



УДК 159.923+004.738.5-042.72

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА СУБ'ЄКТИВНИЙ РІВЕНЬ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ

Голованова Т.М., аспірант
кафедри психології та педагогіки
Університет сучасних знань

У цій роботі концепція самореалізації розглядається з точки зору гуманістичної психологічної школи, відповідно до якої поняття самореалізації використовується в розумінні самоактуалізації. В емпіричному дослідженні взяли участь понад 200 осіб юнацького віку. Дослідження впливів віртуального середовища на самореалізацію людини є актуальним у сучасному світі у зв'язку з тим, що це середовище стає досить значущим, а іноді й панівним, у реаліях інформаційного суспільства. Досягнення, отримані під час інтенсивного використання віртуального простору, можуть викликати підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації при низькому рівні об'єктивного рівня самореалізації.

Ключові слова: самореалізація, самоактуалізація, віртуальний простір, юнацький вік, інтернет-залежність, особистість.

В данной работе концепция самореализации рассматривается с точки зрения гуманистической психологической школы, согласно которой понятие самореализации используется в смысле самоактуализации. В эмпирическом исследовании приняли участие более 200 человек юношеского возраста. Исследование влияния виртуальной среды на самореализацию человека является актуальным в современном мире в связи с тем, что эта среда становится весьма значимой, а иногда и доминирующей, в реалиях информационного общества. Достижения, полученные во время интенсивного использования виртуального пространства, могут вызвать повышение субъективной оценки достигнутого самореализации при низком уровне объективного уровня самореализации.

Ключевые слова: самореализация, самоактуализация, виртуальное пространство, юношеский возраст, интернет-зависимость, личность.

Holovanova T.M. IMPACT OF INTERNET ADDICTION ON SUBJECTIVE SELF-REALIZATION LEVEL

In this working paper the concept of self-realization is described from the point of view of humanistic psychological school, that means using this term in case of self-actualisation. More than 200 young persons took part in empirical study. Studying the impacts of the virtual environment on personal self-realization is relevant in the modern world due to the fact that this environment becomes quite significant, and sometimes dominant, in the realities of the information society. Achievements reached during the intensive use of virtual space can cause an increase in the subjective evaluation of the self-realization gained, with a low objective self-realization level.

Key words: self-realisation, actualization, virtual space, youth age, Internet addiction, personality.

В останні роки дослідницький інтерес до проблеми самореалізації особистості різко зріс як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології. Вивченням самореалізації особистості займалися представники різних психологічних шкіл, як вітчизняних, так і зарубіжних, таких як психоаналіз, неофрейдизм, гуманістична школа та ін.

Загалом теоретичні проблеми дослідження самореалізації полягають у тому, що при величезному різноманітті теоретичних підходів до її розуміння сьогодні в науці не існує не тільки теорії самореалізації, але і якогось єдиного підходу до визначення цього поняття. Отже, для подальшого емпіричного дослідження був вибраний підхід гуманістичної психологічної школи, а отже, поняття самореалізації використовувалось в розумінні самоактуалізації.

Взаємодія з інформаційними ресурсами, джерелами, технічними засобами інформації, інформаційними мережами посту-

пово проникає в усі сфери життєдіяльності, розширюючи життєвий простір особистості, даючи нові можливості розвитку та являючи собою нові бар'єри й небезпеки для особистості.

Людина самореалізується в різних сферах життєдіяльності. До найбільш важливих із них можна віднести роботу, дружбу, сім'ю, спілкування, захоплення. Самореалізація як свідомий і активний процес можлива тоді, коли особистість усвідомлює свої інтереси, потреби та здібності, які вона опредметнює в практичній діяльності. Життя індивіда – це безперервний ланцюг актів самореалізації, істотно різних за масштабом і суспільним значенням

Глобалізація та інформатизація сучасного світу, формування інформаційного суспільства спричиняє зміну особистості сучасної людини. Зважаючи на інформатизацію суспільства, важливим є питання щодо самореалізації особистості саме у

віртуальному просторі та зв'язку між рівнем самореалізації в реальному та віртуальному світах.

Самореалізація особистості розглядається як одна з основних цінностей життєдіяльності кожної людини, що відбиває її прагнення якнайповніше проявити свої здібності та потенціали й втілити їх у процесі продуктивної діяльності. Віртуальний простір є сьогодні активно освоюваним «середовищем проживання» людини. Отже, він ініціює нові форми прояву самоорганізації людини, створює нові сфери самовираження та самореалізації особистості. Вплив віртуального середовища може мати як позитивний, так і негативний характер.

