

Література:

1. Мухина С. А., Соловьєва А. А. Современные инновационные технологии обучения. М. : ГЭОТАР - Медиа, 2016. 360 с.
2. Семиченко В. А. Пути повышения эффективности изучения психологии. Киев. «Магістр - S», 1997. 125 с.
3. Стариков І. М. Психологія взаєморозуміння у конкретних ситуаціях. Миколаїв: Видавець Прокопчук Т. Ю., 2012. 290 с.

**ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА СХИЛЬНИХ ДО
ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ОСІБ РАНЬОГО
ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

А.О. Лісневська

*доцент кафедри загальної, вікової та соціальної психології
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка*

Інформаційне суспільство характеризується технологізацією всіх сфер життя та створенням глобального інформаційного простору. Особливої цінності набуває рух інформації, нові засоби зв'язку, віртуальна реальність. Оскільки найбільш чутливими до нововведень є діти і молодь, особливо актуальною стає проблема їх адаптації до життя в такому суспільстві.

Одним із проявів недостатньої адаптованості дітей та молоді до умов інформаційного суспільства є їхня схильність до залежності від мережі Інтернет. Наразі відсутній чіткий перелік критеріїв, на підставі яких можна однозначно стверджувати, що особа є залежною від Інтернету. Поширеною є думка, що про Інтернет-залежність можна говорити тоді, коли для людини Інтернет перетворюється із засобу досягнення певних цілей на спосіб життя [4, с. 268]. Докладно вивчені особистісні передумови, які сприяють виникненню схильності до Інтернет-залежності: індивідуально-типологічні властивості, емоційні стани, самооцінка і самоприйняття, характер спілкування з однолітками тощо [2, с. 99-102]. Проте недостатньо вивченою є зумовленість схильності особистості до Інтернет-залежності її психологічною безпекою. Надалі ми будемо виходити з того, що психологічна безпека – це базове переживання захищеності, що забезпечує цілісність особистості як активного соціального суб'єкта в мінливих умовах середовища [1, с. 197]. Оскільки юнацький вік є вирішальним для закріплення Інтернет-адикції в період дорослості [4, с. 273], було вирішено звернути увагу саме на представників цієї вікової групи. Загалом було опитано 72 старшокласника (учні 10-х і 11-х класів ЗНЗ №33 м. Чернігова), з них 28 хлопців і 44 дівчини.

У дослідженні були використані Тест К. Янг на виявлення Інтернет-залежності та методика «Шкала базисних переконань особистості» (адаптація М. Падун і А. Котельникової). Крім того, досліджуваних просили оцінити за допомогою десятибальної шкали, наскільки вони

почуваються безпечно в навколишньому світі, де 1 – «почуваюся безпечно; відчуття небезпеки не виникає», а 10 – «почуваюся небезпечно; відчуття небезпеки «зашкалює».

Аналіз отриманих результатів показав, що серед опитаних осіб раннього юнацького віку лише 20,8% мають схильність до Інтернет-залежності. Усі інші старшокласники (79,2%) є звичайними користувачами Всесвітньої Мережі, які час від часу використовують Інтернет для навчання та розваг, спілкуються з друзями в соціальних мережах або звертаються до його неосязних баз даних за будь-якою необхідною в буденних справах інформацією. Водночас занепокоєння викликають схильні до Інтернет-залежності старшокласники, оскільки ранній юнацький вік – це період, коли інтенсивно формується ідентичність особистості та розпочинається її інтеграція в суспільство. Отже, надмірна концентрація старшокласника на віртуальному світові може як сповільнити процеси його особистісного становлення й самовизначення, так і сформувати в нього дезадаптивні способи взаємодії з навколишнім світом.

Для того щоб розкрити, наскільки схильність особистості до Інтернет-залежності в ранньому юнацькому віці пов'язана з її відчуттям безпеки в навколишньому світі, було проведено кореляційний аналіз відповідних даних. Було встановлено статистично достовірний позитивний кореляційний зв'язок між показником схильності осіб раннього юнацького віку до Інтернет-залежності та їх відчуттям безпеки в навколишньому світі ($r = 0,376$ при $p \leq 0,01$).

Отриманий кореляційний зв'язок свідчить про те, що схильні до Інтернет-залежності старшокласники почуваються більш розгубленими та менш захищеними в навколишньому світі, ніж їхні не схильні до Інтернет-залежності однолітки. Відповідно до того, який зміст має поняття «психологічна безпека», можна припустити, що вони мають певні труднощі, пов'язані з інтеграцією в безпосереднє соціальне середовище, вибудовуванням своїх особистих кордонів при здійсненні соціальної взаємодії, збереженням цілісності своєї особистості при виникненні складних життєвих ситуацій. При появі загроз у мікросередовищі, в якому здійснюється їхня життєдіяльність, таким особам важче зберігати психічну рівновагу, захищати свої інтереси, опиратися несприятливим впливам, долати життєві труднощі. Як наслідок, такі особи потребують більш безпечного та більш передбачуваного середовища, який може надати їм Інтернет-простір. Можливість самостійно обирати діяльність, формувати коло свого спілкування, контролювати тривалість та інтенсивність комунікацій зі співрозмовниками сприяє підтримці стабільності їх психічного стану, збереженню внутрішньої цілісності, зростанню впевненості в собі.

