



УДК 159.923

ТЕМПОРАЛЬНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ІНТЕРНЕТ-ПРАКТИК СТАРШОКЛАСНИКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

Шишко Н.С., аспірант
лабораторії масової комунікації та медіаосвіти
Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України України

Стаття присвячена аналізу темпоральних (кількість часу, проведеного в мережі, його суб'єктивна оцінка) та організаційних (особливості вольової регуляції, планування та оцінки результатів власної діяльності) особливостей здійснення соціальних інтернет-практик користувачами старшого шкільного віку з різним рівнем психологічного благополуччя. Наведені гіпотези щодо природи цих розбіжностей з огляду на структуру самого концепту психологічного благополуччя.

Ключові слова: психологічне благополуччя, модель психологічного благополуччя К. Ріффа, соціальні інтернет-практики, старшокласники.

Статья посвящена анализу темпоральных (количество времени, проведенного в сети, его субъективная оценка) и организационных (особенности волевой регуляции, планирования и оценки результатов своей деятельности) особенностей осуществления социальных интернет-практик пользователей старшего школьного возраста с различным уровнем психологического благополучия. Приведены гипотезы относительно природы этих различий с учетом структуры самого концепта психологического благополучия.

Ключевые слова: психологическое благополучие, модель психологического благополучия К. Риффа, социальные интернет-практики, старшеклассники.

Shyshko N.S. TEMPORAL AND ORGANIZATIONAL FEATURES OF SOCIAL INTERNET-PRACTICES OF HIGH SCHOOL STUDENTS' WITH DIFFERENT LEVELS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

The article analyzes the temporal (the amount of time spent online, its subjective assessment) and organizational (especially volitional regulation, planning and evaluation of their own activities) peculiarities of social internet-practices of high school students' with different levels of psychological well-being.

Key words: psychological well-being, Ryff's model, social internet-practices, high school students.

Постановка проблеми. Використання інтернет-технологій у повсякденному житті розкриває нові шляхи для реалізації потреб людей у спілкуванні, отриманні нових знань, саморозвитку, рекреації тощо. В той же час для найбільш оптимального використання всіх цих можливостей потрібні ефективні організаційні заходи: розподілення часу, планування власної діяльності, оцінка ефективності перебування в Мережі тощо.

Одними з найбільш активних користувачів Інтернету є учні старших класів, хлопці та дівчата віком 14–16 років. Відповідно, специфіка здійснення соціальних інтернет-практик представниками цієї вікової групи представляє особливий інтерес для наукового дослідження.

Психологічне благополуччя – категорія, що охоплює різні виміри сприйняття особистістю себе, інших, життя в цілому і є комплексним параметром, що безпосередньо пов'язаний з ціннісно-мотиваційною сферою особистості. Дослідження темпоральних та організаційних особливостей користування Інтернетом старшокласників з різним рівнем психологічного благополуччя збагачує новими даними наукові розробки з феліцитарної проблематики та

медіа-проблематики; сприяє глибшому розумінню можливих причин обрання певних соціальних інтернет-практик; дає нове розуміння можливих причин нераціонального використання Інтернету.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Для позначення звичних способів організації часу в інтернет-просторі науковці використовують термін «соціальні інтернет-практики». За одним з визначень, запропонованим Л.А. Радкевичем, цей термін позначає «сукупність рутинних дій та звичних способів поведінки, пов'язаних з використанням Мережі для вирішення проблем або підвищення ефективності діяльності в різноманітних сферах життя, а також для задоволення різноманітних потреб» [1]. Темпоральні (кількість часу проведеного в Мережі, суб'єктивна оцінка здатності щодо його планувати та раціонального розподілення) та організаційні (здійснення планування своєї діяльності в Інтернеті та оцінка ефективності його виконання, здатність концентруватися на поставлених задачах і не відволікатися на сторонній контент тощо) особливості здійснення подібних практик є параметрами, що підлягали вивченню у нашому дослідженні. Їх ми розглянули у пло-

щині взаємозв'язку з такою базовою особистісною характеристикою користувачів, як рівень психологічного благополуччя.

За визначенням П.П. Фесенка та Т.Д. Шевеленкової, «психологічне благополуччя – інтегративний показник міри спрямованості людини на реалізацію цієї потреби, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеністю собою та власним життям» [2].

