

ПОНЯТІЙНО-ТЕРМІНОЛОГІЧНЕ ПОЛЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ НАДМІРНОЇ ЗАЛУЧЕНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Лебединець-Рода Олесь Сергіївна¹

¹Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, аспірантка III курсу, спеціальності 053 Психологія, м. Тернопіль (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2275-5781>

UDC: 159.922.8:004.738.5

АНОТАЦІЯ

Статтю присвячено проблемі впливу соціальних мереж на психічне здоров'я підлітків. Розглянуто понятійно-термінологічне поле проблеми надмірної залученості до соціальних мереж у підлітковому віці. Окреслено типи користувачів-підлітків соціальних мереж («творці», «критики», «збирачі», «громадські працівники», «споживачі» та «неактивні») та типи залученості підлітків до соціальних мереж з урахуванням гендерних та вікових особливостей. На основі аналізу психолого-педагогічної літератури виокремлено три рівні залученості підлітків до соціальних мереж (повсякденна, активна, надмірна). Розглянуто ризики надмірної залученості підлітків до соціальних мереж (контентні, комунікативні, споживчі, електронні (кібер) ризики та Інтернет-залежність) з них детально розглянуті два типи, які несуть найбільшу загрозу психічному здоров'ю підлітків: комунікаційні ризики і залежність від соціальних мереж. Окреслено типові сценарії зіткнення з видами комунікаційних ризиків – кібербулінгу і грумінгу.

Ключові слова: надмірна залученість, соціальні мережі, Інтернет-залежність, адикції, підлітковий період.

Постановка проблеми. Однією з основних ознак розвитку сучасного суспільства є стрімкий розвиток комп'ютерних інформаційних технологій. Нині Інтернет став невід'ємною частиною нашого життя. Проте слід зазначити, що мережа Інтернет дає не лише можливість для розвитку здібностей, покращення знань та розширення кола інтересів, але й містить у собі реальні загрози для дорослих та дітей. Поряд з позитивними аспектами, соціальні мережі мають і негативні наслідки – це інтернет-залежність, економія або відсутність часу на живе спілкування. Соціальні мережі, відсуваючи на другий план класичні інститути соціалізації (родину, школу, друзів), – посідають усе більш домінуючу

роль у процесі соціалізації особистості й здійснюють безпосередній вплив на її ціннісні орієнтації.

Сучасне покоління підлітків практично не відривається від своїх гаджетів. Звичайно, в Інтернеті є багато корисної інформації, однак проблема полягає в тому, що більшу частину часу вони безглуздо проводять в соціальних мережах. Популярність соціальних мереж нині просто безмежна, тому немає нічого дивного в тому, що підлітки приділяють їм так багато своєї уваги. Найочевиднішою ознакою, що у підлітків виробляється надмірна залученість до соціальних мереж є почуття паніки, якщо вони протягом довгого часу не мають до них доступу. Тому проблема надмірної залу-

Науковий керівник: *Оран Марина Олегівна*

Доктор наук, доцент, Професор кафедри психології, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль (Україна) ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7598-8453>

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © *Olesya Lebedynets-Roda*

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

ченості підлітків до соціальних мереж є надзвичайно актуальною та своєчасною.

Аналіз останніх досліджень та публікацій.

Проблеми надмірної залученості широко обговорюються в сучасній науковій літературі. Загальні питання формування надмірної залученості, її попередження, лікування й реабілітації осіб із залежністю представлені в наукових пошуках Н. Бочкарьової, Н. Дмитрієвої, А. Єгорова, Є. Змановської, Л. Леонової, Ц. Короленка, В. Мендильовича, С. Смагіна, О. Симатової та ін.; розкриті питання соціально-педагогічної профілактики надмірної залученості (Н. Зобенько, Н. Максимова, В. Оржеховська, О. Пилипенко, С. Толстоухова та ін.); аспекти формування різних видів надмірної залученості та її профілактики (Н. Бугайова, М. Горобей, Г. Золотова, О. Песоцька, І. ЦалЦалко та ін.). Водночас, проблемою надмірної залученості до соціальних мереж та Інтернет-залежності займалися Н. Бугайова, А. Войскунский, А. Голдберг, Д. Грінфілд, А. Жичкіна, А. Єгорова, Ц. Короленко, Г. Пілягіна, К. Скурратт, О. Чабан, Л. Юр'єва, К. Янг, та ін. Значна кількість досліджень безпосередньо присвячена сутності, видам, ознакам, чинникам, поширеності та процесу формування надмірної залученості підлітків до соціальних мереж (Т. Вакулич, О. Войскуновський, М. Грифітса, О. Гузьман, А. Єгорова, О. Камінська, Н. Ляшенко, В. Просохова, Х. Турецька, Л. Юр'єва та ін.). Таким чином, попри загальну вивченість соціальних мереж як середовища спілкування та Інтернет-адикції як проблеми особистості, специфічні особливості та чинники надмірної залученості підлітків від спілкування в соціальних мережах у наукових джерелах розкриті недостатньо. Проте наявність значної кількості користувачів Інтернету, зорієнтованих передусім на спілкування і підтримку соціальних контактів в соціальних мережах та суттєва відмінність цієї активності від інших видів поведінки в Інтернеті вказують на необхідність наукового вирішення цієї проблеми. Відтак, дослідження надмірної залученості від соціальних мереж вимагає чіткого визначення сутності та ознак цього явища. Воно має базуватись на певному розумінні особливостей соціальних мереж та характеристик адикції (адиктивної поведінки) як особистісного розладу та деструктивної або девіантної форми поведінки.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття. Актуальність дослідження психологічних наслідків надмірної залученості до соціальних мереж в підлітковому віці визначається, по-перше, постійним збільшенням числа підлітків-користувачів Інтернету (нині близько 40%); по-друге, тим, що надмірна пристрасть до Інтернету має руйнівну дію на дитину, викликає негативний вплив на психіку; по-третє, відсутністю ґрунтовних досліджень у цій сфері в силу відносно новизни феномена «надмірної залученості», який до теперішнього часу практично не розглядався. Надзвичайно мало робіт присвячено проблемі надмірної залученості в підлітковому середовищі.

