

Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

Кафедра психології

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТИПУ ОСОБИСТОСТІ ТА ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНІСТЬ

Дипломна робота

Рівень вищої освіти - перший (бакалаврський)

Виконала:

Студентка 4 курсу, групи 403
спеціальності 053 Психологія

Павлюк Яна Георгіївна

Керівник: асистент Гайсонюк Н.А.

Рецензент:

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри № ____

від „____” _____ 20__ р.

зав. кафедри _____ доц. Андрєєва Я.Ф.

Чернівці - 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. СУТНІСТЬ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ ТА ЇЇ РОЛЬ У ФОРМУВАННІ ОСОБИСТОСТІ	
1.1. Чинники які впливають на інтернет залежність.....	6
1.2. Види інтернет залежності та як залежність впливає на особистість.....	14
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕТ- ЗАЛЕЖНОСТІ МОЛОДІ	
2.1. Загальна характеристика вибірки та методів дослідження	18
2.2. Виявлення залежності особистісних факторів темпераменту та факторами особистості	24
2.3. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження	26
Висновки	39
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	43

ВСТУП

Актуальність теми. Полягає в поглибленні розуміння явища інтернет-залежності та формуванні фундаменту для супроводу юнаків і підлітків з метою запобігання негативних наслідків інтернет-залежності та надмірного використання інтернету як засобу подолання тривоги. Залежність від інтернету є серйозною проблемою, яка може мати негативний вплив на фізичне та психічне здоров'я людини, рівень соціальної активності та продуктивності.

Інтернет-залежність – це психологічний стан, при якому людина відчуває потребу постійно звертати увагу на інтернет і використовує його як спосіб уникнути проблем і стресу. Інтернет може бути джерелом комфорту, задоволення та допомогти відчувати зв'язок з іншими, але в той же час він також може призвести до таких проблем, як соціальна ізоляція, депресія та тривога.

Тип особистості - це сукупність психологічних особливостей людини, які визначають відносно постійну і послідовну реакцію на вплив факторів навколишнього середовища.

Проблемами методології дослідження виявлення особливостей формування та прояву інтернет-залежності активно займалися такі відомі українські та зарубіжні вчені: Ю.І.Керебка, О.В.Камінська, І.О.Блохіна, М. Шоттон, Д. Грінфілд, Р. Девіс, Дж. Сулер.

Ю.І.Керебка, О.В.Камінська, І.О.Блохіна, відомі вчені в Україні, спеціалізувалися на дослідженні різних аспектів інтернет-залежності. Вони вивали декілька ключових аспектів цього явища, зокрема:

1. Психологічні аспекти: досліджували вплив використання інтернету на психічне здоров'я людей, включаючи ризики психічних розладів, депресію та тривогу, пов'язані з інтернет-залежністю.

2. Соціальні аспекти: Вчені вивчали взаємозв'язок між інтернет-залежністю та соціальною адаптацією. Вона досліджувала, як інтернет-

залежність впливає на стосунки з близькими, соціальну інтеракцію та загальну якість життя особи.

3. Педагогічні аспекти: досліджували вплив інтернет-залежності на навчання та академічні досягнення учнів. Вона вивчала, як часте використання інтернету може вплинути на концентрацію, мотивацію та навчальні результати учнів.

Чимало і зарубіжних вчених проводили дослідження шкоди від надмірного використання Інтернету, психологічних особливостей Інтернет-залежності та психологічних причин її виникнення. Серед них: М. Шоттон, Д. Грінфілд, Р. Девіс, Дж. Сулер. Ці дослідження виявили фактори, що формують залежну від Інтернету поведінку, яку можна згрупувати в три великі категорії: психологічні, психосоціальні та соціальні. У різних галузях психології (поведінка, пізнання, діяльність тощо) з'явилися різні теорії, спрямовані на пояснення природи та причин цієї залежності.

Об'єктом дослідження - є взаємозв'язок між типом особистості та рівнем інтернет-залежності у людей.

Предметом дослідження - вікові особливості взаємозв'язку типу особистості та інтернет-залежності.

Мета дослідження — проаналізувати інтернет залежність дослідити психологічні особливості прояву інтернет-залежності у студентів і старшокласників та виявлення залежностей між типом особистості та віковим фактором.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасні наукові літературні джерела з досліджуваної проблеми;
2. Визначити взаємозв'язки між типом особистості та особливостями використання інтернету;
3. Дослідити вплив віку на тип особистості та стратегії використання.

4. Проаналізувати отриманні дані за допомогою статистичних методів та сформулювати висновки.

Гіпотеза - тип особистості та вікові характеристики можуть зумовлювати відмінності у проявах в психологічних особливостях користування інтернетом та інтернет у старшокласників та студентів.

Методи дослідження. При написанні дипломної роботи були використані наступні методи наукового дослідження:

А) *теоретичні* – систематизація, узагальнення, порівняння, аналіз та синтез;

Б) *Емпіричні* – психодіагностичні методики “П'ятифакторний особистісний Опитувальник”(Р. МакКрай, П. Коста), “Визначення типу особистості Опитувальник” (Девідом Кейрсі), “Тест-Опитувальник поведінка в інтернеті” (С. Бутманчук), “Тест-Опитувальник критичне мислення” “Методика для визначення інтернет-залежності”.

Експериментальна основа дослідження. Дослідження проводилося на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. У ньому взяли участь 40 особи юнацького віку – від 16 до 21 років.

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел 46 найменувань, з додатками. Загальний обсяг роботи 75 становить сторінок, основний зміст викладено на 42 сторінках.

РОЗДІЛ 1. СУТНІСТЬ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ ТА ЇЇ РОЛЮ У ФОРМУВАННІ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Чинники які впливають на інтернет залежність

Віковий фактор може впливати на розвиток і прояв інтернет-залежності у різних способів. Важливо зрозуміти, що інтернет-залежність може виникати у будь-якому віці.

Причини і мотивація молодші люди, особливо підлітки, частіше використовують інтернет для соціальних мереж, ігор та розваг. Вони можуть бути більш схильні до експериментування, пошуку вражень та соціального прийняття. У дорослих осіб залежність може виникати з-за роботи, пошуку інформації або комунікації.

В наш час доступ до технологій для молодшого покоління частіше мають більший доступ до смартфонів, комп'ютерів і інших пристроїв з інтернетом. Це може сприяти появі інтернет-залежності, оскільки вони мають більше можливостей для використання інтернету [33,с 246].

Соціальний контекст є взаємозв'язок з різними віковими групи можуть мати різні соціальні норми та очікування. Наприклад, підлітки можуть бути більш вразливими до соціального впливу та схильними до підліткової групової динаміки, що може збільшити ризик розвитку залежності[44].

Рівень самоконтролю та розвитку мозку: Мозковий розвиток і зрілість може відрізнятися у різних вікових груп. Деякі дослідження показують, що молодші люди можуть мати менш розвинені навички самоконтролю і здатність до прийняття зважених рішень, що може збільшувати ризик інтернет-залежності[6, с 21].

Інтернет-залежність проявляється в комунікаційному просторі. Відсутність свободи спілкування є ключовою проблемою, яка створює цю форму залежності. Відсутність комунікативних здібностей спонукає молодь перестати спілкуватися безпосередньо, а надавати перевагу сучасним

технологічним засобам, згладжуючи емоційну сторону спілкування, розширюючи дистанцію між комунікативними об'єктами, анонімізуючи та позбавляючи комунікативної інтимності [37, с 27].

Тип особистості може відігравати роль у вразливості до інтернет-залежності. Деякі особистісні риси можуть сприяти розвитку залежності, тоді як інші можуть виконувати захисну функцію [22].

Типи особистості, які можуть впливати на ризик інтернет-залежності:

1. Люди зі схильністю до залежності, які швидко стають залежними від певних речей або дій, можуть бути більш вразливими до розвитку інтернет-залежності. Вони можуть шукати компенсацію, уникнення реальності або втечу від проблем через інтернет.

2. **Нейротичність:** Люди з вираженою нейротичністю, хто має тенденцію до тривоги, депресії, нестабільності настрою та низької самооцінки, можуть бути більш схильними до інтернет-залежності. Використання інтернету може стати способом уникнення або засобом регуляції їхніх емоцій.

3. **Недостатність самоконтролю:** Люди з обмеженими навичками самоконтролю, які мають труднощі в управлінні своїми імпульсами та прийнятті відкладених рішень, можуть бути більш вразливими до надмірного використання інтернету та розвитку залежності.

4. **Екстравертність та соціальна потреба:** екстравертні особистості, які мають високий рівень соціальної потреби та активно шукають зовнішній стимул, можуть використовувати соціальні мережі та інтернет-спілкування як засіб задоволення своїх потреб. Залежність може виникнути, коли екстравертні особистості витрачають надмірний час на соціальні мережі та онлайн-спілкування, занедбуючи інші аспекти свого життя.

5. **Перфекціонізм:** Люди з вираженим перфекціонізмом можуть бути більш схильними до інтернет-залежності. Вони можуть шукати постійної

перевірки, підтвердження та визнання в онлайн-середовищі, що може призводити до надмірного використання інтернету та розвитку залежності.

6. Уникнення реальності: Люди, які мають тенденцію уникати реальності або важких ситуацій, можуть використовувати інтернет як за ескапізму. Вони можуть прагнути втекти від проблем, стресу чи незадоволення через витрачання великої кількості часу в онлайн-світі [11].

Також варто зазначити, що це лише загальні тенденції, і кожна особистість унікальна. Інтернет-залежність може виникати в будь-якому типі особистості. Особистість не є єдиним визначальним фактором, але сполучення особистісних рис з іншими факторами може збільшити або зменшити ризик розвитку інтернет-залежності [3].

Взаємозв'язок між типом особистості та інтернет-залежністю, а також вплив вікового фактору на цю залежність, є складним і багатограним. Хоча не існує однозначного правила, яке б прогнозувало, які особистості та в якому віці стануть залежними від інтернету, можна виділити певні тенденції. [33, с246].

Люди зі схильністю до залежності, низьким рівнем самоконтролю, нейротичністю та потребою у соціальному спілкуванні можуть бути більш схильними до розвитку інтернет-залежності. Молодші підлітки, що перебувають у періоді формування особистості та ідентичності, можуть бути особливо вразливими до цієї залежності. Дорослі також можуть відчувати ризик до розвитку інтернет-залежності [27].

Розуміння взаємозв'язку між типом особистості, віком та інтернет-залежністю допомагає нам усвідомити ризики, пов'язані з використанням інтернету, та розробити ефективні стратегії запобігання та лікування цієї проблеми. інтернет-залежності в періоди життєвих змін та стресу [1].

