

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
ННІ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
Кафедра загальної, вікової та соціальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітнього ступеня «бакалавр»

на тему

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО
ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ**

студента IV курсу, 41 групи

Напряму підготовки 053 Психологія

Гаєвого Олександра Миколайовича

Керівник: к. псих. н., доц.

Примак Юлія Володимирівна

Оцінка: Національна шкала _____

Кількість балів _____ ECTS _____

Голова ЕК _____

Чернігів 2024

Студент _____

Підпис

П.І.Б.

Наук. керівник _____

Підпис

П.І.Б.

Рецензент _____

Підпис

П.І.Б.

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри загальної, вікової та соціальної психології, протокол № 9 від «27» травня 2024 року. Студент допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри _____

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ.....	6
1.1. Емоційний інтелект у представників юнацького віку.....	6
1.2. Феномен Інтернет-залежності та його характеристика	9
1.3. Емоційна сфера користувачів інтернету.....	12
Висновки до першого розділу	16
 РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ.....	18
2.1. Організація та методи дослідження	18
2.2. Характеристика вибірки.....	22
2.3. Аналіз отриманих результатів	23
2.4. Лекція на тему «Явище кібербулінгу, його особливості та різновиди».....	29
Висновки до другого розділу	34
 ВИСНОВКИ	36
 ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	38
 ДОДАТКИ.....	43

ВСТУП

Актуальність теми. Є низка причин чому обрану тему можна вважати актуальною. По-перше, щодня інтернет розвивається і стає все більш привабливим способом провести вільний час. Це привертає увагу як старшого, так і молодого покоління. По-друге, поява в онлайн-просторі нових легких методів отримати задоволення передбачає те, що люди різного віку витрачатимуть більшу кількість годин на нього і повертатимуться до нього частіше. Це, а також емоційне резонування, можливість пережити задоволення, нехай і віртуальне, разом матиме сильніший вплив на свідомість користувачів. Згадане може призвести до появи інтернет-адикції. Особлива небезпека існує для осіб юнацького віку. Отже, доцільним буде дослідити особливості емоційного інтелекту молоді, схильної до інтернет-адикції.

Об'єкт дослідження: феномен емоційного інтелекту.

Предмет дослідження: особливості емоційного інтелекту, схильних до інтернет-адикції осіб юнацького віку.

Мета дослідження – вивчення особливостей емоційного інтелекту юнаків та юнок, що є схильними до інтернет-залежності.

Згідно з поставленою метою було визначено **основні завдання дослідження:**

- 1) Здійснити теоретичний аналіз змісту понять «емоційний інтелект», «залежність», «Інтернет-адикція» та «схильність до Інтернет-залежності».
- 2) Розкрити особливості емоційного інтелекту у представників юнацького віку, схильних до інтернет-залежності.
- 3) Організувати та провести емпіричне дослідження особливостей емоційного інтелекту молоді, схильної до Інтернет-залежності.
- 4) Здійснити кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

5) Розробити просвітницьку лекцію на тему «Явище кібербулінгу, його особливості та різновиди».

Теоретико-методологічною основою дослідження стали наукові розвідки вітчизняних (С. Бужинська, Н. Коврига, Л. Корсун, К. Кривошей, Е. Носенко, О. Чебикін) та зарубіжних (Д. Гоулман, А. Голдберг, М. Гріфітс, Р. Девіс, Д. Карузо, Дж. Майер, М. Орзак, П. Саловей, Н. Холл, К. Янг) вчених.

Методи дослідження. У ході дослідження було використано комплекс таких методів:

1. Методи теоретичного аналізу проблеми (аналіз, узагальнення й систематизація) застосовано для узагальнення теоретико-методологічних засад дослідження феномена емоційного інтелекту в контексті схильності до інтернет-залежності в осіб юнацького віку.

2. Емпіричні методи: анкетування – для збору соціально-психологічної інформації щодо характеристики особливостей емоційних станів під час онлайн-діяльності (авторська анкета); психодіагностичне тестування – для визначення особливостей використання інтернет-ресурсів, а також складових емоційного інтелекту (тест на Інтернет-залежність К. Янг, тест емоційного інтелекту Н. Холла, діагностика емоційної зрілості О. Чебикіна).

3. Кількісний аналіз результатів проводився за допомогою математико-статистичних методів обробки емпіричних даних: первинного статистичного аналізу, кореляційного аналізу (r-Пірсона) (IBM SPSS Statistics for Windows 29.0), а також контент-аналізу. Були використані й методи якісного аналізу результатів.

Представлена робота дозволяє поглибити розуміння феномена емоційного інтелекту юнацтва, схильного до інтернет-залежності. Отримані результати дослідження можуть бути використані для реалізації заходів, спрямованих на розвиток компонентів емоційного інтелекту задля кращої

адаптації молодих людей сучасності, котрі перебувають під впливом Інтернет-простору.

Структура роботи зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (43 найменування, серед них – 5 англомовних і 3 польськомовних) та додатків.

У першому розділі наведено результати теоретичного аналізу поняття емоційного інтелекту, проаналізовано сутність феномена Інтернет-адикції, описано особливості емоційного інтелекту, які впливають на утворення Інтернет-залежності в юнацькому віці. У другому розділі міститься опис власне процедури емпіричного дослідження, наводяться отримані результати, їхній аналіз, а також представлена просвітницька лекція. Робота містить 2 рисунки, а також додатки. Загальний обсяг роботи – 58 сторінок.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

1.1 Емоційний інтелект у представників юнацького віку

Юнацький вік – період з 15 до 20 років. Для індивіда на цьому етапі особистісного становлення характерним є досягнення високого рівня інтелектуального розвитку, дослідження свого внутрішнього світу, формування повного образу «Я», усвідомлення своєї індивідуальності, а також визначення у життєвих та професійних цілях. Особа юнацького віку будує адекватні плани на життя, що, разом з перерахованими особливостями віку, вказує на перехід до періоду дорослості [28].

Для періоду юності властива особлива чутливість. Зокрема для емоційної сфери у цьому віці характерні не лише предметні, а й узагальнені почуття (почуття гумору, прекрасного, трагічного тощо). Вони відображають схильності особистості [3].

Як зазначають С. Бужинська та К. Кривошей, юнацький вік є важливим етапом розвитку установок щодо світу, комунікативних вмінь, особистісного та професійного самовизначення і емоційного інтелекту [33].

У цілому існують різні визначення поняття «емоційний інтелект». Так, С. Бужинська і К. Кривошей визначають його як вміння обробляти й використовувати інформацію, що надають емоції, а також розуміти їхні значення і зв'язок. Згідно з поглядами вчених, емоційний інтелект розвивається протягом життя через вплив різноманітних чинників, які формують індивідуальні особливості [33].

Згідно з концепцією Дж. Майєр, П. Саловей і Д. Карузо, емоційний інтелект – це вміння розуміти, розпізнавати свої та чужі емоції й почуття і

використовувати інформацію, яку вони надають, для організації діяльності й мислення [27].

Н. Холл поділяв трактування емоційного інтелекту, яке навели вищезгадані вчені. Такі погляди на розуміння досліджуваного феномена стали підґрунтям для створення опитувальника «Емоційний інтелект» Н. Холла [26].

Вищезазначені вчені виділяють 4 компоненти емоційного інтелекту:

1. визначення емоцій;
2. користування емоціями;
3. розуміння емоцій;
4. управління емоціями [19].

Д. Гоулман визначає цей вид інтелекту як здібність інтерпретувати емоції інших та свої з метою досягнення власних цілей. Відповідно до поглядів Е. Носенко та Н. Ковриги, емоційний інтелект – це вміння розуміти емоції, що забезпечує здатність протистояти стресу та легко адаптуватися, що заразом дозволяє досягти успіху в певній діяльності [27].

Поняття «емоційний інтелект» визначають як низку здібностей, що дозволяють осмислювати свої та чужі почуття, а також керувати власною емоційною сферою [13].

Деякі науковці використовують поняття «емоційна компетентність», визначення якого збігається з вищенаведеними визначеннями «емоційного інтелекту». Вони визначають її як перелік навичок, що допомагають регулювати стосунки, завдяки правильній інтерпретації емоцій своїх та оточуючих [22].

Зауважимо, що важливо розрізняти поняття «емоційний інтелект» та «емоційна зрілість». Так, перший термін передбачає розкриття інтелекту в емоційній сфері особистості, другий – віддзеркалює адекватність вираження емоцій у відповідних ситуаціях. Заразом слід зазначити, що деякі вчені використовують ці два поняття як синоніми, оскільки існують властивості, що характерні для їх обох [32].

Зокрема О. Чебикін трактує емоційну зрілість як якість особистості, що виражає рівень розвитку емоційної сфери, який передбачає здатність адекватно виражати свої емоції у відповідних ситуаціях. Це поняття включає в себе емоційну експресивність, емоційну саморегуляцію та емпатію [1].

Відмітимо, що наявність у людини високого рівня емоційного інтелекту передбачає:

1. розвинені організаторські здібності;
2. високу стресостійкість та адаптивність;
3. здатність протидіяти негативному впливу;
4. вміння розпізнавати загрози й адекватно діяти в ситуаціях небезпеки [2].

Водночас для людей з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту характерним є:

1. проблемна поведінка (агресивна, адиктивна тощо);
2. підвищена особистісна тривожність;
3. низька самооцінка [2].

Науковці зауважують, що розвинена емоційна сфера дозволяє тримати рівновагу між емоційним та раціональним, розуміти себе та свої потреби, будувати план поведінки, а також плани на майбутнє життя [14].

Так, науковці, досліджуючи особливості емоційного інтелекту у представників юнацького віку, виявила що:

- 1) Навичка керування емоціями позитивно оцінюється іншими людьми.
- 2) Якщо людина має погано розвинений емоційний інтелект, то її популярність у колективі знаходиться на низькому рівні.
- 3) Розвинені якості емоційного інтелекту сприяють комунікаціям з однолітками та іншими людьми. У спілкуванні на високий його рівень вказують покірливість, здатність йти на компроміси, конформність та щирість.