Постановка завдання (формулювання цілей статті) полягає у визначенні сутності надмірної залученості від соціальних мереж як різновиду адикції, встановлення її ознак та чинників, що сприяють її формуванню у підлітків і на їхній основі окресленні понятійно-термінологічного поля проблеми надмірної залученості підлітків до соціальних мереж, визначенні ключових дефініцій дослідження.

Наукове обґрунтування методології дослідження. Теоретичною та методологічною основою дослідження є фундаментальні та сучасні положення педагогічної теорії, напрацювання зарубіжних і вітчизняних науковців-педагогів та фахівців у галузі психології. Для досягнення мети в статті використано сукупність взаємопов'язаних теоретичних методів і прийомів наукового пізнання. Метод логічного узагальнення використано для теоретичного обґрунтування значущості поставлених завдань та уточнення ключових понять дослідження. Методи теоретичного узагальнення, групування і порівняння використано для зіставлення різних позицій, уточнення змісту окремих понять, сутності надмірної залученості підлітків до соціальних мереж.

Виклад основного матеріалу. Дослідження надмірної залученості до соціальних мереж вимагає чіткого визначення сутності та ознак цього явища, яке б базувалося на певному розумінні особливостей соціальних мереж як середовища взаємодії людей в та характеристик надмірної залученості як передумови залежності (адикції) як особистісного розладу та деструктивної або

девіантної форми поведінки сучасних підлітків.

Так, наприклад, А. Войскунський під «залученістю» розуміє творчий акт (Войскунський, 2014), тоді як І. Литовченко розглядає залученість як дещо особливе, коли розум з усією уважністю віддається справі, емоції посилені, увага сконцентрована, а поведінка розподілена (Литовченко, 2010). У своєму дослідженні О. Немеш окреслює такі складові залученості: енергійність і ефективність, які є протилежними сторонами вигоряння, що водночас, є джерелом руйнації залученості (Немеш, 2014).

Проблему залученості до соціальних мереж розглядає Т. Вакуліч та вивчає такий показник як кількість «друзів» і зазначає, що чим більше у особистості «друзів» в соціальній мережі, тим більша ймовірність, що таким чином вона прагне до самопрезентації (Вакуліч, 2005). Натомість Н. Сергєєва відзначає, що соціальні мережі є сучасною дійсністю, а залученість до них – новим типом відносин підлітка зі світом (Сергєєва, 2010).

У власному науковому пошуку О. Карабанова (О. Karabanova) охарактеризувала залученість як особливий мотиваційний стан особистості, пов'язаний з ефективністю діяльності (Karabanova, 2010). Розкриваючи специфічні риси залученості, варто звернутися до дослідження Г. Солдатової та О. Расказової, які виокремили такі її характеристики: стійкість, ступінь задоволеності, усвідомленість і цілеспрямованість (Солдатова, Расказова, 2014).