Розвиток технологічної грамотності, саморегуляції та здатності до збалансованого використання інтернету важливі для забезпечення позитивного та здорового впливу інтернету на наше життя [7, с 99-101].

Необхідно також пам'ятати, що інтернет-залежність є складним явищем, і розвиток цієї залежності залежить від багатьох факторів, таких як соціальне середовище, культурні відмінності та доступ до технологій [23, с 95–100].

Тому важливим взаємозв'язок між типом особистості та віком може впливати на спосіб, яким люди реагують на інтернет та взаємодіють з ним. Особистісні риси можуть змінюватися протягом життя, і це може вплинути на сприйняття та використання інтернету [10, с 215-226].

Наприклад, молодші люди, зазвичай, більш відкриті до нових технологій та інновацій, і це може підвищити їхню схильність до використання інтернету та соціальних мереж. Вони можуть бути більш активними користувачами інтернету, шукаючи нові враження, спілкування з друзями та знайомство з новими людьми [31с 16-22].

З іншого боку, старші люди можуть мати інший підхід до використання інтернету. Деякі з них можуть бути більш обережними та обачними, виявляючи меншу схильність до віртуального спілкування та залучення до онлайн-активностей. Вони можуть більше цінувати особисті зустрічі та більш традиційні способи спілкування [2, с35-40].

Тип особистості також може грати роль у взаємодії з інтернетом на будь-якому віці. Наприклад, екстравертовані особистості можуть активно використовувати соціальні мережі та інтерактивні платформи для спілкування з багатьма людьми. З іншого боку, інтровертовані особистості можуть використовувати інтернет як інструмент для збереження приватності та віддаленого спілкування з обмеженою кількістю людей [9с. 215-226].

У кожній віковій категорії можуть бути люди з різними типами особистості, і це впливає на те, як вони сприймають. Продовжуючи, важливо зауважити, що взаємозв'язок типу особистості та дії з віком не є статичним. Люди можуть змінювати свою особистість протягом життя, а також адаптувати свої дії та вплив інтернету відповідно до змінюючихся Обставин [20, с 65– 75].

Наприклад, під впливом життєвого досвіду та набутого розуміння люди можуть переглядати свої пріоритети та цінності, що може відобразитися на їхньому використанні Інтернету [4, с134].

Дорослі особистості можуть зрозуміти важливість обмеження часу, витраченого в інтернеті, та зосередитися на більш конструктивних та цілеспрямованих діях.

Також, зростаючий доступ до інтернету серед різних вікових груп може призводити до змін у сприйнятті та використанні цієї технології. Старші люди, які раніше мали обмежений доступ до інтернету, можуть виявити зацікавленість у вивченні нових технологій та використанні їх для збереження зв'язку з родиною, пошуку інформації та розваг [20, . с 277–281].

Необхідно розуміти, що взаємозв'язок типу особистості та дії з віком є складним і індивідуальним процесом. Люди можуть виявляти різні підходи до використання інтернету незалежно від свого віку чи типу особистості.[30, 391]

Загалом, важливо забезпечити свідоме та здорове використання інтернету у всіх вікових групах, незалежно від типу особистості. Розвивати навички саморегуляції, критичного мислення та забезпечувати баланс між позитивними онлайн-досвідами та офлайн-життям є важливим аспектом [32,с 53-57].

Для запобігання негативним наслідкам залежності від інтернету, корисно встановити розумні обмеження щодо часу, витраченого в інтернеті, і створити здоровий баланс між віртуальним та реальним світом. Крім того,

розвиток навичок саморегуляції, таких як управління часом та встановлення пріоритетів, може допомогти уникнути перевитрати часу в інтернеті [12].

Особистості з більшою схильністю до залежності від інтернету можуть знайти корисними стратегії, такі як участь у реальних соціальних активностях, розвиток інтересів та хобі, заняття фізичною активністю та здоровим способом життя, а також забезпечення підтримки від родини та друзів [27, с 543].

Нарешті, важливо пам'ятати, що інтернет може мати багато позитивних аспектів, таких як доступ до інформації, можливість навчання та розвитку, спілкування з людьми з усього світу та здійснення творчих проєктів. [16] Використання інтернету повинно бути засноване на здоровому та збалансованому підході, який враховує потреби та обмеження кожної конкретної особистості [22].

У кінцевому підсумку, взаємозв'язок типу особистості та дії з віком відіграє важливу роль у впливі залежності від інтернету на людину. Розуміння цього взаємозв'язку допомагає нам створити більш свідоме та здорове використання інтернету, забезпечуючи баланс і задоволення [39].

Додаткові аспекти впливу залежності від інтернету на людину:

1. Когнітивні функції: Деякі дослідження показують, що надмірне використання інтернету може впливати на когнітивні функції, такі як концентрація, пам'ять та здатність до розв'язання проблем. Постійна переключеність уваги між різними веб-сайтами та соціальними мережами може призводити до розірваності уваги та зниження продуктивності.

2. Емоційний стан: Залежність від інтернету може впливати на емоційний стан людини. Частіше за все, це пов'язано з відчуттям тривоги, стресу та незадоволеності. Відсутність контролю над використанням інтернету, проведення часу в онлайн-середовищі та взаємодія з негативним вмістом можуть призвести до погіршення емоційного самопочуття [34].

3. Соціальні навички: Залежність від інтернету може впливати на розвиток соціальних навичок і здатності до особистої комунікації. Люди, які проводять багато часу в інтернеті, можуть відчувати труднощі в спілкуванні в офлайн-середовищі, виявляти затримку у розвитку емоційного сприйняття та емпатії.

4. Фізичне здоров'я: Залежність від інтернету може призводити до сидячого способу життя та фізичної неактивності. Це може спричинити проблеми зі здоров'ям, такі як ожиріння, серцево-судинні захворювання та м'язово-скелетні проблеми [39].

5. Міжособистісні взаємини: Залежність від інтернету може впливати на міжособистісні взаємини. Люди, які перекладають багато свого спілкування в онлайн-середовище, можуть відчувати віддаленість від реальних взаємин та зменшення якості особистих зв'язків.

6. Академічна та професійна продуктивність: Занадто часте використання інтернету може мати негативний вплив на академічну та професійну продуктивність. Затримка завдань, відволікання від навчання або роботи, а також витрачання багато часу на непродуктивні онлайн-активності можуть призвести до зниження успішності та досягнень.

7. Здоров'я сну: Залежність від інтернету може впливати на якість та кількість сну. Використання інтернету перед сном, особливо вночі, може викликати проблеми зі засипанням, порушенням циркадного ритму та недостатнім відновленням організму [47, с 720–728].

Хоча інтернет має безліч корисних можливостей, важливо забезпечувати здоровий баланс у використанні та розуміти можливі ризики, пов'язані з залежністю. Для збереження фізичного та психічного здоров'я, необхідно свідомо контролювати час, витрачений в інтернеті, розвивати альтернативні заняття та практикувати здорові звички використання цифрових технологій [5, с 36–41].

Крім того, сучасні психологи все частіше говорять про негатив. Вплив віртуального спілкування на навички молоді та дівчат. Спілкуйтеся з реальними співрозмовниками. Переваги віртуалізації спілкування полягає в тому, що воно дає можливість познайомитися різні частини світу. Однак це може мати негативні наслідки. багато з них [46].

Люди, які спілкуються онлайн, стверджують, що їм легше спілкуватися з іншими Хтось, кого ви не бачите. Це дає відчуття свободи, відчуття можливостей. Однак така ситуація призводить до необхідно втратити певні навички спілкування в реальному житті [43с.720–728].

1.2. Види інтернет залежності та як залежність впливає на особистість.

Інтернет-залежності та їх можливі наслідки на особистість:

1. Соціальні мережі та інтернет-комунікація: Цей тип залежності пов'язаний з постійною потребою перебувати в онлайні, витратити багато часу на соціальних мережах або інших платформах комунікації. Така залежність може впливати на особистість, призводячи до почуття самоізоляції, зниження реальних соціальних навичок, залежності від зовнішнього підтвердження та низької самооцінки.

2. Ігри та гемблінг: Залежність від онлайн-ігор або гемблінгу може мати серйозний вплив на особистість. Люди, які страждають від цієї залежності, можуть відчувати втрату контролю, відсторонення від реального життя, занепад міжособистих відносин, низьку самооцінку та проблеми з концентрацією [40 с. 95-104].

3. Інформаційна залежність: Відчуття постійної потреби перевіряти новини, переглядати відео на YouTube або інші джерела інформації також може стати залежністю. Це може призводити до нездорового способу сприймання світу, тривоги, перевантаження інформацією та зниження продуктивності.

4. Шопінг та залежність від онлайн-покупок: Залежність від шопінгу в інтернеті може мати в довгостроковий вплив на особистість. Люди, що страждають від цієї залежності, можуть мати проблеми з фінансами, знижену самооцінку, почуття вини після купівлі, а також втрату контролю над своїми діями [10, с 13–20].

Аналіз психолого-педагогічних досліджень з даної проблеми свідчить про те, що можна окреслити. Основні (загальні) прояви інтернет-залежності у дітей шкільного або підліткового віку [28].

– пропуски занять через комп'ютерні ігри чи віртуальне листування в Інтернеті;

- сидіти перед комп'ютером вночі;
- прийом їжі перед комп'ютером;
- немає захоплень, окрім комп'ютерних ігор та віртуальних пошуків в Інтернеті;
- переваги віртуального спілкування порівняно з безпосереднім спілкуванням людей;
- загальний час, проведений за комп'ютером та Інтернетом, перевищує час, витрачений на виконання домашніх завдань завдання, прогулянки, спілкування з батьками та однолітками, інші захоплення;
- зламався комп'ютер і дитина не знає, що робити;
- конфлікти з батьками та вимагання з них заборони користуватися комп'ютером

Вплив інтернет-залежності на особистість може включати такі аспекти. Першу чергу хочу згадати про самооцінку і самовпевненість: залежність від інтернету може призвести до зниження самооцінки, оскільки люди можуть порівнювати себе з ідеалізованим образом, який представлений в соціальних мережах або онлайн-спільнотах [41, с 343-348].

Почуття незадоволення собою і відчуття недостатності. соціальні навички і міжособисті відносини. Витрачаючи багато часу в інтернеті, люди можуть знехтувати або уникати реальних соціальних взаємодій. Це може призвести до зниження навичок спілкування, емоційного відчуття взаємодії з іншими людьми та розвитку соціальної незграбності [16].

Впливати на здатність людини концентруватися і бути продуктивною. Постійне перевіряння соціальних мереж, електронної пошти або інших онлайн-джерел може розбити потік думок і знизити рівень продуктивності. Має вплив на емоційне благополуччя людини. Занадто багато часу,

проведеного в інтернеті, може спричинити почуття самотності, відчуження та підвищену тривогу [13, с 57-71].