В основу теоретичного концепту, запропонованого вченими, покладена інтегративна модель психологічного благополуччя, розроблена К. Ріфф на основі аналізу праць А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.-Г. Юнга, Е. Ейксона, Ш. Бюллер та М. Яходи. Ця модель включає такі компоненти: *самоприйняття* (Self-Acceptance) (позитивне ставлення до себе, незважаючи на усвідомлення власних недоліків та обмежень), *позитивне ставлення до інших* (Positive Relations With Others) (вміння підтримувати близькі стосунки з іншими людьми на основі підтримки та емпатії), *управління середовищем* (Environmental Mastery) (здатність відповідати вимогам оточуючого середовища, вміння досягати поставлених цілей, долати труднощі), *цілі в житті* (Purpose in Life) (вміння знаходити сенс у своїх зусиллях та життєвих завданнях, переживати осмисленість свого існування), *автономність* (Autonomy) (здатність будувати своє життя згідно з власними переконаннями, вміння організувати власне оточуюче середовище відповідно до своїх потреб та бажань), *особистісне зростання* (Personal Growth) (прагнення до реалізації власних здібностей і талантів, відкритість до нового досвіду) [3].

Постановка завдання. Мета статті полягає в тому, щоб проаналізувати темпоральні та організаційні особливості здійснення соціальних інтернет-практик старшокласниками з різним рівнем психологічного благополуччя.

Виклад основного матеріалу дослідження. К. Ріфф була розроблена мето-

дика для визначення рівня психологічного благополуччя, яка активно використовується в сучасній науковій практиці.

Скорочену адаптовану версію опитувальника К. Ріфф ми застосували у нашому дослідженні. Респондентам також була запропонована комплексна анкета на визначення особливостей їх соціальних інтернет-практик. Окремий блок питань цієї анкети був присвячений темпоральним та організаційним особливостям користування Інтернетом.

Дослідження проводилося в межах Всеукраїнського експерименту з впровадження медіа-освіти в навчально-виховний процес у загальноосвітніх навчальних закладах України. Вибірку його склали учні 9–11 класів загальноосвітніх шкіл Львівської, Дніпропетровської, Запорізької, Черкаської, Івано-Франківської, Миколаївської, Полтавської областей. Всього в опитуванні взяли участь 1 144 особи, серед яких 458 хлопців та 686 дівчат. Вік респондентів – від 14 до 17 років.

В ході аналізу анкетних профілів ми розділили учасників дослідження відповідно до загальних показників за опитувальником психологічного благополуччя К. Ріфф на 3 групи: група з низьким рівнем психологічного благополуччя (310 осіб), група з середнім рівнем психологічного благополуччя (560 осіб), група з високим рівнем психологічного благополуччя (274 особи).

Далі ми проаналізували темпоральні та організаційні особливості користування Інтернетом респондентів з різних за рівнем психологічного благополуччя груп. Для статистичного підтвердження отриманих результатів був застосований критерій «хи-квадрат Пірсона». Для з'ясування наявності кореляційного зв'язку між окремими показниками організації соціальних інтернет-практик та структурними компонентами психологічного благополуччя використовувався коефіцієнт кореляції Спірмена.

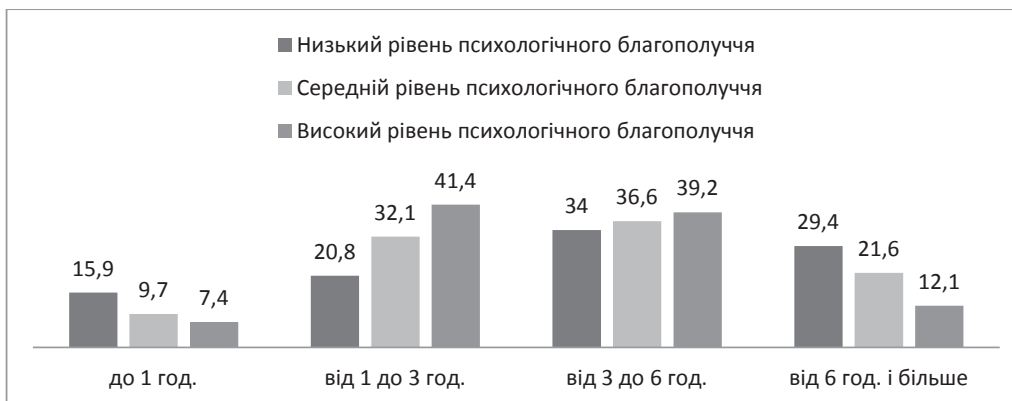


Рис. 1. Час користування Інтернетом



Проаналізуємо отримані результати.

