

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВІРТУАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ

М. О. Бондаренко

Криворізький державний педагогічний університет, mariyabond2002@gmail.com

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Н. М. Макаренко

Вступ. Всім відомо, що ноутбуки, голосові месенджери, комп'ютери, Інтернет-сервіси, мобільні телефони та компакт-диски – це нові технології, які були розроблені протягом останніх декількох десятиліть. Ці винаходи змінили життя всього людства. Комп'ютери стають все більш домінуючими всюди: в бізнесі, навчанні і в особистому житті. Вони значно спрощують наше повсякденне життя. Інтернет вже є найбільшим джерелом інформації на планеті. З його допомогою ми можемо отримати всі доступні матеріали з різних предметів. Комп'ютер стає для людей таким же важливим для розуміння, як читання і письмо. Світ стає бездротовим, цифровим і орієнтованим на комп'ютери суспільством. Спілкування між нами поступово переміщується у віртуальний простір, поглинаючи реальні живі стосунки. Люди більш взаємодіють з комп'ютером, ніж один з одним. Все людство стало занадто залежним від соціальних сітей та гаджетів взагалі.

Виклад основного матеріалу. Цікавий екскурс в історію трансформації людського спілкування (від димових сигналів до азбуки Морзе, телефону, Інтернет-зв'язку) можна знайти на просторах соцмереж [1]. Поява Інтернету стала початком нової ери комунікаційних технологій. За визначенням Р.Шрі, до середини 90-х років Інтернет зробив величезний вплив на культуру і комерцію, включаючи зростання швидкого спілкування електронною поштою, обміну миттєвими повідомленнями, голосовими повідомленнями, двосторонні інтерактивні відеодзвінки та всесвітня розмова [4]. Світова павутина веб-сайтів, де зараз можливо знайти, придбати, побачити та почути майже що завгодно. Крім цього, не так давно впроваджені смартфони зараз є майже у кожної людини у світі. Тобто сьогодні, людина спроможна знаходитися на зв'язку

будь-коли, навіть, коли вона в тайзі чи займається дайвінгом, якщо там буде мобільна мережа.

Віртуальне спілкування – це спосіб спілкування, що включає використання технологій – аудіо та відео для спілкування з людьми, які фізично не присутні перед нами. Люди можуть знаходитись у сусідній кімнаті, на іншому поверсі, в околицях, тобто будь-де. Сьогодні ми використовуємо віртуальне спілкування майже всюди: на роботі, в сім'ї, для спілкування з друзями, в офісі тощо. Живі комунікації часто неможливі, якщо розділені кордонами країн, областей і навіть міст, бракує матеріальних коштів, здоров'я чи сили, щоб дістатися рідних та близьких. Тому саме таке Інтернет-спілкування стало великою нагодою побачити одне одного хоча б віртуально.

На думку І. Пацканя, Інтернет давно вже не сприймається як звичайний спосіб зберігання і передачі інформації, скоріше це один з варіантів життєдіяльності великої кількості людей, які прагнуть передати свої реальні почуття за допомогою віртуальної зв'язку [2]. Соціальні мережі в Інтернеті в сучасному вигляді існують менше десяти років, і за цей час набули значної популярності серед молоді. Активність в соціальних мережах дає можливість молодим людям підтримувати постійні контакти з широким колом знайомих, отримувати від них актуальну інформацію, шукати однодумців або осіб, близьких за інтересами, та обговорювати з ними важливі питання, презентувати себе та свої досягнення й отримувати визнання інших, шукати роботу та заводити ділові контакти, обмінюватись фотографіями, аудіо та відеозаписами, – зазначають дослідники проблеми В. Лютий та К. Коломоєць [5]. Зарубіжні дослідники (К. Діловар, Д. Ма) описують зміни, які відбуваються з сучасним користувачем Інтернету. Мозок не завжди встигає відгукуватися на прискорення подачі інформації у 25 разів. Формується модель людини інформаційного суспільства, якого потрібно завжди «апгрейжувати» (оновлювати).

Джон Сулер виділяє десять елементів віртуального спілкування, що впливає на людину у кіберпросторі, або у віртуальному світі: притуплені, або

зменшені відчуття; текстові повідомлення; гнучкість, а часто таємність особистості; змінене сприйняття; рівні права у просторах Інтернету; безкордонний простір; унікальний часовий простір; соціальна різноманітність; можливість записувати та порушення роботи медіа [3].

Позитивні та негативні сторони віртуального спілкування досліджував Д. Ма. На думку дослідника, кожен може вільно користуватися Інтернетом; надсилати електронні листи, завантажувати фотографії, читати стрічку в соціальній мережі та багато іншого. Однак це призводить до посилення негативних наслідків інтернет-спілкування. Спілкування в Інтернеті може забезпечити таємність для особистості реальної людини. Це особливо часто зустрічається в чатах або в ситуаціях знайомств в Інтернеті, коли люди представляють себе кимось іншим. Оскільки люди не бачать одне одного під час онлайн-розмов і не говорять особисто, важко з'ясувати, з ким ви насправді розмовляєте. Спілкуючись лише з текстовими повідомленнями на екрані пристрою, ви маєте можливість бути собою, висловлювати лише якусь частину своєї особистості, припускаючи образні ідентичності або залишатися повністю анонімними.

Нами було проведено власне дослідження шляхом он-лайн-опитування, у якому взяли участь 33 людини різного віку. Використовувався психологічний тест британської авторки книжки «You Are Not Your Thoughts: The Secret Magic of Mindfulness», Френсіс Трассел ([Quiz: Are you addicted to social media? - BALANCE](#)).