Крім того, інтернет-залежність може впливати на інші аспекти особистості, такі як:

✓ Розвиток навичок саморегуляції: Залежність від інтернету може призвести до втрати контролю над власними діями та зниження навичок саморегуляції. Люди можуть втрачати час, витратити багато енергії та ресурсів на онлайн-активності, що може негативно позначитися на їх здатності до самоконтролю і досягнення мети.

✓ Ізоляція від реального світу: Люди, що страждають від інтернет-залежності, можуть відчувати себе відокремленими від реального світу. Це може призвести до втрати інтересу до реальних дійсній, відносин та переживань, а також до зниження задоволеності від реального життя.

✓ Психологічні проблеми: інтернет-залежність може поглиблювати наявні психологічні проблеми, такі як депресія, тривога, низька самооцінка та соціальна фобія. Відсутність реального спілкування та занурення в штучний світ інтернету можуть погіршувати ці становища [25].

Важливо розуміти, що інтернет-залежність може впливати на кожну людину по-різному, залежно від її унікальних особливостей і контексту. Також варто пам'ятати, що залежність від інтернету може бути одночасно причиною і результатом інших проблем, таких як соціальна ізоляція або психологічні труднощі [21].

Ознаки залежності:

◆ надмірний час в інтернеті можливі негативні наслідки у житті особистості. спостереження за змінами в поведінці, настрої і відносинах з іншими;

◆ встановлення обмежень: встановлювати часові обмеження для використання інтернету та соціальних мереж. Планування інших активностей, які цікаві, щоб зайняти час і відволіктися від інтернету;

◆ залучення підтримки обговорити з друзями або близькими про свою проблему інтернет-залежності. Вони можуть надати вам підтримку, поради та мотивацію;

◆ розкриття здорових заміників: замість безперервного використання інтернету як варіант можна зайнятися фізичною активністю, захопитися хобі або навчитися новим навичкам. Відкрийте для себе реальні соціальні взаємодії, проводячи час з друзями та родиною.

◆ пропрацьовування над покращенням міжособистих відносин: інтернет-залежність може впливати на ваші взаємини з близькими людьми. Зосереджуйтеся на розвитку якісних, здорових зв'язків з іншими людьми. інвестуйте час і увагу в реальні зустрічі, спілкування та взаємодії з оточуючими вас людьми.

◆ створення розумного розкладу дня, який включає час для роботи, відпочинку, соціальних зустрічей і інтернету, може допомогти збалансувати активність в інтернеті і реальному житті [15].

Важливо пам'ятати, що кожна ситуація є унікальною, і підходи до розв'язання проблеми інтернет-залежності можуть варіюватися. Якщо ви відчуваєте значний вплив інтернет-залежності на вашу особистість і функціонування, рекомендується звернутися до професіонала для отримання індивідуальної підтримки і поради [24 с 128–138].

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ МОЛОДІ

2.1. Загальна характеристика вибірки та методів дослідження.

Дане емпіричне дослідження проводилось на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Учасниками дослідження були учні старшокласники та студенти 1-4 курсів віком від 16 до 21 років. Вибірка становить 40 особи. Дослідження проводилось на онлайн-платформі Google Forms.

Процес дослідження проходив у декілька етапів:

На *першому етапі* було здійснено теоретичний аналіз понять «тип особистості» та «інтернет залежність». Було проаналізовано особливості методів дослідження даних феноменів у психологічній науці.

На *другому етапі* здійснювався підбір методик відповідно до висунутої гіпотези емпіричного дослідження. Було створено електронні бланки на платформі Google Forms.

На *третьому етапі* було здійснено обробку отриманих даних у програмі для роботи з таблицями Microsoft Excel.

На *четвертому етапі* було здійснено інтерпретацію отриманих емпіричних даних та їх математико-статистичний аналіз. На основі всього вище переліченого, було сформульовано висновки проведеного дослідження.

Згідно із поставленими завданнями та метою наукового дослідження, здійснювався підбір відповідних психодіагностичних методик:

- ◆ “П’ятифакторний особистісний опитувальник” Р. МакКрай, П. Коста;
- ◆ “Визначення типу особистості опитувальник” Девідом Кейрсі;
- ◆ “Тест-опитувальник поведінка в інтернеті” С. Бутманчук;
- ◆ “Тест-опитувальник критичне мислення”;
- ◆ “Методика для визначення інтернет-залежності”;

“П'ятифакторний особистісний опитувальник” Р. МакКрай, П.

Коста [32]

Методика "П'ятифакторний особистісний опитувальник" Р. МакКрай та П. Коста спрямована на вимірювання основних п'яти факторів особистості. Ці п'ять факторів, відомих як "Велика п'ятірка" Ця методика використовується в психологічних дослідженнях та оцінці особистості для отримання кількісних даних про ці п'ять факторів. Вона дозволяє отримати об'єктивну інформацію про особистісні риси та поведінку людини і використовується в різних контекстах, включаючи дослідження, кар'єрне консультування, психотерапію та підбір персоналу.

Складається з 75 парних, протилежних за своїм значенням, стимульних висловлювань, що характеризують поведінку людини. стимульний матеріал має п'ятибальну оцінну шкалу (-2; -1; 0; 1; 2) для діагностики ступеня виразності кожного з п'яти факторів:

- Якщо підходить вислів, записаний ліворуч то використовуйте значення "-2" або "-1".
- У тому випадку, коли жодна з альтернатив вам не підходить, а підходить щось середнє між ними, вибирається значення «0».
- Якщо вам підходить праве висловлювання, воно оцінюється значеннями «2» або «1».

Методика передбачає оцінку п'яти складових, а саме:

Шкала I – “екстраверсія – інтроверсія”- вимірює ступінь суспільності, активності, енергійності та схильності до зовнішньої стимуляції.

Шкала II - “прихильність – відокремленість” - відображає ступінь доброзичливості, співпереживання, толерантності та схильності до співпраці з іншими людьми.

Шкала III - “самоконтроль – імпульсивність” - вимірює ступінь організованості, відповідальності, самодисципліни та схильності до досягнень.

Шкала IV - “емоційна нестійкість – емоційна стійкість” - відображає ступінь емоційної стабільності, впевненості в собі, рівноваги та схильності до стресостійкості.

Шкала V - “експресивність – практичність” - вимірює ступінь інтелектуальної цікавості, фантазійності, творчості та схильності до нових ідей та вражень.

Автори методики Р. МакКрай, П. Коста мінімальна кількість набраних балів для будь-якого основного фактора дорівнює 15, максимальна кількість – 75. Також виділяє три рівні кількісну виразність основного фактора залежно від знаку результату: високі (51-75 балів), середні (41-50 балів) та низькі (15-40 балів).

“Визначення типу особистості опитувальник” Девідом Кейрсі [8]

Методика “Визначення типу особистості опитувальник” Девідом Кейрсі спрямована на виявлення типології особистості людини. Ця методика базується на теорії Карла Юнга про психічні типи і використовується для класифікації особистостей за допомогою чотирьох бінарних показників.

Вам пропонується опитувальник для вивчення типових способів поведінки та особистісних характеристик. опитувальник складається з 70 тверджень , кожне запитання має два протилежні варіанти відповідей: А і Б.

Шкала I – “екстраверсія- інтроверсія ” - Вказує на те, де людина знаходить свою енергію та як вона спілкується зі світом. екстраверти спрямовані на зовнішній світ та отримують енергію від соціального спілкування, тоді як інтроверти більше нахилені до внутрішнього світу та віддають перевагу роздумам та самотності.

Шкала II - “відчуття - інтуїція” - Вказує на спосіб збору та інтерпретації інформації. Люди, що нахилені до сприйняття, роблять акцент на конкретних фактах та деталях, тоді як інтуїтиви більше зацікавлені у загальних зв'язках та можливостях.

Шкала III - “ логіка -почуття ” - вказує на те, як люди приймають рішення та аналізують інформацію. Люди, що нахилені до мислення,

виходять з логічних та об'єктивних міркувань, тоді як відчуттєві люди більше орієнтовані на емоційні аспекти та звертають увагу на відчуття інших людей.

Шкала V - "раціональність - ірраціональність" - люди з підвищеною раціональністю віддають перевагу встановленню розкладів, чітким правилам, завершенню завдань, та прийняттю рішень на підставі заздалегідь установлених критеріїв а люди з підвищеною ірраціональністю більше схильні до гнучкого планування, відкладання рішень, відкритості для нових ідей і можливостей.

Допомагають визначити основні аспекти особистості і стиль поведінки людини. Вони надають інформацію про те, як люди отримують енергію, як сприймають та обробляють інформацію, як приймають рішення та організують свій життєвий ритм.

"Тест - опитувальник поведінка в інтернеті" С. Бутманчук [36]

Методика "Тест-опитувальник поведінка в інтернеті" спрямована на вивчення і аналіз поведінки людей в інтернеті. Ця методика дозволяє зрозуміти, які типи взаємодії, діяльності та спілкування переважають у людини під час використання інтернету.

Методика може досліджувати різні аспекти поведінки в інтернеті, такі як:

1. Використання соціальних мереж: Які соціальні мережі людина використовує, як часто, які типи активності(наприклад, спілкування з друзями, публікація фотографій тощо).

2. Онлайн-комунікація: Як людина спілкується в інтернеті, чи вона веде активні дискусії, коментує публікації, використовує приватні повідомлення тощо.

3. Використання онлайн-ігор: Чи людина грає в онлайн-ігри, як часто, які типи ігор (наприклад, рольові, стратегічні тощо).

4. Пошук інформації: Як людина використовує інтернет для пошуку інформації, чи шукає новини, наукові статті, практичні поради тощо.

5. Використання електронної пошти та інших онлайн-сервісів: Як людина взаємодіє з електронною поштою, онлайн-сервісами для роботи, навчання або розваг.

Ці методики можуть допомогти вивчити поведінкові звички, вподобання та стиль використання інтернету у різних груп населення, дослідити особливості спілкування та діяльності в онлайн-середовищі.

“Тест-опитувальник критичне мислення”[38]

Методика "Тест-опитувальник критичне мислення" спрямована на вимірювання та оцінку рівня критичного мислення у людей. Вона дозволяє виявити, наскільки людина вміє аналізувати, оцінювати та робити обґрунтовані висновки на основі доступної інформації.

Ця методика включає в себе серію запитань та завдань, які спрямовані на вимірювання різних аспектів критичного мислення, таких як:

1. Аналіз аргументів: оцінка рівня здатності розпізнавати сильні та слабкі аргументи, ідентифікувати логічні помилки та недостатньо обґрунтовані твердження.