Сучасні дослідники виокремлюють два типи причин виникнення інтересу до соціальних мереж: *поверхневі* (гонка за модою, прагнення до всього нового, розширення меж спілкування) і *глибинні* (втеча від реальності, пошук або неприйняття власного «Я», організація особистого простору). З огляду на це, у вивченні чинників формування інтересу до соціальних мереж, варто звернутися до дослідження І. Литовченко, яка в якості передумов виникнення залежності від соціальних мереж називає почуття невпевненості у собі, низьку самооцінку, невміння встановлювати соціальні контакти (Литовченко, 2010). Подібною думки дотримується й О. Карабанова (О. Karabanova) і вивчаючи залученість, зазначає, що механізмами виникнення і «протікання» залученості є: особисті невдачі в стосун-

ках в родині; постійні конфлікти, які є звичним в цей період життя; низька самооцінка дитини, завищені очікування батьків; труднощі у встановленні особистого контакту з однолітками. Водночас залученість на ранніх стадіях може виражатися як інтерес до тієї чи іншої діяльності, відповідно, а тому може мати неясно-крово виражений характер (дитина отримує задоволення від процесу, отримує результат і ще не живе цим інтересом). З просуванням до подальших стадій, може спостерігатися відсутність будь-якого задоволення, інтерес стає звичкою і дитина перестає отримувати всякий результат (Karabanova, 2010).

У вивченні проблеми надмірної залученості підлітків до соціальних мереж, значущим моментом є окреслення причин, які стимулюють таку залученість. Так, Н. Сергєєва окреслює такі причини:

1) психологічна травма або важкі життєві ситуації, внаслідок яких підліток перестає цінувати реальний світ і прагне до його уникнення;

2) порушення соціальної адаптації, проблеми взаємовідносин в сім'ї, з однолітками чинять негативний вплив на емоційне самопочуття юнака чи дівчини, вони починають відчувати почуття самотності, дефіцит уваги, тривогу, зниження самооцінки і почуття впевненості в собі;

3) відсутність серйозних інтересів, захоплень, хобі, уподобань з одночасною наявністю величезної кількості вільного часу і недостатнім контролем з боку дорослих;

4) невміння спілкуватися з іншими людьми, а також особистісні особливості і риси характеру (наприклад, злостивість, жадібність, мстивість, образливість тощо) та все, що може виступати бар'єром для встановлення контактів. У соціальних мережах заводити нові знайомства набагато легше, а відсутність видимої реакції співрозмовника дає змогу відчувати власну значущість, обговорювати будь-які теми значно легше;

5) невпевненість в собі, комплекси як основна причина, а життя у віртуальному світі для підлітка є способом компенсації тих проблем, які існують в житті реальному (Сергєєва, 2010).

Основними чинниками, які сприяють формуванню надмірної залученості, а в подальшому і залежності (адикції) Ю. Данько визначає особливості Інтер-

нет-середовища (інтерактивність, контрольованість, анонімність, відсутність обмежень тощо), індивідуальні психофізіологічні особливості (тривожність, сором'язливість, шизоїдна та нестійка акцентуації, незадоволеність комунікативних або сексуальних потреб, занижена самооцінка, що сприяє зорієнтованості на субкультуру та ідеалізацію соціальних мереж) та особливості соціальної ситуації (самотність, відсутність взаєморозуміння в родині, труднощі у взаємодії з однолітками) (Данько, 2012). Натомість Х. Турецька згрупує чинники надмірної залученості та залежності (адикції) в чотирьохкомпонентну модель: соціальна ситуація (зумовлена дезінтеграцією суспільства та руйнуванням традиційних форм життєдіяльності і взаємодії людей); можливості віртуального середовища (персоніфікація взаємодії людини з комп'ютером); певні психологічні особливості (інтровертованість, висока потреба у близькому, інтимному спілкуванні та тривожність і несміливість в ситуаціях соціальної взаємодії; високий рівень індивідуалізму, неконформності) та наявність позитивних налаштувань щодо соціальних мереж та негативних щодо зовнішнього світу і власного «Я» (Турецька, 2012).

Вивчаючи чинники, що зумовлюють залученість підлітків до соціальної мережі, варто зазначити, що одним із таких чинників є можливість «втечі» від власних проблем або справ, з якими вони не хочуть мати справу і вирішувати. Іншим можливим чинником є можливість спостерігати за хлопцем або дівчиною, до якої відчують певну симпатію або мають певні відносини. Водночас, залученість до соціальних мереж можна пояснити на фізіологічному рівні: під час користування соціальними мережами рівень виділення гормонів дофамін (бажання) і окситоцин («гормон обіймів») може збільшуватися до 13% (Вакуліч, 2005).

Як доцільно зазначає С. Губина та Н. Югова, що залученість до соціальних мереж найчастіше виявляється у підлітковому віці. Несформована психіка й емоційна нестабільність не дозволяє підліткам комфортно відчувати себе в реальному житті, вони відчують самотність і ведуть пошук гострих відчуттів, недоступних в реальному світі, а тому в них надзвичайно швидко розвивається залученість до соціальних мереж, наслідком якої є соціальна дезадаптація, депресія і пси-

хічні відхилення (Губина, Югова, 2014). Подібна залученість несе в собі руйнівну шкоду для особистості підлітка.

