новин, форуму; можливість додавати користувачів мережі в друзі; можливість створювати особисті фото і відео альбоми; можливість об'єднуватися в групи або співтовариства в рамках соціальної мережі; можливість вести свій блог в соціальній мережі; можливість додавати статті, замітки, оголошення; можливість створення подій, зустрічей, заходів; можливість коментування всіх подій у соціальній мережі; можливість дарувати подарунки, отримувати нагороди за активність [15, с.126-132].

Слід також зазначити, що всі соціальні мережі працюють за однаковою схемою: на початку роботи група перших користувачів надсилає запрошення членам соціальної мережі приєднатись до спільноти сайту. Нові члени повторюють цей процес, збільшуючи при цьому кількість учасників та зв’язків в мережі. Так як більшість із соціальних мереж в Інтернеті є публічними, то вони дозволяють приєднуватись всім бажаючим користувачам [22, с.208-213; 30; 33].

Зазначимо, що всі соціальні мережі поділяються на такі категорії: загальнотематичні, мережі дозвілля; навчальні, соціалізуючі; для пошуку людей, з якими навчались(працювали, відпочивали); ділові; політичні; мережі, об’єднані навколо проблематики дому та родини; релігійні мережі; соціальні мережі різних меншин. Характеристика зазначених категорій відображено в табл. 1.2.

Таблиця 1.2

Характеристика категорій соціальних мереж

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Назва категорії | Веб-сайти, які відносяться до даної категорії | Характеристика категорій |
| 1 | Загальнотематичні, мережі дозвілля | MySpace, YouTube, @дневники, Мой мир, @Mail.Ru, Отдыхали.ру, Telefoner.ru, BlogOnline.ru | Спілкування без спеціалізації соціальної мережі. Спрямовані на підтримку і налагодження вже існуючих контактів та пошук нових знайомих. |
| 2 | Навчальні, соціалізуючі | wikipedia.org, LiveLib, X-libris.net, dumalka.ru, Моя библиотека, RusEdu | Соціальні мережі, які допомагають у навчанні, ширше – в соціалізації особистості |
| 3 | Для пошуку людей, з якими навчались (працювали, відпочивали) | Classmates, Facebook, Odnoklassniki, vkontakte, Сonnect, МирТесен | Зв’язок з однокласниками, з тими, з ким навчався, працював, служив в армії |
| 4 | Ділові | LinkedIn, Atlaskit, MoiKrug.ru, Profeo | Соціальні мережі спрямовані на бізнес-проекти, пошук роботи, пошук партнерів, власне роботу |
| 5 | Політичні | Politiko, Politiki.tv, Соратники.ру | Соціальні мережі, що об'єднують політиків, експертів, журналістів, лідерів партій та виборців в межах одного співтовариства |
| 6 | Мережі, об’єднані навколо проблематики дому та родини | Ancestry.com, Geni.com, Юмама, Дневник для молодоймамы, DrugMe.ru | Сконцентровані тематично на проблемах сімейних зв’язків, домашньої тематики |
| 7 | Релігійні мережі | MyChurch, Faithbook, Гефсимания | Тематичні соціальні мережі релігійного спрямування |
| 8 | Cоціальні мережі різних соціальних меншин | Rusdeu.narod.ру  Gay.ру | Соціальні мережі, які спрямовані на об’єднання різних соціальних меншин |

В контексті зазначеної тематики, ми констатуємо, що дана класифікація не є вичерпною. При бажанні практично в кожній з названих класифікацій соціальних мереж можна виділити свого роду підмережу. Так, сайти служб знайомств часто передбачають наявність форумів; професійні та ділові соціальні мережі пропонують зареєстрованим користувачам підписку на новини професійної бізнес-спільноти та інші [8].

Варто також зазначити, що користування соціальними мережами охоплює сучасних підлітків по всьому світу. Проте традиції та особливості національного виховання, особливо підлітків, впливають на вибір певної соціальної мережі. Такий вибір показано на Рис. 1.2



Рис. 1.2. Популярність соціальних мереж серед підлітків

В контексті нашого дослідження варто звернути увагу на те, що у сучасних підлітків одним з механізмів впливу на особистість стає саме залежність від соціальних мереж. Для того щоб зрозуміти, чому саме підлітки більш за все схильні до залежності від соціальних мереж потрібно розглянути особливості становлення особистості в цьому віці.

За віковою періодизацією підлітковий вік – це вік від 11-12 до 14-15 років. Розвиток у цьому віці йде у швидкому темпі і за всіма напрямами. За короткий час діти дорослішають фізично, морально, розумово, соціально[14, с.416].

Теоретик психоаналізу, представник такого напрямку, як “Его-аналіз”, Е. Еріксон, у своїй теорії розвитку особистості, виокремлює 8 стадій психосоціального розвитку, де підлітковому віку відповідає 5 стадія розвитку. Це вік, коли завершується дитинство, інтенсивно формується ідентичність, базуючись на запереченні та бунті. Вчений називає цей вік віком фізичної зрілості і соціальної незрілості. Дитина значно раніше стає дорослою у фізичному плані, ніж здатною брати на себе соціальні ролі дорослих. Для цього віку характерна емоційна неврівноваженість. Підліток, який щойно переступив вік дитинства, ще немає надійної опори. У стресових ситуаціях він часто повертається до надійної ролі дитини, яка залежна від батьків. Та йому соромно цієї залежності. Намагаючись ствердити свою незалежність, підліток стає непоступливим, різким і навіть грубим у стосунках з батьками та шукає спілкування поза межами дому [21, с.75-78], [28, с.210-244].

Дослідник Г. Костюк зазначає, що становлення особистості – обумовлений і разом з тим саморозвиваючий процес. Це внутрішньо необхідний її рух від нижчих до вищих рівнів розвитку, в якому зовнішні причини завжди діють через внутрішні умови [28, с.244].

Цінним для нашого дослідження є те, що у психічному розвитку підлітка основна роль належить встановленню системи соціальних взаємовідносин з оточуючими.

Підлітки вже не хочуть виконувати попередні вимоги, ображаються і протестують, коли їх контролюють, карають, не вислухають, не розуміють, не рахуються з інтересами. Їх перестають задовольняти відносини з дорослими. Почуття дорослості – стрижнева особливість особистості, яка виражає нову життєву позицію підлітка щодо себе, щодо людей і світу, визначає зміст та спрямованість його соціальної активності. Специфічна соціальна активність підлітка полягає у більшій сприйнятливості до засвоєння норм, цінностей, способів поведінки, які існують у світі дорослих, тому важливо, щоб підліток бачив перед собою гідний приклад.

Так, провідним типом діяльності підлітка стає спілкування з однолітками. Воно набуває інтимно-особистісного характеру і виокремлюється у самостійну і дуже важливу для підлітка сферу життя. Спілкування з друзями набуває великого значення, що може відсунути на другий план навчання, значно зменшити привабливість спілкування з батьками [32, с.288-318].

Варто зауважити, що людина, яка відвідує соціальну мережу називається «користувачем». Виходячи з цього нами була розроблена типологія підлітків-користувачів соціальних сайтів, яка базується на проведеному опитуванні реальних користувачів соціальних мереж з урахуваннях особливостей та можливостей сайтів, а саме: комунікатор; розвідник; коментатор; спостерігач [39, с.103-108].

У групі ризику перебувають підлітки, у яких не задовольняється потреба у визнанні та прийнятті. Для повноцінного розвитку підліткові необхідно отримувати різноманітні стимули з навколишнього світу. Найбільш значущими є стимули, одержувані від інших людей. Тому, коли зовсім незнайомі люди раптом несподівано проявляють інтерес до персональної веб сторінки дитини, у підлітка підвищується самооцінка, він відчуває себе упевненим і потрібним. На інтернет-наркотик також можуть підсісти підлітки із інфантильним мисленням. Ці діти постійно тягнуться за враженнями і розвагами, яких в соціальних мережах безліч [40].

Також за допомогою соціальної мережі підліток задовольняє приховані потреби, які не прослідковуються в його реальному житті, а проявляються лише у мріях і фантазіях. Цей соціальний ресурс ж забезпечує їх втілення через можливість анонімних соціальних взаємодій, за допомогою яких можна створювати нові образи власного «Я». Також сюди можна включити також можливість пошуку нового співрозмовника без необхідності утримувати увагу попереднього (оскільки в будь-який момент можна знайти іншого). Крім того не варто забувати і про необмежений доступ до особистої інформації користувачів [43].

Дослідниця К. Лєсто зазначає, що особливості соціальних мереж дозволяють підлітку експериментувати з власною ідентичністю, створюючи «віртуальну особистість», що відрізняється і від персоналії користувача, і від його самопрезентації. У складі мотиваційних причин створення «віртуальних особистостей» насамперед виділяються так звані «пошукові причини» - бажання випробовувати новий досвід, що виступає як певна самостійна цінність [31].

Науковці А. Войскунський, А. Жичкіна, К. Лєсто виділяють ряд ознак, які вказують на залежність підлітків від соціальних мереж:

1. нав’язлива потреба переглянути свої вхідні повідомлення, навіть знаючи про те, що ніхто не повинен був написати;
2. занадто багато часу проводять біля екрану свого монітора, і кожного разу, заходячи в соціальну мережу, обіцяють собі, що пробудуть там лише пару хвилин, а пройшло вже півдня;
3. гостре бажання регулярно оновлювати статус на своїй сторінці, обговорювати з друзями кожен свій крок, фотографувати себе скрізь і всюди, і частіше викладати нові знімки;
4. все спілкування з друзями відбувається в основному через соціальну мережу;
5. різні додатки є хорошою альтернативою іншим повсякденних справ;
6. страшне роздратування, якщо з якої-небудь причини не можете потрапити на свою сторінку в соціальній мережі [16, с.76-81], [21], [31].

Доктор М. Орзак виділяє не тільки психічні, але й фізичні симптоми, до яких відносять: враження нервових стовбурів руки, зв'язане з тривалою перенапругою м'язів; оніміння пальців руки, що тримає «мишку»; сухість та різь в очах; головні болі по типу мігрені; болі в спині; нерегулярне харчування, пропуск прийомів їжі; зневага до особистої гігієни; розлад сну, зміна режиму сну [17].

Російські психологи Московського державного університету О. Бєлінська та А. Жичкина виділяють наступні поведінкові характеристики залежних підлітків: активне небажання відволіктися, навіть на короткий час від роботи в соціальній мережі; роздратування при вимушених відволіканнях; невміння спланувати час закінчення сеансу роботи в мережі; використання все більших сум грошей для забезпечення роботи в соціальній мережі; забування у ході перебування в соціальній мережі про домашні справи або навчання; небажання приймати критику подібного образу життя; готовність миритися з негараздами в сім'ї; втрата кола спілкування з-за соціальної мережі; зневага власним здоров'ям; скорочення тривалості сну, внаслідок перебування в соціальній мережі в нічний час; уникання фізичної активності [10].

Підсумовуючи вище сказане, варто звернути увагу на те, що соціальні мережі слугують простором як для неформального спілкування друзів, так і для пошуку партнерів по спілкуванню, розширюють ігровий досвід масових онлайн-ігор у мережі та можливості спілкування однодумців. В цьому сенсі, враховуючи універсальність впливу, можна говорити, що соціальні мережі впливають на розвиток підлітків в цілому.

# Вплив інтернет-залежності на формування особистості підлітка

Знайомство людини з комп’ютером зазвичай починається в школі, але, на жаль, все більша частина батьків намагається навчити своїх дітей користуватися цим модним технічним пристроєм якомога раніше, щоб вони не відставали від однолітків. За даними американських вчених, 31 % дітей від 3-х років вміють працювати з комп’ютером, спостерігається тенденція до зниження вікових меж вмільців працювати з комп'ютером. Результати анкетування показали, що 80% учнів 5-7 класів загальноосвітніх шкіл захоплюються комп’ютерними іграми, причому багато хто з 10-12- річних підлітків має ігровий досвід 4-6 років. Психодіагностичне обстеження останніх років, здійснене вітчизняними науковцями, виявило, що близько 30% дітей і підлітків, які захоплюються комп’ютерними іграми, зловживають перебуванням у віртуальній реальності, і 10% з них знаходяться в стадії психологічної залежності від комп’ютера [1].

Інтернет-залежність поширюється надзвичайно швидкими темпами. Це пояснюється тим, що порівняно з іншими видами залежності, формування яких триває доволі довго, залежність від мережі Інтернет розвивається досить швидко, впродовж одного місяця. За стислий проміжок часу в особистості формується нездоланний потяг до користування мережею Інтернет, що негативно позначається на побутовій, навчальній та соціальній сферах діяльності особистості.

Аналізуючи наслідки залежності підлітків від мережі Інтернет, слід зазначити, що вони є подібними до наслідків, характерних для інших видів адикції. Відхід особистості від реального життя в першу чергу позначається на процесі моделювання суб’єктом власного майбутнього. Занурюючись у кіберсередовище, особистість відсторонюється від реальності та всього того, що з нею пов’язане[33, c. 57].Занурюючись у віртуальне життя, особистість втрачає здатність адекватно сприймати те, що в ньому відбувається.

Вплив Інтернету на особистість має специфічні наслідки, особливо в підлітковому віці. Надмірна захопленість молодої людини кіберсередовищем може призвести до інтернет-адикції, внаслідок якої відбувається знецінення реальності, змінення системи цінностей, мрій та прагнень, що в свою чергу, позначається на процесі життєвого планування. Великої уваги вимагають до себе ті підлітки, чий відхід від реальності поки що не знайшов свого яскравого вираження, хто лише починає засвоювати адитивні патерни поведінки у важких зіткненнях з вимогами середовища, хто потенційно може виявитися залученим в різні види адиктивної реалізації [21, c. 39].

Профілактика адиктивної поведінки набуває особливої значущості в підлітковому віці саме тому, що в цей час починають формуватися дуже важливі якості особистості, звернення до яких могло б стати однією з найважливіших складових на шляху подолання адикції. Це такі якості, як прагнення до розвитку і самосвідомість, інтерес до своєї особи і її потенціалів, здібність до самоспостереження. Важливими особливостями цього періоду є поява рефлексії і формування етичних переконань. Підлітки починають усвідомлювати себе частиною суспільства і знаходять нові суспільно значущі позиції, роблять спроби в самовираженні.

Підлітки, які мають Інтернет-залежність, не мають активного соціального, творчого або спортивного життя. Підлітки, які мають хобі та захоплення, не мають Інтернет-залежності, хоча використовують Інтернет у своїх потребах. Особливістю Інтернет-залежних підлітків у порівнянні з підлітками, які не мають Інтернет-залежності, є нижчий рівень культурно-психологічного потенціалу. Особливості спілкування Інтернет-залежних респондентів: наявний високий рівень залежності від Інтернет-партнер; високий рівень нетовариськості до Інтернет-партнера; уникання боротьби у спілкуванні.

Інтернет-залежні підлітки більш низько поставили у ранзі цінностей такі: активне діяльне життя, хороші та вірні друзі, впевненість у собі, життєрадісність, відповідальність, самоконтроль, а Інтернет-незалежні – навпаки.

Тривала робота на комп’ютері викликає зміни у функціонуванні організму [17, c. 128].

На перше місце у підлітків — користувачів ПК виходять зміни психологічного стану та невротичні розлади, що характеризуються комплексністю, тяжкістю та поєднанням різних патологічних проявів. Часто робота за комп’ютером передбачає постійну концентрацію уваги та засвоєння великої кількості інформації. Характерним є отримання непотрібної інформації, яка «перевантажує» мозок та пам’ять і призводить до розумової втоми та порушення уваги. Внаслідок нервово-емоційної напруги швидко розвивається перевтома, що провокує головний біль. Може виникати шум у вухах, запаморочення, нудота. Неконтрольоване у часі спілкування з комп’ютером на тлі перевтоми призводить до розладів сну, метушливості у поведінці, порушення пам’яті[15]. Змінюється вища нервова діяльність, підвищується проникливість гематоенцефалічного бар’єра.