2. Оцінка доказів: Вимірювання здатності розпізнавати якість доказів, робити висновки на основі наукової методології та оцінювати достовірність інформації.

3. Розв'язування проблем: оцінка здатності ідентифікувати проблеми, генерувати альтернативні рішення та обрати найефективніші шляхи розв'язання.

4. Аналіз контексту: Визначення здатності розуміти вплив контексту на розуміння та оцінку ситуацій, виявлення культурних та соціальних впливів на думки та переконання.

Методика "Тест-опитувальник критичне мислення" допомагає визначити рівень критичного мислення у людини та ідентифікувати області, в яких можна покращити ці навички. Вона може бути використана в освітніх, психологічних або професійних контекстах для розвитку критичного мислення та підвищення якості аналітичних та прийняття рішень навичок

“Методика для визначення інтернет-залежності” [26]

"Методика для визначення інтернет-залежності" спрямована на визначення та оцінку рівня залежності від використання інтернету. Вона допомагає виявити, наскільки людина має проблеми з контролем інтернет-використання, які можуть впливати на її життя, здоров'я та функціонування.

Ця методика включає в себе запитання та завдання, що спрямовані на вимірювання різних аспектів інтернет-залежності, таких як:

1. Часове витрачання: Визначення кількості часу, який людина проводить в інтернеті, і чи перевищує він нормальні межі.
2. Симптоми відмови: Виявлення ознак тривожності, роздратування або депресії, які виникають при невикористанні інтернету.
3. Втрата контролю: Вимірювання здатності контролювати інтернет-використання, виявлення нездатності припинити або обмежити його.
4. Вплив на міжособистісні відносини: Визначення впливу інтернет-використання на взаємодію з родиною, друзями або колегами.
5. Вплив на академічні та професійні сфери: Вимірювання впливу залежності від інтернету на академічну успішність або робочу продуктивність.

Методика для визначення інтернет-залежності допомагає визначити наявність проблемного використання інтернету та її ступінь. Вона може бути використана в психологічних або клінічних контекстах для діагностики та розробки стратегій лікування інтернет-залежності та підтримки осіб.

2.2. Виявлення залежності особистісних факторів темпераменту та факторами особистості

Згідно наданих даних, результати “Визначення типу особистості опитувальник” (Девідом Кейрсі) показують такі значення для різних типів особистості:

1. Адміністратор - 15: Цей результат свідчить про високий рівень вираження типу "Адміністратор". Люди з цим типом особистості відзначаються відповідальністю, надійністю, практичністю та відкритістю.

2. Журналіст - 8: Цей результат вказує на помірне вираження типу "Журналіст". Люди з цим типом особистості мають здатність впливати на оточуючих, пошук гармонії та здатність помічати екстраординарні речі.

3. Провісник - 7: Цей результат також свідчить про помірне вираження типу "Провісник". Люди з цим типом особистості характеризуються радістю від друзів, проникливістю, успішною самоосвітою, ранимістю та неохильністю до суперечок і конфліктів.

4. Опікун - 5: За наданими даними, тип "Опікун" отримав значення 4, що може свідчити про менш виражений рівень цього типу. Опікун характеризується здатністю до забезпечення догляду і підтримки інших людей.

5. Педагог - 5: Тип "Педагог" також отримав значення 4, що вказує на менш виражений рівень цього типу. Люди з типом "Педагог" мають здатність до викладання, навчання та допомоги іншим у розвитку їхнього потенціалу.

За “Методикою діагностики особистісних факторів темпераменту та характеру” (Р. МакКрай і П. Коста) може надати загальне уявлення про особистісні риси, але без прямого зв'язку з інтернет-залежністю. інтернет-залежність є складним явищем, що може бути викликане різними факторами, включаючи психологічні, соціальні та оточуючі умови.

Особистісні риси та темперамент можуть впливати на схильність до розвитку інтернет-залежності. Наприклад, деякі типи особистості можуть мати високу потребу у нових враженнях, стимуляції або втечі від реального

життя, що може сприяти зануренню в онлайн-середовище. значення "Журналіста" і "Провісника", які відзначаються зацікавленістю в пошуку гармонії, помічанням екстраординарних речей та радістю від друзів, можуть вплинути на їхню активність у використанні інтернету.

Інтернет-залежність є комплексним явищем, і особистісні риси можуть впливати на схильність до неї, але не можуть визначити її на 100%. Інші фактори, такі як доступність інтернету, соціальне середовище, стресові чинники та інші психологічні чи емоційні становища, також мають значний вплив на розвиток інтернет-залежності.

Важливо враховувати, що особистісні риси можуть бути привабливими для використання інтернету, але саме використання інтернету може стати проблемою лише в разі, коли воно стає надмірним, контролюючим та шкідливим для інших аспектів життя. Наприклад, людина з високим рівнем відповідальності і надійності (які часто асоціюються з "Адміністратором") може витратити багато часу на роботу або організацію справ, включаючи використання інтернету для цих цілей.

З розуміння власної особистості, своїх потреб та мотивацій, а також розроблення здорових стратегій використання інтернету та управління часом можуть бути корисними для запобігання чи подолання інтернет-залежності. Важливо збалансувати використання інтернету з іншими аспектами життя, такими як соціальні взаємини, фізична активність, освіта та розвиток особистості.

2.3. Інтерпретація результатів математико-статистичних методів

Для визначення взаємозв'язків між віковим фактором та схильністю до інтернет залежності, ми застосували кореляційний аналіз. Саме даний метод дозволяє визначити зв'язки між необхідними змінними. З метою перевірки сформульованої гіпотези, було обрано коефіцієнт кореляції Пірсона, що спрямований на встановлення лінійної залежності між двома змінними.

Розглянемо отримані дані кореляційного аналізу між результатами «Визначення типу особистості Опитувальник» (Девідом Кейрсі) та за «П'ятифакторний особистісний опитувальник» (Р. МакКрай, П. Коста)

Значимі кореляційні зв'язки між результатами «Визначення типу особистості Опитувальник» (Девідом Кейрсі) та за «П'ятифакторний особистісний Опитувальник» (Р. МакКрай, П. Коста)

Таблиця 2.3.1

Віковий фактор - 15-17

<i>Вік</i>	<i>Значення</i>	<i>Інтуїція</i>	<i>Почуття</i>	<i>Ірраціональність</i>
15-17	Інтроверсія	-0,99		
18-19		-0,98		
20-21		-0,99		
15-17	Інтуїція		-0,99	
18-19			-0,96	
20-21			-0,99	
15-17	Почуття			
18-19				
20-21				-0,99

Примітка: *- кореляція значима на рівні 0,05; ** - кореляція значима на рівні 0,01

За даними таблиці можна виокремити кореляційні зв'язки між такими показниками:

- Між шкалою "Інтуїція" та "Інтроверсія" у різних вікових групах. Згідно наданих даних, для вікової групи 15-17 років, значення кореляційного коефіцієнта між "Інтуїцією" та "Інтроверсією" становить ($r = -0,99$ при $p < 0,01$). У віковій групі 18-19 років цей коефіцієнт дорівнює ($r = -0,98$ при $p < 0,01$), а для вікової групи 20-21 року ($r = -0,99$ при $p < 0,01$). Вказують на наявність високого негативного зв'язку між "Інтуїцією" та "Інтроверсією" у всіх трьох вікових групах. Це означає, що більша інтровертованість пов'язана зі зменшенням рівня інтуїції, і навпаки.

- Між шкалою "Почуття" та "Інтуїцією" для різних вікових груп. Згідно наданих даних, кореляційний коефіцієнт для вікової групи 15-17 років становить ($r = -0,99$ при $p < 0,01$), для групи 18-19 років ($r = -0,96$ при $p < 0,01$), а для групи 20-21 року ($r = -0,99$ при $p < 0,01$). Ці значення вказують на наявність високої негативної кореляції між показниками "Почуття" та "Інтуїцією" у всіх трьох вікових групах. Це означає, що зі зростанням рівня "Почуття" спостерігається спадання рівня "Інтуїції", і навпаки.

- Між шкалою "Ірраціональність" та "Почуття" для різних вікових груп. Згідно наданих даних, для всіх вікових груп (15-17, 18-19, 20-21 років) спостерігається висока негативна кореляція ($r = -0,99$ при $p < 0,01$) між цими показниками. Це означає, що зі зростанням рівня "ірраціональності" спостерігається спадання рівня "почуття" у всіх трьох вікових групах.

Кореляційний аналіз (віковий фактор 15-17)

- ✓ Між шкалою "Активність пасивність" та "Прояв уникнення вражень" ($r = 0,89$ при $p < 0,01$). Це свідчить про позитивну кореляцію: чим краще людина проявляє активність, тим менш вона схильна до уникнення вражень, і навпаки.

- ✓ Між шкалою “Домінування” та “Акуратність” ($r = 0,73$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивні кореляцію: чим краще людина здатна домінувати, тим більше вона схильна до акуратності.
- ✓ Між шкалою “Екстраверсія” та “Ірраціональність” ($r = 0,89$ при $p < 0.01$). Це показує, що існує позитивна залежність між цими двома ознаками. Чим вище рівень екстраверсії, тим вище ймовірність виявлення ірраціональних рис поведінки або мислення.
- ✓ Між шкалою “Екстраверсія” та “Пластичність ригідність” ($r = 0,78$ при $p < 0.01$). Це показує, що існує позитивна залежність між цими двома ознаками. Чим вище рівень екстраверсії, тим більша ймовірність виявлення пластичних рис, тобто готовності до змін і адаптивності у взаємодії з оточуючим середовищем.
- ✓ Між шкалою “Співробітництвом” та “Екстраверсія” ($r = 0,81$ при $p < 0.01$). Це показує, що існує позитивна залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень екстраверсії, тим більша ймовірність прояву співробітництва та бажання взаємодіяти з іншими людьми.
- ✓ Між шкалою “Співробітництвом” та “Повагою до інших” ($r = 0,74$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивну залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень співробітництва, тим більша ймовірність виявлення поваги до інших людей.
- ✓ Між шкалою “Довірою” та “Сенситивністю” ($r = 0,76$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивну залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень довіри, тим більша ймовірність виявлення сенситивності, тобто більша уважність до потреб, емоцій та переживань інших людей.
- ✓ Між шкалою “Розумінням” та “Повагою до інших” ($r = 0,89$ при $p < 0.01$). Це свідчить про високу позитивну залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень розуміння, тим більша ймовірність виявлення поваги до інших.