4) Такі особистісні якості як емпатійність, чуйність, відповідальність, терпимість і поступливість тісно пов'язані з добре розвиненим емоційним інтелектом.

5) Чим вище рівень вміння управління емоціями, тим більш позитивно юнак ставиться до інших і спрямований на співпрацю.

6) Розвинений емоційний інтелект підвищує здатність до навчання, а також допитливість [15].

Отже, емоційний інтелект – це вміння людини керувати своїми емоціями, а також розуміти їх у себе й оточуючих людей. Високий рівень його розвитку позитивно впливає на якість життя, діяльність і спілкування. В юнацькому віці розвинутий емоційний інтелект дає можливість будувати стосунки з однолітками, протистояти стресу, легко адаптуватися до незвичних ситуацій, а також проявляти себе як цілісну і зрілу особистість. Заразом важливо розглянути феномен Інтернет-залежності, щоб в подальшому визначити особливості емоційного інтелекту в осіб юнацького віку, що мають схильність до інтернет-залежності.

1.2 Феномен Інтернет-залежності та його характеристика

Вперше дискусія щодо Інтернет-залежності відбулася у 1994 р. Поштовхом до неї виступило створення К. Янг тесту-опитувальника на виявлення схильності до цього виду адикції [18]. Зокрема, дослідниця розуміла Інтернет-залежність як розлад імпульсивного контролю, що характеризується проблемами з регулюванням бажання онлайн-діяльності [8].

Інші вчені, які вивчали феномен Інтернет-залежності, наводять різні визначення. Так, згідно з поглядами М. Гріффітса, Інтернет-адикція – це технологічна поведінкова залежність, що передбачає відсутність контролю часу, проведеного в мережі, та ігнорування негативних наслідків, викликаних нею. Відповідно до позиції Р. Девіса, Інтернет-залежність – це дезадаптивні когніції, що передбачають проблемне використання мережі [8].

Сьогодні дана адикція не є визнаним самостійним захворюванням [17]. Представники АПА (Американської психіатричної асоціації) не дійшли висновку щодо того, чи потрібно офіційно визнати Інтернет-залежність психічною хворобою. Водночас у Австралії, Китаї, Японії, Італії, Тайвані, Індії та Південній Кореї дана адикція внесена до переліку психічних захворювань. Допомогу в її подоланні надають психологи і психіатри. В Україні вирішення цієї проблеми перебуває на етапі розробки [21].

Заразом наявність у людини Інтернет-залежності передбачає перелік негативних наслідків для неї:

1. Підвищена стомлюваність.
2. Проблеми з академічною та професійною діяльністю.
3. Зниження якості зору.
4. Слабкий імунітет.
5. Порушення режиму та якості сну [40].

Інтернет-адикція має низку симптомів. Так, згідно з І. Голдбергом, якщо для людини характерні мінімум три з нижчезазначених ознак, то це свідчить про наявну в неї онлайн-залежність:

- Якщо людина не підключена до мережі деякий час, у неї може проявлятися підвищена тривога, психомоторне збудження, з'являтися нав'язливі думки про Інтернет. При доєднанні до мережі всі симптоми зникають.
- Інтернет часто використовується більше часу, ніж планувалося до того.
- Навіть якщо людина знає про своє проблемне використання мережі, вона продовжує бути онлайн, що заразом негативно впливає на її соціальну та професійну діяльність і відпочинок, які зменшуються у часі чи взагалі зникають.
- Безуспішні спроби зупинити використання Інтернету або почати контролювати сам процес, при постійному бажанні цього.

- На діяльність в Інтернеті витрачається багато часу [23].

Всі залежності мають свої особливості, які проявляються на фізіологічного рівні. Інтернет-адикція не є виключенням. Відповідно до поглядів М. Орзак, досліджувана залежність має низку фізіологічних ознак. До них можна віднести біль у спині, мігрень, сухість в очах, занедбання гігієни, ігнорування сну та прийомів їжі. Ще одним фізіологічним симптомом виступає пошкодження нервових стовбурів, які викликані перенапруженням м'язів руки [31].

Продовжуючи наукове дослідження проблеми Інтернет-залежності, науковці почали виділяти та описувати її різні форми. Так, зокрема, Р. Девіс виокремив два варіанти прояву Інтернет-залежності. Специфічна форма, коли Інтернет посередником, який надає можливість використовувати той чи інший контент. Неспецифічна форма являє собою використання мережі без визначеної мети [42].

Американською дослідницею К. Янг були виокремлені такі види Інтернет-адикції:

1. Ком'ютерна залежність, коли у людини присутнє бажання працювати за комп'ютером, яке неможливо перебороти.
2. Кіберсексуальна адикція, яка передбачає обговорення тем, пов'язаних з сексом, а також відвідування сайтів з порнографічним контентом.
3. Кіберкомунікативна залежність – патологічне бажання спілкуватися в соціальних мережах, чатах, онлайн-іграх, на різноманітних форумах.
4. Перевантаження інформацією – людина схильна до електронного шопінгу та аукціонів, азартних ігор в Інтернеті.
5. Компульсивне використання мережі – неконтрольоване використання Інтернету, що передбачає пошук різноманітної інформації [5].

Зауважимо, що вік і стать не є головними чинниками, які можуть сприяти виникненню Інтернет-адикції, але водночас вчені заявляють, що

найбільший відсоток залежних прослідковується у представників підліткового та юнацького віку [12].

Задля кращого розуміння процесу утворення адикції слід визначити етапи її формування. Так, Л. Корсун виділяє п'ять послідовних стадій:

1. При використанні Інтернету у людини покращується емоційний стан (наприклад, відчувається радість, підвищується настрій). Утворюється настанова, що через звернення до онлайн-активностей можна покращити свій стан.
2. Виникає систематичність у поверненні до адиктивного агента.
3. Звернення до активності в Інтернеті стає звичною формою поведінки.
4. Адиктивна поведінка стає домінуючою.
5. На цьому етапі психіка та біологічні процеси починають руйнуватися [29].

У статті С. Войцек та К. Макарук «Nadużywanie internetu przez młodzież» наведено особистісні якості, які сприяють виникненню інтернет-залежності. До таких характеристик автори відносять високий рівень тривожності, інтровертованість, невпевненість у собі, низьку самооцінку, нейротизм, сором'язливість. Такі характеристики утруднюють встановлення зв'язків з однолітками та іншими людьми, а тому створюють перешкоди для розвитку емоційного інтелекту [43]. Так, згадані особистісні якості роблять вразливими юнаків та юнок до загроз, які має в собі онлайн-простір. Прикладом такої небезпеки може виступати кібербулінг. Як зазначають К. Król та А. Zawadzki, частіше жертвами цькування в інтернеті стають особи, які не вписуються в рамки груп однолітків; що мають низьку самооцінку, надмірну тривожність, невпевненість у собі, сором'язливість тощо [41].

Отже, інтернет-адикція це неконтрольне використання Інтернету людиною, яка ігнорує його негативний вплив. Як і кожна залежність, Інтернет-адикція має свої симптоми та форми прояву. Найчастіше

виокремлюють п'ять видів залежності. Особи, схильні до адикції, внаслідок своїх особистісних характеристик вразливіші до загроз онлайн-простору, зокрема кібербулінгу. Вікові періоди, у яких людина має найбільшу загрозу виникнення адикції – підлітковий та юнацький. У цих вікових періодах неабияк вразливою є емоційна сфера, відтак важливим стане її детальний розгляд (на прикладі емоційного інтелекту) у користувачів Інтернету.

1.3. Емоційна сфера користувачів інтернету

Науковці у всьому світі проводили дослідження того, який вплив використання Інтернету здійснює на емоційний інтелект. Результати, що вони отримали, мають багато спільного. Зокрема, Х. Хошахлаг та С. Фарамарзі під час вивчення зв'язку емоційного інтелекту з Інтернет-адикцією встановили, що низький його рівень корелює з цим видом залежності [37]. Результати досліджень Ya Mei Bai також підтверджують припущення про те, що неконтрольоване використання Інтернету співвідноситься з погано розвинутою емоційною сферою [39]. Юнаки мають більшу схильність до адикції, якщо їхній емоційний інтелект знаходиться на низькому рівні [11].

Науковці це пояснюють тим, що для розвитку даного виду інтелекту важливу роль відіграє безпосереднє спілкування, а юнаки та юнки, які надмірно користуються Інтернетом, схильні до комунікацій в мережі [16]. Надмірне користування Інтернетом представниками юнацького віку часто зумовлює у їхній поведінці несоціальні якості [38]. Заразом нездатність встановити адекватні міжособистісні стосунки призводить до повсякденних стресових ситуацій, які негативно впливають на стан людини. Нерідко, щоб подолати ці неприємні відчуття, юнаки та юнки ще частіше звертаються до використання мережі [36].

Окрім недостатньо розвинених комунікативних вмінь, для молоді, що нерационально використовує Інтернет, характерною є нездатність контролювати імпульсивність [38]. Відтак вони погано визначають емоції, не

вміють управляти ними. Також особи юнацького віку з адикцією мають проблеми у формуванні емоційного зв'язку з представниками старшого та свого віку [4]. Логічним є те, що проблема з визначенням емоцій свідчить про порушення на ранніх етапах розвитку емоційної сфери. В майбутньому це здійснює негативний вплив на інші навички – управління емоціями й емоційну обізнаність загалом.

У наукових розвідках відмічається, що особи із Інтернет-адикцією характеризуються нестабільністю. Також їм властиве переважання поганого настрою [6].

Так, науковці визначили, що інтернет-залежність здійснює вплив на емоційну сферу, провокуючи появу агресивних характеристик у поведінці, а також збільшуючи рівень тривожності [11].