У процесі роботи з ПК у підлітків може розвиватися комп’ютерний зоровий синдром (КЗС), який ґрунтується на зоровому стомленні. Зорові симптоми КЗС: зниження гостроти зору; його затуманення; труднощі при переводі погляду з ближніх предметів на дальні і назад; відчуття змін забарвлення предметів; двоїння. Очні симптоми включають: біль у ділянці очних ямок і лоба; біль під час руху очей; почервоніння очних яблук; відчуття піску за віями; сльозотечу; печіння і різь в очах. При тривалому перебуванні перед екраном внаслідок зменшення частоти моргання може розвиватися синдром сухого ока (порушення зволоження роговиці слізною рідиною). Синдром проявляється печінням в очах, почервонінням кон’юнктиви, появою судинної сітки на бічних поверхнях очей. Особливо шкідливими для органів зору є ігри з яскравими дрібними елементами, читання та введення тексту, малювання.

Нерухоме положення підлітка протягом тривалого часу є причиною порушення мікроциркуляції крові. Застійні явища особливо виражені на рівні органів малого таза та кінцівок. Тривалі порушення мікроциркуляції сприяють стійким змінам судин (наприклад, венозний стаз є причиною розширення судин при геморої). Вимушене положення може стати чинником порушення метаболізму та гіпоксії у м’язах (насамперед, шиї, спини та плечового поясу), скривлення хребта, остеохондрозу, утрудненого дихання (іонізоване повітря викликає сухість слизових оболонок, грудна клітка знаходиться у стиснених умовах), захворювань кистей рук. Характерний розвиток карпального синдрому (оніміння та біль у пальцях кисті). На більш пізніх стадіях можливі ускладнення: тендовагініт, синдром «тенісного ліктя» (запалення загального сухожилля м’язів-розгиначів, розташованих біля ліктя), що розвивається внаслідок неправильного положення рук при роботі з клавіатурою та мишею[9, c. 73].

Можуть виникати статеві порушення, пов’язані зі зміною регуляції з боку нервової та нейроендокринної систем [32, c. 5].

Усе більше інформаційних технологій та сучасних пристроїв покликано покращити та полегшити життя дітям та підліткам. Упровадження у широке користування мобільних телефонів, стаціонарних та портативних комп’ютерів, бездротового Інтернету та інших технологічних нововведень потребує досконалого вивчення їх впливу на зростаючий організм та розробки ефективних і здійснюваних санітарно-гігієнічних норм їх використання.

Візуальна (невербальна) комунікація – передача інформації за допомогою невербальних засобів спілкування (жестів, міміки, рухів тіла, кольору, просторового середовища і т.д.). Візуальний образ задається часом і пануючими в цей період тенденціями. Щоб людину не сприймали негативно, вона обов'язково повинна видаватипевну інформацію невербальним способом. За невербальної поведінки партнера по комунікації ми можемо визначити його установку на спілкування. Невербальна комунікація в мережі Інтернет виражена дуже примітивно, в основному за рахунок мови знаків, і навіть завдяки сучасним відеопрограмам образ людини, з якою спілкуєшся, надає обмежену інформацію[11, c. 36].

XXI століття -століття високих технологій виводить на абсолютно новий рівень розвитку наше суспільство: обмін інформацією, спілкування між людьми, способи побудови стосунків, пошук роботи, та власне і сама робота, відпочинок переходять з реального світу в світ віртуальний.

Присутній зараз практично в кожному будинку, Інтернет значно розширює наші можливості - особливо це стосується соціальних мереж, які останнім часом набули колосальну популярність. Щодня мільйони людей користуються їх послугами: одні шукають друзів, клієнтів, роботодавців або працівників, інші просто проводять в них час.

Соціальні мережі з кожним днем набирають популярність у всьому світі. Вони виникли близько 10 років тому, але вже сьогодні важко знайти людину, яка б користуючись Інтернетом, не користувався б соціальними мережами.

Багато батьків підлітків побоюються, що електронне спілкування може негативно позначитися на їх соціальному розвитку, замінити спілкування віч-на-віч, негативно вплинути на їх соціальні навички, призвести до небезпечного зв'язку з незнайомцями, і замінити більш цінну діяльність. Однак за підсумками дослідження виявлених негативних наслідків використання Інтернету дуже мало. Тим не менш, Інтернет може мати негативний вплив на фізичне здоров'я підлітків, а час, проведений в Інтернеті, замінює час виконання фізичних навантажень. Наприклад, типовий 15-річний підліток витрачає близько 4 годин в день, сидячи перед екранами, але менше однієї години в день отримує фізичне навантаження.

Слід зауважити, що соціальні мережі зайняли більшу частину вільного часу.

Витіснивши способи комунікаційного спілкування, вони замінили підлітку хобі, реальне спілкування. Віддавши належне всіх позитивних моментів у використанні соціальних мереж, таким як економний засіб зв'язку, доступність аудіо і відео матеріалу, швидкість пошуку та обміну інформацією, необхідно підкреслити, що їхній вплив на сам процес навчання та успішність підлітків в більшості випадків стає згубним. Учень не може зрозуміти, засвоїти і обдумати уроки. Хочеться відзначити, що більшість опитаних учнів вважають, що соціальні мережі відволікають їх від важливих справ, а навпаки впевнені, що ті допомагають їм зробити цю саму життя набагато простіше і комфортніше.

Головна небезпека соціальних мереж для підлітків полягає в тому, що віртуальне спілкування стає переважаючим в їх житті. Адже в соціальній мережі все просто - надрукував повідомлення, відправив його, отримав відповідь. Поступово підліток відвикає від людського спілкування. Непомітно для самого себе, а часто і для батьків, він втрачає навички реального контакту і стає залежним від мережі.

З'являється і міцнішу залежність дитина, найчастіше не бажає визнавати. Відвідування особистої сторінки перетворюється в щоденний обряд - неодноразово протягом дня підліток заходить туди в надії побачити якісь зміни. Інші намагаються додати на спір як можна більше «друзів». Це безглузде «вбивство» часу поглинає цілком - підлітки витрачають години і дні, здійснюючи дії «на автопілоті», стають дратівливими і злими. Якщо комп'ютер під забороною, виникають конфлікти з батьками, що відбивається на психічному стані підлітка.

На питання про те, що так подобається підліткам в соціальних мережах, більшість з них говорять одне і те ж: там можна без проблем спілкуватися з друзями з усіх куточків планети, заводити нові знайомства. У мережах багато смішних сторінок і коміксів, а комікси подобалися підліткам у всі часи. Можна знайти будь-яку групу за своїми інтересами. А ще є купа фільмів, що рятують від нудьги. Тобто мережа дає можливість отримати психологічне розвантаження, яку дитина не знаходить у своїх звичайних заняттях.

Але мало хто з підлітків визнає, що соціальні мережі викликають у них залежність. Коли школярі багато часу сидять у соціальних мережах, їх мозок зайнятий безглуздою і безцільною активністю, яку не можна назвати повноцінною інтелектуальною роботою. Вони просто займають його, щоб він весь час був зайнятий, не думаючи про якість інформації, що надходить. Замість цього вони могли б про що-небудь подумати, прийти до вирішення життєвих проблем, побудувати плани, придумати яку-небудь корисну ідею, прочитати гарну книгу і т. д. Але це все поки неможливо, їх розум спантеличений пережовуванням інтернет-жуйки, перетворюючи їх у бездумного і відчуженого зомбі. Внаслідок чого виникають проблеми з батьками та інше.

Безперечно, соціальні мережі - велике технологічне досягнення, яке обіцяє багато можливостей. Але разом з цими можливостями приходять і біди... не можна сказати, що соціальні мережі - це одна суцільна шкода, так само як не можна сказати те ж саме, наприклад, про комп'ютерні ігри. При правильному, дисциплінованого підходу до цього чуда інтернет-технологій можна отримати якусь користь і полегшити собі життя. Але завжди існує ризик того, що робота з соціальними мережами відіб'ється шкідливими наслідками на психіці підлітка [16].

Отже, необхідним є проведення профілактичних заходів щодо попередження технологічних залежностей у підлітків в Україні. Вони повинні включати як широке інформування населення щодо ризиків безконтрольного використання комп’ютера, мережі Інтернет, мобільних телефонів, так і підготовку лікарів з психологічних особливостей підліткового віку та надання підліткам медико-соціальної допомоги.

# Висновки до першого розділу:

# Соціальні мережі можна класифікувати за функціональною приналежністю: для розшуку людей, для розваг та спілкування, для роботи та бізнесу, спеціалізовані соціальні мережі для тематичного спілкування особливих соціальних груп та категорій людей(люди з інвалідністю, батьків з малими дітьми, програмісти викладачі, люди ЛГБТ-спільнот та інші) та глобальні(facebook.com, myspace.com, Instagram, Twitter) інші.

# Зацікавленість підлітків соціальними мережами згодом переростає в патологічну необхідність бути он-лайн. Життя в соціальній мережі стає настільки цікавим, що в реальному житті підліток взагалі перестає спілкуватись. Якщо різке обмеження доступу до соціальної мережі викличе у підлітка напад паніки чи розпачу – можна вважати, що це і є відправна точка соціально-педагогічної роботи з такою дитиною. Дуже важливо діяти негайно та невідкладно.

# Соціальна мережа є універсальним засобом комунікації і пошуку людей, з її допомогою можна завжди бути на зв'язку, дізнаватися новини про друзів, а для багатьох людей вона є дуже зручним способом самовираження. Тому, основними рисами Інтернет-спілкування в соціальних мережах є анонімність; відсутність невербальної інформації, установка на бажані риси партнера; добровільність контактів; стійке прагнення підлітків до емоційного наповнення тексту, що виражається у створенні спеціальних знаків для позначення емоцій – "смайликів"; прагнення до нетипової, ненормативної поведінки.

# Небезпека соціальних мереж в анонімності і можливості приховувати свою особистість, приміряючи різні ролі за своїм бажанням. Підлітки грають роль того, ким би їм хотілося бути, йдучи від реальності і проживаючи в мережі чужу, абсолютно несхожу на реальність, життя. У деяких випадках це призводить до роздвоєння особистості і втрати почуття реальності.

# Потрібно відзначити, що серед головних завдань соціальних мереж було об'єднання людей, які мають можливість підтримувати зв'язок на відстані. Багато відшукали своїх родичів, однокласників, друзів дитинства. Нас сьогодні ще й така характеристика як значна економія коштів на мобільному рахунку, дає можливість листуватися в мережі, особливо, якщо пакет послуг Інтернету безлімітний, адже вам не доведеться телефонувати в іншу країну. Зручно вирішувати питання швидко, до того ж можна листуватися відразу з декількома людьми одночасно.

# Користувачі соціальних мереж використовують їх для того, щоб розповісти оточуючим про позитивні моменти свого життя. Наприклад: поділитися своїми фотографіями з чергової відпустки, похвалитися придбанням будь-якої речі, викласти в мережу смішні ролики про своїх домашніх улюбленців тощо.

# Об’єктом для соціально-педагогічної роботи стають діти та підлітки груп ризику, у яких не задовольняється потреба у визнанні та прийнятті. Для повноцінного розвитку підліткові необхідно отримувати різноманітні стимули з навколишнього світу. Найбільш значущими є стимули, одержувані від інших людей. Тому, коли зовсім незнайомі люди раптом несподівано проявляють інтерес до персональної веб-сторінки дитини чи підлітка, у них підвищується самооцінка, він відчуває себе упевненим і потрібним. На інтернет-наркотик також можуть підсісти підлітки із інфантильним мисленням. Ці діти постійно тягнуться за враженнями і розвагами, яких в соціальних мережах безліч[5].

# Також за допомогою соціальної мережі підліток задовольняє приховані потреби, які не прослідковуються в його реальному житті, а проявляються лише у мріях і фантазіях. Цей соціальний ресурс ж забезпечує їх втілення через можливість анонімних соціальних взаємодій, за допомогою яких можна створювати нові образи власного"Я". Також сюди можна включити також можливість пошуку нового співрозмовника без необхідності утримувати увагу попереднього(оскільки в будь-який момент можна знайти іншого). Крім того не варто забувати і про необмежений доступ до особистої інформації користувачів [7].

# Соціальні мережі для підлітків у такому разі виступають чи не єдиним засобом для набуття соціального досвіду, який не завжди є об’єктивним і достовірним. Науковцями сьогодення визначено, що соціальні мережі мають величезний потенціал, причому як позитивний, так і негативний, аце викликає занепокоєння та необхідність у здійсненні соціального контролю за поведінкою окремих індивідів, а особливо підлітків, у яких сформувалась залежність від соціальних мереж.

# РОЗДІЛ 2. СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА ТА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА ЗАСОБАМИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

# 2.1. Сучасні підходи до визначення змісту та причин виникнення інтернет-залежності від соціальних мереж у студентської молоді

Сучасним суспільствам притаманні розмаїття культур, релігій, способів життя та способів самовираження дитини. В той же час в будь-якому демократичному суспільстві обов’язковим чином виникає необхідність здійснення соціального контролю за девіантною поведінкою окремих індивідів та соціальних груп. Такі види девіантної поведінки як наркоманія, ігроманія, алкоголізм, тютюнокуріння та інші вважаються асоціальними і перебувають під постійним контролем суспільства. Але існують певні види поведінки, які не несуть в собі прямої, явної загрози суспільству, та все ж мають негативні наслідки для людини і соціуму в цілому. До таких можна віднести комп’ютерну залежність: людина, яка проводить більшість часу за комп’ютером, не заважає і не загрожує оточуючим. Але при цьому людина втрачає поступово важливі соціальні контакти, перестає повноцінно виконувати соціальні функції, деградує як особистість.

Комп’ютерна залежність – різновид психічної залежності, який характеризується патологічною тягою людини до роботи або проведення часу за комп'ютером[18, c. 15]

Загалом до комп’ютерної залежності вчені відносили залежність людини від комп’ютерних ігор. Та зі стрімким розвитком та розповсюдженням Інтернет-мережі, в науковому світі заговорили про гостроту проблеми «інтернет-залежності» - це **психічний розлад, нав'язливе бажання підключитися до Інтернету і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету [23, c.76].**

Інтернет задовольняє багато свідомих і підсвідомих потреб користувачів.  Він містить все, чим може бути захоплений користувач. І це ще одна причини, що пояснює пристрасть до Інтернету.

Згідно з даними останніх досліджень відхід у світ фантазій став однією з поширених поведінкових стратегій сучасної молоді у важких життєвих ситуаціях. Наприклад, комп'ютерна гра стає [механізмом](http://ua-referat.com/%D0%9C%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%B7%D0%BC%D1%96) втечі певної частини дітей та молоді від реальності. Вже існують припущення, згідно з яким «алкоголем» постіндустріальної епохи були наркотики, а в [інформаційну](http://ua-referat.com/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F) епоху ним стануть комп'ютерні ігри [12, c. 44].

Основні 5 типів інтернет-залежності такі [15, c.44]:

1. Нав'язливий веб-серфінг - нескінченні подорожі по Всесвітній павутині, пошук інформації.

2. Пристрасть до віртуального спілкування і віртуальних знайомств - великі обсяги листування, постійна участь в чатах, веб-форумах, надмірність знайомих і друзів в Мережі.

3. Ігрова залежність - нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми по мережі.

4. Нав'язлива фінансова потреба - гра по мережі в азартні ігри, непотрібні покупки в інтернет-магазинах або постійні участі в інтернет-аукціонах.

5. Кіберсексуальна залежність - нав'язливий потяг до відвідування порносайтів і заняття кіберсексом.

Усі види діяльності, здійснювані за допомогою Інтернету, такі як спілкування, [пізнання](http://ua-referat.com/%D0%9F%D1%96%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F) або гра, мають властивість захоплювати людину цілком; вони не залишають їй часу і сил на реальне життя. У зв'язку з цим сьогодні фахівці інтенсивно обговорюють таке захворювання як «інтернет-залежність» або «інтернет-адикація» (InternetAddictionDisorder).