- ✓ Між шкалою “Розуміння” та “Відповідальність” ($r = 0,84$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивну залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень розуміння, тим більша ймовірність виявлення відповідальності.
- ✓ Між шкалою “Повагою до інших” та “Депресивністю” ($r = 0,78$ при $p < 0.01$). Це свідчить про зв'язок між цими двома ознаками. Чим вищий рівень поваги до інших, тим менша ймовірність виявлення депресивних симптомів.
- ✓ Між шкалою “Прихильність” та “Екстраверсією-інтроверсією” ($r = 0,79$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Чим вищий рівень екстраверсії, тим більша ймовірність виявлення високої прихильності.
- ✓ Між шкалою “Прихильністю” та “Довірою” ($r = 0,89$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Чим вищий рівень прихильності, тим більша ймовірність виявлення високого рівня довіри.
- ✓ Між шкалою “Акуратністю” та “Самоконтролем” ($r = 0,85$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Чим вищий рівень акуратності, тим більша ймовірність виявлення високого рівня самоконтролю.
- ✓ Між шкалою “Наполегливістю” та “Прихильністю” становить ($r = 0,76$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Вищий рівень наполегливості часто супроводжується вираженою прихильністю до виконання завдань або досягнення поставлених цілей.
- ✓ Між шкалою “Наполегливістю” та “самоконтролем” становить ($r = 0,88$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний і сильний зв'язок між цими двома ознаками. Люди з високим рівнем наполегливості часто виявляють сильний самоконтроль і здатність контролювати свої дії, емоції та імпульси.
- ✓ Між шкалою “Передбачливістю” та “Довірою” ($r = 0,84$ при $p < 0.01$). Це свідчить про позитивний і сильний зв'язок між цими двома ознаками.

Люди з вищим рівнем передбачливості можуть виявляти більшу довіру до інших, оскільки вони відчують більшу впевненість в тому, що можуть передбачити чи розуміти поведінку та наміри інших людей.

- ✓ Між шкалою “Передбачливістю” та “Емоційною стійкістю” становить ($r=0,88$ при $p<0.01$). Це свідчить про позитивний і міцний зв'язок між цими двома ознаками. Люди з вищим рівнем передбачливості можуть виявляти більшу емоційну стійкість, оскільки вони мають більшу здатність передбачати та контролювати події і ситуації, що сприяє зменшенню стресу та негативних емоцій.
- ✓ Між шкалою “Тривожністю” та “Прихильністю” ($r=0,85$ при $p<0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Люди з вищим рівнем прихильності можуть виявляти більшу тривожність, оскільки вони можуть бути більш чутливими до оцінок, зворотного зв'язку та відношення оточуючих.
- ✓ Між шкалою “Тривожністю та “Акуратністю” ($r=0,88$ при $p<0.01$). Це свідчить про позитивний сильний зв'язок між цими двома ознаками. Люди з вищим рівнем тривожності можуть виявляти більшу потребу в контролі та структурності, що може впливати на їхню прихильність до більшої акуратності та організованості.
- ✓ Між шкалою “Тривожністю” та “Передбачливістю” ($r=0,83$ при $p<0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Вищий рівень тривожності може впливати на збільшену увагу до деталей і бажання планувати заздалегідь, що може сприяти передбачливості.

Кореляційний аналіз (віковий фактор 18-19)

- ✓ Між шкалою “Інтуїція” та “Інтроверсія” ($r=0,98$ при $p<0.01$). Це свідчить про позитивний зв'язок між цими двома ознаками. Це означає, що люди з вираженою інтуїцією частіше схильні до інтроверсії, або навпаки, люди з вираженою інтроверсією частіше мають розвинуту інтуїцію.
- ✓ Між шкалою “Почуття” та “Інтуїція” ($r=0,96$ при $p<0.01$). Це свідчить про негативний зв'язок між цими двома ознаками. Це означає, що люди, які мають розвинуті почуття, частіше мають менш розвинуту інтуїцію, і навпаки, люди з розвинутою інтуїцією частіше мають менш розвинуті почуття.

- ✓ Між шкалою “Ірраціональністю” і “Почуттями”(r=0,99при p<0.01). Сильний зв'язок між цими двома змінними. Це означає, що люди, які проявляють вищу міру ірраціональності, частіше мають менш розвинуті почуття, або навпаки, люди з розвинутими почуттями частіше проявляють меншу міру ірраціональності.
- ✓ Між шкалою “Активність-пасивність” та “Довіра-підозрілість” (r=0,76при p<0.01). Це означає, що люди, які проявляють вищу міру активності, можуть також мати більшу тенденцію до довіри і відкритості у відношенні до інших людей та ситуацій і навпаки.
- ✓ Між шкалою “Проявом та уникненням вражень” та “Екстраверсією-інтроверсією”(r=0,78при p<0.01). Це означає, що люди з вищим рівнем екстраверсії мають тенденцію бути менш схильними до уникнення вражень. Вони можуть бути більш відкритими до нового досвіду, менш сторонніми від конфліктів та більш толерантними до ризику.
- ✓ Між шкалою “Екстраверсією-інтроверсією” та “Інтернет-залежністю” (r=-0,83при p<0.01). Це означає, що між цими двома змінними існує висока негативна залежність. Вказує на те, що інтроверти можуть мати більшу схильність до розвитку проблеми інтернет-залежності, ніж екстраверти.
- ✓ Між шкалою “Теплотою-байдужістю” та “Пошуком вражень-уникненням” (r=0,78при p<0.01). Можна зробити припущення, що люди, які проявляють більшу теплоту та меншу байдужість, також мають більшу схильність до пошуку вражень. І навпаки, люди з більшою байдужістю та меншою теплотою можуть бути менш схильними до пошуку вражень.
- ✓ Між шкалою “Розумінням-нерозумінням” та “Ірраціональністю” (r=0,76при p<0.01). Це означає, що між цими двома змінними існує позитивна залежність. Люди, які краще сприймають та проявляють меншу нерозуміння, мають меншу схильність до ірраціональних рішень. Вони можуть бути більш нахилені до логічного мислення, об'єктивних аналізів та раціонального прийняття рішень і навпаки.

- ✓ Між шкалою “Наполегливістю-відсутністю наполегливості” та “Самоконтролем-імпульсивністю” ($r=0,80$ при $p<0.01$). Це означає, що між цими двома змінними існує висока позитивна залежність. Люди, які виявляють більшу наполегливість, зазвичай мають сильну мотивацію до досягнення своїх цілей та готові вкладати значні зусилля і навпаки.
- ✓ Між шкалою “Розумінням” та “Ірраціональністю” ($r= - 0,76$ при $p<0.01$). Це означає, що між цими двома змінними існує негативна залежність. Люди, які мають вищий рівень розуміння, частіше проявляють меншу ірраціональність.
- ✓ Між шкалою “Прихильністю-відокремленістю” та “Передбачливістю-безтурботністю” ($r=0,77$ при $p<0.01$). Люди, які проявляють високу прихильність або відокремленість, можуть шукати передбачуваність або стабільність у своєму житті. Вони можуть віддалятися від непередбачуваних ситуацій та ризиків, оскільки вони відчують комфорт і впевненість в передбачуваному середовищі.
- ✓ Між шкалою “Відповідальністю-байдужістю” та “Депресивністю-емоційною комфортністю” ($r= 0,87$ при $p<0.01$). Люди, які проявляють високу відповідальність, часто відчують на себе більшу вагу інших людей та подій, що може призводити до більшої депресивності або низької емоційної комфортності.
- ✓ Між шкалою “Самоконтролем-імпульсивністю” та “Розумінням-нерозумінням” ($r=0,77$ при $p<0.01$). Особи з вищим рівнем самоконтролю більш здатні до розуміння, тоді як особи з низьким самоконтролем можуть виявляти більше нерозуміння.
- ✓ Між шкалою “Самоконтролем-імпульсивністю” та “повагою до інших-самоповагою” ($r=0,77$ при $p<0.01$). Люди з вищим рівнем самоконтролю більш схильні до вияву поваги до інших та самоповаги. Високий рівень самоконтролю може допомагати контролювати імпульсивні дії і виражати повагу до інших, проявляючи уважність, толерантність та співчуття.

- ✓ Між шкалою “Тривожністю-безтурботністю” та “Повагою до інших-самоповагою”(r=0,77при p<0.01). Люди з вищим рівнем тривожності менш схильні до вияву поваги до інших та самоповаги, в порівнянні з тими, хто має нижчий рівень тривожності. Тривожність може спричиняти постійні переживання, страхи та незрозуміння, що може впливати на взаємодію з іншими та відношення до самого себе.
- ✓ Між шкалою “Тривожністю-безтурботністю” та “Акуратністю-неакуратністю” (r=0,80при p<0.01). Це може означати, що люди з вищим рівнем тривожності можуть виявляти меншу акуратність в порівнянні з тими, хто має нижчий рівень тривожності. Тривожність може впливати на концентрацію та фокус, що може впливати на рівень акуратності та уважність до деталей.
- ✓ Між шкалою “Тривожністю-безтурботністю” та “Депресивністю-емоційною комфортністю” (r=0,80при p<0.01). Це означає, що особи з вищим рівнем тривожності частіше виявляють депресивність та мають менший рівень емоційної комфортності. Тривожність і депресивність можуть взаємодіяти між собою, оскільки тривожність може спричиняти стан тривоги та неспокою, що, в свою чергу, може впливати на настрій та емоційну комфортність людини.
- ✓ Між шкалою “Самокритикою-самодостатністю” та “Наполегливістю-відсутністю наполегливості” (r=0,87при p<0.01). Це може означати, що люди з вищим рівнем самокритики схильні бути менш наполегливими, тоді як люди з більшою самодостатністю можуть проявляти більшу наполегливість. Самокритика може приводити до постійного аналізу своїх вчинків та впевненості у своїх можливостях, що може впливати на рівень наполегливості. З іншого боку, люди з вищою самодостатністю можуть мати більшу внутрішню мотивацію і наполегливість для досягнення своїх цілей.
- ✓ Між шкалою “Інтернет-залежністю” та “Артистичністю-відсутністю артистичності” (r=0,79при p<0.01). Це може означати, що особи, які

проявляють вищий рівень інтернет-залежності, можуть мати також більше виявів артистичності. Інтернет може бути платформою, де люди можуть виразити свою креативність, творчість та артистичність через соціальні мережі, медіа контент, блоги тощо.

Кореляційний аналіз (віковий фактор 20 - 21)

✓ Між шкалою “Інтуїцією” та “Інтроверсією”(r= -0,99при p<0.05) вказує на дуже сильну негативну залежність між цими змінними. У цьому контексті, висока від'ємна кореляція означає, що інтуїтивні люди частіше мають ознаки інтроверсії. Таким чином, висока від'ємна між шкалою інтуїцією та інтроверсією означає, що люди, які виявляють сильну інтуїцію, частіше мають ознаки інтроверсії, або навпаки, інтровертні особи частіше проявляють інтуїтивність.