Інтернет сам по собі не є «поганим» чи «добрим», якщо взагалі можна говорити про таке глобальне явище у моральних категоріях. Усе залежить від людини, яка його використовує. Для когось він може бути ідеальним дослідницьким інструментом, для іншого – захоплюючим віртуальним світом, а ще для когось стане хворобливою пристрастю, манією.

«Кіберпростір – один зі способів зміни стану свідомості. Кіберпростір і все, що в ньому відбувається, видається реальним – часто навіть більш реальним, ніж сама реальність», – каже американський психолог Дж. Сулера [5].

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив інтернет-залежності на суб'єктивний рівень самореалізації.

Методи дослідження. Для розв'язання поставленого завдання використано: теоретичні методи, такі як теоретико-методологічний аналіз проблеми, категоріальний аналіз, систематизація, аналіз, узагальнення даних, аналіз психологічної, педагогічної літератури, класифікація, узагальнення для з'ясування змісту базових понять дослідження; емпіричні методи – тестування, спостереження; статистичні методи для здійснення якісного та кількісного аналізу результатів дослідження.

У цій роботі самореалізація у віртуальному просторі буде розглядатися на матеріалах юнацького віку. Цьому віку властиві рефлексія та самоаналіз. Юнацький вік характеризується підвищеною емоційною збудливістю (неврівноваженість, різка зміна настрою, тривожність тощо). Водночас чим старше юнак, тим сильніше виражено поліпшення його загального емоційного стану. Розвиток емоційності в юності тісно пов'язаний з індивідуально-особистісними властивостями людини, її самосвідомістю, самооцінкою. У цей час відбувається становлення сталої самосвідомості та ста-

більного образу «Я» особистості – центрального психологічного новоутворення юнацького віку [1; 2]

Встановлено, що в юнацькому віці найбільш суперечливим чином перетинається минуле, сьогодення та майбутнє. Саме почуття безперервності свого «Я», наступності в часі піддається випробуванню. Сприйняття власного психологічного часу стає вельми напруженим, а те, як воно сприймається, – важливим фактором, що визначає внутрішню картину становлення особистості. Крім того, зміна юнацької самосвідомості пов'язана з підвищенням значущості власних цінностей. Цінності відіграють величезну роль у формуванні особистості. Юнацький вік несе в собі кризовість, зміст якої і пов'язаний зі становленням процесів самовизначення, рефлексії, способів самореалізації в соціальному просторі.

Експериментальна база дослідження. У дослідженні брали участь особи юнацького віку: ученики випускних класів, студенти різних ВНЗ міста Києва, у тому числі Київського національного економічного університету, Університету «Крок», Національного університету «Києво-Могилянська академія», Київського національного університету будівництва і архітектури, Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Національного авіаційного університету, Національного університету харчових технологій, Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Національного університету державної податкової служби України, працівники різних сфер із неповною та базовою вищою освітою. Дослідження проводилось за участі 223 досліджуваних.

Дослідження впливів віртуального середовища на самореалізацію людини є актуальним у сучасному світі у зв'язку з тим, що це середовище стає досить значущим, а іноді й панівним, у реаліях інформаційного суспільства. Наукова новизна цієї роботи полягає у вивченні певних зв'язків між психічними явищами, такими як самореалізація та інтернет-залежність, на нових об'єктах, а саме особистостях юнацького віку [3].

Перша методика, яка буде використана в дослідженні, – тест для діагностики інтернет-залежності Кімберлі Янг [4].

Обговорювати феномен інтернет-залежності почали відносно недавно. У 1994 році психіатр Кімберлі Янг розробила та помістила на веб-сайті спеціальне опитування й незабаром одержала майже 500 відповідей, автори 400 з яких були визнані відповідно до обраного критерію інтернет-залежними. У 1997–1999 роках були створені



дослідницькі та консультативно-психотерапевтичні веб-служби з цієї проблематики.

Самоактуалізація особистості визначалася за методикою «Самоактуалізаційний тест» (САТ) (модифікація теста Е. Шострома авторським колективом кафедри соціальної психології МДУ (Ю. Алешина, Л. Гозман, М. Заїка, М. Кроз)). Самоактуалізаційний тест складається з 126 пунктів, кожен із яких містить два судження ціннісного чи поведінкового характеру. САТ вимірює самоактуалізацію за двома базовими та рядом додаткових шкал. Базовими є шкали «Компетентність в часі» і шкала «Підтримка».