Час. Серед старшокласників, що мають високий рівень психологічного благополуччя, менше тих, хто зловживає перебуванням в Мережі: майже третина опитаних з низьким рівнем психологічного благополуччя (29,4%) перебувають в Інтернеті постійно більше 9 годин на день, тоді як серед учнів з високим рівнем психологічного благополуччя цей показник є більш ніж вдвічі нижчим (12,1%). Отримані дані мають статистичне підтвердження ($X^2=61,4$, $p < 0,001$) (рис. 1).

В той же час при порівнянні відповідей тих користувачів, що проводять щоденно в Мережі *більш ніж 6 годин* за пунктом опитувальника «Я думаю, що мені слід зменшити час перебування в Інтернеті», було виявлено, що старшокласники з низьким та середнім рівнями психологічного благополуччя більш критично оцінюють кількість часу свого перебування в Мережі, ніж їх однолітки з групи з високим рівнем психологічного благополуччя (рис. 2). Дані мають статистичне підтвердження ($X^2= 15,34$, $p < 0,05$).

Ми вирішили з'ясувати, чи є відмінності у способах проведення часу в Інтернеті між старшокласниками з різними рівнями психологічного благополуччя, що перебувають в мережі більш ніж 6 годин (для зручності будемо називати їх «високоактивні користувачі»).

Встановлено, що між групами є статистично підтвержені відмінності у користуваних такими соціальними інтернет-практиками.

1) Соціальні мережі. 81,8% респондентів з групи високоактивних користувачів з високим рівнем психологічного благополуччя щодня перебувають у соціальних мережах (в підгрупі користувачів з високим рівнем психологічного благополуччя, які згодні з тим, що їм слід зменшити кількість часу перебування в мережі 100% респондентів користуються соціальними мережами що-

денно, серед психологічно благополучних, які не вважають, що їм слід зменшувати кількість часу в Інтернеті, 70% респондентів регулярно заходять на власний профіль в мережах), серед групи високоактивних користувачів з низьким рівнем психологічного благополуччя щоденно відвідують свої сторінки в мережах лише 42,7% ($X^2= 22,47$, $p < 0,004$).

Отже, постійне перебування в соціальних мережах є практикою, в більшій мірі характерною для високоактивних користувачів з високим рівнем психологічного благополуччя, ніж для представників інших груп. З огляду на саму структуру концепту психологічного благополуччя зауважимо, що орієнтація на підтримання близьких стосунків з іншими людьми, більш інтенсивна соціальна взаємодія характерні саме для осіб з високим рівнем психологічного благополуччя. Цим і може пояснюватись популярність відповідних практик в цій групі користувачів.

2) Комп'ютерні ігри. Майже для половини групи (49,5%) високоактивних інтернет-користувачів з низьким рівнем психологічного благополуччя комп'ютерні ігри є щоденною практикою, у групі з середнім рівнем психологічного благополуччя – для 40% респондентів, у групі з високим рівнем – для 36,3% ($X^2= 16,49$, $p < 0,036$). В підгрупі високоактивних користувачів з високим рівнем психологічного благополуччя, які вважають, що їм не слід зменшувати час перебування в Мережі, 35,5% щоденно грають в онлайн-ігри, в підгрупі психологічно благополучних, які вважають, що їм слід зменшити час перебування в Мережі, 10% щоденно грають он-лайн. Ймовірно, в цьому випадку занурення у віртуальний світ комп'ютерних ігор надає альтернативу реальності, відволікає від повсякдення, що є особливо актуальним для користувачів з низьким рівнем психологічного благополуччя.