✓ Між шкалою “Почуттями” та “Інтуїцією”(r= -0,99при p<0.05) вказує на дуже сильний негативний зв'язок між цими двома змінними. Це означає, що люди, які проявляють сильні почуття, частіше мають сильно розвинуту інтуїцію. Отже, висока від'ємна між шкалою почуттями та інтуїцією означає, що люди, які мають сильні почуття і виявляють високий рівень емоційності та емпатії, частіше мають розвинуту інтуїцію.

✓ Між шкалою “Почуттями” та “Ірраціональністю” (r= -0,99при p<0.05) вказує на дуже сильну залежність між цими двома змінними. Це означає, що люди, які проявляють сильні почуття, частіше мають також вищий рівень ірраціональності. Люди, які мають сильні почуття і виявляють високий рівень емоційності та емпатії, частіше можуть проявляти ірраціональні думки, роздуми або поведінку.

✓ Між шкалою “Акуратністю-неакуратністю” та “Теплотою-байдужістю” (r= -0,74при p<0.05) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які проявляють більшу акуратність, можуть виявляти більшу теплоту у стосунках з іншими людьми, тоді як особи, які є неакуратними, можуть бути більш байдужими або менш зацікавленими в стосунках.

✓ Між шкалою “Самоконтролем-імпульсивністю” та “Аккуратністю-неаккуратністю”(r= 0,86при p<0.05). Це означає, що люди, які мають вищий рівень самоконтролю, частіше виявляють більшу акуратність у своїх діях, тоді як імпульсивні люди можуть бути більш неаккуратними або нездатними до контролювання своїх дій.

✓ Між шкалою “Довірою-підозрілістю” та “Прихильністю-відокремленістю”(r= 0,74при p<0.05). Це означає, що люди, які виявляють більшу довіру, частіше проявляють більшу прихильність і нахил до зв'язків та спільності з іншими людьми. З іншого боку, люди, які проявляють більшу підозрілість, можуть бути більш схильні до відокремленості та триматися на певній відстані від інших.

✓ Між шкалою “Екстраверсією-інтроверсією та “Наполегливістю-відсутністю наполегливості” (r= 0,74при p<0.05). Це означає, що екстравертовані люди частіше виявляють більшу наполегливість в досягненні своїх цілей та завдань, тоді як інтровертовані люди можуть виявляти меншу наполегливість або проявляти більшу відсутність наполегливості.

✓ Між шкалою “Аккуратністю-неаккуратністю”та “Відповідальністю-байдужістю” (r= 0,80при p<0.05). Це означає, що люди, які мають більшу акуратність, частіше проявляють більшу відповідальність у своїх діях та зобов'язаннях, тоді як люди, які є неаккуратними, можуть бути більш байдужими або менше зобов'язаними.

✓ Між шкалою “Самоконтролем-імпульсивністю” та “Наполегливістю-відсутністю наполегливості” (r= 0,88при p<0.05). Це означає, що люди, які мають вищий рівень самоконтролю, частіше проявляють більшу наполегливість в досягненні своїх цілей та завдань. Напроти, люди, які є більш імпульсивними, можуть проявляти меншу наполегливість або виявляти відсутність наполегливості.

✓ Між шкалою “Самоконтролем-імпульсивністю” та “Відповідальністю-байдужістю” (r= 0,79при p<0.05) Це означає, що люди, які мають вищий рівень самоконтролю, частіше виявляють більшу

відповідальність у своїх діях та зобов'язаннях, тоді як люди, які є більш імпульсивними, можуть бути більш байдужими або менше зобов'язаними.

✓ Між шкалою “Прихильністю-відокремленістю” та “Тривожністю-безтурботністю” ($r= 0,86$ при $p<0.0$). Це означає, що люди, які проявляють вищий рівень прихильності, частіше відчувають меншу тривожність і більшу безтурботність. З іншого боку, люди, які більше схильні до відокремленості, можуть відчувати більшу тривожність та меншу безтурботність.

✓ Між шкалою “Аккуратністю-неаккуратністю” та “Тривожністю-безтурботністю” ($r= 0,88$ при $p<0.05$). Це означає, що люди, які мають більшу акуратність, частіше відчувають меншу тривожність і більшу безтурботність. З іншого боку, люди, які є менш акуратними, можуть відчувати більшу тривожність та меншу безтурботність.

✓ Між шкалою “Наполегливістю-відсутністю наполегливості” та “Тривожністю-безтурботністю” ($r= 0,79$ при $p<0.05$) Це означає, що люди, які мають вищий рівень наполегливості, частіше відчувають меншу тривожність і більшу безтурботність. З іншого боку, люди, які проявляють меншу наполегливість, можуть відчувати більшу тривожність та меншу безтурботність.

✓ Між шкалою “Передбачливістю-безтурботністю” та “Тривожністю-безтурботністю” ($r= 0,78$ при $p<0.05$). Це означає, що люди, які сприймають світ як більш передбачуваний, частіше відчувають меншу тривожність і більшу безтурботність. З іншого боку, люди, які відчувають світ як менш передбачуваний, можуть відчувати більшу тривожність та меншу безтурботність.

✓ Між шкалою “Емоційною лабільністю-стабільністю” та “Напруженістю-розслабленістю” ($r= 0,80$ при $p<0.05$). Це означає, що люди, які мають більшу емоційну лабільність (тобто схильність до швидких інтенсивних змін емоцій), частіше відчувають більшу напруженість. З іншого боку, люди, які виявляють більшу стабільність емоцій, можуть відчувати більшу розслабленість.

✓ Між шкалою “Тривожністю-безтурботністю” та “Депресивністю-емоційною комфортністю” ($r = 0,80$ при $p < 0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які відчувають меншу тривожність, частіше відчувають більшу безтурботність і більшу емоційну комфортність. З іншого боку, люди, які виявляють більшу тривожність, можуть відчувати більшу депресивність і меншу емоційну комфортність.

✓ Між шкалою “Емоційною лабільністю-стабільністю”⁶ та “Депресивністю-емоційною комфортністю” ($r = 0,80$ при $p < 0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які мають більшу емоційну лабільність (тобто схильність до швидких інтенсивних змін емоцій), можуть виявляти більшу депресивність та меншу емоційну комфортність. З іншого боку, люди з більшою стабільністю емоцій можуть відчувати більшу комфортність і меншу депресивність.

✓ Між шкалою “Емоційною лабільністю-стабільністю” та “Самокритикою-самодостатністю” ($r = 0,76$ при $p < 0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Значення кореляції, близьке до 1, свідчить про те, що існує деяка залежність між емоційною лабільністю-стабільністю та рівнем самокритики-самодостатності. Це означає, що люди, які виявляють більшу емоційну лабільність (тобто схильність до швидких інтенсивних змін емоцій), можуть мати більшу самокритику. З іншого боку, люди з більшою стабільністю емоцій можуть відчувати більшу самодостатність і меншу самокритику.

✓ Між шкалою “Тривожністю-безтурботністю” та “Емоційною стійкістю-нестійкістю” ($r = 0,80$ при $p < 0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які виявляють більшу тривожність, можуть мати меншу емоційну стійкість і більшу нестійкість в емоційному відношенні. З іншого боку, люди з більшою безтурботністю можуть бути більш емоційно стійкими.

✓ Між шкалою “Напруженість-розслабленість” та “Емоційною стійкістю-нестійкістю” ($r=0,80$ при $p<0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які виявляють більше напруженості, можуть мати меншу емоційну стійкість і більшу нестійкість в емоційному відношенні. З іншого боку, люди, які демонструють більшу розслабленість, можуть бути більш емоційно стійкими.

ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ

У першому розділі проаналізовано, визначено та охарактеризовано поняття "інтернет-залежність" та "типи особистості", розглянуто основні наукові погляди на взаємодію та її структуру, основні теорії інтернет-залежності, визначено потреби у взаємодії, основні типи інтернет-залежності, а також конструктивні та деструктивні форми поведінки під час користування інтернетом.

Усе ж таки, ця робота вносить важливий внесок у розуміння взаємозв'язку типу особистості та інтернет-залежності. Результати можуть бути корисними для психологів, педагогів та інших фахівців, які працюють з молоддю і старшокласниками, допомагаючи їм управляти своїм користуванням інтернетом та попереджати ризики інтернет-залежності.

Ось декілька рекомендацій для попередження інтернет-залежності:

1. Встановлення меж: Встановлення чітких меж та регулярні обмеження для свого часу, проведеного в інтернеті. Запланування час для інших активностей, таких як фізична активність, соціальна взаємодія та хобі. Розробити розумні правила та дотримуватися їх.

2. Балансувати онлайн і офлайн життя: Підтримувати баланс між онлайн та офлайн активностями. Планування часу для невідключеності до інтернету, де можна займатися іншими речами, такими як читання книг, спілкування з друзями або виконання фізичних вправ. Пам'ятати, що є інше життя поза інтернетом, яке також потребує уваги.

3. Розвивати навички самоконтролю: Вивчати техніки самоконтролю та саморегуляції. Впроваджувати стратегії, такі як таймери або обмеження доступу до певних сайтів, щоб обмежити час, проведений в інтернеті. Навчайтеся розпізнавати свої внутрішні мотиви та контролювати їх, щоб уникнути надмірного використання Інтернету.

4. Пошук підтримки: Звернутися до своїх близьких, друзів або професійних консультантів для підтримки та поради. Якщо відчуваєте, що не

можете самостійно управляти своїм використанням інтернету, не соромитися звернутися за допомогою.

5. Приймати емоції: Навчіться розпізнавати емоції та ефективно їх управляти. Інтернет-залежність часто може бути пов'язана з втратою контролю через емоційні переживання. Розвивайте здорові способи розуміти та реагувати на емоції, щоб уникнути негативних зв'язків з інтернетом.

У практичній роботі було використано: тест-анкета “Визначення інтернет залежності”, методика “Визначення типу особистості” Девідом Керсі та “П'ятифакторний особистісний опитувальник” Р. МакКрей і П. Коста. Дослідження показало, що статистично значущі відмінності згідно наданих даних, для вікової групи 15-17 років, значення кореляційного коефіцієнта між "Інтуїцією" та "Інтроверсією" становить ($r=0,99$ при $p<0.01$) У віковій групі 18-19 років цей коефіцієнт дорівнює ($r= -0,98$ при $p<0.01$), а для вікової групи 20-21 років ($r= -0,99$ при $p<0.01$) Вказують на наявність високого негативного зв'язку між "Інтуїцією" та "Інтроверсією" у всіх трьох вікових групах.