Психологічна безпека розуміється як складно організоване утворення. Так, Н. Кора виділяє когнітивний, мотиваційно-смісловий, емоційно-вольовий, активно-діяльнісний критерії психологічної безпеки [3, с. 117-120]. Оскільки особливий інтерес становить те, яке бачення світу мають схильні до Інтернет-залежності особи раннього юнацького віку, та як вони оцінюють себе як суб'єктів взаємодії зі світом, було вирішено детальніше дослідити саме мотиваційно-смісловий критерій психологічної безпеки, який розкривають базисні переконання особистості, що уособлюють її імпліцитні уявлення про навколишній світ, власне Я в цьому світі та способи взаємодії між Я і світом.

Подальший кореляційний аналіз даних показав статистично достовірні кореляційні зв'язки між показниками відчуття безпеки в навколишньому світі і такими базисними переконаннями особистості старшокласників, як «Доброзичливість» ($r = -0,372$ при $p \leq 0,01$), «Образ Я» ($r = -0,349$ при $p \leq 0,01$), «Удача» ($r = -0,326$ при $p \leq 0,01$).

Отже, виявлено, що недостатнє відчуття безпеки в навколишньому світі в осіб раннього юнацького віку поєднується з їхнім настороженим ставленням до світу та до інших людей. Такі особи мають деякі сумніви щодо того, що у світі більше добра, ніж зла, та що світові можна безпечно довіряти. Те ж саме стосується й ставлення до інших людей. Такі особи дещо скептично ставляться до слів, вчинків, намірів тих, хто їх оточує. Вони вважають, що іншим людям загалом не варто довіряти. Така відстороненість, навіть деяка ворожість до світу та до інших людей закономірно позначається на прагненні таких осіб так вибудувати свою взаємодію зі світом, щоб почуватися максимально комфортно і захищено. І такі можливості знову ж таки надає їм Інтернет-простір.

Також встановлено, що недостатнє відчуття безпеки в навколишньому світі в осіб раннього юнацького віку є пов'язаним з деякими їхніми переконаннями щодо цінності власного «Я». Такі особи мають сумніви щодо того, що вони й справді хороші люди, варті поваги та любові. Також їм властива невисока оцінка себе як людини удачливої, таланитої. Як наслідок, складається образ людини, якій не варто очікувати безкорисливої прихильності, турботи, співчуття від світу та від інших людей, оскільки вона має якісь вади, недосконалості, а тому приречена на те, щоб не перемагати, а задовольнятися тим, що є. Відтак така особа має мало шансів бути помітною в реальному світі, на відміну від світу віртуального.

Отже, отримані в ході дослідження результати вказують на те, що недостатнє відчуття безпеки в навколишньому світі є однією з внутрішніх передумов формування в осіб раннього юнацького віку схильності до Інтернет-залежності. Вона ґрунтується, зокрема, на їхніх уявленнях про невисоку дружелюбність світу та інших людей і про низьку значущість власного «Я».

Література:

1. Вербина Г.Г. Психологическая безопасность личности. *Вестник Чувашского университета*. 2013. № 4. С. 196–202. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/psihologicheskaya-bezopasnost-lichnosti> (дата звернення: 14.08.2019).
2. Егоров Ф.Ю. Нехимические зависимости. Санкт-Петербург, 2007. 190 с.
3. Кора Н.А. Критерии, показатели и уровни развития личностной безопасности студенческой молодежи. *Вектор науки ТГУ*. 2012. №3(10). С. 117–120. URL: http://edu.tltsu.ru/sites/sites_content/site1238/html/media70423/37_kora.pdf (дата звернення: 14.08.2019).
4. Медіакультура особистості: соціально-психологічний підхід: навчальний посібник / За ред. Л.А. Найдъонової, О.Т. Боришпольця. Київ, 2010. 440 с.

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІК АРТ-ТЕРАПІЇ В ТРЕНІНГАХ КОМАНДОТВОРЕННЯ

О.В. Літвінова

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології, педагогіки та філософії

Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського

На сьогоднішній час уміння працювати в команді є невід’ємною соціальною компетенцією особистості, яка прагне успішно функціонувати в будь-якому колективі та отримувати позитивні результати від своєї діяльності, це з одного боку. З іншого боку – ефективність діяльності організації, її конкурентоспроможність, швидкість реагування на постійні соціально-економічні, політичні виклики залежить від психологічного клімату, психологічної згуртованості, від можливості певної сукупності людей перетворитися на команду, із своїми нормами і правилами існування, спільною історією та традиціями, спільними цілями та взаємодоповнюючими та взаємозамінними функціями. Виходячи з цього, керівництво не повинно ігнорувати психологічну складову розвитку будь-якої групи (освітнянської, виробничої, політичної, бізнес-групи тощо), адже використання психологічних практик дозволить розвинути емоційну та ділову згуртованість членів групи, сформувати почуття «Ми», підвищити кадровий та виробничий потенціал членів колективу.

В. Горбунова, аналізуючи процеси командотворення, ґрунтуючись на підходах вітчизняних науковців – Г. Ложкіна, Л. Карамушки, В. Казміренко, В. Третьяченко дає таке визначення команди – «це мала група, що вирізняється позитивною синергією спільної консолідованої діяльності, орієнтованої на розв’язання командних задач...на засадах компетентності, рольової доцільності та взаємно розподіленої