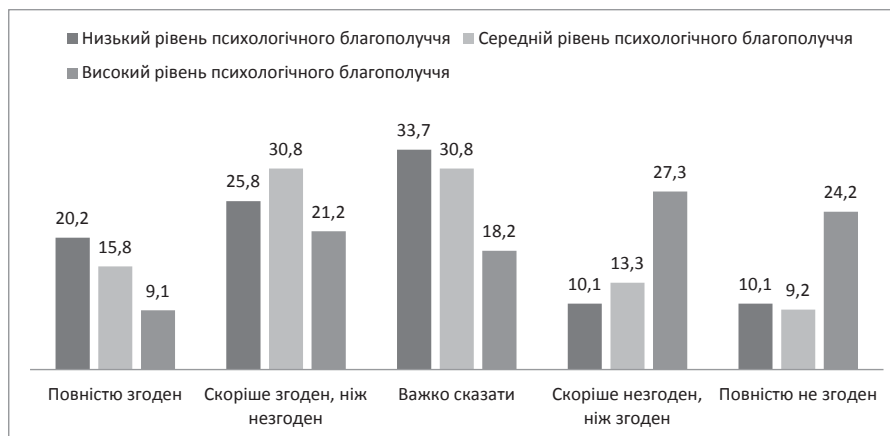


Рис. 2. «Мені слід зменшити перебування в Інтернеті»

3) Ведення власного інтернет-блога, щоденника, а також написання рецензій та відгуків на спеціальних тематичних форумах є повсякденною практикою майже для половини високоактивних користувачів Інтернету з низьким рівнем психологічного благополуччя (49,5% респондентів з цієї групи постійно ведуть інтернет-блоги та щоденники, 43,9% є авторами рецензій та відгуків на тематичних форумах). Серед їх психологічно благополучних однолітків, що також належать до групи високоактивних користувачів, порівняно менше тих, хто у своїй повсякденній практиці в Мережі займається цими видами діяльності (36,3% ведуть інтернет-блоги; 30,3% беруть активну участь в обговореннях на тематичних форумах); $\chi^2 = 16,08, p < 0,041$ – інтернет-блоги, $\chi^2 = 17,68, p < 0,024$ – тематичні форуми. В цьому випадку можна припустити, що більш інтенсивне користування певними типами творчої (ведення інтернет-щоденнику або блогу) та критичної (написання відгуків та рецензій) діяльності виконує функцію компенсації наявних дефіцитів користувачів, що мають низький рівень психологічного благополуччя.

Вольова регуляція. Старшокласники з високим рівнем психологічного благополуччя порівняно менше схильні відволікатись на сторонню інформацію, здійснюючи пошук в Інтернеті (17,7% учнів цієї з цієї групи зазначили, що ніколи не відволікаються на сторонній контент, здійснюючи пошук, тоді як серед групи з низьким рівнем психологічного благополуччя подібну відповідь дали 7,7% респондентів) (рис. 3). Отримані дані мають статистичне підтвердження ($\chi^2 = 21,6, p \leq 0,006$).

«Управління середовищем», одна зі складових психологічного благополуччя, передбачає здатність зосереджуватись на потрібному і відсторонюватись від зайвого. Отже, ми вирішили перевірити наявність

кореляційного зв'язку між показниками респондентів за цим параметром та частотою їх відволікання на побічну інформацію в Мережі. Встановлено, що між означеними параметрами існує негативний кореляційний зв'язок ($r = -0,2; p \leq 0,01$), що підтверджує теоретичні міркування.

Серед старшокласників з високим рівнем психологічного благополуччя, порівняно з групою з низьким рівнем психологічного благополуччя, більше тих, хто не є схильним змінювати свої плани відносно проведення вільного часу в інтернет-просторі під впливом інших: 17,7% опитаних з високим рівнем психологічного благополуччя у своїх відповідях вказали, що ніколи не змінюють свої плани щодо Інтернету, тоді як в групі з низьким рівнем психологічного благополуччя подібну відповідь надало 7,7% респондентів ($\chi^2 = 40,68, p \leq 0,001$) (рис. 4).

Вміння відстоювати власну думку і самостійно визначати пріоритети є однією з характеристик такої складової психологічного благополуччя, як «Автономність». За результатами кореляційного аналізу встановлено, що між частотою наслідування порадам інших щодо Інтернету та показниками респондентів за параметром «Автономія» є негативний кореляційний зв'язок (коефіцієнт кореляції Спірмена становить $-0,22, p \leq 0,01$). Отже, ті старшокласники, які вміють відстоювати власну думку, є і більш незалежними від впливу інших щодо своїх планів відносно Інтернету.

Планування, оцінка. За показником «Я оцінюю, наскільки відповідають моїм потребам сайти, якими користуюсь» статистично-значимих відмінностей між групами за рівнем психологічного благополуччя виявлено не було. Приблизно 60% респондентів досить регулярно (щодня або майже щодня) здійснюють відповідну оцінку, 14% опитаних зрідка або взагалі ніколи не вдаються до відповідних дій.