Віковий фактор 15-17: Виявлено позитивну кореляцію між “активністю та “проявом вражень” з коефіцієнтом кореляції ($r=0,89$ при $p<0.01$). Це свідчить про те, що особи, які проявляють більш активний стиль поведінки, частіше виявляють також більш виражене уникнення вражень. Між “екстраверсією” та “іраціональністю” становить ($r=0,89$ при $p<0.01$). Це значення показує, що існує помірна позитивна залежність між цими двома ознаками. Чим вище рівень екстраверсії, тим вище ймовірність виявлення іраціональних рис поведінки або мислення. Між “розумінням” та “повагою до інших становить” ($r=0,89$ при $p<0.01$). Це значення свідчить про високу позитивну залежність між цими двома ознаками. Чим вищий рівень розуміння, тим більша ймовірність виявлення поваги до інших. Між “наполегливістю” та “самоконтролем” становить ($r=0,88$ при $p<0.01$). Це значення свідчить про позитивний і сильний зв'язок між цими двома

ознаками. Люди з високим рівнем наполегливості часто виявляють сильний самоконтроль і здатність контролювати свої дії, емоції та імпульси.

Віковий фактор 18-19: За шкалами “проявом уникненням вражень” та “екстраверсією-інтроверсією” коефіцієнтом кореляції ($r=0,78$ при $p<0.01$). З вищим рівнем екстраверсії є тенденція бути менш схильними до уникнення вражень. За шкалами “екстраверсія-інтроверсія” та “інтернет-залежністю” становить ($r= -0,83$ при $p<0.01$). Висока негативна між шкалою “екстраверсією-інтроверсією” та “інтернет-залежністю” вказує на те, що інтроверти можуть мати більшу схильність до розвитку проблеми інтернет-залежності, ніж екстраверти. За шкалою “наполегливість-відсутність наполегливості” та “самоконтролем-імпульсивністю” становить ($r=0,80$ при $p<0.01$). Люди, які виявляють більшу наполегливість, зазвичай мають сильну мотивацію до досягнення своїх цілей та готові вкладати значні зусилля.

Віковий фактор 20-21: За шкалою “інтуїцією” та “інтроверсією” ($r=0,99$ при $p<0.05$) вказує на дуже сильну негативну залежність між цими змінними. У цьому контексті, висока від'ємна кореляція означає, що інтуїтивні люди частіше мають ознаки інтроверсії. За шкалою “акуратністю-неакуратністю” та “теплотою-байдужістю” ($r=0,74$ при $p<0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. теплотою-байдужістю. Це означає, що люди, які проявляють більшу акуратність, можуть виявляти більшу теплоту у стосунках з іншими людьми. За шкалою “самоконтроль-імпульсивністю” та “наполегливість-відсутність наполегливості” ($r=0,88$ при $p<0.05$) вказує на сильний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які мають вищий рівень самоконтролю, частіше проявляють більшу наполегливість в досягненні своїх цілей та завдань. За шкалою “напруженість-розслабленість” та “емоційною стійкістю-нестійкістю” ($r=0,80$ при $p<0.05$) вказує на помірний позитивний зв'язок між цими змінними. Це означає, що люди, які виявляють більше напруженості, можуть мати меншу емоційну стійкість і більшу нестійкість в емоційному відношенні.

Отже, результати цього дослідження підтверджують важливість урахування типу особистості та вікових характеристик при аналізі інтернет-залежності. Розуміння цих взаємозв'язків може сприяти розробці ефективних стратегій профілактики інтернет-залежності, а також сприяти збереженню психологічного благополуччя серед старшокласників та студентів.

У подальшому дослідженні можна було б розширити обсяг вибірки та врахувати різні культурні чинники, щоб отримати більш репрезентативні результати. Також, глибше дослідження впливу інтернет-залежності на академічні досягнення та соціальні взаємини може бути корисним для подальшого розуміння цієї проблеми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИ ДЖЕРЕЛ

1. Акімов С. К. Психологічні аспекти Інтернет-залежної поведінки студентської молоді. *Наукові записки Інституту журналістики*. 2010. Т. 38, січ. - берез. С. 63–68.
2. Roman G., Mykhailo K. Internet addiction as a problem of modern youth and society. *Modern information technologies and innovation methodologies of education in professional training: methodology, theory, experience, problems*. 2018. Vol. 434, no. 50. с. 35–40. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2018-50-35-40>
3. Беззубець Ю. С., Шевченко Є. В. Інтернет-залежність та її вплив на психіку молоді : thesis. 2017. URL: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/27005>
4. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в Схемах і таблицях. Навчальний посібник - О. В. Безпалько – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 134 С.
5. Білан Н. І. Інтернет і глобалізація: соціокультурні аспекти. *Актуальні проблеми міжнародних відносин*. 2010. Вип. 93, ч. 1. С. 36–41.
6. Вакуліч Т. М. 1.Психологічні чинники запобігання інтернет- залежності підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук "Педагогічна та вікова психологія" / Вакуліч Тетяна Михайлівна – АПН України, 2006. – 21 с.
7. Ващук В. В. Деякі питання інтернет-залежності та психофізіологічні особливості людини - В. В. Ващук, М. Є. Демчина, З. М. Яремко -- Комунальне господарство міст. серія «Технічні науки та архітектура». – Вип. 120 (1), 2015. – С. 99-101.
8. Визначення типу особистості опитувальник [Електронний ресурс] / Девідом Кейрсі – Режим доступу до ресурсу: <http://psih.pp.ua>

9. Вiнтюк Ю. Узалеження вiд комп'ютера: формування i можливостi протидiї - Ю. Вiнтюк -- Вiсник львiвського унiверситету. – Вип. 13, 2010. – С. 215-226.
10. Вiнтюк Ю.В. Психологiчнi закономірностi виникнення узалежнень у шкiльному вiцi та способи протидiї їм / Ю.В. Вiнтюк // Здоровий спосiб життя. – 2008. – № 34. – С. 13–20.
11. Вiсник психологiї та педагогiки. Український психологопедагогiчний ресурс (електронний збiрник наукових праць) [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://www.psyh.kiev.ua>
12. Вплив вiртуальної реальностi на адаптацiю пiдлiткiв Режим доступу: <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle-123456789-12942>
13. Горова С. Проблема реалiзацiї людського фактора в процесi розвитку комунікативних засобiв суспiльного взаєморозумiння - С. Горова -- Україна: подiї, факти, коментарі; Інформацiйно-Аналiтичний журнал. – NO, 2016. – С. 57-71.
14. Гуржiй А. М. Формування професiйної компетентностi майбутнiх учителiв трудового навчання засобами iнформацiйно-комунікацiйних технологiй : монографiя - А. М. Гуржiй, Р. С. Гуревич, Л. Л. Коношевський. – Київ-Вiнниця, ТОВ Фiрма «Планер», 2015.
15. Гущина Н. В. Шкiдливий вплив соцiальних мереж на здоров'я людини - Н. В. Гущина, Н. В. Люлина. Електронний ресурс.. – Доступ до ресурсу : <https://scienceforum.ru-2014-article-2014005013>
16. Дегтерева Е. Соцiальнi мережi: чому ти вiд них залежиш ? -Дегтерева Е. Електронний ресурс.. – Режим доступу : <http://dx.doi.org-10.31652-2412-1142-2018-50-35-40>

17. Єременко Д. А. Залежність від мобільного телефону. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Т. 9. С. 277–281. URL <https://doi.org/10.31812/psychology.v9i0.3759>
18. Інтернет-залежність та її вплив на психіку молоді Юлія Сергіївна Беззубець, Єлизавета Валеріївна Шевченко <http://er.nau.edu.ua-handle-NAU-27005>
19. Інформаційні технології як фактор суспільних перетворень в Україні. [Електронний ресурс] // Збірник аналітичних доповідей. – 2011. – Режим доступу до ресурсу: <https://niss.gov.ua/sites/default/files/2012-03/DUBOV.indd-ee822.pdf>
20. Камінська О. В. Чинники розвитку Інтернет-залежності молоді / О. В. Камінська. // Психологічні перспективи. – 2015. – №25. – С. 65– 75.
21. Кищенко О. Інтернет-залежність: чи існують географічні кордони ?. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2007. Вип. 8. С. 128–138.
22. Korniyenko V. V., Nykanorova Y. V., Kuleshova T. V. Інтернет-залежність як чинник порушення міжособистісного спілкування. *Вісник Дніпропетровського університету Педагогіка і психологія*. 2013. Т. 21, № 9/1. URL: <https://doi.org/10.15421/1013112>
23. Кулешова О. В., Міхеєва Л. В. Інтернет-залежність осіб юнацького віку: аналіз, шляхи подолання. *Дніпровський науковий часопис публічного управління психології права*. 2022. № 4. С. 95–100.
24. Левицька Н.С. Особливості профілактики Інтернет-залежності серед студентської молоді. Новітні технології у науковій діяльності і навчальному процесі: праця із Всеукраїнської науково-практичної конференції сиудентів, аспірантів та молодих учених (Чернігів, 16-17 квітня 2013). Чернігів. 543 с.