Термін «інтернет-залежність» ще в 1996 році запропонував доктор Айвен Голдберг. Вчений виходив з пропозиції про те, що у людини може розвинутися [патологічна](http://ua-referat.com/%D0%9F%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F) залежність не тільки від зовнішніх факторів, але і від власних дій та емоцій. На думку провідних фахівців, виникнення інтернет-адикції не підкоряється законам формування традиційних залежностей, наприклад, від сигарет, наркотиків, алкоголю, а також азартних ігор. Якщо для останніх потрібні роки, то інтернет-залежність настає набагато швидше[16].

Поведінкою Інтернет-залежність виявляється в тому, що люди настільки віддають перевагу життю в Інтернеті, що фактично починають відмовлятися від свого "реального" життя, проводячи до 18 годин на день у віртуальній реальності та не менше 100 годин в тиждень. Інше визначення Інтернет-залежності: «нав'язливе бажання ввійти в Інтернет, знаходячись off-line, і нездатність вийти з Інтернету, будучи on-line». Часто використовується ще й таке: "Інтернет-залежність – це нав'язлива потреба у використанні Інтернету, що супроводжується соціальною дезадаптацією та яскраво вираженими психологічними симптомами»[1, с.32].

За даними різних досліджень Інтернет-залежними сьогодні є  2-6% користувачів мережі серед українських користувачів, серед яких більше ніж 70 відсотків підлітків.

Незважаючи на те, що офіційно проблема Інтернет-залежності не визнана, вона береться  до уваги в багатьох країнах, наприклад, у Фінляндії молодим людям з Інтернет-залежністю надається відстрочка від армії.

Термін «інтернет-залежність» вперше був запропонований американським лікарем Голдбергом, кілька років тому. Під цим поняттям він розумів непереборне бажання до Інтернету, що характеризується «згубною дією на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності».

Інтернет залежність— психічний розлад, нав'язливе бажання підключитися до [Інтернету](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B5%D1%82) і хвороблива нездатність вчасно відключитися від Інтернету.

Відзначаються особливості Інтернет-залежності. Це не хімічна залежність, тобто вона не приводить до руйнування організму. Якщо для формування традиційних видів залежності вимагаються роки, то для Інтернет-залежності цей термін різко скорочується. За даними К. Янг, 25%  користувачів придбали залежність протягом півроку після початку роботи в Інтернеті, 58% - протягом другого півріччя, а 17% - незабаром по закінченні року. Крім того, якщо довготривалі наслідки залежності від алкоголю та наркотиків добре досліджені, то стосовно Інтернет-адикції відсутня можливість довготривалого спостереження[4, с. 36-43].

Симптоми інтернет-залежності досить чіткі, вони є двох видів [10, c. 63]:

Психологічні симптоми:

* Відчуття ейфорії чи піднесеності під час роботи за комп’ютером;
* Нездатність зупинити роботу за комп’ютером;
* Все більша і більша кількість часу, що проводиться за комп’ютером;
* Ігнорування друзів та сім’ї;
* Відчуття порожнечі, депресії та роздратованості коли не за комп’ютером;
* Перекладання повсякденних турбот на плечі родичів чи членів сім’ї;

Фізичні симптоми:

* Зап’ястний тунельний синдром – оніміння та зниження чутливості пальців через утиснення нерву, що з’єднує їх із зап’ястям;
* Сухі очі;
* Головні болі (схожі на мігрені);
* Болі у спині;
* Нерегулярне харчування – відсутність апетиту;
* Недотримання гігієни;
* Розлади сну (засипання, сновидіння, тривалість)

Завзятого користувача Інтернета можна відрізнити відразу. Він занурений в себе, не помічає або ігнорує зовнішні події, погано адаптується до реального життя. Навіть краса природи – і та сприймається з меншим захопленням, оскільки можливості комп`ютерної графіки безмежні, і на екрані монітора з`являються чудові, фантастично прекрасні, але неіснуючі насправді, пейзажі. Потяг до комп`ютерних ігор – із подорожами до неймовірних світів усе більше занурює у віртуальність. Цей стан вже й називається інтернет-залежністю.

Такі американські вчені як Дж. Босард, Г. Ріккерд та ін. виділяють три стадії інтернет-залежності [19, c. 47]:

1. На першій стадії це більш-менш легкий розлад. Через захоплення «новою іграшкою» людина перестає займатися усім іншим. Поступово людина віддаляється від родичів і друзів, залишаючи пріоритет за «всесвітньою павутиною». Як правило, користувач приховує від рідних, скільки часу він проводить на сайтах.
2. На другій стадії симптоми стрімко  наростають. Якщо людину силою відлучити від мережі, вона переживатиме почуття, схожі на муки наркомана, якому не дали чергову дозу. У користувача порушується увага, знижується працездатність, з`являються нав`язливі думки, безсоння, аж до повного відмовлення від сну, різко зростає потяг до стимуляторів - кави, сигарет, спиртних напоїв, наркотиків, причому деколи "на голку" сідають і ті, хто ніколи в житті наркотиків не пробував. До психічних розладів додаються головний біль, перепади тиску, ломота в  кістках.
3. Третя стадія – соціальна дезадаптація. Користувач, вже не одержуючи задоволення від спілкування через Інтернет, все-таки постійно «висить» на сайтах. Стан депресії призводить до серйозних конфліктів на роботі і в сім`ї.

Сильні, вольові особи ще можуть спробувати перемкнути свою увагу на щось інше, наприклад, закохатися, знайти іншу роботу. Слабкішим нічого не залишається, окрім як звернутися по допомогу до фахівців. До речі, у США інтернет-залежність вважають офіційним діагнозом, ії лікують психологи і психіатри. У нас ця проблема  лише досліджується. Без Інтернету у хворих починається ломка [3, с. 75].

Встановлено, що від інтернет-залежності можуть страждати люди різного віку, статі, статусу та ін. Зокрема, дослідники з Гонконзького університету СесиліяЧенг та Енджел Ї-лам Лі проаналізували 80 глобальних досліджень інтернет-залежності, що охоплює 31 країну з різних регіонів. Найбільший відсоток веб-залежних виявили на Близькому Сході – 10,9%, найнижчий показник – Північна Західна Європа – 2,6%. У Південній та Східній Європі інтернет-залежність поширена серед 6,1% населення.

Всесвітня мережа сьогодні більше нагадує чарівну казку, у якій "користувач" володіє надприродними можливостями, на відміну від реального життя. Не дивно, що Інтернет найбільше відповідає міфологічному мисленню маленької дитини. Таке мислення ніколи не зникає повністю, а тільки витісняється зі свідомості з віком, воно зберігається в підсвідомості дорослої людини, породжуючи віру в прикмети і магічні ритуали. Отже, Інтернет є ідеальним середовищем для актуалізації багатьох психічних процесів підсвідомого, архетипного характеру. Для багатьох людей, у психологічному сенсі, Всесвітня мережа стала дверима в той чарівний казковий світ, який людина змушена була покинути в дорослому віці, під тиском об'єктивних умов реального світу [7, с.149-154]. У процесі соціалізації дитини безпосереднє афективне сприйняття і реагування придушується виконанням набору соціально-схвалюваних норм і правил. І в ситуації, коли чинні норми і правила стають непотрібними або втрачають свою силу, проявляється первинний, примітивний, такий, що дотепер придушувався, засіб реагування. Подібні висновки, тільки стосовно культурного життя, зробив Зигмунд Фрейд у працях «Майбутнє однієї ілюзії» і «Невдоволення культурою». Він вважав, що процес відмови від суворих культурних норм завжди повинен супроводжуватися певним задоволенням. Саме воно, поряд з іншими чинниками, і є тією  силою, що змушує користувачів проводити багато годин за екраном монітора. Це твердження достатньо добре ілюструє "ефект азарту", тобто тягу до самого процесу пошуку інформації, на шкоду її вивченню, аналізу і переробці. Іншими словами, відбувається зсув акценту з аналітичної діяльності на пошукову активність[8, с.27-30].

Інтернет став доволі привабливим і простим способом відходу від реальності, гарним засобом сховатися від різноманітних проблем для тих, хто страждає від негараздів у сім'ї, на роботі, схильний до депресій. Психіатри вважають, що це схоже на пристрасть до алкоголю або азартних ігор і призводить не лише до того, що людина відкладає прийняття важливих рішень, але також і до зміни її особистості. Особливості віртуальної реальності такі, що користувач, який опинився в ній, «змушений» актуалізувати витіснені в підсвідомість  інфантильні уявлення і поведінкові патерни. Ефект посилюється ще й тим, що це здебільшого відповідає власним психологічним потребам користувача [6, с.95].

За проявами залежності від Інтернету нерідко ховаються інші адикції (патологічні залежності) або психічні відхилення. Страждання людей, які мають межові психологічні стани, може, зокрема, проявитися в ненормальній пристрасті до Інтернету, до онлайнових систем спілкування тощо. Вони просиджують весь час за комп'ютером, забуваючи про їжу, сон, цілком захоплені мерехтінням екранних сторінок. Але не варто думати, що ці ж люди до появи Інтернету були цілком здорові. Якби не було на світі ні Інтернету, ні комп'ютерів – вони з тією ж маніакальною завзятістю дивились би телевізор, слухали радіо, читали газети, обмінювалися поштовими марками або збирали модель залізниці. Депресивні хворі, які більше від інших відчувають страх відчуження, використовують Інтернет, щоб перебороти труднощі міжособистісної взаємодії в реальному житті. Схильність людини до повного «відключення», до втрати соціальної адаптації – це симптом щиросердечного страждання, джерело якого варто шукати в психіці хворого, а не в Інтернеті чи філателії.

Серед факторів, що сприяють зануренню людини в Мережу, виділяють наступні [27, c. 14]:

- Нестача спілкування в реальному світі: велика частина Інтернет-залежних «сидить» у Мережі заради спілкування, оскільки віртуальне спілкування має переваги в порівнянні зі спілкуванням реальним.

На сьогоднішній день можна стверджувати, що Інтернет став одним з видів «буферної» реальності, що охороняє особистість від прямого зіткнення з реальним світом, реальним людським спілкуванням.

- Занурення у віртуальне середовище може бути обумовлено внутрішніми психологічними конфліктами, викликаними, наприклад, проблемами в особистому і сімейному житті. Занурюючись у віртуальну реальність, людина ніби  захищає себе від якихось проблем, тривоги, комплексів. Віртуальний світ може використовуватися як засіб компенсації невдач. Саме віртуальний світ дає ту волю дій, волю вираження думок, почуттів і емоцій, що у реальному житті найчастіше не завжди можливі. Також мережна залежність може бути наслідком психотравмуючої ситуації (втрата близької людини, роботи, родини і т.п.) [12].

# Отже, проблема інтернет-залежності є досить актуальної та має ряд причин, які зумовлюють її виникнення в підлітковому середовищі.

**2.2. Профілактика залежності від віртуального спілкування у підлітковому середовищі.**

Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Вперше про комп'ютерну залежність заговорили на початку 80-х років американські вчені. У наш час термін «комп'ютерна залежність» все ще не визнаний багатьма вченими, які займаються проблемами психічних розладів, проте сам феномен формування патологічного зв'язку між людиною і комп'ютером став очевидний і набуває все більший розмах.

Комп'ютерна залежність є однією з різновидів адитивної поведінки і характеризується прагненням піти від повсякденності методом трансформації власного емоційно-психічного настрою. У цей момент людиною не тільки відкидаються насущні турботи на задній план, але і загальмовується робота його психіки, а частіше зовсім припиняється індивідуально - особистісний розвиток. Таким чином, люди йдуть від вирішення різних проблем у своєму житті [17].

За даними психологів від 10 до 14% людей, що грають в комп'ютерні ігри, стають залежними від них. Дана залежність може виникнути в будь-якому віці, але найбільш схильними до цього є підлітки.

Однією з причин формування комп'ютерної залежності у підлітка є спрага пригод, які дитина може отримати в різноманітних комп'ютерних іграх. Іншою причиною може стати дитяча бездоглядність, тобто батьки настільки зайняті вирішенням своїх проблем, що у них абсолютно не вистачає часу на дитину. Такі батьки не цікавляться успіхами в школі, почуттями і переживаннями дитини, вони не знають, чим живе їхня дитина і що вона хоче. Вони просто придбали йому комп'ютер, вважаючи, що таким чином виконали свій батьківський борг. І дитина має повну свободу дій, він наданий сам собі. Наступною причиною можуть стати постійні сварки між батьками або особами, що їх замінюють. У таких сім'ях панує емоційно-психологічне напруження. Ще однією причиною втечі у віртуальну реальність стає фізична, емоційно-психологічне насильство з боку однокласників або однолітків.

Розлучення батьків також може послужити приводом для відходу в іншу реальність, де немає жодних проблем. Брак спілкування з батьками, однолітками, однокласниками або просто значущими людьми є ще однією важливою причиною. Занижена або завищена самооцінка дитини може послужити поштовхом до звернення до віртуальної реальності.

Щоб хоч якось зняти це напруження, діти йдуть у віртуальний світ.

Якщо дитину не влаштовує його родина, а саме ставлення батьків до нього або їх спосіб життя (наприклад, батьки зловживають алкоголем), то в таких випадках у дитини виникає почуття відчуження власній сім'ї, в результаті чого віртуальний світ поглинає дитину з головою.

Якщо в сім'ї присутнє жорстоке поводження з дитиною з боку батьків, різні суворі покарання за провини або непосильні домашні навантаження, то для дитини найкращим варіантом, щоб не бачити це насильство, стає віртуальний світ. У цій новій реальності його ніхто не буде ображати, і він сам завжди зможе постояти за себе. Тут він стає сильним і непереможним. Кількість його «життів» нічим не обмежена, і, якщо щось піде не за його бажанням, він завжди може почати гру з початку.

Найчастіше, коли діти поринають у віртуальний світ, вони не можуть йому протистояти. Підлітки ще не мають необхідних психологічних механізмів захисту, і, отже, їх психічна система страждає, що виражається в появі нападів панічного жаху, тривоги, болючого роздратування, нічних кошмарів, нав'язливих станів. У дітей при постійній взаємодії з комп'ютером порушується режим харчування, вони втрачають відчуття часу і можуть не спати цілодобово.

Окремо розрізняють психологічну залежність від комп'ютерних ігор (кіберадикції).

Кіберадикції (залежність від комп'ютерних ігор) підрозділяється на групи в залежності від характеру тієї чи іншої гри:

I. Рольові комп'ютерні ігри (максимальний відхід від реальності).

II. Нерольові комп'ютерні ігри (прагнення до досягнення мети - пройти гру, азарт від досягнення мети, набору очок) [18].

Для таких людей реальний світ нудний, нецікавий і повний небезпек. Внаслідок цього вони намагаються жити в іншому світі - віртуальному, де все дозволено, де вони встановлюють правила гри. Дезадаптація, неадекватне сприйняття себе і навколишнього світу - основна ознака залежності від комп'ютерних ігор. При цьому дану залежність усвідомлюють оточуючі людини друзі, родичі, знайомі, але аж ніяк не він сам.

Характерними особливостями типу є: синдром абстиненції, прагнення роздобути об'єкт залежності, поведінка, спрямоване на придбання об'єкта залежності, зниження критичного ставлення до негативних сторін залежності, втрата інтересу по відношенню до соціальної сторони життя, зовнішнього вигляду, задоволення інших потреб [19].

В розумних межах робота за комп'ютером, деякі відеоігри можуть бути навіть корисними для людини, як засобу розвивають логіку, увагу і мислення. Багато комп'ютерних ігор можуть бути пізнавальними. Проблеми виникають, коли час, проведений за комп'ютером, перевершує допустимі межі, і виникає патологічне пристрасть і необхідність перебувати за комп'ютером більше часу.