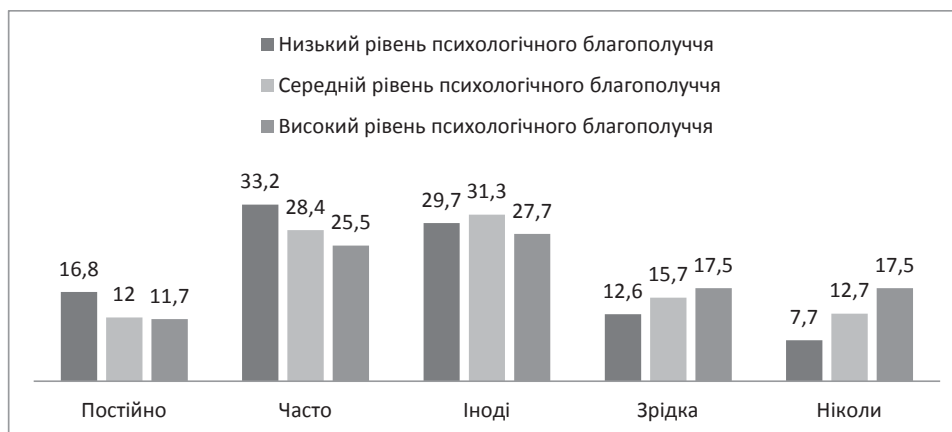


Рис. 3. «Відволікаюсь на побічну інформацію, коли шукаю щось в Інтернеті»

Складанням програми свого перебування в Інтернеті старшокласники з низьким рівнем психологічного благополуччя займаються порівняно частіше за своїх психологічно благополучних однолітків, що є статистично підтвердженим ($X^2 = 28,3$ $p \leq 0,001$) (рис. 5).

Проте ті старшокласники з високим рівнем психологічного благополуччя, які постійно або часто планують свою діяльність в Інтернеті, частіше і виконують заплановане, ніж їх ровесники з низьким рівнем благополуччя, які постійно планують свій час в Інтернеті, і ніж ті старшокласники, що також мають високі показники за параметром психологічного благополуччя, але рідко планують власну діяльність в Мережі або ніколи цього не роблять ($X^2 = 117$; $p \leq 0,0001$) (рис. 6).

Отже, між практикою планування власної

діяльності в Мережі та показниками психологічного благополуччя безпосереднього зв'язку не виявлено. Проте між ефективністю виконання запланованого та рівнем психологічного благополуччя подібний зв'язок простежується.

«Заглибленість» в інтернет-середовище. Сприйняття Інтернету як простору, що дає життю змістове наповнення, і без якого цей зміст втрачається, в більшій мірі відповідає думці респондентів з низьким рівнем психологічного благополуччя. Наявність виразних відмінностей між показниками груп підтверджена статистично ($X^2 = 119,3$; $p \leq 0,0001$) (рис. 7).

Феномен повної заглибленості в інтернет-простір, коли все, що поза ним перестає існувати, також є більш характерним для респондентів з низьким рівнем психо-

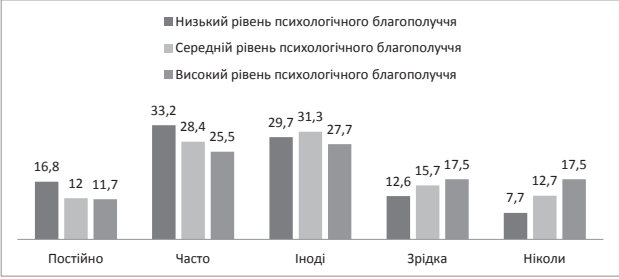


Рис. 4. «Я змінюю свої плани щодо Інтернету залежно від того, що радять мої інтернет-товариші»

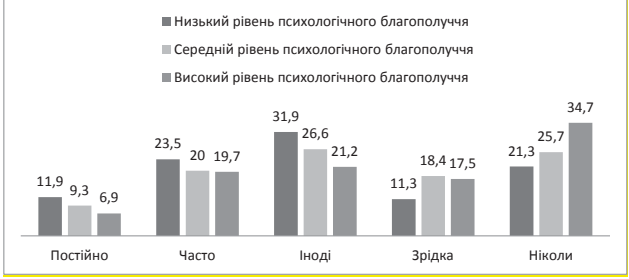


Рис. 5. «Я складаю програму того, що буду робити в Інтернеті»