Вимірювані параметри: компетентність у часі; самопідтримка; цінність самоактуалізації; гнучкість поведінки; реактивна чутливість; спонтанність; самоповагу; самоприйняття; прийняття природи людини; синергія; прийняття власної агресії; контактність; пізнавальні потреби; креативність.

САТ вимірює самоактуалізацію за двома незалежними одна від одної базовими шкалами (орієнтації в часі та підтримки) і 12 додатковими.

Базові шкали.

Шкала орієнтації в часі (ОВ). Високий бал за цією шкалою свідчить про здатність людини жити сьогоднішнім (переживати поточний момент свого життя у всій його повноті, а не просто як фатальний наслідок минулого або підготовку до майбутнього «справжнього» життя) і відчувати нерозривність минулого, сьогоднішнього та майбутнього (бачити своє життя цілісним).

Низький бал за шкалою означає орієнтацію людини лише на один із відтинків тимчасової шкали (минуле, сьогоднішнє або майбутнє) і (або) дискретне сприйняття свого життєвого шляху.

Шкала підтримки (П). Вимірює ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від впливу ззовні («внутрішня/зовнішня підтримка»). Людина, що має високий бал за цією шкалою, незалежна у своїх вчинках, прагне керуватися в житті власними цілями, переконаннями, установками та принципами, що не означає ворожості до інших і конфронтації з груповими нормами. Вона вільна у виборі, не схильна до зовнішнього впливу («зсередини направлена» особистість).

Низький бал свідчить про високий ступінь залежності, конформності, несамостійності суб'єкта («ззовні направлена» особистість), зовнішній локус контролю.

У розробці тесту не були однозначно визначені норми для високого, середнього та низького рівнів самоактуалізації. Проте вважається, що показники САТ у самоактуалізованій особистості в жодному разі не повинні «зашкалювати». Граничні значення свідчать про занадто сильний вплив на результати фактора соціальної бажаності або про прагнення випробовуваних виглядати в найбільш сприятливому світлі (таке явище Е. Шостром назвав «псевдосамоактуалізацією»). Практика показала, що «діапазон самоактуалізації» перебуває в межах «вище середнього». Низькі шкальні оцінки характерні для людей, хворих на невротизм,

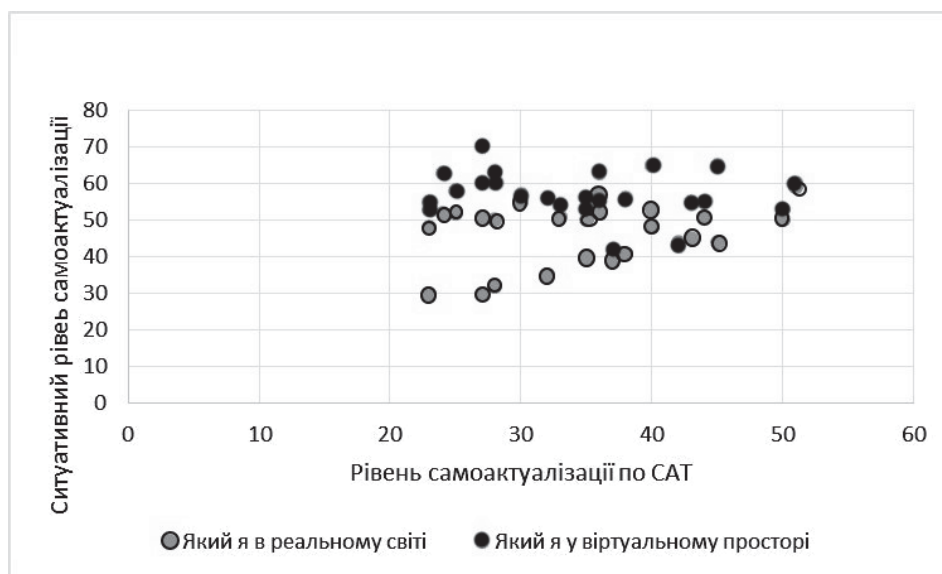


Рис. 1. Графічне зображення показників тесту діагностики ситуативної самоактуалізації та самоактуалізаційного тесту (САТ) для групи з 26 осіб

з різними формами граничних психічних розладів. У психічну та статистичну норму потрапляє 68% всього населення, і тільки у 16% результат перевищує 60 або не досягає 40. Значення вище 70 або нижче 30 спостерігаються тільки у 2,3% людей.