У більшості випадків комп'ютерна або ігрова залежність виникають на тлі прихованої або явної незадоволеності навколишнім світом і неможливість самовираження, при страху бути незрозумілим.

У людини, по своїй волі, прикутій до комп'ютера, починаються проблеми з реальністю. Порушується соціальна адаптація, стає важко знаходити спільну мову з іншими людьми. Багато соціально значущих речей, такі як школа, сім'я перестають хвилювати. Відбувається негативний вплив на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності [20].

Найбільш виражене негативний вплив комп'ютерної залежності на соціальні якості людини: дружелюбність, відкритість, бажання спілкування, почуття жалю. При вираженій комп'ютерній залежності спостерігається сильна деградація соціальних зв'язків особистості і, так звана соціальна дезадаптація людини. Найбільш часто соціальна дезадаптація розвивається у дітей і підлітків,які проводять багато часу за комп'ютерними іграми і в Інтернеті. Деградація соціальних зв'язків у цьому випадку розвивається через витіснення об'єктивної реальності віртуальної, створеної за допомогою комп'ютера. На тлі соціальної дезадаптації і заглиблення у світ віртуальної реальності можуть з'явитися надмірна агресивність і різні види антисоціальної поведінки.

Підліток, що страждає комп'ютерною залежністю, як правило, приділяє менше уваги навчанню і виконання різноманітних соціальних функцій.

Під впливом комп'ютерної залежності у підлітка може сформуватися адикгивна поведінка, яка характеризується прагненням піти від реальності за допомогою зміни свого психічного стану. Відбувається процес, під час якого дитина не тільки не вирішує важливих для себе проблем, але й зупиняється в своєму особистісному розвитку. Захоплюючись комп'ютером, підліток менше приділяє часу своїм реальним захопленням і постійно прагне повернутися у віртуальний світ.

У групу ризику найчастіше потрапляють хлопчики, адже у них від природи більше, ніж у дівчаток, розвинені конкурентність, змагальні мотиви, прагнення до першості.

Основною групою ризику розвитку комп'ютерної залежності є підлітки у віці від 10 до 18 років.

Комп'ютерний світ привабливий для підлітка:

- наявністю власного світу, в який немає доступу нікому, крім нього самого відсутністю відповідальності

- можливість з'єднання у віртуальному образі реальних, бажаних і цілком вигаданих якостей

- реалістичність процесів і повне абстрагування від навколишнього світу. можливість виправити будь-яку помилку шляхом багаторазових спроб, можливість самостійно приймати будь-які рішення в рамках гри, незалежно від наслідків [21].

У підлітковому віці формуються ціннісні орієнтації: поняття добра і зла, милосердя та жорстокості, дружби і зради, любові і ненависті. Під впливом комп'ютерних ігор реальність спотворюється як у кривому дзеркалі. У дитини виникає емоційна холодність, замкнутість, не здатність до співпереживання, психологічний інфантилізм - не вміння брати на себе відповідальність, контролювати свої вчинки. Адекватна особистість формується тільки у живому спілкуванні з іншими людьми.

Підлітки втрачають відчуття реальності і починають транслювати сюжети і дії ігор на реальне життя.

Профілактика Інтернет-залежності у підлітків в цілому не відрізняється від профілактики інших видів залежної поведінки. Найбільш важливий фактор – емоційна обстановка в сім'ї і духовний зв'язок між її членами. Ймовірність розвитку залежності менше, якщо дитина не відчуває самотності і нерозуміння з боку близьких.

Соціально-педагогічна профілактика Інтернет-залежності розуміється як комплекс заходів, спрямованих на розвиток психолого-педагогічних характеристик особистості, з метою забезпечення її стійкості до залежної поведінки з формуванням навичок здорового способу життя, а також задля попередження розвитку і прогресування залежності [24, c. 85].

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури констатуємо, що зміст соціально-педагогічної профілактики Інтернет-залежності полягає у розвитку почуття відповідальності підлітків за свою поведінку, яка сприяє глибокому усвідомленню шкоди постійного перебування в мережі Інтернет [35, c. 17].

Основними напрямами соціально-педагогічної профілактики Інтернет- адикції є [22, c. 31]:

* інформування молоді про механізми впливу мережі Інтернет на особистість, причини, клінічні прояви, методи діагностики та наслідки Інтернет-залежності;
* формування у підлітків стратегій високофункціональної поведінки та внутрішньо особистісних мотивів і системи цінностей, відповідних здоровому способу життя; розвиток стійкості до негативних соціальних впливів та особистісних ресурсів і навичок досягнення поставлених цілей в реальному житті; розширення кола альтернативної до залежної поведінки діяльності.

Можна виділити чинники, сприятливі для подолання Інтернет-залежності:

1. Зовнішні - діють за наявності сприятливих умов життєдіяльності):

позитивний вплив однолітків; турбота і розуміння з боку батьків; підтримка вчителів; позитивний приклад оточуючих;

2. Внутрішні - формуються в результаті тривалої дії зовнішніх чинників:

відчуття власної значущості; сформована позитивна мотивація; оптимістичний світогляд; цілеспрямованість; наполегливість тощо.

Наведені чинники необхідно максимально задіювати при налагодженні роботи з протидії (подолання чи профілактики) залежності. Проте, у будь-якому випадку, щоб подолати Інтернет-залежність, потрібно запропонувати і протиставити даному захопленню щось значно цікавіше і цінніше. Як відомо, у світі немає нічого ціннішого за приязні та щирі людські стосунки, проте, виходить, що дітям, які бездумно годинами проводять час біля комп’ютера, про це вкрай мало що відомо. Їм дійсно невідомий світ людських стосунків, із його цінностями і переживаннями, здобутками та перспективами. Повернути дитину до нормального життя в сім’ї, як і в групі однолітків, у суспільстві, взагалі неможливо без налагодження приязних і доброзичливих, суто людських стосунків. Дитина повинна засвоїти, причому, не з нотацій дорослих, а з власного досвіду, що існують речі, набагато цінніші за мальовничий, але нереальний світ у моніторі комп’ютера [31, c. 63].

Найпростіший і доступний спосіб рішення залежності - це придбання іншої залежності. Любов до здорового способу життя, спілкування з живою природою, творчі прикладні захоплення, такі як малювання, як правило, виводять людину із залежності.

Щодо методів лікування даного виду залежності, то досить результативною є провокаційна терапія, коли пацієнт залишається поза мережею все більше і більше часу.

Одним із симптомів Інтернет-залежності є нав’язливе бажання дитини перевірити свою електронну пошту. Щоб позбутися цього симптому, слід встановити певні години для перевірки пошти й дотримуватися цього розкладу. Якщо підліток дійсно проводить в Інтернеті занадто багато часу, то спочатку йому буде важко, але потім він поступово звикне.

Взагалі, до допомоги психолога чи психотерапевта необхідно вдатися також у тому випадку, якщо Інтернет-залежність підлітка затягнулася або набула надто серйозний оборот.

Корисними є прогулянки з друзями. Можна запланувати похід у боулінг, торговий центр або на ковзанку. Слід уникати походів у ті місця, де є доступ в Інтернет, наприклад в Інтернет-кафе. Інакше дитина може піддатися спокусі заглянути туди на кілька хвилин.

Кожному потрібно пам'ятати, що він народжений у реальному вимірі і саме в ньому покликаний бути щасливим. Для повноцінного ж щастя йому необхідно не менше чотирьох-п'яти щирих обіймів на день, а цього не забезпечить ні один сайт [2, c. 91].

Вчителям варто залучати таких дітей до участі у проектній діяльності, що позитивно вплине на підвищення самооцінки підлітка, сприятиме покращенню його стосунків з однолітками. Існує ряд психолого-педагогічних **рекомендації профілактики Інтернет-залежності в дітей та підлітків [29, c. 137]:**

1. Привчати дитину правильно ставитися до комп'ютера: як до технічного пристрою, за допомогою якого можливо отримати знання і навички, а не як до засобу отримання емоцій.

2.Не дозволяти дитині у віці 3-5 років грати у комп'ютерні ігри.

3.Розробляти з дитиною правила роботи за комп'ютером: 20 хв. комп'ютерної гри, З0 хв. заняття іншими видами діяльності.

4.Не дозволяти дитині їсти і пити біля комп'ютера.

5. Не дозволяти дитині грати в комп'ютерні ігри перед сном

6. Обговорювати з дитиною покарання у разі, якщо дитина порушить домовленість.

7.Помічати, коли дитина дотримуєть­ся вимог, обов'язково сказати їй про свої почуття радості та задоволення. Таким чином закріплюється бажана поведінка.

8.Не використовувати комп'ютер як засіб для заохочення дитини. Під час хвороби і вимушеного перебування вдома комп'ютер не повинен стати компенсацією.

9.Допомагати дитині долати негативні емоції, які завжди присутні в житті кожної людини (розчарування, сум, образа, агресія тощо), і які можуть підштовхнути дитину отримати полегшення за комп'ютерною грою.

Отже, профілактика інтернет залежності має комплексний характер і передбачає спільну роботу шкільних соціальних педагогів, психологів,вчителів та батьків. Необхідно систематично проводити профілактичні заходи для того, щоб не довелось застосовувати реабілітаційні методи роботи з інтернет залежними, для цього потрібно постійно слідкувати за захопленнями, інтересами та поведінкою дитини.

# 2.3. Технології соціальної роботи з підлітками, які мають Інтернет-залежність від соціальних мереж

На сьогоднішній день проблема взаємодії людини й комп'ютера є однією з актуальних. Сучасним суспільствам притаманні розмаїття культур, релігій, способів життя та способів самовираження людини. В той же час в будь-якому демократичному суспільстві обов’язковим чином виникає необхідність здійснення соціального контролю за девіантною поведінкою окремих індивідів та соціальних груп. Такі види девіантної поведінки як наркоманія, ігроманія, алкоголізм, тютюнокуріння та інші вважаються асоціальними і перебувають під постійним контролем суспільства. Проте сьогодні існують певні види поведінки, які не несуть в собі прямої, явної загрози суспільству, та все ж мають негативні наслідки для людини і соціуму в цілому. До таких можна віднести Інтернет залежність: людина, яка проводить більшість часу за комп’ютером, не заважає і не загрожує оточуючим. Але при цьому людина втрачає поступово важливі соціальні контакти, перестає повноцінно виконувати соціальні функції, деградує як особистість. Проблема інтернет-залежності займалися такі науковці як Бурова В.А., Войскунский А.Е., Єгоров А.Ю., Кузнєцова Н.А., та багато інших, які в своїх працям визначили причини, ознаки, вплив на розвиток суспільства та шляхи подолання інтернет-залежності. Проблема формування безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі є однією із складових соціальної політики у сфері соціального розвитку, про що свідчить низка законів та спеціальних програм, прийнятих та доповнених на початку ХХІ століття. Це Указ Президента України "Про заходи щодо розвитку національної складової глобальної інформаційної мережі Інтернет та забезпечення широкого доступу до цієї мережі в Україні" (2000), Конвенція про кіберзлочинність (2001), закони України "Про Національну програму інформатизації" (1998), "Про захист суспільної моралі" (2003), "Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007-2015 роки" [3]. На думку Т.Г.Веретенко, одним з основних аспектів вивчення впливу Інтернет на особистість є проблема Інтернет-залежності, залежності від пошуку інформації, комунікації у віртуальному світі та інших видах діяльності молоді в інформаційному просторі Всесвітньої мережі Інтернет [3]. Інтернет є сьогодні важливим фактором соціалізації великої кількості підлітків. Він здійснює інформаційний та нормативний вплив на їхню особистість. Об’єктом нашого дослідження виступає інтернет-залежність від соціальних мереж як соціально-педагогічне явище. Результати теоретичного дослідження.

Термін "інтернет-залежність" розглядають як непереборне бажання до всесвітньої мережі Інтернет, що характеризується згубною дією на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову сфери діяльності. За ступенем виходу від реальності інтернетзалежність дуже нагадує потяг до наркотиків, алкоголю, азартних ігор. Інтернет-залежність – це не хімічна залежність, тобто вона не приводить до руйнування організму. Якщо для формування традиційних видів залежності вимагаються роки, то для Інтернет-залежності цей термін різко скорочується. Більш розгорнуту систему критеріїв приводить Іван Голдберг. На його думку, Інтернет-залежність можна констатувати при наявності 3 пунктів з наступних:

1. Кількість часу, яку потрібно провести в Інтернеті, щоб задовольнити власну потребу (іноді почуття задоволення від спілкування в мережі межує з ейфорією), помітно зростає;

2. Якщо людина не збільшує кількість часу, що вона проводить в Інтернеті, а вміло його контролює, то ефект помітно знижується;

3. Користувач робить спроби відмовитися від Інтернету чи хоча б менше проводити в ньому менше часу;

4. Тимчасове або часткове припинення чи скорочення часу, перебування в Інтернеті приводить користувача до поганого самопочуття.

Проте на нашу думку, слід зазначити, що головною причиною виникнення Інтернет-залежності у дітей та підлітків науковці вважають недостатнє спілкування і взаєморозуміння з батьками, однолітками і значущими людьми. Тому за таких причин діти та підлітки звертаються все частіше до соціальних мереж. Існує чимало класифікацій інтернет-залежності серед яких особливе місце займає залежність від соціальних мереж.

Соціальна мережа – це соціальна структура, яка може бути утворена індивідами або організаціями. Вона відображає різноманітні зв'язки між ними через різні соціальні взаємовідносини, починаючи з випадкових знайомств і закінчуючи тісними родинними зв'язками. Саме ж поняття "соціальна мережа" було введено в обіг у 1954 році англійським соціологом Джеймс Барнс у збірці робіт "Людські стосунки".

Соціальна мережа – це спільнота людей, об’єднаних однаковими інтересами, уподобаннями або тих, хто має інші причини для безпосереднього спілкування між собою. Соціальні мережі можна класифікувати за функціональною приналежністю: для розшуку людей, для розваг та спілкування (AsianAvenue, odnoklasniki.ru, vkontakte.ru, Мой мир, Мой круг, Сonnect, МирТесен); для роботи та бізнесу (moikrug.ru, linkedin.com); спеціалізовані соціальні мережі для тематичного спілкування особливих соціальних груп та категорій людей (інваліди, батьків з малими дітьми, люди з нетрадиційною сексуальною орієнтацією, програмісти та інші) та глобальні (facebook.com, myspace.com, Instagram, Twitter) інші.

Зацікавленість підлітків соціальними мережами згодом переростає в патологічну необхідність бути он-лайн. Життя в соціальній мережі стає настільки цікавим, що в реальному житті підліток взагалі перестає спілкуватись. Якщо різке обмеження доступу до соціальної мережі викличе у підлітка напад паніки чи розпачу – можна вважати, що це і є відправна точка соціально-педагогічної роботи з такою дитиною.

Дуже важливо діяти негайно та невідкладно. Соціальна мережа є універсальним засобом комунікації і пошуку людей, з її допомогою можна завжди бути на зв'язку, дізнаватися новини про друзів, а для багатьох людей вона є дуже зручним способом самовираження. Тому, основними рисами Інтернет-спілкування в соціальних мережах є анонімність; відсутність невербальної інформації, установка на бажані риси партнера; добровільність контактів; стійке прагнення підлітків до емоційного наповнення тексту, що виражається у створенні спеціальних знаків для позначення емоцій – "смайликів"; прагнення до нетипової, ненормативної поведінки. Небезпека соціальних мереж в анонімності і можливості приховувати свою особистість, приміряючи різні ролі за своїм бажанням. Підлітки грають роль того, ким би їм хотілося бути, йдучи від реальності і проживаючи в мережі чужу, абсолютно несхожу на реальність, життя.