Особам юнацького віку, які беруть участь у онлайн-активностях, характерні особливості, що здійснюють негативний вплив на їхній емоційний інтелект. Розглянемо їх детільніше:

1. Зниження рівня самооцінки.

Оцінка себе відбувається через кількість лайків та коментарів під своїми фото та постами і під світлинами й публікаціями інших.

2. Поява дратівливості та агресивності.

Вказані характеристики з'являються в наслідок обміну різноманітною інформацією з іншими користувачами.

3. Посилення негативних емоцій.

Дивлячись в інтернеті на життя інших людей, у юнака або юнки може з'являтися заздрість, незадоволеність собою та своїм життям тощо.

4. Відчуття «спостереження».

Під час онлайн-комунікацій має місце відчуття, що у співрозмовника відсутня зацікавленість, емоційний внесок у спілкування.

5. Відчуття соціальної самотності.

Внаслідок споживання інформації в Інтернеті, може з'явитися відчуття спустошення.

6. Соціальне перевантаження.

Через регулярне коментування різноманітних публікацій, відчуття залученості у проблеми інших юнак / юнка може відчувати втому від взаємодії з людьми [7].

Важливо наголосити також на тому, що у представників юнацького віку, що мають інтернет-залежність, майже відсутні вміння проявляти емпатію. Це проявляється у наступному:

- 1) Відсутність навичок створення довірчих стосунків.
- 2) Труднощі у співпереживанні іншим людям.
- 3) Відсторонення від міжособистісних контактів
- 4) Невміння передбачати поведінку інших [25].

Ще однією проблемою користувачів інтернету, що нездатні контролювати свою онлайн-активність, є відсутність навичок правильної інтерпретації невербальної інформації, тобто нерозуміння значень жестів, міміки, поз [25]. Вказані вище особливості юнаків та юнок, схильних до інтернет-залежності, вказують на якості, що властиві для осіб з низьким емоційним інтелектом.

Отже, представники юнацького віку, схильні до надмірного використання Інтернету, часто здатні демонструвати низький рівень емоційного інтелекту. Це проявляється через проблеми у встановленні міжособистісних стосунків, нездатності створити довірчі стосунки, невідмінні розрізняти емоції та керувати ними. Поведінка осіб юнацького віку може набувати агресивних та несоціальних рис. Представникам цього віку з Інтернет-залежністю властиві нестабільність, нездатність контролювати імпульсивність, а також частий поганий настрій.

Висновки до першого розділу

Емоційний інтелект – це вміння людини правильно інтерпретувати емоції, а також керувати ними й використовувати інформацію, що вони надають. Він включає в себе такі складові як визначення, користування, розуміння, управління власними емоціями та емоціями інших.

Низький рівень емоційного інтелекту передбачає проблемну поведінку, низьку самооцінку та високий рівень тривожності; високий – дає індивіду низку переваг: розвинені організаторські здібності, високу стресостійкість і адаптивність, можливість протидіяти негативному впливу й навички виявлення загроз. На розвиток даного виду інтелекту впливає низка чинників, в тому числі й нераціональне використання Інтернету.

Інтернет-залежність – це нехімічна адикція, що передбачає патологічне використання мережі і труднощі з контролем часу, проведеного онлайн. Визначають фізіологічні та психологічні симптоми, які вказують на її наявність у людини. Залежно від онлайн-діяльності індивіда виокремлюють п'ять видів залежності: комп'ютерна, кіберсексуальна, кіберкомунікативна інформаційна, компульсивна.

Інтернет-адикція має негативні наслідки для всіх сфер життя людини. Підлітковий та юнацький вік – періоди, представники яких мають найбільший ризик стати залежними. Особистісні якості схильних до адикції осіб роблять їх вразливішими до загроз кіберпростору.

Користувачам Інтернету, що використовують його ірраціонально, властивий низький рівень емоційного інтелекту. Для них характерні нездатність встановити довірчі стосунки, проблеми в комунікаціях з однолітками та старшими людьми, відсутність навичок керування та розуміння емоцій. Часто користувачі інтернету, які нераціонально використовують час онлайн, мають пригнічений настрій. Вони нестабільні та не вміють контролювати свою імпульсивність.

Теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту в осіб юнацького віку, схильних до інтернет-залежності, констатував та обґрунтував важливість його емпіричного дослідження.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

2.1. Організація та методи дослідження

Теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту в осіб юнацького віку, схильних до інтернет-залежності продемонстрував доцільність його дослідження. Щоб розв'язати завдання емпіричного дослідження, нами було підібрано комплекс таких взаємодоповняльних методів:

1. Тест на Інтернет-залежність К. Янг (Додаток А.2) [30].
2. Тест емоційного інтелекту Н. Холла (Додаток А.3) [35].
3. Діагностика емоційної зрілості О. Чебикіна (Додаток А.4) [35].

Також було створено й використано авторську анкету, яка включила в себе питання, що стосувалися особливостей використання інтернету, емоційного стану під час перебування в мережі, а також приблизної кількості годин на день, які респонденти витрачають на цю діяльність (Додаток А.1).

До того, як описати індивідуальні якості, властиві юнакам та юнкам, що схильні до інтернет-адикції, нами було відібрано респондентів із загальної вибірки, яких можна віднести до цієї групи задля реалізації виконання завдань представленого дослідження. Для цього ми використали «Тест на схильність до Інтернет-залежності» Кімберлі Янг. Методика включає в себе 20 питань, що оцінюються за 5-бальною шкалою, і дозволяє диференціювати із загальної кількості досліджуваних 4 групи: несхильних до інтернет-адикції, тих, що мають легкий, помірний, і високий ступінь схильності [30].

Кожен з рівнів має свої характеристики:

- 1) Відсутність схильності до інтернет-залежності/нормальне використання інтернету:

1. людина використовує Інтернет для роботи, навчання, спілкування та розваг, але це не заважає їй жити повноцінним життям;
 2. особа зберігає здатність контролювати час, який вона проводить у мережі;
 3. людина не нехтує своїми обов'язками на користь онлайн-діяльності;
 4. відсутність відчуття пригнічення або роздратування, коли немає можливості підключитися до мережі;
 5. людина каже правду щодо того, скільки часу вона проводить в інтернеті.
- 2) Легкий ступінь схильності до адикції:
1. на діяльність в інтернеті витрачається більше часу, ніж їй хотілося б;
 2. людина може нехтувати своїми обов'язками та реальним життям через онлайн-діяльність;
 3. коли немає можливості підключитися до мережі, можлива поява дратівливості та пригніченості.
- 3) Помірний ступінь схильності до залежності:
1. часто людина може брехати щодо того, скільки годин вона проводить онлайн;
 2. кількість часу, витраченого на онлайн-діяльність, може негативно впливати на повсякденне життя, оскільки особа може нехтувати своїми обов'язками;
 3. присутнє відчуття дискомфорту, пригніченості, роздратованості, коли довгий час немає можливості підключитися до мережі.
- 4) Надмірний рівень схильності до адикції:
1. неможливо уявити життя без інтернету;
 2. довга відсутність онлайн-активності викликає сильний дискомфорт, відчуття тривоги, пригніченості, роздратованості;

3. людина постійно нехтує своїми обов'язками, що руйнує її повсякденне життя та зв'язки з родиною і друзями;
4. інформація про кількість часу проведеного онлайн неправдива або приховується.

Для визначення рівня та особливостей емоційного інтелекту було використано «Тест емоційного інтелекту» Н. Холла [35]. Методика складається з 30 тверджень, кожне з яких відноситься до однієї з 5 шкал:

1. шкала "Емоційна обізнаність"(усвідомлення та розуміння своїх емоцій, обізнаність про свій внутрішній стан);
2. шкала "Управління своїми емоціями» (емоційна гнучкість, довільне керування своїми емоціями);
3. шкала "Самотивація"(управління своєю поведінкою, за рахунок розуміння емоцій);
4. шкала "Емпатія"(здатність співпереживати поточному емоційному стану іншої людини, а також готовність надати підтримку. Це вміння зрозуміти стан людини з міміки, жестів, відтінків мови);
5. шкала "Розпізнавання емоцій інших людей" (вміння розуміти та впливати на емоції інших людей).

Респонденти мали виразити ступінь своєї згоди з кожним із 30 висловлювань.

Для дослідження особливостей емоційної сфери й адекватності прояву емоцій у різних ситуаціях було використано тест «Діагностика емоційної зрілості» О. Чебикіна. Дана методика містить 42 твердження, які відносяться до однієї з чотирьох шкал: «Емоційна експресивність», «Емоційна саморегуляція», «Емпатія» та шкала щирості. Кожна з них, окрім останньої, поділяється на дві підшкали, що характеризують особистісний («Інтро-») та міжособистісний («Екстра-») рівні прояву емоційної зрілості [35]. Шкала «Експресивність» передбачає оцінку зовнішнього прояву емоцій, їхнє відображення через міміку, вміння ділитися ними з оточуючими. «Саморегуляція» характеризує вміння людини керувати своїми емоціями,

показуючи потрібні й приховуючи небажані, відповідно до ситуації, таким чином здійснюючи вплив на свою поведінку та інших. Шкала «Емпатія» передбачає оцінювання здатності людини аналізувати емоційні стани оточуючих та правильно використовувати цю інформацію.

Емпіричне дослідження включало в себе п'ять етапів:

1. Підбір методик, створення анкети та організація емпіричного дослідження.
2. Формування вибірки для участі в емпіричному дослідженні.
3. Проведення дослідження. Вивчення індикаторів емоційного інтелекту у представників юнацького віку, схильних до інтернет-залежності.
4. Кількісний та якісний аналіз результатів.
5. Формулювання висновків за результатами проведеного дослідження, а також написання просвітницької лекції.