М. Богдан та О. Горецька окреслюють декілька типів залученості підлітків до соціальних мереж з урахуванням гендерних та вікових особливостей, що володіють особливими взаємопов'язаними характеристиками (Богдан, Горецька, 2014).

1. Самопрезентація в соціальній мережі з метою спілкування притаманна підліткам, які користуються соціальними мережами заради спілкування з друзями, але для досягнення цієї мети їм необхідно активно презентувати себе. Цей висновок зумовлений такими передумовами: мотив до реєстрації – прагнення показати себе; найчастіше підліток викладає фото, на яких зображений він сам; схильність до перевірки кількості «лайків» до своїх фото, з огляду на що можна говорити про потребу в схваленні, а також заклопотаність власною персоною. Цей тип залученості зазвичай притаманний дівчаткам 12-14 років, рідше хлопцям (Lewis, 2005).

2. Знаходження в соціальній мережі як атрибут іміджу підлітка. Особистості, що відносяться до другого типу, мають невелику кількість друзів у соціальній мережі, однак в реальному житті такі друзі не присутні. Тобто, такі підлітки не відчують високої потреби в спілкуванні, оскільки їм його вистачає спілкування в реальному житті. Такий тип залученості притаманний хлопцям 13-15 років, впевнених у власних силах.

3. Використання соціальних мереж для задоволення потреби у спілкуванні. Діти цього типу починають користуватися соціальними мережами для пошуку нових друзів, щоб бути в «курсі» подій з життя друзів і переглядати інформацію в групах за інтересами, що свідчить про актуальність проблеми спілкування. Перебуваючи в соціальній мережі, підлітки переглядають чужі сторінки, можливо в пошуках нових друзів. Окреслений тип залученості притаманний усім підліткам, незалежно від віку та статі.

4. Прагнення до участі в суспільному житті. Такі підлітки реєструються в соціальних мережах з власної цікавості і заради розваги. Типовими для цього типу залученості є перегляд новинної стрічки, чужих сторінок, викладання фото різноманітних заходів, тобто

прагнення приймати участь у громадському житті. Така залученість притаманна здебільшого дівчаткам різного віку.

5. Самопрезентація, як самоціль. Цей тип характеризує особистість, яка прагне до самопрезентації як самоцілі. Мотивом користування соціальними мережами є власна самопрезентація. Схвалення є заледве не найважливішим показником успішності перебування в мережі, оскільки такі підлітки стежать за кількістю відгуків до своїх фотографій. Така залученість притаманна здебільшого дівчаткам 14-16 років.

6. Самоствердження на основі демонстрації кількості «друзів». Такі підлітки мають потребу в утвердженні себе, однак не можуть це зробити в реальному житті. Для їхнього акаунта характерна велика кількість друзів у мережі, демонстрація фото друзів, а також фото з друзями. Підлітки з цим типом залученості самостверджуються шляхом наявності великої кількості друзів. Такий тип залученості притаманний усім підліткам 14-16 років.

7. Наявність проблем з «Я» концепцією особистості. Підлітки такого типу залученості починають користуватися соціальними мережами заради розваги і використання медіа-матеріалу. Таку розбіжність між бажаним і дійсним можна пояснити тим, що в процесі користування новим інформаційним полем підліток знаходить для себе нові можливості задоволення актуальних потреб (Богдан, Горецька, 2014).

Тобто можемо припустити, що відмінності причинах залученості підлітків до соціальних мереж подекуди (дуже рідко) зумовлені статтю і віком. Однак юнаки та дівчата рівною мірою само презентуються в соціальних мережах, використовують одні і ті ж соціальні мережі. Така особистісна риса, як агресивність, яка частіше приписується юнакам, дуже характерна і дівчатам, цим фактом не варто нехтувати, тоді як хлопець може демонструвати свою перевагу в соціальних мережах за допомогою зовнішніх даних, що частіше характерно для дівчат. Відтак, значної відмінності у надмірній залученості підлітків (юнаків та дівчат) загалом немає.

Для вирішення проблеми залученості підлітків до соціальних мереж, варто враховувати соціально-технографічну сегментацію (social technographics) кори-

стувачів соціальних мереж. Так, у межах цієї сегментації підлітки формують групи на основі власних дій в мережі. Всього варто виокремити шість типів користувачів-підлітків соціальних мереж: «творці», «критики», «збирачі», «громадські працівники», «споживачі» та «неактивні».