У деяких випадках це призводить до роздвоєння особистості і втрати почуття реальності. Потрібно відзначити, що серед головних завдань соціальних мереж було об'єднання людей, які мають можливість підтримувати зв'язок на відстані. Багато відшукали своїх родичів, однокласників, друзів дитинства. Нас сьогодні ще й така характеристика як значна економія коштів на мобільному рахунку, дає можливість листуватися в мережі, особливо, якщо пакет послуг Інтернету безлімітний, адже вам не доведеться телефонувати в іншу країну. Зручно вирішувати питання швидко, до того ж можна листуватися відразу з декількома людьми одночасно.

Користувачі соціальних мереж використовують їх для того, щоб розповісти оточуючим про позитивні моменти свого життя. Наприклад: поділитися своїми фотографіями з чергової відпустки, похвалитися придбанням будь-якої речі, викласти в мережу смішні ролики про своїх домашніх вихованців тощо. Об’єктом для соціально-педагогічної роботи стають діти та підлітки груп ризику, у яких не задовольняється потреба у визнанні та прийнятті. Для повноцінного розвитку підліткові необхідно отримувати різноманітні стимули з навколишнього світу. Найбільш значущими є стимули, одержувані від інших людей. Тому, коли зовсім незнайомі люди раптом несподівано проявляють інтерес до персональної веб-сторінки дитини чи підлітка, у них підвищується самооцінка, він відчуває себе упевненим і потрібним.

На інтернет також можуть «підсісти» підлітки із інфантильним мисленням. Ці діти постійно тягнуться за враженнями і розвагами, яких в соціальних мережах безліч [5]. Також за допомогою соціальної мережі підліток задовольняє приховані потреби, які не прослідковуються в його реальному житті, а проявляються лише у мріях і фантазіях. Цей соціальний ресурс ж забезпечує їх втілення через можливість анонімних соціальних взаємодій, за допомогою яких можна створювати нові образи власного "Я". Також сюди можна включити також можливість пошуку нового співрозмовника без необхідності утримувати увагу попереднього (оскільки в будь-який момент можна знайти іншого). Крім того не варто забувати і про необмежений доступ до особистої інформації користувачів [7].

Соціальні мережі для дітей та підлітків у такому разі виступають чи не єдиним засобом для набуття соціального досвіду, який не завжди є об’єктивним і достовірним. Науковцями сьогодення визначено, що соціальні мережі мають величезний потенціал, причому як позитивний, так і негативний, а це викликає занепокоєння та необхідність у здійсненні соціального контролю за поведінкою окремих індивідів, а особливо підлітків, у яких сформувалась залежність від соціальних мереж. Наприклад, особистісні справи пішли не так добре, як би хотілося б, то соціальні мережі з хорошого друга відразу перетворюються на ворога. Неможливість поскаржитися на проблеми через страх осуду і нерозуміння тільки посилюють пригнічений настрій і цілком можуть призвести до депресивного стану у підлітка. Роздратування, ревнощі, завищені очікування і заздрість – соціальні мережі, на жаль, дають приклад підліткам проявити не найкращі якості своєї натури. Ви чекаєте позитивних відгуків і вихвалянь, а вас проігнорували або ще гірше – розкритикували. Ви написали другу щось, особисте і важливе, а він не звернув уваги і не відповів. Як наслідок – образа і злість на нього. Більшість науковців зазначають, що не слід чекати від соціальної мережі повноцінного спілкування. Набагато ефективніше призначити другу зустріч у кафе і там поговорити про свої проблеми. Вас напевно вислухають і, швидше за все, підтримають.

Зворотний бік такого спілкування – відхід від справжнього життя, неможливість налагодити контакти з реальними людьми. І ця проблема дійсно дуже небезпечна: підліток замикається на своїх переживаннях, перестає спілкуватися з рідними і близькими, так як не знаходить належного розуміння. Підлітки втрачають навик прояву інтересу до інших людей в реальному житті.

Про те позитивною рисою соціальних мереж стала можливість створення груп за інтересами. Кожен зможе знайти те, що йому до душі, починаючи від офіційних груп улюблених виконавців, закінчуючи обговоренням тропічних метеликів або модних новинок. Зручні такі групи для студентської молоді, адже завдяки їм завжди можна дізнатися новини університету, розклад занять або отримати завдання з навчальних дисциплін. Саме позитивний бік соціальних мереж необхідно використовувати для соціально-педагогічної роботи з підлітками. З метою формування безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі необхідно впроваджувати заходи, які спрямовані на поінформованість молоді щодо ризиків віртуального світу, формування критичного мислення та мультидисциплінарної взаємодії фахівців, які займаються формуванням безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі [3].

Тому,соціальному педагогу взакладі освіти прироботі з дітьми та підлітками, які мають залежність від соціальних мереж необхідно дотримуватися деяких рекомендацій для тих, хто вже усвідомив власну небезпеку відносно соціальних мереж:

1. Необхідно запропонувати підлітку поїхати на певний час туди, де немає Інтернету, не беручи жодних електронних носіїв.

2. Якщо не вдається віднайти таку можливість, то слід запропонувати вилучати профілі в соціальних мережах по одному щотижня, замінюючи їх новими ресурсами, на яких часто оновлюється інформація.

3. Необхідно переконати батьків у тому, що їх дитина може мати інтереси і потреби, що затьмарюють інтереси батьків. Необхідно наполегливо шукати нові теми і форми взаємодії з підлітком.

4. Слід переконати самих батьків у тому, що вони мають розділити з підлітком його захоплення не на словах, цікавитися щиро і брати активну участь в його житті. Але дитяче захоплення не повинно ставати захопленням батьків, їм необхідно мати власне хобі, щоб своїм прикладом заохочувати і зацікавлювати.

5. Потрібно залучати дитину до реального світу, вчити спілкуватися з іншими дітьми. Можна підібрати спільно з підлітком гурток чи секцію, групи самодопомоги де багато однолітків – нехай жива розмова і "живі" друзі стануть кращими співрозмовниками, ніж віртуальні.

6. Ні в якому разі батьки не повинні відстежувати контакти і розмови в підліткових соціальних мережах – одним необережним словом вони тільки глибше можуть загнати підлітка в цей "несправжній" світ. Потрібно просто поцікавитися у самої дитини, з ким вона там дружить, які групи цікаві і т.д.

7. Далі можна порекомендувати батькам підлітка постійну альтернативу соціальним мережам: в першу чергу дружнє спілкування з батьками, у другу – спорт, декоративно-прикладне мистецтво, фізична праця (наприклад, робота на ділянці), читання літератури, гуртки і десяток однолітків поза його групою, з чиїми сім'ями знайомі батьки підлітка. В ідеалі неповнолітньому не варто входити в Інтернет без дорослих, які бачать, що відбувається на екрані. Якщо підлітку самому складно прийняти рішення і відмовитися від соціальних мереж, то соціальний педагог може порекомендувати батькам залучити до роботи психолога, можливо, як варіант залучення підлітка до різноманітних тренінгових груп – груп самодопомоги, груп психотерапії тощо.

**Висновки до другого розділу:**

Вченими визначено, що соціальні мережі мають величезний потенціал, причому як позитивний, так і негативний, що викликає гостру необхідність у здійсненні соціального контролю за поведінкою окремих індивідів, а особливо підлітків, у яких сформувалась залежність від соціальних мереж.

Надмірна захопленість молодої людини віртуальним середовищем може призвести до технологічної залежності, внаслідок якої відбувається знецінення реальності, змінення системи цінностей, мрій та прагнень, що, в свою чергу, позначається на процесіжиттєвогопланування [7]. Тому необхідною саме у студентському віці є профілактика Інтернет-залежності, оскільки саме в цей період у молоді формуються дуже важливі якості особистості: прагнення до розвитку і самосвідомість, інтерес до своєїособистості і їїпотенціалів, здібність до самоспостереження.

Соціально-педагогічна профілактика Інтернет-залежності - це комплекс заходів, спрямованих на розвиток соціальних, психолого-педагогічних характеристик особистості, з метою забезпечення її стійкості до залежної поведінки з формуванням навичок здорового способу життя, а також для попередження розвитку і прогресування залежності.

Цьогоможнадосягнути шляхом проведення відповідного комплексу заходів, таких як: соціально-психологічні бесіди, консультування,просвітницькі тренінгові заняття, відеолекторії, психологічна просвіта, корекційно-розвивальні заняття, всеобучі тощо.

Провідна роль в попередженні Інтернет-залежності з дітьми підліткового віку (студентською молоддю) належить зокрема системі освіти. Саме в освітньому закладі можна організувати роботу з профілактики даної залежності. Так, наприклад, соціальний педагог в освітньому закладі може організувати профілактику Інтернет-залежності підлітків за напрямками: прищеплення навичок здорового способу життя, виявлення лідерських якостей та покращення самооцінки студентів; залучення групи фахівців: педагоги, психолог, медичні працівники, спеціалісти центрів соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді; соціально-педагогічнадіагностика по виявленнюгрупиризику – підлітків, схильних до Інтернет-залежності тощо.

Соціально-педагогічна робота, щодо попередження, профілактики, а у разі необхідності соціальної реабілітації Інтернет-залежності може здійснюватися за рахунокметодів і техніккорекції: індивідуальних (бесіда), групові (інтерактивні, комунікативні, імітаційно-ігрові та ін.).

Систематична соціально-педагогічна робота з профілактики Інтернет-залежності є умовою припинення її прогресування, оскільки сприяє формуванню в студентської молоді усвідомленого ставлення до використання Інтернету, зменшенню кількості часу, проведеного в мережі, зниження рівня їх залежності, набуття ефективних поведінкових стратегій, навичок міжособистісного спілкування, підвищенню рівня комунікабельності, самооцінки, стресостійкості, впевненості в собі тощо.

**РОЗДІЛ 3. СОЦІОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ: «ПРОЯВИ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА»**

* 1. **Програма дослідження**

# Проблемна ситуація. Однією з основних ознак розвитку сучасного суспільства є стрімкий розвиток комп’ютерних інформаційних технологій, який дає можливість сучасній людині навчатися, обговорювати проблеми, які турбують, знайомитися та спілкуватися з друзями, а також перенестися в будь-яку країнусвіту, дізнатися про її культуру та традиції, використовуючи необмежені можливості всесвітньої мережі Інтернет.

# Сьогодні Інтернет став невід’ємною частиною нашого життя. Проте слід зазначити, що мережа Інтернет дає не тільки можливість для розвитку здібностей, покращення знань та розширення кола інтересів, але й містить у собі реальні загрози як для дорослих, так і длядітей.

# Нарівні з позитивними сторонами, соціальні мережі мають і негативні наслідки – це інтернет-залежність, економія або відсутність часу на живе спілкування. Соціальні мережі, відсуваючи на другий план класичні інститути соціалізації – родину, школу, друзів, – займають усе більш домінуючу роль у процесі соціалізації особистості й здійснюють безпосередній вплив на її ціннісні орієнтації. Усі ці аспекти підштовхнули нас дослідити тему: «Прояви інтернет-залежності у студентської молоді та вплив соціальних мереж на формування особистості підлітка»

# Об’єкт дослідження – молодь з числа студентів професійного ліцею.

# Предмет дослідження – вплив соціальних мереж та інтернету в цілому на формування особистості підлітка.

# Мета дослідження – дослідити прояви інтернет залежності у студентської молоді тавиявити негативні та позитивні сторони спілкування в соціальних мережах та їх вплив на особистість підлітка.

Об’єкт, предмет і мета дозволили сформулювати такі завдання дослідження:

# 1.На основі аналізу літератури з проблеми дослідження визначити вплив соціальних мереж на формування особистості підлітків.

# 2. Дослідити прояви інтернет-залежності у студентської молоді.

# 3. Дослідити вплив соціальних мереж на формування особистості підлітків.

# 4. Виявити позитивні й негативні аспекти перебування підлітків у Інтернеті та спілкування в соціальних мережах.

# Гіпотеза дослідження базується на науковому припущенні, що спілкування в соціальних мережах можуть як позитивно, так і негативно впливати на формування особистості підлітка, а тривале перебування в мережі інтернет може призводити до емоційного напруження, роздратованості, порушенні сну, некерованих дій у студентської молоді.

Генеральною сукупністю дослідження є студенти ІІ курсу Синельниківського професійного ліцею.

Вибірка дослідження – студенти ІІ курсу професійно-технічного закладу освіти «Синельниківський професійний ліцей», кваліфікації: «Електромонтер з ремонту та обслуговування електроустаткування», «Верстатник широкого профілю», «Слюсар з ремонту рухомого складу», «Електрогазозварник», «Електрозварник на автоматичних та напівавтоматичних машинах», «Оглядач-ремонтник вагонів». Загалом у дослідженні взяли участь 139 респондентів.

Методи дослідження – метод анкетування.

Інструментарій дослідження – бланк анкети (див. Додаток А).

* 1. **Аналіз результатів дослідження**

# В рамках проведеного соціологічного дослідження: «Прояви інтернет-залежності у студентської молоді та вплив соціальних мереж на формування особистості підлітка» - було проведене анкетування серед студентів ІІ курсу професійно-технічного закладу освіти «Синельниківський професійний ліцей», кваліфікації: «Електромонтер з ремонту та обслуговування електроустаткування», «Верстатник широкого профілю», «Слюсар з ремонту рухомого складу», «Електрогазозварник», «Електрозварник на автоматичних та напівавтоматичних машинах», «Оглядач-ремонтник вагонів». Дослідження проводилось за підтримки Синельниківського міського центру соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді (на основі договору про співпрацю з профілактики, просвітництва та формування здорового способу життя у студентів ліцею). Загалом у дослідженні взяли участь 139 респонденів, 16 річного віку.

# Респондентам було представлену анкету-опитувальник, яка містить 19 запитань.

# Кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Електромонтер з ремонту та обслуговування електроустаткування» - склала 26 осіб, що складає 18,7 % від загальної кількості опитаних; кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Верстатник широкого профілю» - склала 23 особи, що складає 16,5 % від загальної кількості опитаних; кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Слюсар з ремонту рухомого складу» - склала 28 осіб, що складає 20,2 % від загальної кількості опитаних; кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Електрогазозварник» - склала 18 осіб, що складає 12,9 % від загальної кількості опитаних; кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Електрозварник на автоматичних та напівавтоматичних машинах» - склала 23 осіб, що складає 16,5 % від загальної кількості опитаних; кількість опитаних респондентів кваліфікації: «Оглядач-ремонтник вагонів» - склала 21 осіб, що складає 15,2 % від загальної кількості опитаних. Аналіз кількості респондентів представлено у таблиці 3.1.

Таблиця.3.1.

Аналіз кількості респондентів

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Кваліфікація | Курс навчання | Кількість студентів у групі |
| Електромонтер з ремонту та обслуговування електроустаткування | ІІ | 26 |
| Верстатник широкого профілю | ІІ | 23 |
| Слюсар з ремонту рухомого складу | ІІ | 28 |
| Електрогазозварник | ІІ | 18 |
| Електрозварник на автоматичних та напівавтоматичних машинах | ІІ | 23 |
| Оглядач-ремонтник вагонів | ІІ | 21 |

# На перше запитання «Чи користуєтесь Ви соціальними мережами?» - всі 139 респондентів відповіли беззаперечно «так», що склало 100% від загальної кількості опитаних.

3.1.Розподіл відповідей респондентів на друге питання «Чому ви віддаєте більшу перевагу?»

Умовні позначення:

а) комп’ютерним іграм, спілкуванням в соціальних мережах – таку відповідь надали 69 респондентів, що складає 49,6% від загальної кількості опитаних;

б) спортивним заняттям - таку відповідь надали 32 респонденти, що складає 23% від загальної кількості опитаних;

в) віддаю перевагу хобі – таку відповідь надали 18 респондентів, що складає 12,9% від загальної кількості опитаних;

г) читанню книг – таку відповідь надали 7 респондентів, що складає 5,1% від загальної кількості опитаних;

д) прогулянкам на свіжому повітрі – таку відповідь надали 13 респондентів, що складає 9,4% від загальної кількості опитаних.