На основі отриманих результатів формувалася комп'ютерна база даних, обробка якої дала змогу зробити низку інтерпретацій і висновків щодо завдань представленої наукової розвідки. Критерієм визначеності даних стало використання методів математичної статистики із застосуванням пакету прикладних статистичних засобів (IBM SPSS 29.0 for Windows: процентильна статистика, кореляційний аналіз). Для обробки відповідей респондентів на запитання анкети було використано метод контент-аналізу.

Такий підхід забезпечив можливість отримати об'єктивну та вірогідну інформацію щодо особливостей, індикаторів емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до інтернет-адикції.

2.2. Характеристика вибірки і етапів дослідження

У дослідженні взяло участь 60 осіб, віком від 15 до 20 років: 85% жіночої (51 особа) та 15% чоловічої (9 осіб) статі. Це учнівська та студентська молодь з чернігівського регіону України. Організація та власне емпіричне дослідження проводилося на початку 2024 р.

Представлене дослідження ґрунтувалося на засадах добровільності, рандомності та анонімності. В поясненнях озвучувалася мета дослідження – вивчення соціально-психологічних особливостей сучасної молоді.

На першому етапі нами була складена анкета, а також підібрані методики для досягнення поставленої мети. Підібраний комплекс методик дозволив перейти до наступного кроку – створення гугл-форми, в якій були зазначені інструкції й питання, вищезазначеного діагностичного матеріалу. Використання подібного способу опитування респондентів дозволило провести дослідження у дистанційному режимі.

На другому етапі було визначено розмір вибірки, рандомно підібрано учасників дослідження, отримано згоду респондентів на участь у дослідженні.

На третьому етапі кожен з учасників дав відповіді на запитання анкети та діагностичних методик. Дослідження проводилося в онлайн-режимі. Отримана інформація дозволила вивчити індикатори та особливості емоційного інтелекту в осіб юнацького віку, схильних до інтернет-адикції.

На четвертому етапі нами було здійснено обрахунок результатів, а також їх якісний аналіз. Застосувавши метод контент-аналізу, було розглянуто відповіді на питання анкети. Отримані дані було занесено до комп'ютерної бази, з метою подальшого їхнього аналізу за допомогою методів математичної статистики.

На п'ятому етапі формулювалися висновки за результатами дослідження. Також було створено лекцію, метою якої є поширення знань про явище кібербулінгу, оскільки є більший ризик того, що молодь, схильна до інтернет-адикції, стане жертвами цькування в онлайн-просторі.

2.3. Аналіз отриманих результатів

Проаналізувавши отримані результати за методикою «Тест на схильність до Інтернет-залежності» К. Янг (Рис. 2.1), ми визначили наступне:

- 20% респондентів використовують інтернет у межах норми;
- у 38% досліджуваних спостерігається легкий ступінь схильності до адикції;
- відповіді 25% опитаних юнаків та юнок вказують на наявний у них помірний рівень схильності до залежності;
- 17% респондентам властиве надмірне використання інтернету.

Отримані результати дозволяють нам виявити та дослідити особливості емоційного інтелекту та використання інтернету особами юнацького віку, як схильних, так і не схильних до адикції.



За результатами аналізу відповідей, даних респондентами на перше питання анкети, було виявлено тенденцію до зростання кількості досліджуваних, які вважають інтернет гарним способом провести вільний час (Додаток Б.1). Такі міркування щодо інтернету має 81.7% осіб. Заразом відсоток досліджуваних, яким характерні подібні погляди, зростає відповідно

до рівня схильності до адикції (66.7% серед несхильних до залежності респондентів, 75% – з легким ступенем, 92.9% – з помірним, 100% – з надмірним). За допомогою критерію χ^2 було виявлено статистично значущі відмінності ($p \leq 0.001$) у відповідях на друге питання (Додаток Б.1.) між визначеними групами:

- 100% респондентів, які належать до категорії нормального використання інтернету, вважають, що в реальному світі цікавіше, ніж у мережі.
- 41.7% досліджуваних, яким характерна легка схильність до адикції, називають інтернет цікавішим місцем, ніж реальність.
- 64.3% опитаних з помірним ступенем схильності до залежності відповіли, що навколишній світ є менш цікавим, ніж онлайн простір.
- 90% юнаків та юнок, яким властивий надмірний рівень схильності до адикції, називають інтернет цікавішим, ніж реальність.

Можна висловити припущення, що зі зростанням схильності до інтернет-адикції у людини збільшується бажання втекти від нудної реальності, отримати задоволення в кіберпросторі. Тобто, чим більший ризик появи залежності, тим частіше зустрічатиметься явище ескапізму.

Використання критерію χ^2 дозволило виявити відсутність статистично значущих відмінностей за відповідями на третє питання анкети між групами досліджуваних (Додаток Б.1.). Також слід зазначити, що зі зростанням рівня схильності до адикції спостерігається зростання кількості респондентів, які забувають про проблеми, підключившись до мережі (33.3%, 37.5%, 42.9% і 70% відповідно). Застосування критерію χ^2 дало можливість виявити статистично значущі відмінності ($p \leq 0,05$) у відповідях на четверте питання (Додаток Б.1.). Зі зростанням рівня схильності до адикції, зростає й відсоток досліджуваних, у яких домінують позитивні емоції. Позитивний емоційний стан під час перебування онлайн мають 41.7% досліджуваних, які використовують інтернет у розумінні умовної норми; 79.2%, 76.6%, 100% у

юнаків та юнок з легким, помірним і надмірним рівнями схильності відповідно.

За допомогою критерію χ^2 було виявлено, що немає статистично значущих відмінностей у відповідях на п'яте питання між визначеними групами (Додаток Б.1.). З респондентів, які використовують інтернет в межах умовної норми, лише 58.3% зазначають, що негативний емоційний стан залишається незмінним, коли ті підключаються до мережі. У користувачів з легким (70.8%), помірним (78.6%) і надмірним (90%) ступенями схильності до адикції поганий настрій стає кращим.

Серед всіх опитаних юнаків та юнок не виявлено осіб, які б відчували негативні емоції під час перебування онлайн (Додаток Б.1.). У 58.3% респондентів без схильності до інтернет-залежності переважає нейтральний емоційний стан незалежно від ситуації. Позитивні емоції домінують у представників юнацького віку, які мають легкий (70.8%), помірний (78.6%) та надмірний (90%) рівні схильності за будь-яких обставин. Це може свідчити про властивий схильним до адикції юнакам та юнкам ескапізм. Тобто вони використовують онлайн-простір, щоб втекти від нудної реальності, відчути позитивні емоції, отримати те, чого не можуть в реальному житті. Інтернет-ресурси дають схильним представникам юнацтва можливість задовольнити потреби, які вони не можуть вдовольнити у матеріальному світі.

Час, який респонденти проводять онлайн, збільшується разом зі ступенем схильності до залежності (Рис. 2.2). У середньому досліджувані, яким не властиве надмірне використання інтернет-ресурсів, проводять у мережі приблизно 4.75 годин, з легким ступенем схильності до адикції – 7.63 години, з помірним – 9,71 години, з високим – 12,3 години (Додаток Б.1.).

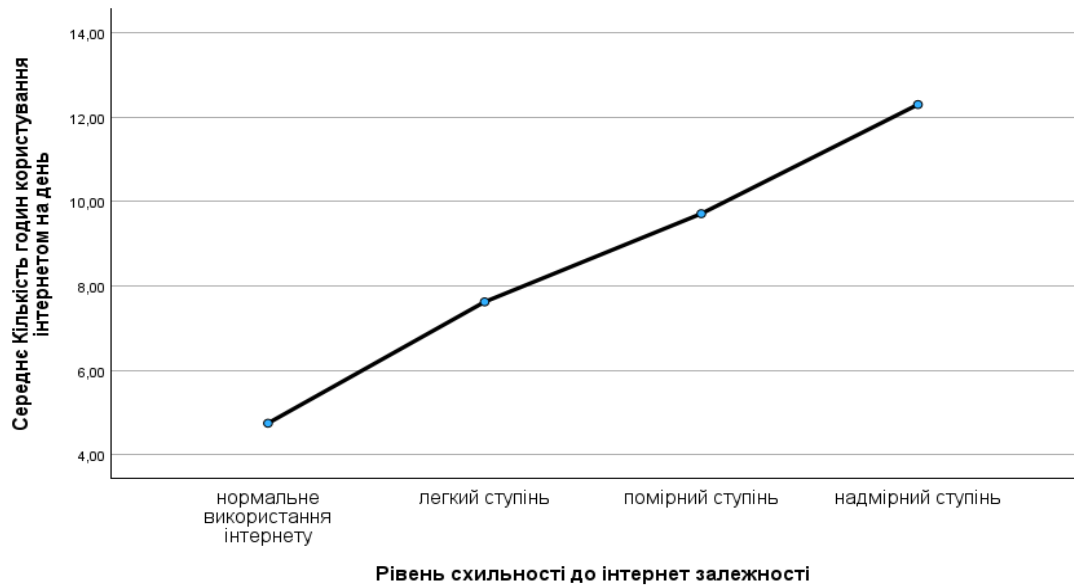


Рис. 2.2. Середній час на день, який респонденти проводять у інтернеті

Проведений кореляційний аналіз (застосовано r -Пірсона) для результатів, отриманих за допомогою тесту емоційного інтелекту Н. Холла та тесту на Інтернет-залежність К. Янг (Додаток Б.2.), дозволив виявити наявність статистично значущого оберненого зв'язку між такими дескрипторами:

- 1) Схильністю до інтернет-залежності та емоційним інтелектом ($r=-0.633$ при $p \leq 0,01$): чим більшим є ризик появи адикції, тим нижчим є рівень емоційного інтелекту.
- 2) Схильністю до адикції та емоційною обізнаністю ($r=-0.492$ при $p \leq 0,01$): з підвищенням схильності зменшується емоційна обізнаність.
- 3) Ризиком появи залежності та самомотивацією ($r=-0.511$ при $p \leq 0,01$): чим більший шанс появи адикції, тим менш характерною є зазначена властивість емоційного інтелекту.
- 4) Схильністю до адикції й емпатією ($r=-0.412$ при $p \leq 0,01$): вищий рівень схильності супроводжується нижчим рівнем емпатії.