В першу чергу тест визначає час, який людина проводить у соціальних мережах, спілкуючись з іншими. Результат представлено графічно (див.рис. 1)

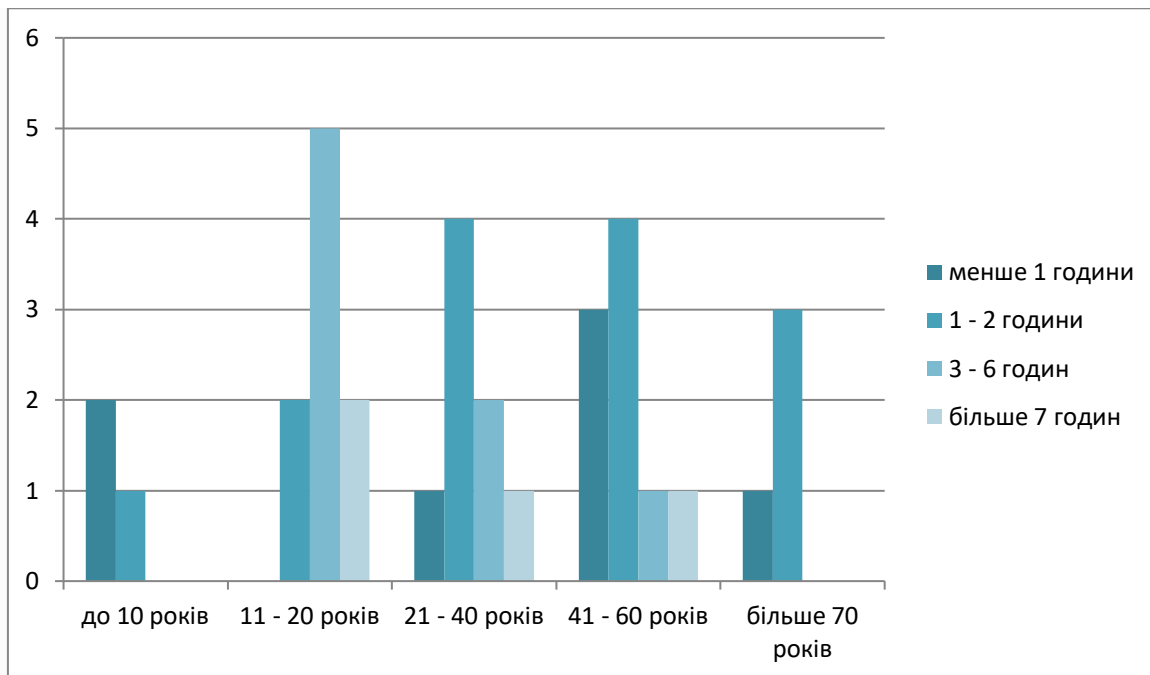


Рис. 1. Результати тесту по визначенню активності у соц. мережах.

За результатами тесту, найменше часу в соціальних мережах проводять діти до 10 років, найбільше – підлітки від 11 до 20 років. Аналізуючи останні дані щодо підвищення кількості самогубств саме серед цієї вікової категорії, можна припустити: перевага віртуального спілкування є однією з причин подібних трагедій.

Люди 20 років і вище також часто заходять в соціальні мережі, але їх реальні життєві обов’язки примушують їх приділяти Інтернету менше часу, або ж вони свідомо намагаються звести проведення часу в мережі до мінімуму. Помірна активність у віртуальному спілкуванні (за кількістю проведеного часу у Інтернеті) у людей зрілого та похилого віку.

Проведене дослідження показує, що Інтернет насправді займає величезний проміжок часу кожної людини, спілкування поступово переміщується до телефонів та ноутбуків, а ми бачимо один одного лише на аватарках соціальних мереж. Дуже добре, якщо ми будемо пам’ятати про своє реальне життя і про оточуючих нас людей. Навіть коли зараз карантин і нам потрібно залишатися дома та займатися навчанням чи роботою вдома, можна завжди виокремити час, щоб побачити друзів та рідних.

Висновки. Проведене опитування – це початковий етап дослідження, мета якого визначити, як час перебування у віртуальному середовищі впливає на якість спілкування. Без сумніву, завжди буде безпечніше спілкуватися реально, бо ви точно будете знати співрозмовника, вам будуть зрозуміло на 55% більше його емоцій та почуттів при розмові з вами за допомогою мови тіла, і, нарешті, усне спілкування дає набагато більше шансів, що ваша інформація залишиться тільки між вами. Незважаючи на зручність віртуального спілкування, реальне спілкування може побудувати та підтримувати кращі та міцніші стосунки.

Література:

1. Що таке віртуальне спілкування? URL:[WhatIsVirtualCommunication? | ezTalks](#) (дата звернення 12.02.2021)
2. Пацкань І. В. Психологічні особливості віртуального спілкування. URL:[Психологическиеособенности виртуального общения \(allbest.ru\)](#) (дата звернення 2.02.2021)
3. Сулер Джон Психологія кіберпростору URL:[PsychologyofCyberspace - TheBasicPsychologicalFeaturesofCyberspace \(rider.edu\)](#) (дата звернення 31.01.2021)
4. Шрі Редді Історія віртуального спілкування URL:[\(DOC\) HistoryofvirtualCommunication | ReddySri - Academia.edu](#) (дата звернення 12.02.2021)
5. Лютий В. П., Коломієць К. С. Залежність від соціальних мереж як проблема сучасних студентів. URL:https://www.socosvita.kiev.ua/sites/default/files/Lutyi_1_2014.pdf(дата звернення 10.02.2021)