# 3.2 Розподіл відповідей респондентів на третє питання «В яких соціальних мережах є акаунти, чи в яких мессенджерах Ви спілкуєтесь?»

# Умовні позначення:

# Facebook – обирали 82 респонденти, що складає 59,1% від загальної кількості опитаних (використовують для викладу фотографій, перегляд інформації та фото друзів, перегляду відео);

# Twitterv – обрав 31 респондент, що складає 22,3% від загальної кількості опитаних (використовують в основному для спілкування);

# Instagram – обрали 129, що складає 92,8% від загальної кількості опитаних (використовують для спілкування, переписки, перегляду відео, фото, обміну фото та відео, створення «сторіс»);

# VK – обрали 46 респондентів, що складає 33,1% від загальної кількості опитаних (використовують для спілкування, переписки, перегляду відео, фото, обміну фото та відео, прослуховування музики);

# Telegram – обрали 14респондентів, що складає 10,1% від загальної кількості опитаних (використовують для обміну повідомленнями, різноманітними медіафайлами);

# YouTube – обрали 139 респондентів, що складає 100% від загальної кількості опитаних (використовують для перегляду відео, створення каналів та блогів);

# Skype – обрали 23, що складає 16,5% від загальної кількості опитаних (використовують для відеоспілкування та обміну повідомленнями);

# Viber – обрали 132 респонденти, що складає 95,1% від загальної кількості опитаних (використовують для обміну повідомлення, спілкування, відеоспілкування, обміну фото та відео та ін.);

# WhatsApp – обрали 74 респонденти, що складає 53,2% від загальної кількості опитаних (використовують для обміну повідомлення, спілкування, відеоспілкування, обміну фото та відео);

# Messenger – обрали 67 респондентів, що складає 48,2% від загальної кількості опитаних (використовують для обміну повідомлення, спілкування, відеоспілкування, обміну фото та відео).

# Рис. 3.3. Розподіл відповідей респондентів на четверте запитання анкети «Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?»

# Умовні позначення:

# - 13 респондентів, що складає 9,4% від загальної кількості опитаних дали відповідь, що щодня проводять у соціальних мережах менше 1 години на день;

# - 36 респондентів, що складає 25,9% від загальної кількості опитаних дали відповідь, що щодня проводять у соціальних мережах від 2 до4 годин на день;

# - 79 респонденти, що складає 56,9% від загальної кількості опитаних дали відповідь, що щодня проводять у соціальних мережах від 5 до 7 годин на день;

# - 11 респондентів, що складає 7,9% від загальної кількості опитаних дали відповідь, що щодня проводять у соціальних мережах більше 7 годин на день.

# Приблизно половина респондентів проводить за комп’ютером від 5 до 7 годин, що значно перевищує безпечну добову норму роботи з комп’ютером, а відповідно це шкодить повноцінному психічному і фізичному розвитку підлітка.

# Рис. 3.4. Розподіл відповідей респондентів на п’яте запитання анкети «Чи вважаєте Ви, що у Вас є залежність від соціальних мереж?»

# Умовні позначення:

# - відповідь «ні» - надали 68 респондентів, що складає 48,9% від загальної кількості опитаних, які вважають що не мають залежності від соціальних мереж;

# - відповідь «частково» - надали 42 респонденти, що складає 30,2% від загальної кількості опитаних, які вважають що мають часткову залежність від соціальних мереж;

# - відповідь «так» - надали 29 респонденти, що складає 20,9% від загальної кількості опитаних, які вважають що мають залежність від соціальних мереж.

# Рис. 3.5. Розподіл відповідей респондентів на шосте запитання анкети «Що Вас підштовхнуло зареєструватися у соціальній мережі?»

# Умовні позначення:

# - з цікавості у соціальних мережах зареєстровано 132 респонденти (94,7%);

# - у 126 респондентів(90,6%) поштовхом для реєстрації стали друзі;

# - 93 респонденти (66,9%) зареєструвалися в соціальних мережах, бо бажали завести нових друзів;

# - 61 респондент (43,9%) зареєструвався у соціальних мережах для того щоб не бути гіршим за своїх однолітків;

# - 103 респонденти (74,1%) зареєструвались в соціальних мережах для того, щоб мати можливість грати в онлайн ігри;

# - 47 респондентів (33,%) зареєструвалися у соціальних мережах для того, щоб отримувати інформацію необхідну для навчання. Вони обгрунтовують це тим, що тут можна обговорити шкільні предмети, знайти потрібні матеріали для навчання, запитати своїх ровесників домашнє завдання;

# - 39 респонденти надали свій варіант причини реєстрації в соціальних мережах, серед яких: вільний час, знайти старих друзів, перегляд відео, прослуховування музики та ін.

# Рис. 3.6. Розподіл відповідей респондентів на сьоме запитання анкети «Чому я користуюся соціальними мережами?»

# Умовні позначення:

# - вони допомагають підтримувати зв’язок зі знайомими – таку відповідь надали всі 139 респондентів, що складає 100% від загальної кількості опитаних;

# - вони допомагають зв’язатися з людьми, яких я не бачив деякий час (наприклад, друзі, які знаходяться далеко) – таку відповідь надали 112 респондентів, що складає 80,6% від загальної кількості опитаних;

# - вони дають змогу приєднатися до різних груп, що мене цікавлять – таку відповідь надали 96 респонденти, що складає 69,1% від загальної кількості опитаних;

# - вони допомагають зайняти вільний час – таку відповідь надали 138 респонденти, що складає 99,3% від загальної кількості опитаних;

# - вони допомагають організувати та зберігати важливу для мене інформацію – таку відповідь надали 114 респондентів, що складає 82,1% від загальної кількості опитаних;

# - вони допомагають отримати необхідну інформацію – таку відповідь надали всі 137 респондентів, що складає 98,6% від загальної кількості опитаних.

# Рис. 3.7. Розподіл відповідей респондентів на восьме запитання анкети «Що Ви найчастіше робите у соціальних мережах?»

# Знаданих відповідей ми можемо спостерігати наступне, що 13 респондентів, що складає 9,4% від загальної кількості опитаних найчастіше у соціальній мережі спілкуються з друзями, про це свідчить обраний відповідний варіант «спілкуюся з друзями», 18респондентів, що складає 12,8% від загальної кількості опитаних найчастіше у соціальних мережах грають в ігри, про це свідчить обраний відповідний варіант «граю в ігри», 7респондентів, що складає 5,1% від загальної кількості опитаних найчастіше у соціальній мережі слухають музику, про це свідчить обраний відповідний варіант «слухаю музику», 4респонденти, що складає 2,9% від загальної кількості опитаних найчастіше у соціальних мережах знаходяться у пошуках цікавої інформації, про це свідчить обраний відповідний варіант «знаходжу цікаву інформацію», 6респондентів, що складає 4,3% від загальної кількості опитаних найчастіше у соціальних мережах переглядає фільми, про це свідчить обраний відповідний варіант «дивлюся фільми», 89 респондентів, що складає 64,1% від загальної кількості опитаних обрали варіант відповіді «все вище перераховане», 2 респонденти, що складає 1,4% від загальної кількості опитаних надали свій варіант (діяльність в соціальній мережі залежить від настрою, здійснюю те, на що вистачає часу, загоджу до соціальної мережі, бо чекаю відповіді від подруги та ін.).

# Рис. 3.7. Розподіл відповідей респондентів на дев’яте запитання анкети «Чи бувало так, що Ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах?»

# Тож відповіді розподілились наступним чином: 9 (6,5%) респондентів вказали, що перебування в соціальних мережах жодним чином не впливає на вчасне виконання домашнього завдання; 11 (7,9%) респондентів дуже рідко не встигали зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах; 21 (15,1%) респондент іноді не встигав зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах; 39 (2,1%) респондентів дуже часто не встигали зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах; 59 (42,4%) респондентів практично завжди не встигають зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах.

# Опитування показало, що більша половина респондентів визнають, що їх захоплення соціальними мережами негативно позначається на навчанні. Це є дуже серйозною проблемою, оскільки в підлітковому віці навчання є однією з найважливіших сфер діяльності.

# Рис. 3.8. Розподіл відповідей респондентів на десяте запитання анкети «Чи погоджуєтесь Ви з твердженням, що соціальні мережі заважають Вам навчатися?»

# Умовні позначення:

# - 40 респондентів, що складає 28,8 % від загальної кількості опитаних вказали відповідь «так» - соціальні мережі дійсно заважають навчанню;

# - 23 респонденти, що складає 16,5% від загальної кількості опитаних вказали відповідь «ні» - соціальні мережі не заважають навчанню;

# - 76 респондентів, що складає 54,7% від загальної кількості опитаних вказали відповідь «важко відповісти».

# Рис. 3.9. Розподіл відповідей респондентів на одинадцяте запитання

# анкети «Скільки людей у Вас у друзях у будь якій із соціальних мереж?»

# Умовні позначення:

# - до 50 друзів має 5 респондентів, що складає 3,6 % від загальної кількості опитаних;

# - 50-100 друзів мають 23 респонденти, що складає 16,5% від загальної кількості опитаних;

# - 100-200 друзів мають 37 респонденти, що складає 26,7% від загальної кількості опитаних;

# - 200-500 мають 56 респондентів, що складає 40,3% від загальної кількості опитаних;

# - більше 500 мають 18 респондентів, що складає 12,9% від загальної кількості опитаних.

# Наступне дванадцяте питання «Зі скількома з них Ви знайомі особисто?» респонденти відповіли наступне: вказали що особисто знайомі з 50-100 друзями у соціальних мережах – 48 респонденти, що складає 34,5% від загальної кількості опитаних, більше 100 знайомих мають 32 респонденти, що складає 23,1% від загальної кількості опитаних, надали відповідь, що приймають дружбу та додають тільки знайомих людей – 59 респондентів, що складає 42,4% від загальної кількості опитаних.

# Рис. 3.10. Розподіл відповідей респондентів на тринадцяте запитання анкети «Чи нехтуєте Ви сном, засиджуючись допізна в інтернеті?»

# Умовні позначення:

# - 19 респондентів (%) надали відповідь про те, що не засиджуються допізна в Інтернеті та не нехтують відпочинком (сном);

# - 47 респондентів (%) надали відповідь про те, що іноді засиджуються допізна в Інтернеті та нехтують сном, але це відбувається дуже рідко;

# - 73 респонденти (%) надали відповідь про те, що постійно допізна засиджуються в Інтернеті та нехтують сном.

# Тож можемо зробити припущення, що більша половина підлітків не можуть контролювати час проведений за комп’ютером. Це сприяє дезорганізації підлітка, нездатності планувати та контролювати свій час. У підлітковому віці спокійний, здоровий сон прямо залежить від гормонального та здорового формування фізичних і психічних якостей людини. У 73% опитаних спостерігається проблеми зі сном через тривале перебування за комп'ютером, що може призвести до підвищену емоційність, агресивність, напруженість, неврівноваженість.

# Рис. 3.11. Розподіл відповідей респондентів на чотирнадцяте запитання анкети «Ви помічали, що проводите в онлайн більше часу ніж планували?»

# Умовні позначення:

# - 8 респондентів (5,6%), надали відповідь, що ніколи не проводять в онлайн більше часу ніж планували;

# - 14 респондентів (10,2%), надали відповідь що дуже рідко проводять онлайн більше часу ніж помічали;

# - 36 респондентів (25,9%), надали відповідь, що регулярно проводять онлайн більше часу ніж планували;

# - 81 респондент, надав відповідь (58,3%), що постійно проводять в онлайн більше часу ніж планували.

# Рис. 3.12. Розподіл відповідей респондентів на п’ятнадцяте запитання

# анкети «Чи відчуваєте роздратування, коли хтось Вас відволікає від перебування в мережі?»

# Умовні позначення:

# - 19 респондентів, що складає 13,7% від загальної кількості опитаних зазначили, що не відчувають роздратування коли хтось їх відволікає від перебування в соціальних мережах;

# - 46 респондентів, що складає 33,1% від загальної кількості опитаних зазначили, що інколи відчувають роздратування коли хтось їх відволікає від перебування в соціальних мережах;

# - 74 респонденти, що складає 53,2% від загальної кількості опитаних зазначили, що постійно відчувають роздратування коли хтось їх відволікає від перебування в соціальних мережах.

# Рис. 3.13. Розподіл відповідей респондентів на шістнадцяте запитання

# анкети «Скільки років Ви зареєстровані в соціальних мережах?»

# Умовні позначення:

# - зареєстровані та перебувають в соціальних мережах до 1 року - 17 респондентів (12,3%);

# - зареєстровані та перебувають в соціальних мережах до 3 років - 79 респондентів (56,8%);

# - зареєстровані та перебувають в соціальних мережах до 5 років - 43 респондентів (30,9%).

# Рис. 3.14. Розподіл відповідей респондентів на сімнадцяте запитання

# анкети «Чи могли б Ви відмовитись від відвідування та спілкування у соціальних мережах назавжди?»

# 78 респондентів, що складає 56,1% від загальної кількості опитаних, відповіли, що могли б відмовитись від перебування у соціальних мережах, але лише на деякий час, так як респонденти говорять про те, що навряд чи змогли б відмовитись від перебування в соціальних мережах назавжди, бо віртуальне спілкування стало для них повсякденним способом життя. Твердо стверджують, що все ж таки могли б відмовитись від відвідування та спілкування у соціальних мережах назавжди – 26 респондентів, що складає 18,7% від загальної кількості опитаних. 35 респондентів, що складає 25,2 % від загальної кількості опитаних, щиро зізналися, що не змогли б відмовитись від соціальних мереж взагалі.

# Рис. 3.15. Розподіл відповідей респондентів на вісімнадцяте запитання

# анкети «Як часто Ви віддаєте перевагу перебуванню в мережі замість того, щоб зустрічатися з людьми?»

# Однією із провідної діяльністю респондентів у підліткового віку виступає комунікація. Спілкуючись в першу чергу зі своїми однолітками, підліток розвиває комунікативні навички. 83 респонденти (59,7%) – часто воліють проводити час за комп’ютером, ніж спілкуватися безпосередньо зі своїми друзями. 35 респондентів (25,2%) – готові віддати перевагу постійному перебуванню у мережі, ніж «живому» спілкуванню з людьми. Це може призвести до втрати інтересу до соціального життя, порушенню соціалізації у суспільстві, усамітненні, зниженні комунікативних навичок. 21 респондент (15,1%) все ж таки віддає перевагу «живому» спілкуванню та зустрічам з людьми, ніж перебуванню у мережі Інтернет.

# Рис. 3.16. Розподіл відповідей респондентів на дев’ятнадцяте запитання

# анкети «Як часто Ви намагаєтеся приховати час перебування в мережі?»

# Умовні позначення:

# - 58 респондентів часто намагаються приховати свій час перебування в мережі, що складає 41,7% від загальної кількості опитаних;

# - 52 респонденти іноді намагаються приховати час перебування в соціальних мережах, що складає 37,4% від загальної кількості опитаних;

# - 29 респондентів взагалі не намагаються приховати свій час перебування в мережі, що складає 20,9% від загальної кількості опитаних.

# Висновки до третього розділу:

# Проведене дослідження дозволило зробити наступні висновки: спілкування в соціальних мережах властиво практично всім студентам вищих навчальних закладів та є необхідною складовою сучасного способу життя; проведене соціологічне дослідження, показало, що виражені ознаки залежності від спілкування в соціальних мережах характерні для кожного десятого студента; чинниками формування залежності від соціальних мереж у студентів є мотивація збільшення часу та розширення кола спілкування, відволікання від проблем і контролю власного емоційного стану за допомогою Інтернету.