«Творці» (*Creators*) – їхньою ключовою характеристикою є діяльність, спрямована на створення і публікацію контенту. Такі підлітки ведуть Інтернет-щоденник (блог), пишуть і викладають в соціальну мережу статті, огляди, рецензії, викладають власне відео, музику або аудіо. «Критики» (*Critics*) – відмінною їхньою характеристикою є діяльність, спрямована на демонстрацію свого ставлення до вже створеного і опублікованого в мережі. Такі підлітки користуються форумами, висловлюють свою думку на спеціальних тематичних майданчиках для обговорення: на веб-сторінках, в інтернет-щоденниках, на сторінках соціальної мережі інших користувачів. «Збирачі» (*Collectors*). Представники цієї групи різними способами класифікують і організовують та контент в соціальній мережі: додають мітки (теги), беруть участь в складанні рейтингів сторінок в соціальній мережі, використовують RSS-потіки. «Громадські працівники» (*Joiners*) поєднують підлітків-користувачів соціальних мереж, які постійно відвідують сайти соціальних мереж та користуються Інтернет-щоденниками (блогами). «Споживачі» (*Spectators*) – відмінною характеристикою яких є споживання контенту (підлітки скачують, прослуховують аудіо, переглядають відео, читають форуми). «Неактивні» (*Inactives*) – представники цієї групи не входять ні в одну з розглянутих груп і не роблять нічого з перерахованого (Lewis, Neighbors, 2005).

На основі аналізу і рефлексії сучасних соціально-психологічних і педагогічних досліджень нами визначено сутність поняття «залученість до соціальної мережі» як особливий мотиваційний стан особистості, що характеризується *стійкістю* (тривалістю, частою знаходження в мережі, поглиненістю діяльністю і спілкуванням); *мірою задоволеності* (суб'єктивно емоційно забарвлені переживання від процесу і результатів діяльності та спілкування в соціальній мережі); *усвідомленістю* (наявністю смислів знаходження в мережі, особистісної значущості), *цілеспрямованістю* (прагненням і

наполегливістю в досягненні поставлених цілей, спрямованістю власної активності на досягнення поставлених цілей).

Таким чином, на основі проведеного аналізу психолого-педагогічної науки доцільним є виокремлення трьох рівнів залученості підлітків до соціальної мережі (повсякденна, активна, надмірна).

Повсякденна залученість характеризується:

– слабкою стійкістю (тривалість перебування в соціальній мережі не перевищує в середньому 1-2 роки, публікує «пости» не частіше 1-2 разів на місяць, причому в день витрачає не більше години на перебування в мережі; підліток не відкладає власні справи заради знаходження в мережі, що свідчить про слабку концентрацію);

– наявністю адекватних цілей у користуванні соціальною мережею (які сприяють саморозвитку, особистому збагаченню користувача); високий ступінь усвідомленості (особисті смисли для розширення власного світогляду, особистого досвіду; підліток знає, що соціальна мережа може впливати на особистість людини, водночас усвідомлює особисту відповідальність за зміст власних «постів» в соціальній мережі та за витрачений час);

– задоволенням від перебування в соціальній мережі, від отриманих результатів і реакції з боку підписників, а особиста оцінка своїх «постів» не сильно залежить від реакції на них інших; позитивно ставиться до всіх новинок соціальної мережі, але не використовує їх активно).

Активна залученість характеризується

– сильною стійкістю (тривалість перебування в соціальній мережі перевищує 2 роки, підліток публікує «пости» в середньому від декількох разів в тиждень до кількох разів на день, а на користування мережею витрачається близько 2 годин; є ймовірність того, що знаходження в соціальній мережі може бути причиною для відкладання будь-яких справ);

– наявністю здебільшого адекватних цілей знаходження в соціальній мережі, що сприяють саморозвитку особистості, але можлива наявність і деструктивних цілей («вбити час», «знуцання» над кимось тощо); міра усвідомленості значно слабша, оскільки підліток користується соціальною мережею вже не лише для розши-

рення і збагачення досвіду, а й для самопрезентації, самодемонстрації; спостерігається зміщення морально-етичних норм і цінностей, в зв'язку з чим усвідомлення відповідальності за свої «пости» вже знаходиться на слабкому рівні або ж відсутня;

– сильним задоволенням від самого процесу користування соціальною мережею, тому підліток позитивно ставиться до всіх новинок і активно їх використовує; оцінка особистих постів вже безпосередньо залежить від думки підписників, а збільшення числа підписників і кількості «лайків» впливають на оцінку особистих успіхів в мережі; відчуттям дискомфорту в момент припинення користування мережею.

Надмірна залученість характеризується:

– сильною стійкістю (тривалість перебування в соціальній мережі перевищує 3 роки; підліток проводить багато часу в соціальній мережі, однак перестає приносити будь-якої результат (не викладає «пости»); пріоритетним стає не виконання особистих життєво важливих справ, а перебування соціальної мережі);

– слабкою або ж відсутньою цілеспрямованістю: підліток безцільно «вбиває час», а тому в нього вже не стоїть завдання саморозвитку або особистісного зростання за допомогою соціальної мережі; усвідомленість має слабкий характер через відсутність адекватної і певної мети; мотив перебування розмитий і не сприяє особистісному зростанню, а, навпаки, наближає до деградації; морально-етичні норми і цінності розмиті, зазвичай розходяться із загальноприйнятими у суспільстві; підліток заперечує будь-який вплив соціальної мережі на особистість;

– відсутністю задоволеності від процесу та особистих результатів перебування в соціальній мережі, а також від оцінки з боку підписників, тобто соціальна мережа стає звичкою, а припинення користування нею підліток вважає неможливим або відчуває сильний дискомфорт.