Ще одна методика, яка використовувалася в дослідженні, – методика діагностики ситуативної самоактуалізації особистості. Ситуації можуть бути взяті на розсуд дослідника. Отже, для дослідження використовувалися такі ситуації: «який я в реальному світі» та «який я у віртуальному світі».

Нами висунуто таку гіпотезу: здобутки, отримані під час інтенсивного використання віртуального простору, можуть викликати підвищення суб'єктивної оцінки досягнutoї самореалізації.

Були розглянуті дані для вибірки респондентів юнацького віку, чиї показники за методикою Кімберлі Янг перевищили 49 балів, та їхні показники за методикою САТ.

За результатами було сформовано дві вибірки:

1. Перша складалась із 24 осіб, до яких увійшли респонденти, які навчаються та

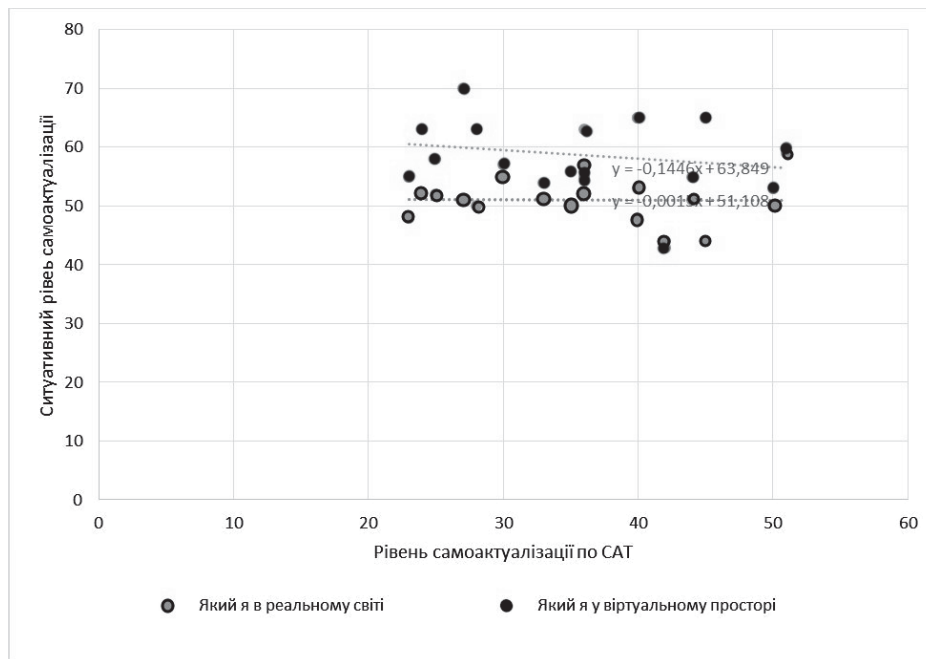


Рис. 2. Графічне зображення для першої підгрупи

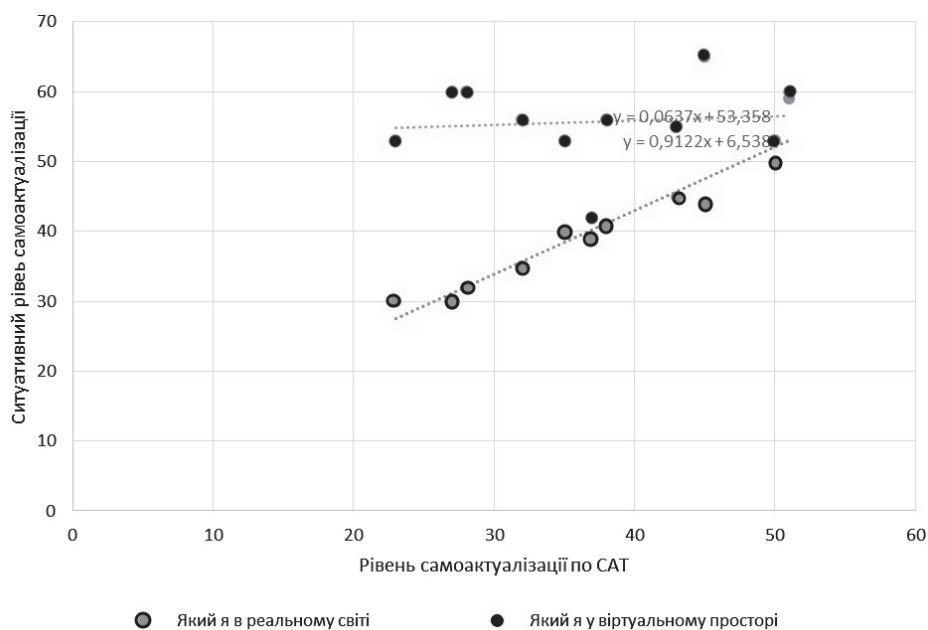


Рис. 3. Графічне зображення для другої підгрупи



працюють або лише навчаються у ВНЗ і мають середній бал вище 4 (за п'ятибальною системою)

2. Друга складалась із 26 осіб, до яких увійшли респонденти, які не навчаються та не працюють, навчаються та мають дуже низький бал, не навчаються та незадоволені своєю роботою.

Розглянемо показники тесту діагностики ситуативної самоактуалізації та самоактуалізаційного тесту (САТ) для групи з 26 осіб.

Зобразимо дані на графіку на рис 1, де на осі абсцис будуть відзначатись показники рівня самоактуалізації по САТ, а на осі ординат – показники ситуативної самоактуалізації.

Аналізуючи графік, можна побачити дві тенденції. Перша з них характеризується тим, що зі зниженням рівня самоактуалізації (від середнього рівня та нижче) характеристика ситуативної самоактуалізації в реальному та віртуальному світах залишається майже незмінною та на досить високому рівні. Друга – характеризується тим, що зі зниженням рівня самоактуалізації характеристика ситуативної самоактуалізації в реальному світі також знижується, а у віртуальному світі – залишається незмінно на рівні вище середнього.