5) Шансом на виникнення залежності та розпізнаванням емоцій ($r=-0.610$ при $p\leq 0,01$): чим більший ризик появи адикції, тим гірше людина розпізнає та успішно ідентифікує емоції свої та інших.

Індикатор схильності до інтернет-залежності має слабкий негативний зв'язок з показником управління емоціями ($r=-0.198$ $p\leq 0,1$), тобто чим більший ризик появи адикції, тим складніше може бути людині регулювати власні емоції. Хоча зв'язок і не є сильним, але він зі значущою тенденцією.

Отримані дані можуть вказувати на те, що схильна до інтернет-залежності молодь має низький рівень емоційного інтелекту та погано розвинені його компоненти. Чим більш схильною є людина, тим більш вираженим це є. Можна припустити, що причиною цього виступає відсутність живого спілкування, велика кількість годин використання онлайн-ресурсів тощо.

Проведений кореляційний аналіз (застосовано критерій r -Пірсона) для результатів методики «Діагностика емоційної зрілості» О. Чебикіна і тесту на інтернет-залежність К. Янг дозволив виявити наявність статистично значущого сильного оберненого зв'язку між схильністю до інтернет-залежності та емоційною зрілістю ($r=-0.665$ при $p\leq 0,01$) серед усіх респондентів: чим більше людина схильна до адикції, тим менш емоційно зрілою вона є. Нами було зафіксовано статистично значущий обернений сильний зв'язок між компонентами емоційної зрілості і схильністю до залежності:

- чим більша схильність до адикції, тим менша експресивність у людини ($r=-0.634$ при $p\leq 0,01$);
- характерний для людини високий рівень саморегуляції корелює з низькою схильністю до залежності ($r=-0.637$ при $p\leq 0,01$);
- нерозвинена емпатія співвідноситься з надмірним ступенем схильності до інтернет-адикції ($r=-0.508$ при $p\leq 0,01$).

Низька емоційна зрілість, схильної до адикції молоді, може бути викликана надмірним використанням інтернет-ресурсів. Підставою для цього

можуть стати різні чинники: недоліки сімейного виховання, особистісні особливості, вплив оточення та однолітків тощо.

Провівши кореляційний аналіз, можна перейти до опису особливостей емоційного інтелекту у представників юнацтва, схильних до інтернет-залежності. Чим більш схильною є людина, тим більш вираженими будуть нижчезгадані властивості. Згідно з результатами, отриманими після проведення методики «Тест емоційного інтелекту» Н.Холла, для них властиві наступні характеристики:

- труднощі з розумінням своїх та інших емоцій і почуттів;
- низька емоційна ригідність;
- проблеми з довільним управлінням емоціями;
- нездатність співпереживати, ставитися з розумінням до емоційних станів інших людей;
- невміння розпізнавати емоції оточуючих через міміку, тембр голосу, рухи і т. д.

Відповідно до результатів, отриманих після проведення методики «Діагностика емоційної зрілості» О. Чебикіна, юнаки та юнки, які мають більший ризик стати залежними від інтернету, мають труднощі у вираженні своїх емоцій через невербальні засоби комунікацій. Також спостерігаються проблеми з їхньою інтерпретацією у інших людей, оскільки схильна до адикції молодь має менше соціальних взаємодій в реальному житті, а отже й досвіду у розумінні емоційних станів оточуючих. Для цієї категорії молоді властива низька емоційна регуляція, яка передбачає нездатність контролювати свої реакції й емоції, а також невміння впливати на поведінку оточуючих.

Отже, схильні до залежності юнаки та юнки мають відмінності у своєму ставленні до інтернету. Для них характерними є такі особливості: переконання, що в онлайн-просторі цікавіше, ніж в реальному житті; позитивні емоції переважають у разі користування інтернетом; при підключенні до мережі, негативний емоційний стан покращується; кількість

годин на день, яка присвячується перебуванню онлайн, значно більша, ніж у однолітків з нормальним використанням інтернету. У представників та представниць юнацтва, схильних до адикції, емоційний інтелект і емоційна зрілість, як і окремі їхні показники, є менш розвиненими, ніж у однолітків, несхильних до надмірного використання інтернету.

Водночас надмірне використання інтернету негативно впливає на емоційний інтелект, а також передбачає ряд особистісних характеристик, які перешкоджають його розвитку. Поєднання згаданих двох чинників роблять молодь, схильну до залежності, вразливішою до загроз кіберсередовища.

Це й обґрунтувало необхідність запропонувати захід, спрямований на розширення знань молоді про можливі небезпеки в онлайн-середовищі, зокрема таке явище як кібербулінг.

2.4. Лекція на тему «Явище кібербулінгу, його особливості та різновиди»

Ціль: розширення знань молоді про явище кібербулінгу.

Завдання:

1. Дати визначення кібербулінгу;
2. Описати різні види інтернет-цькування;
3. Виокремити типи поведінки, властиві для кібербулінгу та описати їх;
4. Визначити, що сприяє появі такого явища, як цькування в інтернеті.

Кількість годин: 1 година.

План

1. Поняття «кібербулінг».
2. Види поведінки, характерні для кібербулінгу.
3. Соціальні чинники, що зумовлюють сприяють появі кібербулінгу, та методи запобігання явищу в Україні.

Сьогодні інтернет є невід'ємною частиною життя кожної людини. Ми черпаємо з нього інформацію, читаємо новини, спілкуємось, споживаємо розважальний контент. Неможливо уявити нинішній світ без інтернету. Та не дивлячись на низку переваг, що надаються нам кіберпростіром, слід не забувати про можливі «кіберзагрози», які можуть чекати кожного з нас у онлайн-середовищі. Особливо небезпеку вони становлять для представників молоді. Одна з таких загроз – кібербулінг.

1. Поняття «кібербулінг»

Кібербулінг – це систематичні дії з використанням інформаційно-комунікаційних засобів з боку людини чи групи людей, які направлені на іншу особу і метою яких є порушення її прав на гідність, честь, повагу, майно, право виражати свою думку тощо. Він передбачає агресивну, жорстоку поведінку в онлайн-середовищі [20].

Як форма булінгу, кібербулінг має свої особливості. До цих якостей відносять наступне: анонімність агресора, велика кількість спостерігачів, використання інформаційно-комунікаційних засобів, відсутність безпосереднього контакту між жертвою та кривдником, швидкість поширення інформації, відсутність географічних обмежень [9]. Зазвичай дана форма цькування здійснюється через мобільні телефони, соціальні мережі, електронні пошти, онлайн-ігри тощо [10].

Кібербулінг проявляється у наступних формах:

- 1) текстові повідомлення, що носять образливий і погрозливий характер;
- 2) тролінг (грубі повідомлення у соцмережах, чатах, онлайн-іграх тощо);
- 3) надсилання фотографій інтимного характеру (дорослі, що надсилають їх неповнолітнім);
- 4) заклик до неповнолітніх з боку дорослих надіслати інтимні фото, вести розмови сексуального характеру;

- 5) викрадення особистих даних людини з метою створення фейкових сторінок;
- 6) заклик до суїциду, завдання собі шкоди тощо;
- 7) видалення особи з групи, чату, спільноти, яке носить публічний характер;
- 8) створення груп для цькування [24].

Перераховані форми можуть мати значно сильніший вплив на людину, ніж класичний прояв булінгу в повсякденному житті. Цькування у онлайн-середовищі носить публічний та тривалий характер, що в свою чергу може призвести до низки негативних наслідків (зниження самооцінки, підвищення тривожності, ізоляції, втрати іміджу, іноді самогубства) [34].

2. Види поведінки, характерні для кібербулінгу

Американські вчені виділили види поведінки, які є характерними для явища кіберулінгу. Згідно з поглядами Р. Ковальські, С. Лімбер, П. Агатстон, існує вісім таких варіацій:

1. Флеймінг (перепалки).

Характеризується короткими, гнівними, образливими повідомленнями, якими обмінюються дві або більше особи. Зазвичай цю форму поведінки можна зустріти на форумах, чатах, групах, у коментарях під різними постами. Такі повідомлення можуть призвести до сильних емоційних переживань у людини.

2. Нападки.

Однією з головних відмінностей цього виду поведінки від попереднього є тривалість. Нападки є більш довготривалими за часом, а також односторонніми. Для цього виду поведінки характерним повторювальні образливі повідомлення.

3. Наклепи.

Поширення неправдивої інформації через текстові повідомлення, фото, короткі зневажливі віршики, пісні, відео тощо. Зазвичай жертва цькування зображується в образливій (іноді в сексуальній) формі [20].

4. Самозванство.

Агресор використовує сторінку жертви в соціальних мережах, щоб надсилати іншим користувачам провокативні повідомлення. Іноді булер використовує особисті дані людини, щоб створити сторінку з її іменем.

5. Кіберпереслідування.

Відслідковування жертви в соцмережах, з метою подальшого вчинення злочинних дій щодо неї. Зазвичай завдяки необережності людини в інтернеті, злочинець дізнається всю необхідну інформацію для своїх подальших нападів.

6. Ошуканство.

Агресор видурює у жертви особисту інформацію, з метою її подальшого поширення в мережі [9].

7. Ізоляція.

Ігнорування людини у онлайн-спільнотах, іграх, чатах. Виключення її з групи, спільної взаємодії.

8. Хепіслепінг.

Поширення відео, на якому записано справжні напади на людину [20].

3. Соціальні чинники, що сприяють появі кібербулінгу, та методи запобігання явищу в Україні

Не дивлячись на те, що явище кібербулінгу негативне й однозначно шкодить добробуту людей, у суспільстві існує низка соціальних чинників, які сприяють цькуванню в інтернеті [20]:

1) Несвідомість суспільства.