У цьому руслі варто також окреслити й ризики надмірної залученості підлітків до соціальної мережі:

– контентні ризики, які пов'язані зі споживанням інформації, опублікованої в соціальній мережі і передбачають або незаконне, або неналежне утримання (порнографія, пропаганда екстремізму, наркотиків, релігійних сект, суїциду, нецензурна лексика);

– комунікативні ризики – діяльність, пов’язана з міжособистісними відносинами користувачів, можливість потрапити під вплив жорстокого поводження та нападів з боку інших членів спільноти (незаконні контакти (грумінг), кіберпереслідування, кібербулінг, сексуальні домагання, знайомства в мережі, зустрічі з Інтернет-знайомими в реальному житті). Саме комунікативні ризики несуть в собі безліч загроз для психічного здоров’я підлітків. Найпоширенішими комунікативними ризиками є кібербулінг та грумінг (Данько, 2012). Найчастіше кібербулінг пов’язаний з негативною ситуацією в реальному житті, є наслідком неблагополучного освітнього середовища в класі, викликана нападами в шкільних спільнотах. Нерідко цькування починається в соціальних мережах, де на спеціально створених сторінках (прихованих від очей дорослих, але привертають увагу безлічі підлітків – набагато більше, ніж могли б залучити в реальному житті) їхні творці ведуть свою діяльність щодо психологічного насильства в спільнотах. Інша поширена загроза в групі комунікаційних ризиків – грумінг – діяльність користувача, спрямована на встановлення близького контакту з підлітком за допомогою Інтернету, з метою його подальшої сексуальної експлуатації. Найчастіший сценарій грумінгу розгортається в особистому листуванні між дорослим і дитиною. Як правило дорослий видає себе за людину однієї з підлітків вікової категорії, «втирається» в довіру, а далі, коли підліток відчуває емоційну близькість зі співрозмовником, ініціює переписку на інтимні теми і пропонує надіслати фото в оголеному вигляді або показатися без одягу в сеансі відеозв’язку. Як тільки фото або відео отримані, недобррозичливець починає процес шантажу (вимагає зробити нові фотографії або зустрічі в реальному житті) (Молчанов, Алмазова, Поскребышева, 2018).

– електронні (кібер) ризики – діяльність, яка передбачає розкрадання персональної інформації, створення помилкових сторінок і профілів, шкідливе програмне забезпечення, вірусні атаки, онлайн-шахрайство, спам;

– споживчі ризики – зловживання правами споживача (поширення неякісної або контрафактної продукції, розкрадання засобів, вплив на потенційних споживачів через дружні контакти);

– можливість розвитку залежності від соціальних мереж, яка в 2011 р. визнана психіатрами серйознішим явищем, ніж залежність від комп’ютерних ігор (Солдатова, Рассказова, 2014).

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, надмірна залученість підлітків до соціальної мережі має певні риси і характеристики, пов’язані з вирішенням завдань особистісного і соціального розвитку:

1) знаходження в соціальній мережі пов’язано з потребою підлітків (незалежно від віку та статі) у самореалізації;

2) вирішення проблем формування Я-концепції відбувається шляхом можливості отримання схвалення з боку своїх підписників;

3) невпевненість в собі, неприйняття власної зовнішності вирішується шляхом обробки своїх фото різними фільтрами;

4) спрощення процесу комунікації за допомогою особливого роду організованого спілкування в соціальній мережі.

Тоді як можливими негативними, а подекуди й небезпечними наслідками надмірної залученості підлітків до соціальних мереж є зниження тривалості концентрації уваги; за умови якщо підліток буквально «живе» в соціальній мережі, це може спричинювати сильну втомлюваність організму; відчуження від реального життя; зниження інтелекту; соціальна дезадаптація підлітків стосовно реального життя; відстороненість від суспільного життя; зміщення морально-етичних принципів і цінностей, що, водночас, спричинює виникнення девіантності тощо. Тобто надмірна залученість підлітків до соціальних мереж сприяє формуванню низки психологічних проблем, які лише погіршують наявні у дітей труднощі: конфліктну поведінку, стійку депресію, перевагу віртуального простору в реальному житті, проблеми соціальної адаптації, зниження самоконтролю, виникнення почуття дискомфорту за відсутності можливості використання соціальних мереж. У віртуальному просторі соціальних мереж у підлітків часто виникає ілюзія всюдозволеності і безкарності, що спонукає порушувати права людини.