Щоб детальніше проаналізувати ці дві тенденції, поділимо групу респондентів на дві підгрупи та проаналізуємо отримані графіки.

На рис. 2 зображено підгрупу, що характеризується першою тенденцією. Тут мож-

на говорити про те, що особи з об'єктивно низьким рівнем самоактуалізації та високим рівнем ситуативної самоактуалізації у віртуальному світі можуть бути схильні до підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації в реальному житті.

На рис. 3 зображено підгрупу, що характеризується другою тенденцією. Тут можна говорити про те, що особи з об'єктивно низьким рівнем самоактуалізації та високим рівнем ситуативної самоактуалізації у віртуальному світі об'єктивно оцінюють свій низький рівень самоактуалізації у реальному житті та не мають схильності до підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації.

Отже, можна зробити висновок про те, що є незалежна змінна (або група змінних), які впливають на суб'єктивну оцінку особи. Для виявлення таких змінних у першому та другому випадках повинно бути проведено окреме дослідження. У межах нашої роботи можна лише зробити висновок про те, що досягнення, отримані під час інтенсивного використання віртуального простору, можуть викликати підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації в окремих випадках.

Розглянемо показники тесту діагностики ситуативної самоактуалізації та самоактуалізаційного тесту (САТ) для групи з 24 осіб.

Зобразимо дані на графіку на рис. 4, де на осі абсцис будуть відзначатись показники рівня самоактуалізації по САТ, а на осі ординат – показники ситуативної самоактуалізації.

