

Секція 9. Загальна психологія, історія психології  
**Шебанова В.І.**, доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології  
*Херсонський державний університет,*  
*м. Херсон, Україна*  
**Татарченко О.Б.**, магістр 2 курсу  
факультету психології, історії та соціології  
*Херсонський державний університет,*  
*м. Херсон, Україна*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ РИЗИКИ КОРИСТУВАННЯ ІНТЕРНЕТ-МЕРЕЖЕЮ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ**

*У статті, на прикладі студентської молоді, аналізується проблема користування інтернет-мережею особистістю, визначаються ризики, які можуть призвести до інтернет-залежності та інших психологічних проблем.*

*Ключові слова: студент, інтернет-залежність, інтернет-технології, здоров'я, навчання.*

*In the article, on the example of student youth, the problem of using Internet network by personality is analyzed, also the risks leading up to Internet addiction and others psychological problems are specified.*

*Keywords: student, internet-addiction, internet-technologies, health, education.*

Дослідження феномену студентської молоді залишається актуальною проблемою у вітчизняній психологічній науці, адже ця категорія суспільства завжди іде в ногу з часом, а тому постійно змінюється. Студентська молодь, як найбільш активна частина свого покоління, легко сприймає і бере на озброєння інновації, у тому числі й інтернет-технології. Здобуття вищої освіти в інформаційну епоху нерозривно пов'язане з користуванням інтернету. А

пандемія Covid-19 лише посилила цю залежність. Однак користування інтернет-мережею, окрім допомоги в навчанні, ще й несе багато загроз для студентської молоді.

Віртуальна реальність створює можливості для альтернативної самореалізації особистості студента, задовольняє його потребу у соціалізації і саморозвитку, проте створює безліч можливостей для розваг, формування фальшивого «Я», негативного впливу на свідомість, заниження самооцінки, формування інтернет-залежності тощо.

В українській психологічній наці проблему інтернет-залежності досліджували такі українські вчені як: Асеєва Ю. О., Вакуліч Т. М., Журавльова Л. П., Камінська О. В., Немеш О. М., Пугачов Д. Л., Турецька Х. І., Чегі Т. Т. та ін.

Однак інтернет-технології постійно розвиваються, з'являються нові потреби, які спонукають більше часу проводити онлайн, виникають нові загрози для психічного здоров'я особистості, яка є користувачем інтернету. Саме тому ця проблема залишається актуальною як для української, так і для світової психологічної науки.

Тому метою даної статі є огляд основних сучасних ризиків, які можуть нести шкоду психічному здоров'ю студентської молоді, яка є активним користувачем інтернет-мережі.

Ще в 2011 році, в аналітичній доповіді «Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми» Національного інституту стратегічних досліджень, зазначалось, що серед українських користувачів інтернету залежними вважаються до 6 %, абсолютна більшість серед яких – студенти. При чому, у групі підлітків з високим рівнем інтернет-залежності частка представників чоловічої статі майже на третину перевищувала частку жіночої статі [1, с. 34]. Очевидно це можна пояснити більшою схильністю хлопців грати в комп'ютерні ігри.

Особливістю студентської молоді є потяг завжди бути сучасними, йти в ногу з часом, бути у тренді, спілкуватися з однолітками, не зважати на старі

норми поведінки та авторитети. Всі ці потреби сьогодні реалізуються в інтернеті.

Це породжує низку факторів, які можуть призвести до формування у особистості інтернет-адукції. Досліджуючи цю проблему, Т.М. Вакуліч (2006) виділила основні фактори інтернет-залежної поведінки, які поділила на: психологічні (безмежна можливість створювати нові образи власного «Я» та вербалізації уявлень і фантазій, порушення психофізіологічного стану, можлива загроза виникнення психічних розладів і суїцидальної поведінки), соціально-психологічні (потужне розширення меж спілкування особистості; легкість знаходження однодумців та емоційно близьких людей, задоволення потреби в належності до соціальної групи та визнання; можливість відійти від реальності) та соціальні (необхідність існування сучасної людини в інформаційно насиченому середовищі: агресивність подання інформації у ЗМІ, деформацію системи норм, неадекватну оцінку національних, культурних та історичних традицій, появу нових засобів впливу на свідомість, ослаблення найважливіших соціокультурних інститутів, відсутність реально діючих соціальних програм психогієни та психопрофілактики) [2, с. 8-9].