Для забезпечення психологічного благополуччя підлітків необхідно приймати до уваги зміни, пов’язані

зані з розвитком цифрових технологій і еволюцією онлайн-ризиків. Підвищення частоти і часу перебування в соціальній мережі, відсутність системи навчання безпечному та ефективному використанню соціальних мереж, низька цифрова компетентність батьків збільшують ймовірність зіткнення юних користувачів можливостями надмірної залученості, а в подальшому залежності (адикції). Тому постає особливе завдання щодо діагностики, профілактики, а за необхідності і надання допомоги в ситуаціях надмірної залученості підлітків до соціальних мереж, а також експериментальної перевірки впливу психологічних чинників на формування надмірної залученості від соціальних мереж, розробки та апробації методики первинної та вторинної профілактики такої залученості.

References :

- Bogdan, M. S., Goretzka, O. V. (2014) Psihologichni osoblivosti spilkuvannya zaleznhih vid sotsialnih merezh [Psychological features of communication of addicts on social networks]. *Psihologiya i sotsiologiya: problemi praktichnogo zastosuvannya*, 7, 25–29 [In Ukrainian].
- Vakulich, T. M. (2005) Internet-zalezhnist yak noviy vid aditivnoyi povedinki [Internet addiction as a new type of additive behavior]. *Naukoviy chasopis NPU im. M. Dragomanova. Ser.: Psihologiya*, 7 (31), 22–29 [In Ukrainian].
- Voyskunskiy, A. E. (2014) Sotsialnaya pertseptsiya v sotsialnyih setyah [Social perception in social media]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser.: Psihologiya*, 2, 90–104 [In Russian].
- Gubina, S. T., Yugova, N. L. (2014) Vospriyatie podrostkami informatsii v seti Internet: profilaktika internet-zavisimogo povedeniya [Teenagers' perception of information on the Internet: prevention of Internet addictive behavior]. *Diskussiya*, 1 (42), 111–117 [In Russian].
- Danko, Yu. A. (2012) Sotsialni merezhi yak forma suchasnoyi komunikatsiyi: plyusi i minusi [Social networks as a form of modern communication: pros and cons]. *Suchasne suspilstvo*, 2, 179–184 [In Ukrainian].
- Danko, Yu. A. (2012) Fenomen sotsialnih merezh u konteksti stanovlennya i rozvitku merezhevoho suspilstva [The phenomenon of social networks in the context of the formation and development of a network society]. *Visnik Mizhnarodnogo slov'yanskogo universitetu. Ser.: Sotsiologichni nauki*, 1-2 (15), 53–59 [In Ukrainian].
- Litovchenko, I. V. (2010) Ditu v Interneti: yak navchiti bezpetsi u virtualnomu sviti: posib. dlya batkiv [Kids on the Internet: How to Teach Security in the Virtual World: A Guide for Parents]. K: «Vidavnichiy budinok «Avanpost-Prim» [In Ukrainian].
- Molchanov, S. V., Almazova, O. V., Poskrebyisheva, N. N. (2018) Kognitivnyie sposoby pererabotki sotsialnoy informatsii iz internet-seti v podrostkovom vozraste [Cognitive ways of processing social information from the Internet in adolescence]. *Natsionalnyy psihologicheskii zhurnal*, 3 (31), 57–68 [In Russian].
- Nemesh, O. M. (2014) Vpliv spilkuvannya v sotsialnih merezhah na rozvitek osobistosti pidlitka [The influence of communication on social networks on the development of adolescent personality]. *Zbirk naukovih prats K-PNU imeni Ivana Ogiienka*, 26, 442–456 [In Ukrainian].
- Sergeeva, N. V. (2010) Sotsialno-pedagogichni umovi profilaktiki komp'yuternoyi adiktsiyi pidlitkiv [Socio-pedagogical conditions for the prevention of computer addiction in adolescents]: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. In-t probl. vihovannya NAPN Ukrayiny. Kyiv [In Ukrainian].
- Soldatova, G. U., Rasskazova, E. I. (2014) Bezopasnost podrostkov v Internete: riski, sovladanie i roditelskaya mediatsiya [Online Teen Safety: Risks, Coping and Parental Mediation]. *Natsionalnyy psihologicheskii zhurnal*, 3 (15), 39–51 [In Russian].
- Turetska, H. I. (2012) Psihologichni chinniki Internet-zalezhnosti [Psychological factors of Internet addiction]. *Naukoviy visnik Lvivskogo derzhavnogo universitetu vnutrishnih sprav*, 2 (2), 95–104 [In Ukrainian].
- Karabanova, O. A. (2010) Social Situation of Child's Development – the Key Concept in Modern Developmental Psychology. *Psychology in Russia: State of the Art. Vol. 3*. pp. 130–153.
- Lewis, M., Neighbors, C. (2005) Self-determination and the use of self-presentational strategies. *Journal of Social Psychology. Vol. 145*. pp. 469–489.