Проблема кібербулінгу та те, наскільки вона є серйозною, не усвідомлюється ні старшим поколінням, ні школярами. Дорослі нерідко знають мало або взагалі нічого про діяльність своєї дитини в інтернеті, а тому й про можливі загрози їй невідомо.

2) Вплив родини.

Вплив сім'ї відіграє важливу роль у формуванні агресивності дитини. Жорстоке ставлення батьків, нехтування інтересами й потребами,

використання фізичної сили та психологічного насилля у вихованні – все це призводить до того, що дитина може зрости агресивною. Один з варіантів, де вона може реалізувати цю рису – онлайн-середовище.

- 3) Відсутність чітко визначеної стратегії запобігання насильству у державі.
- 4) Неосвіченість батьків щодо того, які небезпеки існують у онлайн-просторі.
- 5) Недостатній рівень навченості вчителів щодо того, як правильно реагувати на прояв кібербулінгу.
- 6) Пропаганда насильства у ЗМІ.

Спостерігаючи за насильством у засобах масової інформації та інтернеті, діти ідентифікують себе з тим, що бачать, і в результаті закріплюється установка, що насильство – це адекватна форма вирішення проблемних ситуацій.

- 7) Відсутність чітко визначених правових механізмів захисту від насильства у шкільному середовищі та віртуальному світі.

Оскільки чинне законодавство не включає в себе такі поняття як «булінг» та «кібербулінг», неможливо визначити статистику випадків вияву насильства. Стає можливим це лише тоді, коли ситуація має серйозні наслідки.

В Україні задля запобігання цькуванню в інтернеті було створено проєкт для шкіл «Школа у безпеці». Для дорослих людей схожих проєктів майже немає. Законодавство ще потребує удосконалення та детальної розробки цього питання. У 2019 році урядом країни було ухвалено правки статті 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення, що передбачають адміністративну відповідальність за вчинення булінгу. Окремо несуть відповідальність ті, хто приховував факт цькування [9].

Отже, кібербулінг – це агресивні дії в кіберпросторі, спрямовані на приниження гідності людини, порушення її прав на свободу вираження думки, повагу, честь тощо. Зазвичай він проявляється в таких формах як

погрози, цькування, обмовлення, залякування, тролінг, дії сексуального характеру, заклик до самоушкодження чи самогубства тощо. Згідно з поглядами американських вчених, існує 8 видів поведінки властивих кібербулінгу: флемінг, нападки, наклепи, самозванство, кіберпереслідування, ошуканство, ізоляція, хепіслепінг. Наслідки кібербулінгу носять негативний характер і можуть дійти навіть до самогубства жертви.

Висновки до другого розділу

У ході проведеного дослідження ми розділили вибірку на дві умовні частини, а саме молодь, схильну до залежності від інтернету, і юнаків та юнок, яким це не властиво. Нами встановлено, що в індикаторах респондентів з різним ступенем схильності до адикції існує різниця – чим більшим є рівень схильності, тим гірше розвинена емоційна сфера, а зокрема й емоційний інтелект з його складовими.

Наразі схильна до залежності молодь проводить онлайн значно більше часу, а також має відмінності в установках щодо інтернету від тих, що характерні їхнім одноліткам, які не мають з цим проблем. Емоційний інтелект у зазначеної групи юнаків та юнок знаходиться на низькому рівні, що передбачає труднощі у розумінні емоцій своїх та оточуючих, проблеми з їхнім вираженням та контролем, погану емоційну гнучкість, низький рівень емпатії, а також труднощі з інтерпретацією невербальних компонентів спілкування.

Молодь, у якої схильність до інтернет-залежності не спостерігається, характеризується високим та середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту та його складових. Їм властиві більш нейтральні установки щодо інтернету та значно менший час на день, який вони витрачають на онлайн-активність.

Отже, провівши аналіз отриманих даних, ми дійшли висновку, що юнаки та юнки, схильні до інтернет-адикції, мають низку особливостей у розвитку емоційної сфери, які виділяють їх серед однолітків. Згідно з висновком, можна зазначити, що таким представникам юнацького віку варто

не лише контролювати онлайн-активності, але й розвивати складові емоційного інтелекту.

Для розширення знань молоді про небезпеки онлайн-простору ми запропонували лекцію, що стосується явища кібербулінгу, з яким може зустрітися кожен з нас.

ВИСНОВКИ

Отже, після виконаного нами теоретичного аналізу та емпіричного дослідження, що стосувалися проблеми емоційного інтелекту у представників юнацького віку, схильних до інтернет-залежності, ми дійшли наступних висновків:

1. На сьогодні існують різні погляди щодо феномена емоційного інтелекту. Провівши аналіз різних теорій, можна дійти висновку, що емоційним інтелектом називають здатність людини розуміти, правильно виражати і контролювати власні емоції, а також використовувати та безпомилково інтерпретувати інформацію, яку надають емоції інших людей, задля ефективності комунікацій (власне йдеться й про емоційну зрілість).

2. Науковці, досліджуючи проблему емоційного інтелекту у молоді, що має схильність до інтернет-адикції, зазначають, що таким користувачам властиві імпульсивність, нестабільність, невміння встановлювати близькі стосунки, побудовані на довірі. Вони мають проблеми в комунікаціях та взаєминах з людьми. Все це негативно впливає на розвиток емоційної сфери.

3. Схильні до інтернет-залежності представники юнацького віку характеризуються:

- переважно позитивним емоційним станом під час перебування онлайн, що викликано скоріше полегшенням внаслідок підключенням до мережі, ніж гарними новинами або вирішенням нагальних проблем;
- великою кількістю часу, який витрачається на онлайн-активність;
- невмінням розуміти і регулювати свої емоції;
- відсутністю навичок конструктивного впливу на поведінку інших;
- низьким рівнем емпатії;
- труднощами в інтерпретації невербальних компонентів комунікації;
- проблемами з вираженням власних емоцій;

- низькою емоційною регуляцією та емоційною зрілістю.

Зазначені характеристики, вказують на те, що молодь, схильна до інтернет-адикції має низький рівень розвитку емоційного інтелекту та його складових.

4. Для поширення знань, що стосуються онлайн-активності і можливих загроз кіберпростору, до яких молодь, що схильна до інтернет-адикції, більш вразлива, нами було розроблено розвивальне заняття (лекція на тему «Явище кібербулінгу, його особливості та різновиди»).

5. Для профілактики схильності інтернет-залежності можна рекомендувати наступні напрямки:

1) обмеження часу проведеного в інтернеті, шляхом створення чіткого графіку;

2) пошук інших захоплень, хобі (читання, музика, малювання, рукоділля, волонтерство чи інша діяльність, яка буде викликати зацікавлення);

3) спорт, куди входять не лише фізичні вправи або ігри (волейбол, футбол, баскетбол тощо), а й походи до лісу, скелелазіння, кемпінг, страйкбол, велопоходи і т. д.

Для подальших досліджень цікавою темою можна вважати «Заходи для розвитку емоційного інтелекту у молоді, схильної до інтернет-адикції. Особливості цих заходів для юнаків та юнок».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Афоніна О. Емоційна зрілість особистості: практичні проблеми психологічної діагностики. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2013. № 19. С. 16–22.
2. Бантишева О. Методика дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки. *Проблеми сучасної психології*. 2015. № 28. С. 36–54.
3. Баркова Д., Нудель В. Особливості прояву емоційної сфери особистості у формуванні міжособистісних стосунків у юнацькому віці. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2013. № 19. С. 23–29.
4. Бідюк І. Особливості емоційного та соціального інтелекту у підлітків з інтернет-адикцією. *Київський науково-педагогічний вісник*. 2015. № 5. С. 11–15.
5. Блохіна І., Москаленко О. Феномен інтернет-залежності в сучасному суспільстві. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 14, № 1. С. 45-53.
6. Бозинчук Н. Індивідуально-психологічні особливості підлітків як фактори ризику формування інтернет-залежної поведінки. *Шляхи розвитку науки в сучасних кризових умовах: тези доп. І міжнар. науково-практ. інтернет-конф., м. Дніпро, 28–29 трав. 2020 р. Дніпро, 2020. С. 113–116.*
7. Брожек Т. Особливості впливу інтернет-спілкування на розвиток емоційного інтелекту в умовах інформаційної війни. *Актуальні проблеми психології в умовах кризових ситуацій: зб. наук. пр. учасників круглого столу, м. Київ, 9 листоп. 2022 р. Київ, 2022. С. 10–13.*
8. Ванда М., Бондаренко Н. Інтернет-залежність: передумови, ознаки та ризики для підлітків. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2019. Т. 2. С. 37-42.

9. Гіденко Є. Кібербулінг: насильство в соціальній мережі. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2021. № 50. С. 26–29.
10. Євтушок В., Кущенко В. Протидія кібербулінгу в Україні: правовий аспект. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2019. № 1. С. 127–130.
11. Казимова Ю., Півень М. Структурні особливості емоційної сфери користувачів мережі instagram. *Вісник львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. № 11. С. 140–146.
12. Кириченко В. Вікові відмінності прояву internet-залежності. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Т. 1, № 4. С. 188-193.
13. Кічук А. Особистісні особливості психоемоційного здоров'я студентів: монографія. Ізмаїл, 2020. 406 с.
14. Колісник Л. Проблема діагностики емоційного інтелекту. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 26. С. 278–295.
15. Колісник Л. Розвиток емоційного інтелекту як чинника запобігання самотності в юнацькому віці: дисертація. Київ, 2016. 307 с.
16. Колчигіна А., Вербовата В. Дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2020. № 2. С. 22–28.
17. Корнієнко В. Інтернет-залежність як чинник порушення міжособистісного спілкування. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія: педагогіка і психологія*. 2013. Т. 21, № 19. С. 87-93.
18. Лещук Г. Вплив засобів масової інформації на процес соціалізації підлітків. *Молодь і ринок*. 2014. №4. С. 76-81.
19. Лящ О.П. Юнацький вік як фактор розвитку емоційного інтелекту. *Психологія: реальність і перспективи*. 2016. № 7. С. 135–139.