# Оскільки студенти, які мають ознаки залежності від соціальних мереж, в переважній більшості усвідомлюють свою залежність і страждають через неї від певних проблем, проте ще не перебувають у стані соціальної дезадаптації, при проведенні з ними відповідної соціально-профілактичної роботи можливий рівень зниження залежності від соціальних мереж. Така робота може здійснюватись в індивідуальній або груповій формах та передбачати надання студентам допомоги в поверненні контролю над власною активністю в соціальних мережах, розвитку комунікабельності, вольових якостей, навичок самоорганізації та подолання роблем, консультування з питань подолання проблем у взаємовідносинах з батьками та друзями. Первинна ж профілактика залежності студентів від соціальних мереж може передбачати поширення серед студентів інформації щодо ознак, ризиків та чинників адиктивної поведінки, діагностику схильності студентів до Інтернет-залежності, забезпечення студентів доступною консультативною допомогою, впровадження тренінгів та курсів особистісного зростання, заходи з організації активного дозвілля та відпочинку.

# Свідченням залежності підлітків від соціальних мереж можуть стати наступні ознаки: нав’язлива потреба переглянути вхідні повідомлення, навіть знаючи про те, що ніхто не повинен був написати; занадто багато часу проводити біля монітора, або телефона, і кожного разу, заходячи в соціальну мережу, обіцяти собі, що будуть там лише пару хвилин, а проводять по декілька годин; гостре бажання регулярно оновлювати статус на своїй сторінці, обговорювати з друзями кожен свій крок, фотографувати себе скрізь і всюди, і частіше викладати нові знімки; спілкування з друзями відбувається в основному через соціальну мережу; різні мережеві додатки є альтернативою іншим повсякденним справам; страшне роздратування, якщо з якої-небудь причини не можете потрапити на свою сторінку в соціальній мережі.

# Отже, якщо різке обмеження доступу до соціальної мережі викличе в підлітка напад паніки чи розпачу - це перший знак до початку відповідної роботи соціального педагога. Дуже важливо діяти негайно. У практиці соціально-педагогічної роботи існують системи, прийоми та засоби впливу на підлітків, які залежні від соціальних мереж.

# ВИСНОВОК

Аналіз науково – теоретичних джерел дозволив сформулювати такі висновки дипломної роботи:

1. У сучасному світі процес комп'ютеризації набирає обертів. Комп'ютерні мережі, як вид телекомунікації – це принципово новий пласт соціальної реальності. Найбільш широке поширення, у наш час отримала комп'ютерна мережа Інтернет, відома під назвою «Всесвітнє павутиння». Люди багато проводять часу біля комп’ютера і не лише тому, що їхня діяльність тісно пов’язана з комп’ютерними технологіями. Тобто сьогодні постає проблема заміни соціальної реальності на віртуальну, адже саме Інтернет пропонує з кожним днем все більші можливості з меншими затратами [1, с. 359].

За підрахунками науковців, з початку нашої ери для подвоєння накопичених людством знань треба було 1750 років, друге подвоєння відбулося в 1900 році, а третє – до 1950 року (тобто вже за 50 років). Причому ця тенденція підсилюється, тому що обсяг знань у світі до кінця ХХ століття зріс удвічі, а обсяг інформації збільшився в 30 разів. Поява інформаційного середовища, або віртуального простору, змусило вчених звернути увагу на позитивну й негативну трансформацію особистості в результаті їх взаємодії.

Інформаційне середовище, часто іменоване ноосферою, неоднорідне; з недавнього часу у ній прийнято виділяти середовище Інтернету, або «кіберпростір». [19]. Вивчення процесів впливу віртуальної реальності на соціалізацію людини є актуальним і важливим науковим завданням соціально-педагогічних досліджень, оскільки воно дає адекватне розуміння соціальної реальності та відкриває можливості для її осмисленого і цілеспрямованого розвитку особистості в сучасних умовах. Кіберпростір є соціальним, так як наповнений людьми – користувачами [8, с. 6].

# 2. Поняття «соціальна мережа» в сучасних джерелах стосовно Інтернету використовується в двох значеннях: в якості спільноти людей, утвореної на основі розгалуженої системи міжособистісних зв’язків, та у якості веб-сервісу, що надає можливості для підтримки таких зав’язків та утворення віртуальних груп за інтересами. Вед-сервіс соціальних мереж дає можливість користувачам за допомогою персональної сторінки представити себе та основні події своєї життєдіяльності, встановити та підтримувати міжособистісні контакти, створювати групи за інтересами, обмінюватися інформацією та мультимедійними матеріалами.

# Характерними особливостями міжособистісної взаємодії в соціальних мережах на відміну від спілкування користувачів на інших Інтернет-ресурсах (в форумах на інформаційних сайтах, в чатах, ICQ) є її персоніфікованість і контрольованість:учасники мереж виступають саме як особистості (а не як приховані за псевдонімами безликі «вільнодумці»), які до того ж можуть вільно конструювати власний образ та вільно обирати партнерів по спілкуванню, тему, час та місце взаємодії. Оскільки саме така міжособистісна взаємодія в віртуальних спільнотах є найбільш привабливою для деяких користувачів і дозволяє їм задовольнити потреби в отриманні інформації, спілкуванні та самоствердженні (що є головною мотивацієюактивності в соціальних мережах), то її, а не веб-сервіс, яким така взаємодія опосередковується, можна вважати об’єктом залежності.

# 3. Сучасне навколишнє середовище приховує у собі велику кількістьнебезпек, особливо це стосується дітей та підлітків, адже вони найменш захищені та найбільше піддаються впливу. Зараз проблемою великої кількості родин є Інтернет залежність у підлітків. Саме підлітки є групою ризику, адже маленькі діти більше піддаюся впливу батьків та рідних, які захищають та оберігають їх. У підлітковому віці батьки відходять на задній план, увага зміщується на однолітків. Соціальні мережі дають підлітку ілюзію, що у нього багато друзів. Тому важливо вчасно встигнути помітити надмірне захоплення дитини ресурсами глобальної мережі.

# За допомогою Інтернету підлітки задовольняють свої базові потреби:

# – соціальні – у спілкуванні, любові, визнанні;

# – пов‘язані з недостатнім розвитком особистості – у пізнанні, розумінні, самореалізації.

# 4. Залежність у підлітків від глобальної мережі може приймати наступні форми:

# – віртуальні знайомства – шукаючи та спілкуючись із друзями в Інтернеті, втрачаються зв‘язки із реальним світом, а також можливість розвивати стосунки у звичайному житті;

# – ігрова залежність – різні ігри різноманітних жанрів та їх доступність дозволяє підлітку із захопленням проводити перед монітором добу безперервно. Стійка залежність від ігор може поглинути не тільки час на соціально активне життя, але навіть час, необхідний на елементарний догляд за собою: харчування, зовнішній вигляд, відпочинок, природні потреби. У світі відомо багато випадків смертей за комп‘ютером з-за надмірного виснаження в результаті тривалих ігор;

# – web-серфінг – безглузде переміщення від одного ресурсу на інший, залежні сприймають це як елемент самозаспокоєння.

# 5. Здійснене нами дослідження дозволяє зробити висновок, що саме сучасні інтернет-технології створюють умови для більш раннього включення дітей у процес соціалізації. Але водночас вплив соціальних мереж на особистісний розвиток унаслідок дії інтернет-простору не може бути однозначно кваліфікований як позитивне чи негативне явище. Соціальні мережі є не тільки потужним агентом вторинної соціалізації, але й виграють конкуренцію у соціальних інститутів, які реалізують первинну соціалізацію, тому що, цьому сприяє динаміка сучасного життя. При цьому ми повинні пам’ятати, що соціальні мережі є одним із вагомих факторів соціалізації, але не єдиним,оскільки постійне перебування в мережі Інтернет негативно позначається на процесі соціальної адаптації підлітків через скорочення безпосередніх соціальних взаємодій з людьми, зміни у спілкуванні з друзями й близькими, розвиток депресивного стану. Найчастіше причиною Інтернет-залежності є негармонійні сімейні стосунки, відсутність підтримки і порозуміння з боку близьких людей.

# Саме тому найчастіше Інтернет-залежними є підлітки, які переживають «перехідний» вік, коли особливо гостро постає проблема взаємовідносин батьків і дітей. Разом із тим варто звернути увагу на те, що більшість користувачів інтернет-ресурсів навіть не здогадуються, наскільки широкому колу осіб надана ними інформація може стати відомою, не усвідомлюють реальну й потенційну небезпеку можливого протиправного використання накопиченої протягом тривалого часу персональної інформації.

# Саме тому велике значення займає профілактика Інтернет-залежності, яка пов’язана з виявленням негативних інформаційних, педагогічних, психологічних факторів, що зумовлюють відхилення в психічному і соціальному розвитку дітей та молоді.

# СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адамович М. Этот виртуальный мир... Современная русская проза в Интернете: ее особенности и проблемы / М. Адамович// Новый мир. – 2000. – №4 – С. 120–138.
2. Акуліч М. Тролінг як феномен мережі Інтернет / Марія Акуліч // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2012. – №3. – С. 175–185.
3. Андріанова Н. С. Інтернет-комунікація – реальність чи симулятор? / Н. С. Андріанова // Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Мовознавство»:  [зб. наук. праць / відп. ред. Пристайко Т. С.]. – Дніпропетровськ: Вид-во ДНУ, 2010. – Вип. 16. – C. 3–8.
4. Андрієнко А. О. Інтернет-адикція як форма залежної поведінки / А. О. Андрієнко // Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції / [за ред. Кривоконь Н. І. та Сили Т. І.]. – Чернігів.: ЧДІПСТП, 2008. – С.288-292.
5. Архипова С. П. Соціальна педагогіка: навч.-метод. посіб. / С. П. Архипова, Г. Я. Майборода. – Черкаси – Ужгород : Мистецька лінія, 2002. – 268 с., С. 19.
6. Арбєніна В. Л. Стан навчальних практик сучасного студентства як соціокультурний бар’єр модернізації вищої школи / В. Арбєніна, Л. Сокурянська // Український соціологічний журнал. – 2012. – С. 27–46.
7. Бабаєва Ю.Д., Войскунский А.Є., Смислова О.В. Інтернет: вплив на особистість. – Москва: Можайск-Терра, 2000. – 431 с.
8. Бабаева Ю. Д. Интернет: воздействие на личность/ Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунс-кий., О. В. Смыслова // Гуманитарные исс-ледования в Интернете/ под ред. А. Е. Войс-кунского. – Москва, 2000. – С. 11–39.
9. Бабенко Ю. А. Вільний час і дозвілля української молоді в умовах нової соціокультурної реальності / Ю. А. Бабенко // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. – 2013. – № 2. – С. 74-79.
10. Балонов І.М. Комп'ютер і підліток ─ М.: 2002. ─ С. 32-58.
11. Барцалкіна В.В., Аршинова В.В., Дуденкова Т.В. Профілактика гемблінгу та інтернет-залежності і освітньому середовищі. – М.: МГППУ, 2010.
12. Бебик В. М. Глобальне інформаційне суспі-льство: поняття, структура, комунікації / В. М. Бебик// Інформація і право. – 2011. – №1 (1). – С. 41–49.

# Безпалько О.В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: Навч.посіб. / О.В. Безпалько – К.:Центр учбової літератури, 2009 – 208 с.

# Безпека дітей в Інтернеті: попередження, освіта, взаємодія: матеріали обл. наук.-метод. Інтернет-конф. (Кіровоград, 11 лютого 2014 р.). [Електронний ресурс] / уклад.: М. С. Чала, А. В. Частаков, О. В. Литвиненко. - Кіровоград, 2014. - 184 с. – Режим доступу: http://konf.koippo.kr.ua/blogs/index.php/blog2/

# Бєлінська О. Н. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати / О. Н. Бєлінська, А. М. Жичкина [Електронний ресурс] // Бєлінська О. Н., Жичкина А. М. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати. Режим доступу: [www.psychology.ru/internet](http://www.psychology.ru/internet).

# Бєлоліпцева О.В. Соціально-педагогічна робота з підлітками, залежними

# від соціальних мереж, засобами трудотерапії / О.В. Бєлоліпцева / Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр. / [редкол.: Т.І. Сущенко (голов. ред.) та ін.]. – Запоріжжя : КПУ, 2014. –Вип. 36 (89). – С. 96-103.

# Богдан М. С. Психологічні особливості спілкування залежних від соціальних мереж / М. С. Богдан, О. В. Горецька // Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування. – 2014. – С. 25-29.

# Бондаренко С.М. Перші кроки до Інтернету / С.М.Бондаренко// Комп’ютер у школі та сім’ї. – 2009. – №8. – С.34 –39.

# Бондаренко С.В. Социальная система киберпространства / Технологии информационного общества – Интернет и современное общество: Труды V Всероссийской объединенной конференции. Санкт-Петербург, 25-29 ноября 2002 г. – СПб.: Издательство СПбГУ, 2002. – С. 14-15.

# Боровкова Н. Віртуальне зависання / Людина і наука. К.: 2002. – С. 26.

1. Бугайова Н. М. Психологічні проблеми Інтернет-адикції в умовах використання телекомунікаційних технологій. Розділ 4 // Застосування телекомунікаційних засобів у навчальному процесі: психолого- педагогічні аспекти. – Київ, «Педагогична думка», 2008. с.192-222.
2. Бойко Н. Українці в Інтернеті: інтереси та пріоритети використання мережі / Н. Бойко // Українське суспільство 1990–2010. Соціологічний моніторинг. – К., 2010. – С. 356–363.
3. Бугайова Н. М., Цап В. Й. Профілактика Інтернет-залежності в перебігу електронного навчання: збірник наукових праць. Випуск 1. – Кривий Ріг: Видавничий відділ НметАУ, 2010. с.24-28.
4. Бугайова Н. М. Психологічні закономірності розвитку адикцій в онтогенезі / Н. М. Бугайова// Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПНУ. – 2010. –Т. XII. – Ч. 4. – С. 48–56
5. Бурова В. А.Социально-психологические аспекты Інтернет-зависимости [Электрон-ный ресурс] / В. А. Бурова. – Режим доступа к сайту: http://user.lvs.ru/vita.

# Вайнола Р. Х. Технологізація соціально-педагогічноїроботи: теорія та практика / Р. Х. Вайнола // [навчальний посібник за ред проф. С. О. Сисоєвої]. –К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. – 134 с.

# Вакуленко О. В. Особливості соціального розвитку особистості у підлітковому віці // Український соціум. ─ 2004. ─ № 1. ─ C. 95-99.

# Вакуліч Т. М. Інтернет-залежність як новий вид адитивної поведінки / Т. М. Вакуліч // [науковий часопис НПУ ім. М. Драгоманова]. Серія №12. Психологія / За ред. Долинської Л. В. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005.– Вип.7(31) – С. 22.

# Варіативність cоціалізації особистості в умовах сучасного інформаційного суспільства: монографія/ авт. колектив: Н. М. Токарева, А. В. Шамне, О. О. Халік[та ін.]; ред. Н. М.Токаревої. – Київ: ТОВ НВП «Інтерсервіс», 2017. – 220 с.

# Вахула Б. Я. Соціальні медіа як механізм масової мобілізації: концептуалізація та емпіричне дослідження / Б. Я. Вахула // Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства : збірник наукових праць. – Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2014. – Вип. 20. – С. 187–195.

# Веретенко Т. Г. Детермінанти формування безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі / Т. Г. Веретенко [Електронний ресурс] // Веретенко Т. Г. Детермінанти формування безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі. – Режим доступу: http: // elibrary.kubg.edu.ua.

# Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. /О.В.Скрипченко., Л.В.Волинська, З.В.Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001.

# Видра О.Г. Вікова та педагогічна психологія: Навч.посіб.: - К.: Центр учбової літератури, 2011. - 112 с.

# Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі : навч.-метод. посіб. / А. Б. Кочарян, Н. І. Гущина. - К., 2011. - 100 с.

# Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку/ О. І. Власова. – Київ: ВПЦ «Київський університет», 2005. – 308 с.

# Войскунский А.Є. Актуальні проблеми залежність від Інтернету // Психологічний журнал. 2004. Т.25. № 1. с. 90-100.

# Войскунський А.Е. Групова ігрова діяльність в Інтернеті / А.Е. Войскунский // Психологічний журнал. – 1999. – Т.20. – №1.