Olesya Lebedynets-Roda

Third-year post-graduate student in Psychology, Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University in Ternopil, Ternopil (Ukraine)

THE CONCEPTUAL AND TERMINOLOGICAL FIELD FOR THE PROBLEM OF ADOLESCENTS' EXCESSIVE INVOLVEMENT INTO SOCIAL NETWORKING

ABSTRACT

The article examines the impact of social networking on adolescents' mental health. In the modern conditions, the Internet and social networking have become an integral part of every adolescent's life. Informational communicative technologies have been organically "built into" the social situation of modern adolescents' development. Social networking and the Internet bring developmental opportunities, as well as are a source of risks for adoles-

cents' mental health. The problem of violence and excessive involvement is recognized as the most important negative social factor.

The article considers the conceptual and terminological field of the problem of adolescents' excessive involvement into social networking. The concepts of "involvement", "involvement into social networking", "adolescents' excessive involvement" and "addiction" are discussed. The types of adolescents-users of social networks ("creators", "critics", "collectors", "public workers", "consumers" and "inactive ones") and the types of adolescents' involvement into social networking are outlined. These types of adolescents' involvement into social networking are the following: self-presentation; social networking as an attribute of an adolescent's image; satisfaction of the need for communication; participation in social life; self-presentation as a goal; self-affirmation based on a number of "friends"; existing problems with self-concept. Basing on the reviewed psychological and pedagogical literature, we identified three levels of adolescents' involvement into social networking (daily, active, or excessive). The analyzed scientific works outlined the main factors contributing to adolescents' excessive involvement and, later, dependence on (addiction to) social networking and the Internet. The risks of adolescents' excessive involvement into social networking (harmful network content and communications, consumer and electronic (cyber) risks and Internet addiction) are examined. The two types that pose the greatest threat to adolescents' mental health have received a closer and detailed attention. These two types are communicative risks and addiction to social networking. The typical scenarios having communicative risks, such as cyberbullying and grooming, are described.

Key words: excessive involvement, social networking, Internet addiction, addictions, adolescence.

Лебединец-Рода Олеся Сергеевна

Тернопольский национальный педагогический университет имени Владимира Гнатюка, аспирант III курса специальности 053 Психология, г. Тернополь (Украина)

ПОНЯТИЙНО-ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКОЕ ПОЛЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ИЗБЫТОЧНОЙ ВОВЛЕЧЕННОСТИ В СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена проблеме влияния социальных сетей на психическое здоровье подростков. Установлено, что в современных условиях Интернет и социальные сети стали неотъемлемой частью жизни каждого подростка. Инфокоммуникационные технологии органично «влились» в социальную ситуацию развития современных подростков. Выяснено, что социальные сети и Интернет несут в себе одновременно возможности для развития и являются источником факторов риска психическому здоровью детей подросткового возраста. Одними из важнейших социальных факторов негативного воздействия определены проблема насилия и проблема избыточной вовлеченности.

В статье рассмотрено понятийно-терминологическое поле проблемы чрезмерной вовлеченности в социальные сети в подростковом возрасте. Раскрыто понятие «вовлеченность», «вовлеченность в социальные сети», «чрезмерная вовлеченность подростков», «аддикция». Определены типы пользователей-подростков социальных сетей («творцы», «критики», «сборщики», «общественники», «потребители» и «неактивные») и типы вовлеченности подростков в социальные сети (самопрезентация; нахождение в социальной сети как атрибут имиджа подростка; удовлетворение потребности в общении; стремление к участию в общественной жизни; самопрезентация как самоцель; самоутверждения на основе демонстрации количества «друзей»; наличие проблем «Я» концепции личности). На основе анализа психолого-педагогической литературы выделены три уровня вовлеченности подростков в социальные сети (повседневная, активная, чрезмерная). Проанализированы научные исследования, в которых обозначены основные факторы, способствующие формированию избыточной вовлеченности, а в дальнейшем и зависимости (аддикции) от социальных сетей и сети

Интернет в подростковом возрасте. Рассмотрены риски чрезмерной вовлеченности подростков в социальные сети (контентные, коммуникативные, потребительские, электронные (кибер) риски и Интернет-зависимость), из них подробно рассмотрены два типа, которые несут наибольшую угрозу психическому здоровью подростков: коммуникационные риски и зависимость от социальных сетей. Определены типичные сценарии столкновения с видами коммуникационных рисков - кибербуллингу и груминга.

Ключевые слова: чрезмерная вовлеченность, социальные сети, Интернет-зависимость, зависимость, подростковый период.

Дата отримання статті: 16.08.2019

Дата рекомендації до друку: 21.09.2020

Дата оприлюднення: 30.09.2020