20. Лубенець І. Кібернасильство (кібербулінг) серед учнів загальноосвітніх закладів. *Jurnalul juridic national: teorie și practică*. 2016. № 3. С. 178–181.
21. Малоголова О. Інтернет-залежність та її вплив на підлітків. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. 1, № 54. С. 89–94.
22. Мединська Ю. Теоретичні підходи та практичні аспекти діагностики компетентності особистості у сфері емоцій. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 10. С. 11–15.
23. Мекшун А., Ховрич М. Інтернет-залежність – актуальна проблема сучасної молоді. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" імені Т. Г. Шевченка. Серія: педагогічні науки*. 2020. № 8. С. 107–112.
24. Миронюк Т., Запорожець А. Кібербулінг в Україні – соціально небезпечне явище чи злочин: визначення та протидія. *Юридичний часопис Національної академії внутрішніх справ*. 2018. № 2. С. 275–284.
25. Мустафаєв С. М. Особливості емоційної сфери і комунікативної компетентності у підлітків з інтернет-залежною поведінкою. *Правничий вісник Університету "КРОК"*. 2018. № 32. С. 141–149.
26. Новак О. Шляхи розвитку емоційного інтелекту педагогічних працівників. *Постметодика*. 2010. № 6. С. 41–47
27. Носенко Е.Л. Четверик-Бурчак А.Г Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: монографія. Київ: «Освіта України», 2016. 182 с.
28. Савчин М.В. Вікова психологія. Київ: Академ-видав, 2011. 384 с.
29. Свідовська В. Адиктивна поведінка підлітків як проблема наукового дослідження. *Вісник Львівського університету*. 2020. № 6. С. 108–114.
30. Турецька Х. Особистісна ідентичність схильних до інтернет-залежності осіб: автореф. монографія. Львів, 2010. 225 с.

31. Турецька Х. Психологічні чинники Інтернет-залежності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія "Психологія"*. 2012. № 2(2). С. 95-104.
32. Чебикін О. Я., Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості особистості: монографія. Одеса, 2009. 238 с.
33. Юрченко Ю. В., Чижма Д. М. Дослідження проблеми емоційного інтелекту особистості юнацького віку. *Перспективи розвитку сучасної психології*. 2021. № 9. С. 254–260.
34. Янішевська К., Зінченко Г. Запобігання кібербулінгу, кібермобінгу, кібергрумінгу в Україні. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2022. № 2. С. 132–135.
35. Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): навчально-методичний посібник. Вінниця: «Діло», 2019. 105 с.
36. Far N., Samarein Z. Relationship between the components of emotional intelligence and internet addiction of students in kharazmi university. *International journal of psychology and behavioral research*. 2014. No. 3. P. 60–66.
37. Juneja R., Sethi S. Internet addiction, emotional intelligence and anxiety in youth. *The International Journal of Indian Psychology*. 2015. Vol. 3, no. 6. P. 129–137.
38. Kant R. Relationship of internet addiction with emotional intelligence among youths. *GESJ: education science and psychology*. 2018. No. 2. P. 39–47.
39. Ranjbar H., Bakhshi M. The association between internet addiction and emotional intelligence: a meta-analysis study. *Acta facultatis medicae naissensis*. 2018. Vol. 35, no. 1. P. 17–29.
40. Young K. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: a source book*. 1999. Vol. 17. P. 19-31.
41. Król, K., & Zawadzki, A. Zjawisko cyberprzemocy w kontekście bezpieczeństwa dzieci w sieci. *Edukacja, Terapia, Opieka*. 2020. №2. s. 179-197.

42. Mateusz J. Uzależnienie od Internetu i jego osobowościowe determinanty. *Hygeia public health*. 2015. No. 50. s. 197-200.

43. Wójcik S., Makaruk K. Nadużywanie internetu przez młodzież: wyniki badania. *Dziecko Krzywdzone : teoria, badania, praktyka*. 2013. № 12/1. s. 35-48.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А.1.

Анкета “Особливості використання Інтернету” (авторська)

Інструкція: Просимо Вас дати відповіді на питання. Дослідження стосується особливостей емоційного інтелекту у юнаків та юнок, схильних до інтернет-залежності. Відповідайте чесно, всі відповіді анонімні.

Ваш вік: _____

Ваша стать:

А) Чоловіча

Б) Жіноча

1. Інтернет це чудовий спосіб провести вільний час?

А) Так

Б) Ні

2. В інтернеті цікавіше, ніж в реальному житті?

А) Так

Б) Ні

3. В інтернеті ви забуваєте про всі проблеми?

А) Так

Б) Ні

4. В інтернеті ви відчуваєте більше позитивних емоцій, ніж негативних?

А) Так

Б) Ні

5. Якщо ви заходите в інтернет в негативному емоційному стані, він змінюється на краще?

А) Так

Б) Ні

6. Які емоції у вас переважають, коли ви користуєтесь інтернетом?

7. Скільки приблизно часу на день ви проводите в інтернеті?

Дякуємо за участь!

ДОДАТОК А.2.

Методика «Тест на схильність до інтернет-залежності» Кімберлі Янг

1. Як часто ви порушує часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?
3. Як часто ви надаєте перевагу проводженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?
12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?
13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?
14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?

15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?

16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?

17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?

18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?

19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?

20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?

ДОДАТОК А.3.

Методика «Тест емоційного інтелекту» Н.Холла

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції служать джерелом знання про те, як чинити в житті.
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск від інших.
4. Я здатний спостерігати зміни своїх почуттів.
5. Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.
6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
7. Я стежу за тим, як я себе почуваю.
8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.
9. Я здатний вислуховувати проблеми інших людей. 10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.
12. Я можу діяти на інших людей заспокоїливо.
13. Я можу змусити себе знову і знову встати перед обличчям перешкоди.
14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання і бажання інших людей.
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності і зосередженості.
17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і розбираюся, в чому проблема.
18. Я здатний швидко заспокоїтися після несподіваного засмучення.
19. Знання моїх справжніх почуттів важливе для підтримки "гарної форми".

20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.
23. Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на потреби інших людей.
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.
25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.
26. Я здатний поліпшити настрій інших людей.
27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми. 28. Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.
30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.

ДОДАТОК А.4.

Методика «Діагностика емоційної зрілості» О.Я.Чебикіна

1. Чи можна сказати, що про Ваші почуття красномовно вказує Ваше обличчя?
2. Ваша стурбованість позначається на Ваших знайомих?
3. Чи переключаєтеся Ви під час спілкування з одного настрою на інший (Наприклад, з веселого на серйозний та навпаки)?
4. Чи можна стверджувати, що у процесі спілкування з людьми Ви навчилися управляти їхніми емоціями?
5. Чи часто Вам випадає бачити прояв інтересу оточуючих до Ваших дій?
6. Чи завжди Вам допомагає Ваша жестикуляція, рухи рук, коли Ви про щось розповідаєте?
7. Чи здатні Ви вдало наслідувати (пародіювати) обличчя та рухи?
8. Чи завжди Ви розумієте гумор інших?
9. Вам подобається, коли Вас критикують?
10. Чи легко Ви переймаєтесь настроєм інших?
11. Чи часто Ви відчуваєте жалість до людей?
12. Чи здатні Ви примусити себе заспокоїтися, якщо Ви сильно схвильовані?
13. Чи впливає зміна Вашого голосу на присутніх?
14. Чи можна стверджувати, що Ви маєте авторитет серед товаришів?
15. Чи приємно Вам, коли Вас хвалять?
16. Чи завжди Ви співпереживаєте з літературними героями?
17. Чи відчуваєте Ви перед початком роботи, навчання млявість або апатію?
18. Чи співпереживають з Вами ті, хто знає Вас, коли Ви того бажаєте?
19. Чи попросите Ви знизити оцінку на екзамені, якщо вважатимете, що її завищено?
20. Чи завжди Ваша посмішка та сміх захоплюють присутніх?
21. Чи здійснюєте Ви підготовку свого стану словами наказу самому собі, або вдаєтеся до інших прийомів, коли розпочинаєте відповідальну роботу?

22. Чи настають у Вас зміни биття серця, ритму, дихання, слюзовиділення тощо, коли Ви бачите гостро драматичні або позитивно вирішені ситуації?
23. Чи здатні Ви зберегти своє обличчя безстрастним, коли сильно схвилювані?
24. Чи є серед Ваших знайомих такі, хто Вам не подобається?
25. Чи підвищуєте Ви голос, коли розмовляєте з людиною, яка Вас розсердила?
26. Чи можна сказати, що Вам завжди довіряють на роботі, навчанні?
27. Чи у змозі Ви своїм поглядом привернути увагу присутніх?
28. Чи можуть присутні за Вашим обличчям визначити Ваш настрій?
29. Чи часто Ваші розповіді хвилюють, викликають інтерес у присутніх?
30. Чи скриваєте Ви свої хвилювання на роботі (навчанні)?
31. Чи вірите Ви в забобони в будь-чому (хоч би подумки)?
32. Чи змогли б Ви порозумітися жестами з людиною, яка не знає Вашої мови?
33. Чи завжди Ви говорите правду, не зважаючи на те, що Вам іноді це не вигідно?
34. Чи можете Ви стверджувати, що відчуваєте і добре розумієте настрій присутніх, коли спілкуєтесь з ними?
35. Чи виконуються швидко Ваші вказівки, побажання?
36. Чи часто люди, які оточують Вас, виявляють інтерес до того, що Ви робите?
37. Чи виникають у Вас утруднення, коли є потреба привернути до себе увагу?
38. Чи впливає Ваш зовнішній вигляд на присутніх?
39. Чи помітно для інших, коли яка-небудь подія виводить Вас із рівноваги?
40. Чи здатні Ви допомогти заспокоїтися людині, якщо в неї неприємності?
41. Коли під час спілкування Ви перевтілюєтесь, чи помітно це для присутніх?
42. Чи часто позначається Ваш настрій на інших?