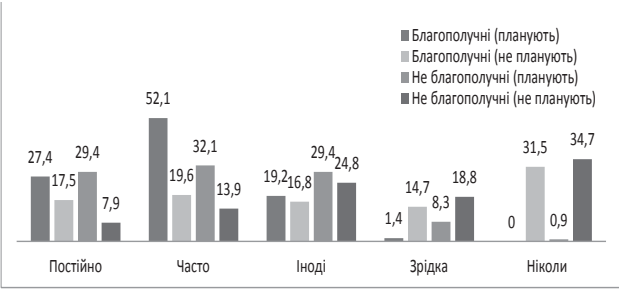


Рис. 6. «Я виконую заплановане щодо мого перебування в Мережі»

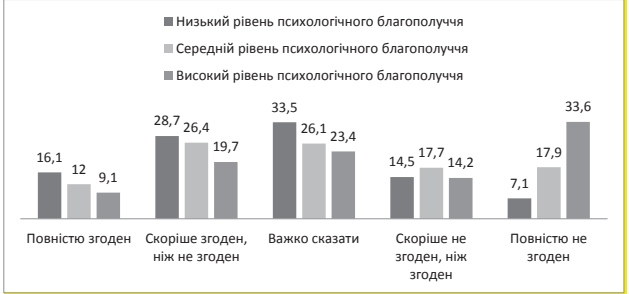


Рис. 7. «Моє життя буде нудним і порожнім без Інтернету»



Рис. 8. «Коли я в Інтернеті, для мене більше нічого не існує»



Рис. 9. «У мережі я кажу і роблю те, що ніколи не зміг би зробити чи сказати в реальному житті»

логічного благополуччя, порівняно з представниками інших груп. Отримані відмінності підтверджені статистично ($X^2 = 74,1$; $p \leq 0,0001$) (рис. 8).

Компенсаторне сприйняття Інтернету, коли Мережа характеризується як простір для реалізації такої комунікації і таких дій, які не відбуваються в реальному житті, є характерним переважно знову ж таки для респондентів з низьким рівнем психологічного благополуччя (рис. 9).

Отже, сенсаторче та компенсаторне сприйняття мережі, а також феномен «потоків станів» при користуванні мережею, які у сукупності можна розглядати як певні ризики виникнення інтернет-залежності, є більш характерними для старшокласників з низьким рівнем психологічного благополуччя.

Висновки з проведеного дослідження. Встановлено, що у способах організації соціальних інтернет-практик старшокласників з різним рівнем психологічного благополуччя існують статистично значимі відмінності.

1) Краща концентрація уваги при пошуку потрібної інформації і самостійний вибір медіа-контенту є характеристиками, що більш притаманні інтернет-користувачам з високим рівнем психологічного благополуччя.

2) Між плануванням діяльності в Мережі та рівнем психологічного благополуччя однозначного зв'язку не виявлено: як таке планування є більш характерним для респондентів з низьким рівнем психологічного благополуччя, проте ефективніше реалізують заплановане старшокласники з високими показниками психологічного благополуччя.

3) Старшокласники, що мають низький рівень психологічного благополуччя, є більш заглибленими в соціальні інтернет-практики, надають їм більшого значення, ніж представники інших груп (порівняно більше проводять часу в Мережі, більше піддаються потоковим станам при користуванні, схильні до сприймання Інтернету з компенсаторної та сенсаторчої позицій).

4) Встановленні відмінності у змістовому наповненні практик старшокласників, що є найбільш інтенсивними користувачами Інтернету: «психологічно благополучні» в більшій мірі схильні до надмірного користування соціальними мережами, тоді як «неблагополучні» віддають перевагу комп'ютерними іграми, а також активно практикують таку діяльність, що сприяє самовираженню (ведення власного блога чи щоденника, написання відгуків тощо). Отримані дані розширюють розуміння можливих інтернет-ризиків з огляду на особистісні характеристики користувачів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Радкевич А.Л. Социальные интернет-практики как объект социологического анализа / А. Л. Радкевич [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2009/3/Radkevich>.
2. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методик исследования) / Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–122.
3. Ryff C.D. The Structure of Psychological Well-Being Revisited / C.D. Ryff, C.L.M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – № 4. – S. 719–727.