# Войскунський О. Є. Феномен залежності від Інтернету // Гуманітарні дослідження в Інтернеті / Під ред. А. Е. Войскунського. М, 2000. – с. 100-131.

# Гавриленко І. Мережеве суспільство як поняття, образ та історична перспектива / Іван Гавриленко // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2012. – №1. – С. 62–81.

# Галіч Т. Пріоритетність освітніх та комунікаційних практик використання студентами мережі Інтернет / Т. Галіч // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. – 2010. – № 891. – С.188–191. [Електронний ресурс]: Режим доступу до джерела: <http://www.nbuv.gov.ua/portal/natural/vkhnu/Soc_dos/>.

# Глущенко С. Д. Соціально- психологічні особливості Інтернет аддиктивної поведінки особистості / С. Д. Глущенко // Молодь: освіта, наука, духовність: тези доповідей. – Частина І. – К.: Університет «Україна», 2008. –547 с.25.

# Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? / Р. Гнатюк [Електронний ресурс] // Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? – Режим доступу: http://gazeta.dt.ua/family/socialni-merezhispivvidnoshennyapozitivu inegativu.

# Гончарук О. Інтернет-простір поселенських структур в Україні / О. Гончарук // Українське суспільство 1990-2010. Соціологічний моніторинг. – К., 2010 – С. 364–371.

# Горошко О. І. Особливості комунікативних практик українських політиків у соціальній мережі Фейсбук / О. І. Горошко, К. О. Пеліванов. // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи». – Харків, 2014. – № 1122. – С. 48–53.

# Гущина Н. І. Проблема захисту учнів від негативних впливів у соціальних мережах / Н. І. Гущина // Комп'ютер у школі та сім'ї . - 2011. - №7. - С. 13-14.

# Данько Ю. А. Соціальнімережі як форма сучасноїкомунікації: плюси і мінуси / Ю. А. Данько // Сучаснесуспільство: політичні науки, соціологічнінауки, культурологічні науки. – 2012. – С. 179-184.

# Діти в Інтернеті: як навчити безпеці у віртуальному світі: посіб. для

# батьків / Ігор Володимирович Литовченко, Сергій Дмитрович Максименко, Сергій Іванович Болтівець та ін. - К. : Вид-во ТОВ «Видавничий будинок “Аванпост-Прим”», 2010. - 48 с.

# Домбровська А. Особливості використання е-послуг споживачами деяких країн Центрально-Східної Європи / А. Домбровська, М. Янось-Кресло, Ю. Пачковський // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2011. – №3. – С. 163–183.

# Єгоров А. Ю., Кузнєцова Н., Петрова Є. Особливості особистості підлітків з Інтернет-залежністю // Питання психічного здоров'я дітей та підлітків. 2005. Т.5. № 2.с. 20-27.

# Жичкіна А.М. Про можливості психологічних досліджень у мережі Інтернет // Психологічний журнал. – 2000. – Т. 21. – № 2.

# Золотова Г. Д. Сутність технологічних видів адитивної поведінки дітей / Г. Д. Золотова // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка № 13 (272), Ч. ІV, 2013. – С.126-130.

# Золотова Г. Д. Соціально-педагогічні проблеми адитивної поведінки дітей у сфері інформаційно-комукаційних технологій / Г. Д. Золотова// Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2012. – №4 (22). – С. 363–367.

# Зінчина О. Б. Медіаповедінка молодіжної аудиторії: чинники динаміки в умовах сучасного суспільства: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соц. наук : спец. 22.00.04 "спеціальні та галузеві соціології" / Зінчина Олександра Борисівна – Харків, 2016. – 23 с.

# Ісакова Т. О. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми/ Т. О. Ісакова; за заг. ред. Д. В. Дубова. – Київ: НІСД, 2011. – 47 с.

# Камінська О. В. Психологічні детермінанти формування інтернет-залежності / О. В. Камінська // Проблеми сучасної психології . - 2013. - Вип. 22. - С. 194-204.

# Капська А.Й. Технології соціально-педагогічної роботи: Навч. Посібник – К: 2000 р. – 256 с.

# Карандашева О. В. Робота практичного психолога з учнями, схильними до адитивної поведінки / О. В. Карандашева // Тренінгові, соціально-реабілітаційні і навчальніпрограмиізформування здорового способу життя вучнівської, студентськоїмолоді. – К.: Ніка-Центр, 2008. – С. 59–67.

# Карпа І. Б. Мова та Інтернет: функціональні характеристики та ефективність інтерактивної комунікації / Карпа І. Б. // Мова і культура. – К., 2009. – Вип. 11. – Т.VII (119). – С. 192–200.

# Кашуба Г. Українські інтернет-видання: комунікативно-лінгвістичні та правові аспекти / Г. Кашуба // Вісник Львівського університету. Серія журналістики. – 2004. – Вип. 25. – С. 474–480.

# Квіт С. М. Масові комунікації: підручник / С. М. Квіт. – Київ: Києво-Могилянська ака-демія, 2008. – 156 с.

# Кислова О. Компьютерная социология: генезис и перспективы развития / Ольга Николаевна Кислова // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи». – Харків, 2011. – № 914. – С. 20–26.

# Коваленко О. В. Кіберпростір – гуманістичний потенціал цивілізації / О. В. Коваленко // Психологічні перспективи. – № 18. – Луцьк : Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки, 2011. – С. 111–121.

# Кононов І. Ф. Етнос. Цінності. Комунікація. (Донбас в етнокультурних координатах України) / І. Ф. Кононов. – Луганськ : Знання, 2000. – 493 с.

# Коноплицький С. М. Соціальні аспекти комунікації в мережі Інтернет: феноменологічний аналіз : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціол. наук : спец. 22.00.01 «Теорія та історія соціології» / С. М Коноплицький. – Київ, 2007. – 20 с.

# Коритнікова Н. В. Форми і характеристики інтернет-комунікації: соціологічний аналіз / Н. В. Коритнікова // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Ка­разіна «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: ме­тодо­логія, теорія, методи» / відп. ред. В. С. Бакіров. – Х.: Ви­давничий центр ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2007. – № 761. – С. 183–190.

# Лєсто К.А. Психологічні особливості користувачів соціальних сайтів /

# К.А. Лєсто // Вісник психології і соціальної педагогіки.: Зб. наук. праць. – Випуск 3. – К., 2010.

# Литовченко І. В. Діти в Інтернеті: як навчити безпеці у віртуальному світі / І. В. Литовченко [посібник для батьків]. – К: Видавництво ТОВ «Видавничий будинок «Аванпост-Прим», 2010. – 48 с.

# Лютий В.П. Нехімічні адикції як предмет соціальної роботи / В.П.Лютий // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (педагогічні науки) – № 11 (270), – червень 2013 р. – С. 158 – 166.

# Макаренко О., Постова О. Соціалізація підлітків та комп’ютерна залежність //НАУКОВІ ЗАПИСКИ. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота ─ Т. 71. – 2007 ─ C. 23–27.

# Маклін І. Короткий оксфордський політичний словник / І.Маклін.,А.Макмілан [пер. з англ.] – К.: Вид-во С. Павличко “Основи”, 2005.

# Мілютіна К.Л. Користування комп'ютером як задоволення базових потреб у підлітковому віці // Психологічна газета. – № 8. – С. 29-31

# Немеш О.М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту: Монографія/ О.М.Немеш. Київ: Слово, 2017.

# Петрунько О. В. Діти і медіа: соціалізація в агресивному медіа середовищі: монографія. – Полтава : ТОВ НВП «Укрпромторгсервіс», 2010. – 480 с.

# Петренко О. С. Вплив інтернет-середовища на ідентичності користувачів / О. С. Петренко // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (соціологічні науки). – Луганськ, 2013. – № 23 (282). – С. 45–54.

# Петренко О. С. Вплив Інтернету на повсякденне життя українців / О. С. Петренко // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (соціологічні науки). – Старобільськ, 2015. – № 5 (294) . – С. 142–153.

# Петренко О. С. Інтернет як соціальний простір: характеристики та фактори стратифікації / О. С. Петренко // Вісник Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. Серія «Соціологія і політичні науки». – Одеса, 2013. – Т.18, Вип. 2 (18). Ч. 2. – С. 288–295.

# Плешенко К. В. Специфіка відображення реальної дійсності в електронних ЗМІ / К. В. Плешенко // Інформаційне суспільство. – 2011. – Вип. 13. – С. 24–27.

# Романенко С. В. Виртуальное пространство как координатор территориальных сообществ / С. В. Романенко // Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства : збірник наукових праць. – Випуск 21. – Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна. – 2015. – С. 197–200.

# Русаков С.С. Потенціал соціальних мереж в сучасному навчально-виховному процесі / упорядники: Є. В.Кучеренко, С.С. Русаков // Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; ГО «Академія розвитку психологічної науки і практики» – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. – №2. – С. 101 –102.

# Рущенко І. П. Загальна соціологія: Підручник / І. П. Рущенко. – Харків : Вид-во Націон. ун-ту внутр. справ, 2004. – 598 с.

# Сергєєва Н.В. Соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної адикції підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. педаг. наук: спец. 13.00.05 / Н.В. Сепргєєва. – К., 2010. – 19 с.

# Соціологія: підручник / за ред. В. Г. Городяненка. – 3-тє вид., переробл. і доп. – К.: ВЦ «Академія», 2008. – 544 с.

# Сусська О. О. Інформаційне поле особистості. Формування інформаційного вибору в умовах сучасного соціокультурного середовища / О. О. Сусська. – К., 2003. – 188 с.

# Тищенко О. М. Стиль мови інтернет-спілкування в націо­нальному корпусі української мови / О. М. Тищенко // Лінгво­стилістика: об’єкт – стиль, мета – оцінка: [зб. наук. праць / за ред. В. Г. Скляренко]. – К.: Ін-т української мови НАН Ук­раїни, 2007. – С. 362–367.

# Турецька Х.І. Психологічні чинники Інтернет-залежності / Х.І. Турецька // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2012. – №2 (2). – С. 95-104.

# Філіппова Н. Мова у віртуальній актуальності // Людина. Комп’ютер. Комунікація. Збірник наукових праць. – Львів : Вид-во Нац. ун-ту «Львівська політехніка», 2010. – 328-330.

# Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності / А. Церковний // Соціальна психологія. – 2004. №5 (7). – С. 149-154.

# Чабаненко М. В. Критерії ідентифікації веб-ресурсу як Інтернет-видання України / М. В. Чабаненко // Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації. – 2010. – № 1. –С. 79–83.

# Черних О.О.Керівництво із соціально-педагогічного супроводу формування безпечної поведінки підлітків в Інтернеті : навчально-методичний посібник / Черних О.О.К.: ТОВ „ЦП „КОМПРИНТ”, 2017. – 104 с.

# Чураков А. Н. Анализ социальных сетей / А. Н. Чураков // Социс. – 2001. – № 1. – С. 109–121.

# Шмідт Е. Новий цифровий світ / Ерік Шмідт, ДжаредКоен ; [пер. З англ.. Ганна Лелів]. – Львів : Літопис, 2015, – 368 с.

# Goldberg I. Internet Addictive Disorder / I. Goldberg. [Cited 2012, 12 June]. – Availablefrom : <http://www.psycom.net/iadcriteria.html>.

# Додаток А

# Анкета

# ДОБРИЙ ДЕНЬ!

# ШАНОВНИЙ УЧАСНИК ДОСЛІДЖЕННЯ!

# Студентка спеціальності «Соціальна робота» Полтавського інституту економіки і права ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» проводить соціологічне соціологічне опитування щодо проблеми інтернет залежності у студентської молоді. Ваші відповіді нададуть нам необхідну допомогу в науковому аналізі цієї проблеми.

# Щоб заповнити анкету, достатньо підкреслити той варіант або варіанти відповіді, які, на Вашу думку, є правильними, або Вам потрібно написати відповідь самим, якщо вона не наводиться.

# Анкета є анонімною, тобто Ви не повинні при заповненні вказувати своє прізвище, ім’я та контактні дані.

# Ви також можете не відповідати на запитання, що здаються Вам некоректними або взагалі відмовитись від участі в опитуванні.

# Вкажіть ваш вік\_\_\_\_\_\_

# Чи користуєтесь Ви соціальними мережами?

# а) так;

# б) ні

**2. Чому ви віддаєте більшу перевагу:**

а) комп’ютерним іграм, спілкуванням в соціальних мережах;

б) спортивним заняттям;

в) віддаю перевагу хоббі;

г) читанню книг;

д) прогулянкам на свіжому повітрі

**3. В яких соціальних мережах є акаунти, чи в яких мессенджерах Ви спілкуєтесь?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**4. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?**

а) менше 1 години

б) 2-4 години;

в) 5-7 годин;

г) більше 7 годин.

**5. Чи вважаєте Ви, що у Вас є залежність від соціальних мереж?**

а) так;

б) ні;

в) частково

**6. Що Вас підштовхнуло зареєструватися у соціальній мережі (можна обрати декілька варіантів)?**

а) цікавість;

б) друг, подруга;

в) бажання завести нових друзів

г) всі мої друзі там, чим я гірший

д) бажання пограти в он-лайн-ігри

е) цікавість

ж) навчальна чи робоча необхідність

з) свій варіант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7. Чому я користуюся соціальними мережами? (можна обрати декілька варіантів)**

а) вони допомагають підтримувати зв’язок зі знайомими;

б) вони допомагають зв’язатися з людьми, яких я не бачив деякий час  
(наприклад, друзі, які знаходяться далеко);

в) вони дають змогу приєднатися до різних груп, що мене цікавлять;

г) вони допомагають зайняти вільний час;

д) вони допомагають організувати та зберігати важливу для мене  
інформацію;

е) вони допомагають отримати необхідну інформацію;

ж) свій варіант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**8. Що виробите у соціальних мережах?**

а) спілкуюся з друзями;

б) граю в ігри;

в) слухаю музику;

г) знаходжу цікаву інформацію;

д) дивлюся фільми;

е) все вище перераховане;

ж) свій варіант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**9. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале перебування в соціальних мережах?**

а) дуже рідко;

б) іноді;

в) дуже часто;

г) практично завжди;

д) ніколи

**10. Чи погоджуєтесь ви з твердженням, що соціальні мережі заважають вам навчатися?**

а) так;

б) ні;

в) важко сказати

**11. Скільки людей у Вас у друзях?**

а) до 50;

б) 50-100;

в) 100-200;

г) 200-500;

д) більше 500.

**12. Зі скількома з них Ви знайомі особисто?**

а) до 20;

б) 20-50;

в) 50-100;

г) більше 100;

д) додаю тільки знайомих

**13.Чи нехтуєте Ви сном, засиджуючись допізна в інтернеті?**

а) ні;

б) буває, але дуже рідко;

в) постійно

**14. Ви помічали, що проводите в онлайн більше часу ніж планували?**

а) ніколи;

б)рідко;

в) регулярно;

г) постійно

**15. Чи відчуваєте роздратування, коли хтось Вас відволікає від перебування в мережі?**

а) ні;

б) інколи;

в) постійно

**16. Скільки років Ви зареєстровані в соціальних мережах?**

а) до 1 року;

б) до 3 років;

в) до 5 років.

**17. Чи могли б Ви відмовитись від відвідування та спілкування у соціальних мережах назавжди?**

а) так;

б) ні;

в) лише на деякий час

**18. Як часто Ви віддаєте перевагу перебувати в мережі замість того, щоб зустрітися з людьми?**

а) часто;

б) постійно;

в) віддаю перевагу зустрічі з людьми

**19. Як часто Ви намагаєтеся приховати час перебування в мережі?**

а) часто приховую;

б) іноді намагаюсь приховати;

в) не приховую взагалі

# ДЯКУЄМО ЗА СПІВПРАЦЮ! ГАРНОГО ДНЯ!