ДОДАТОК Б.1.

Результати відповідей на питання

анкети

			Інтернет чудовий спосіб, щоб провести час		
			так	ні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	8	4	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	66,7%	33,3%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	18	6	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	75,0%	25,0%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	13	1	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	92,9%	7,1%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	10	0	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	100,0%	0,0%	100,0%
Всього	Кількість	49	11	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	81,7%	18,3%	100,0%	

Критерії хі-квадрат

	Значення	ст.св.	Асимптотична значимість (2-стороння)
Хі-квадрат Пірсона	5,932 ^a	3	,115
Відношення правдоподібності	7,696	3	,053
Лінійно-лінійний зв'язок	5,608	1	,018
Кількість допустимих спостережень	60		

а. Для числа ячеек 4 (50,0%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно 1,83.

			В інтернеті цікавіше, ніж в реальному житті		
			так	ні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	0	12	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	0,0%	100,0%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	10	14	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	41,7%	58,3%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	9	5	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	64,3%	35,7%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	9	1	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	90,0%	10,0%	100,0%
Всього	Кількість	28	32	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	46,7%	53,3%	100,0%	

Критерії хі-квадрат

	Значення	ст.св.	Асимптотична значимість (2-стороння)
Хі-квадрат Пірсона	20,032 ^a	3	,000
Відношення правдоподібності	25,559	3	,000
Лінійно-лінійний зв'язок	19,096	1	,000
Кількість допустимих спостережень	60		

а. Для числа ячеек 1 (12,5%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно 4,67.

			В інтернеті ви забуваєте про всі проблеми		
			так	ні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	4	8	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	33,3%	66,7%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	9	15	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	37,5%	62,5%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	6	8	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	42,9%	57,1%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	7	3	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	70,0%	30,0%	100,0%
Всього	Кількість	26	34	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	43,3%	56,7%	100,0%	

Критерії хі-квадрат

	Значення	ст.св.	Асимптотична значимість (2- стороння)
Хі-квадрат Пірсона	3,718 ^a	3	,294
Відношення правдоподібності	3,738	3	,291
Лінійно-лінійний зв'язок	2,891	1	,089
Кількість допустимих спостережень	60		

a. Для числа ячеек 1 (12,5%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно 4,33.

			В інтернеті ви відчуваєте більше позитивних емоцій		
			так	ні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	5	7	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	41,7%	58,3%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	19	5	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	79,2%	20,8%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	11	3	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	78,6%	21,4%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	10	0	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	100,0%	0,0%	100,0%
Всього	Кількість	45	15	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	75,0%	25,0%	100,0%	

Критерії хі-квадрат

	Значення	ст.св.	Асимптотична значимість (2- стороння)
Хі-квадрат Пірсона	12,767 ^a	6	,047
Відношення правдоподібності	13,674	6	,033
Лінійно-лінійний зв'язок	7,657	1	,006
Кількість допустимих спостережень	60		

a. Для числа ячеек 7 (58,3%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно ,17.

			В інтернеті негативний стан змінюється на краще		
			так	ні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	5	7	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	41,7%	58,3%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	17	7	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	70,8%	29,2%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	11	3	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	78,6%	21,4%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	9	1	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	90,0%	10,0%	100,0%
Всього	Кількість	42	18	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	70,0%	30,0%	100,0%	

Критерії хі-квадрат

	Значення	ст.св.	Асимптотична значимість (2-стороння)
Хі-квадрат Пірсона	6,990 ^a	3	,072
Відношення правдоподібності	6,979	3	,073
Лінійно-лінійний зв'язок	5,978	1	,014
Кількість допустимих спостережень	60		

а. Для числа ячеек 3 (37,5%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно 3,00.

			Емоції, які переважають в інтернеті		
			позитивні	нейтральні	Всього
Рівень схильності до інтернет залежності	нормальне використання інтернету	Кількість	5	7	12
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	41,7%	58,3%	100,0%
	легкий ступінь	Кількість	17	7	24
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	70,8%	29,2%	100,0%
	помірний ступінь	Кількість	11	3	14
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	78,6%	21,4%	100,0%
	надмірний ступінь	Кількість	9	1	10
		% в Рівень схильності до інтернет залежності	90,0%	10,0%	100,0%
Всього	Кількість	42	18	60	
	% в Рівень схильності до інтернет залежності	70,0%	30,0%	100,0%	

Критерии хи-квадрат

	Значение	ст.св.	Асимптотична значимість (2- стороння)
Хі-квадрат Пірсона	6,990 ^a	3	,072
Відношення правдоподібності	6,979	3	,073
Лінійно-лінійний зв'язок	5,978	1	,014
Кількість допустимих спостережень	60		

a. Для числа ячеек 3 (37,5%) предполагается значение, меньше 5. Минимальное предполагаемое число равно 3,00.

Кількість годин користування інтернетом на день

	N	Середнє	Середнє квадратичне відхилення	Середня помилка	95% Довірчий інтервал середнього		Мінімум	Максимум
					Нижня межа	Верхня межа		
нормальне використання інтернету	12	4,7500	1,95982	,56575	3,5048	5,9952	2,00	8,00
легкий ступінь	24	7,6250	1,61009	,32866	6,9451	8,3049	5,00	10,00
помірний ступінь	14	9,7143	1,89852	,50740	8,6181	10,8105	7,00	13,00
надмірний ступінь	10	12,3000	1,25167	,39581	11,4046	13,1954	10,00	14,00
Всього	60	8,3167	2,94867	,38067	7,5549	9,0784	2,00	14,00

Додаток Б.2.

Кореляційний аналіз рівня схильності до інтернет-залежності і результатів
методики Тест емоційного інтелекту Н. Холла

		Кореліції						
		Рівень схильності до інтернет залежності	Інтегративний показник емоційного інтелекту	Емоційна обізнаність	Управління емоціями	Самомотивація	Емпатія	Розпізнавання емоцій
Рівень схильності до інтернет залежності	Корреляция Пирсона	1	-,633**	-,492**	-,198	-,511**	-,412**	-,610**
	знач. (двостороння)		,000	,000	,129	,000	,001	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60
Інтегративний показник емоційного інтелекту	Корреляция Пирсона	-,633**	1	,773**	,689**	,848**	,578**	,783**
	знач. (двостороння)	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60
Емоційна обізнаність	Корреляция Пирсона	-,492**	,773**	1	,361**	,596**	,480**	,558**
	знач. (двостороння)	,000	,000		,005	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60
Управління емоціями	Корреляция Пирсона	-,198	,689**	,361**	1	,641**	,085	,363**
	знач. (двостороння)	,129	,000	,005		,000	,519	,004
	N	60	60	60	60	60	60	60
Самомотивація	Корреляция Пирсона	-,511**	,848**	,596**	,641**	1	,250	,555**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000		,054	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60
Емпатія	Корреляция Пирсона	-,412**	,578**	,480**	,085	,250	1	,584**
	знач. (двостороння)	,001	,000	,000	,519	,054		,000
	N	60	60	60	60	60	60	60
Розпізнавання емоцій	Корреляция Пирсона	-,610**	,783**	,558**	,363**	,555**	,584**	1
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,004	,000	,000	
	N	60	60	60	60	60	60	60

** Кореляція значима лише на рівні 0,01 (двостороння)

Додаток Б.3.

Кореляційний аналіз рівня схильності до інтернет-залежності і результатів методики Діагностика емоційної

		Кореляція										
		Рівень схильності до інтернет залежності	Інтегративний показник емоційної зрілості	Експресивність	Інтроекспресивність	Екстраекспресивність	Саморегуляція	Інтросаморегуляція	Екстрасаморегуляція	Емпатія	Інтроемпатія	Екстраемпатія
Рівень схильності до інтернет залежності	Кореляція Пірсона	1	-,665**	-,634**	-,573**	-,599**	-,637**	-,556**	-,600**	-,508**	-,472**	-,397**
	знач. (двостороння)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,002
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Інтегративний показник емоційної зрілості	Кореляція Пірсона	-,665**	1	,871**	,781**	,831**	,846**	,683**	,853**	,877**	,744**	,791**
	знач. (двостороння)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Експресивність	Кореляція Пірсона	-,634**	,871**	1	,916**	,935**	,663**	,478**	,722**	,689**	,641**	,569**
	знач. (двостороння)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Інтроекспресивність	Кореляція Пірсона	-,573**	,781**	,916**	1	,716**	,590**	,431**	,641**	,657**	,641**	,502**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000		,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Екстраекспресивність	Кореляція Пірсона	-,599**	,831**	,935**	,716**	1	,635**	,454**	,693**	,623**	,552**	,549**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Саморегуляція	Кореляція Пірсона	-,637**	,846**	,663**	,590**	,635**	1	,896**	,922**	,658**	,515**	,630**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Інтросаморегуляція	Кореляція Пірсона	-,556**	,683**	,478**	,431**	,454**	,896**	1	,659**	,523**	,402**	,507**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,001	,000	,000		,000	,000	,001	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Екстрасаморегуляція	Кореляція Пірсона	-,600**	,853**	,722**	,641**	,693**	,922**	,659**	1	,666**	,526**	,634**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Емпатія	Кореляція Пірсона	-,508**	,877**	,689**	,657**	,623**	,658**	,523**	,666**	1	,875**	,878**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Інтроемпатія	Кореляція Пірсона	-,472**	,744**	,641**	,641**	,552**	,515**	,402**	,526**	,875**	1	,540**
	знач. (двостороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000		,000
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Екстраемпатія	Кореляція Пірсона	-,397**	,791**	,569**	,502**	,549**	,630**	,507**	,634**	,878**	,540**	1
	знач. (двостороння)	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60

** Кореляція значуща лише на рівні 0,01 (двостороння).