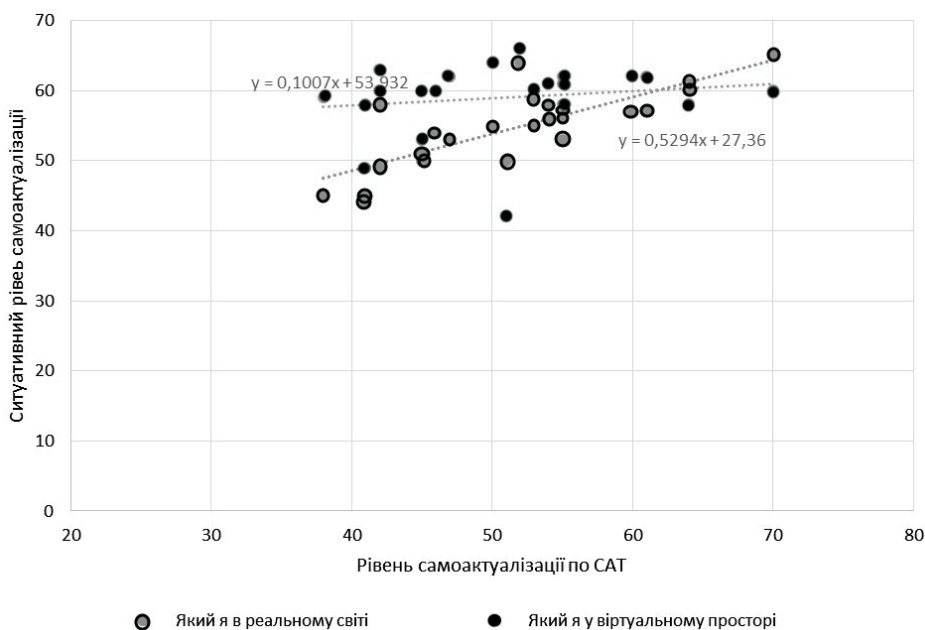


Рис 4. Графічне зображення якісних показників тесту діагностики ситуативної самоактуалізації та самоактуалізаційного тесту (САТ) для групи з 24 осіб

На рис. 4 зображено групу з високим рівнем самоактуалізації. Тут можна говорити про те, що особи з рівнем самоактуалізації вище середнього та високим рівнем ситуативної самоактуалізації у віртуальному світі об'єктивно оцінюють свій рівень самоактуалізації в реальному житті та не мають схильності до підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації.

Висновок. У результаті проведеного дослідження було встановлено, що досягнення, отримані під час інтенсивного використання віртуального простору, можуть викликати підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації при низькому рівні об'єктивного рівня самореалізації у 62% випадків. Фактори, які впливають на розбіжність об'єктивного та суб'єктивного рівня, потребують додаткового вивчення та аналізу. Особи з рівнем самоактуалізації вище середнього та високим рівнем ситуативної самоактуалізації у віртуальному

світі об'єктивно оцінюють свій рівень самоактуалізації у реальному житті та не мають схильності до підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самореалізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Водянова Н.В. Самореализация личности в пространстве Интернета: философско-антропологический аспект : автореф. дис. ... канд. филос. наук / Н.В. Водянова. – Челябинск : ЧГАКИ, 2009. – 22 с.
2. Трофімов Ю.Л. Психологія : [підручник] / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова. – К. : Либідь, 2001. – 560 с.
3. Турецька Х. Інтернет-залежність як предмет психологічного дослідження / Х. Турецька // Вісник Львівського університету. – Львів, 2007. – Вип. 10. – С. 365–375
4. Янг К. Діагноз – інтернет-залежність / К. Янг [Електронний ресурс]. – Режим доступу : www.narcom.ru/ideas/common/15.html.
5. Suler J. Computer and Cyberspace Addiction (orig. pub. 1996) [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.rider.edu/~suler/psy cyber/cybaddict.html>.

УДК 159.923.2

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ РЕФЛЕКСІЇ В МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ НА РАННІХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Грінцова О.М., к. психол. н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології

Педагогічний інститут Київського університету імені Бориса Грінченка

У статті проаналізовано психологічні особливості екзистенційної рефлексії. Висвітлено результати експериментального вивчення екзистенційної рефлексії у студентів, майбутніх педагогів, за допомогою авторської методики.

Ключові слова: *рефлексія, екзистенційна рефлексія, юнацький вік, особистість, педагогічна професія.*

В статье проанализированы психологические особенности экзистенциальной рефлексии. Представлены результаты экспериментального изучения экзистенциальной рефлексии у студентов, будущих педагогов при помощи авторской методики.

Ключевые слова: *рефлексия, экзистенциальная рефлексия, юношеский возраст, личность, педагогическая профессия.*

Grinova O.M. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EXISTENTIAL REFLECTION OF FUTURE TEACHERS ON EARLY STAGES OF PROFESSIONAL TRAINING

Special features of existential reflection are analyzed in the article. Results of experimental research of existential reflection of students, future pedagogues, with author's methodic are represented.

Key words: *reflection, existential reflection, youth, personality, pedagogical profession.*

Постановка проблеми. Стрімкі соціально-економічні зміни в Україні на початку XXI століття, значна соціально-економічна нестабільність, масове зубожіння населення проявляються на особистісному рівні в переживанні значною кількістю громадян невпевненості в перспективах свого май-

бутнього, розчаруванні у своєму житті загалом, зниженні самооцінки, низці негативних емоційно-особистісних явищ (стресах, фрустрації, тривожності тощо), гальмуванні ціннісно-сміслового розвитку та ін.

За таких умов особливої соціальної значущості набуває проблема екзистенційного