Характеризуючи діяльність в інтернеті К. Янг виділила п'ять основних видів інтернет-залежності, які, зокрема, є дуже актуальними для студентської молоді: куберсексуальна (потяг до відвідування порносайтів і заняття кіберсексом), пристрасть до віртуальних знайомств, до азартних онлайн-ігор, нескінчений серфінг сайтами і пошук інформації, пристрасть до комп'ютерних ігор (Янг, 2010) [3, с. 38]. Узагальнюючи вищесказане можна сказати, що ці напрямки діяльності можуть відволікати студентів від навчання, знижувати їхню успішність, зумовлювати дефіцит реального спілкування, духовного зв'язку з іншими людьми, що може стати причиною самотності та погіршувати їх загальний психологічний стан.

На нашу думку, серед ризиків для психіки студентської молоді можна виділити також загрозу посилення низької самооцінки особистості. Адже багато користувачів у своїх профілях у соціальних мережах публікують

відредаговані фотографії, показують свої успіхи, хизуються шикарним життям. Це формує фальшиве уявлення про таку особистість у інших користувачів інтернету і якщо вони мають проблеми із самооцінкою, вона може ще більше знизитися, а також можуть посилитися ті комплекси, які вже існують у особистості та сформуватися нові.

Ми вважаємо, що ще одним ризиком для студентської молоді є стратегія, спрямована на копіювання поведінки іншої особистості, яка для неї є взірцем для наслідування. Так у студентів із низькою самооцінкою є ризик намагатися відтворити поведінку блогерів чи геймерів, які для них є ідолами. Ці особистості можуть не здобувати вищу освіту і разом із тим заробляти значні кошти в кіберпросторі, що, у свою чергу, може знизити мотивацію студентів продовжувати навчання.

Зважаючи на ризики, які створює для молоді розвиток інтернету, Міністерство освіти і науки України проводить інформаційно-просвітницьку роботу з питань безпечної роботи в мережі, а також з проблем інтернет-залежності. Міністерство співпрацює з державними, бізнесовими структурами, неурядовими організаціями з метою вирішення зазначених завдань. Вивчення теми безпечної роботи в інтернеті передбачено чинними програмами зі шкільних курсів «Інформатика» та «Основи здоров'я» [4, с. 35].

Однак, уникнення ризиків, які існують в інтернеті, в першу чергу, є завданням самої студентської молоді. Треба бути відповідальним за своє навчання у ЗВО, вміти слідкувати за кількістю часу проведеного онлайн, намагатися більшою мірою використовувати інтернет для навчання та розвитку, аніж задля розваг. Адже формування інтернет-залежності чи погіршення психологічного стану не лише загрожує побудові успішної кар'єри, але й підвищує ризик соціальної дезадаптації особистості студента.

Натомість студенти, які вміють контролювати своє користування інтернетом спрямовані на використання його для пошуку інформації потрібної для навчання, на здобуття освіти онлайн, для комунікаційних можливостей та дозвілля, яке не шкодить психічному здоров'ю.

### Література:

1. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. К. : НІСД, 2011. 47 с.
2. Вакуліч Т. М. Психологічні чинники запобігання інтернет-залежності підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. К., 2006. 21 с.
3. Камінська О. В. Психологічні основи інтернет-залежності молоді : дис. ... д-ра психол. наук. : 19.00.07. Одеса. 2016. 478 с.
4. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. К. : НІСД, 2011. 47 с.