25. Левченко В. О. Явище Інтернет-залежності у студентів. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Т. 9. С. 281–286. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v9i0.3760>
26. “Методика для визначення інтернет-залежності” Інтернет ресурс: https://www.eztests.xyz-tests-personality_iat-
27. Мареніч Г., Явтушенко А. Інтернет-залежність студентів від комп'ютерних ігор та онлайн-спілкування. *Specialized and multidisciplinary scientific researches / chair O. Самойлова*. 2020. URL: <https://doi.org/10.36074/11.12.2020.v3.37>
28. Мацьоха Тетяна, Інтернет-залежність української молоді: Сучасний стан проблеми. Електронний ресурс.. – Електронний ресурс.. – Режим доступу : <http://dx.doi.org-10.26697-ijes.2018.3-4.27>
29. Мигович С. М. Вхідження соціальних сервісів веб 2.0 в освітню діяльність - С. М. Мигович -Педагогічний Альманах : зб. наук. Праць – Херсон, РПО, Вип. 13, 2012. – С. 53-57.
30. Немеш О.М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту: монографія. Київ, 2017. 391 с.
31. Ничкало Н. Г. Педагогічні і психологічні дослідження в Україні: проблеми і перспективні напрями -Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми -- Зб. наук. пр., у 2-х част., Ч-1 - Редкол.: І.А. Зязюн (голова) та ін. Київ-Вінниця, ДОВ Вінниця, 2002. – С. 16-22.
32. “П'ятифакторний особистісний Опитувальник” [Електронний ресурс] / Р. . МакКрай, П. 1.Коста – Режим доступу до ресурсу: https://www.eztests.xyz/tests/personality_neo/

33. Потятиник Б. В. Інтернет-журналістика : навч. посіб. Львів : ПАІС, 2010. 246 С.
34. Психологічна профілактика комп'ютерної залежності у осіб юнацького віку Режим доступу: <https://dspace.nau.edu.ua/handle/NAU-45006>
35. Соціокультурні аспекти феномена інтернет-залежності Режим доступу : <http://www.dissercat.com/content-psikhologicheskaya-profilaktika-internet-zavisimosti-u-studentov#ixzz5RLQNHehB%E2%80%93>
36. “Тест-Опитувальник поведінка в Інтернеті” С. Бутманчук Інтернет ресурс: <https://vseosvita.ua/library/anketa-povedinka-v-interneti-382836.html>
37. Тищенко А. Залежність чи тренд?. *Безпека життєдіяльності*. 2018. № 9, верес. С. 27.
38. “Тест-опитувальник критичне мислення” Інтернет ресурс: <https://www.youtube.com/watch?v=JNB6cEDWBD8>
39. Ткаченко В. А. Інтернет-залежність : thesis. 2013. URL: <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/30720>
40. Турецька Х. І. Психологічні чинники Інтернет-залежності-- Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ, 2012. №2 (2). С. 95-104
41. Хавула Р. Життєва перспектива особистості в юнацькому віці -- Актуальні питання гуманітарних наук, 2015. Вип. 11. С. 343-348.
42. Чегі Т. Т. Інтернет-залежність: як соціально-психологічна проблема. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. 2013. Т. 10, вип. 25. С. 720–728.
43. Чегі Т. Т. Інтернет-залежність: як соціально-психологічна проблема. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. 2013. Т. 10, вип. 25. С. 720–728.

44. Чи є щастя без інтернету Режим доступу <https://uniqa.ua/blog/est-li-schaste-bez-interneta-kak-izbavitsya-ot-samoj-rasprostranenoj-zavisimosti-nashego-vrem/>

45. Швець Н. А. Інтернет залежність та її вплив на виховання підлітків» - Н. А. Швець, В. В. Гришко -- Вісник психології і педагогіки. Електронний ресурс.. – Режим доступу <https://www.psyh.kiev.ua>

46. Юрценюк О. С. Інтернет-залежність – це теж хвороба - О. С. Юрценюк Електронний ресурс.. – Режим доступу : <http://dx.doi.org-10.15421-1013112>

Додатки

Додаток А

Методика діагностики особистісних факторів темпераменту та характеру (5PFQ) Р. МакКрай і П. Коста

Інструкція: прочитайте парні висловлювання та визначте, яке з двох альтернативних висловлювань вам найбільше підходить. Якщо підходить вислів, записаний ліворуч від оціночної шкали, то використовуйте для оцінки цього висловлювання значення "-2" або "-1". Якщо вам підходить праве висловлювання, воно оцінюється значеннями «2» або «1». Значення «-2» або «2» вибираються в тому випадку, якщо висловлювання, що оцінюється, виражено сильно. Якщо цей вислів виражено слабко (слабше), то вибирається значення «-1» чи «1». У тому випадку, коли жодна з альтернатив вам не підходить, а підходить щось середнє між ними, вибирається значення «0». Вибране значення записується до бланку відповідей у ліву комірку.

1. екстраверсія - інтроверсія;
2. прихильність - відособленість;
3. самоконтроль - імпульсивність;
4. емоційна нестійкість - емоційна стійкість;
5. експресивність - практичність.

Бланк опитування

1. Мені подобається займатися фізкультурою	-2	-1	0	2	1	Я не люблю фізичні навантаження
2. Люди вважають мене чуйною та доброзичливою людиною	-2	-1	0	2	1	Деякі люди вважають мене холодним та черствим
3. Я у всьому цінюю чистоту та порядок	-2	-1	0	2	1	Іноді я дозволяю собі бути неохайним
4. Мене часто турбує	-2	-1	0	2	1	«Дрібниці життя» мене

думка, що щось може статися						не турбують
5. Все нове викликає у мене інтерес	-2	-1	0	2	1	Часто нове викликає у мене роздратування
6. Якщо я нічим не зайнятий, це мене турбує	-2	-1	0	2	1	Я людина спокійна і не люблю метушитися
7. Я намагаюся виявляти дружелюбність до всіх людей	-2	-1	0	2	1	Я не завжди і не з усіма доброзичлива людина
8. Моя кімната завжди акуратно прибрано	-2	-1	0	2	1	Я не дуже намагаюся стежити за чистотою та порядком
9. Іноді я засмучуюсь через дрібниці	-2	-1	0	2	1	Я не звертаю уваги на дрібні проблеми
10. Мені подобаються несподіванки	-2	-1	0	2	1	Я люблю передбачуваність подій
11. Я не можу довго залишатися в нерухомості	-2	-1	0	2	1	Мені не подобається швидкий стиль життя
12. Я тактовний по відношенню до інших людей	-2	-1	0	2	1	Іноді жартома я зачіпаю самолюбство інших
13. Я методичний і пунктуальний у всьому	-2	-1	0	2	1	Я не дуже обов'язкова людина
	-2	-1	0	2	1	Я рідко турбуюсь і

вразливі						рідко чогось боюся
15. Мені не цікаво, коли відповідь ясна задалегідь	-2	-1	0	2	1	Я не цікавлюся речами, які мені не зрозумілі
16. Я люблю, щоб інші швидко виконували мої розпорядження	-2	-1	0	2	1	Я не поспішаючи виконую чужі розпорядження
17. Я поступлива і схильна до компромісів людина	-2	-1	0	2	1	Я люблю посперечатися з оточуючими
18. Я виявляю наполегливість, вирішуючи важке завдання	-2	-1	0	2	1	Я не дуже наполеглива людина
19. У важких ситуаціях я весь стискаюся від напруги	-2	-1	0	2	1	Я можу розслабитися в будь-якій ситуації
20. У мене дуже жива уява	-2	-1	0	2	1	Я завжди волю реально дивитися на світ
21. Мені часто доводиться бути лідером, виявляти ініціативу	-2	-1	0	2	1	Я скоріше підлеглий, ніж лідер
22. Я завжди готовий надати допомогу та розділити чужі труднощі	-2	-1	0	2	1	Кожен має вміти подбати про себе
23. Я дуже старанна у	-2	-1	0	2	1	Я не дуже стараюся на

всіх справах людина						роботі
24. У мене часто виступає холодний піт і тремтять руки	-2	-1	0	2	1	Я рідко відчував напругу, що супроводжується тремтінням у тілі
25. Мені подобається мріяти	-2	-1	0	2	1	Я рідко захоплююсь фантазіями
26. Часто трапляється, що я керую, віддаю розпорядження іншим людям	-2	-1	0	2	1	Я вважаю за краще, щоб хтось інший брав у свої руки керівництво
27. Я волію співпрацювати з іншими, ніж змагатися	-2	-1	0	2	1	Без суперництва суспільство не могло б розвиватися
28. Я серйозно і старанно ставлюся до роботи	-2	-1	0	2	1	Я намагаюся не брати додаткових обов'язків на роботі
29. У незвичайній обстановці я часто нервую	-2	-1	0	2	1	Я легко звикаю до нової обстановки
30. Іноді я поринаю в глибокі роздуми	-2	-1	0	2	1	Я не люблю витрачати свій час на роздуми
31. Мені подобається спілкуватися з незнайомими людьми	-2	-1	0	2	1	Я не дуже товариська людина
32. Більшість людей добрі від природи	-2	-1	0	2	1	Я думаю, що життя робить деяких людей злими
33. Люди часто	-2	-1	0	2	1	Дехто вважає мене

довіряють мені відповідальні справи						безвідповідальним
34. Іноді я почуваюся самотньо, сумно і все валиться з рук	-2	-1	0	2	1	Часто, щось роблячи, я так захоплююсь, що забуваю все
35. Я добре знаю, що таке краса та елегантність	-2	-1	0	2	1	Моє уявлення про красу таке саме, як і в інших
36. Мені подобається купувати нових друзів та знайомих	-2	-1	0	2	1	Я волію мати лише кілька надійних друзів
37. Люди, з якими я спілкуюся, зазвичай мені подобаються	-2	-1	0	2	1	Є такі люди, яких я не люблю
38. Я вимогливий і суворий у роботі	-2	-1	0	2	1	Іноді я нехтую своїми обов'язками
39. Коли я сильно засмучений, у мене важко на душ	-2	-1	0	2	1	У мене дуже рідко буває похмурий настрій
40. Музика здатна так захопити мене, що я втрачаю час	-2	-1	0	2	1	Драматичне мистецтво та балет здаються мені нудними
41. Я люблю перебувати у великих та веселих компаніях	-2	-1	0	2	1	Я віддаю перевагу самоті
42. Більшість людей чесні, і їм можна довіряти	-2	-1	0	2	1	Іноді я ставлюся підозріло до інших людей
43. Я зазвичай	-2	-1	0	2	1	Люди часто знаходять у

працюю сумлінно						моїй роботі помилки
44. Я легко впадаю в депресію	-2	-1	0	2	1	Мені неможливо зіпсувати настрій
45. Справжній витвір мистецтва викликає в мене захоплення	-2	-1	0	2	1	Я рідко захоплююсь досконалістю справжнього витвору мистецтва
46. «Болі» на спортивних змаганнях, я забуваю про все	-2	-1	0	2	1	Я не розумію, чому люди займаються небезпечними видами спорту
47. Я намагаюся виявляти чуйність, коли маю справу з людьми	-2	-1	0	2	1	Іноді мені немає справи до інтересів інших людей
48. Я рідко роблю необдумано те, що хочу зробити	-2	-1	0	2	1	Я волію приймати рішення швидко
49. У мене багато слабкостей та недоліків	-2	-1	0	2	1	У мене висока самооцінка
50. Я добре розумію свій душевний стан	-2	-1	0	2	1	Мені здається, що інші люди менш чутливі за мене
51. Я часто ігнорую сигнали, що попереджають про небезпеку	-2	-1	0	2	1	Я волію уникати небезпечних ситуацій
	-2	-1	0	2	1	Я не завжди поділяю

поділяю як власну						почуття інших людей
53. Я зазвичай контролюю свої почуття та бажання	-2	-1	0	2	1	Мені важко стримувати свої бажання
54. Якщо я зазнаю невдачі, то зазвичай звинувачую себе	-2	-1	0	2	1	Мені часто «щастить», і обставини рідко бувають проти мене
55. Я вірю, що почуття роблять моє життя більш змістовним	-2	-1	0	2	1	Я рідко звертаю увагу на чужі переживання
56. Мені подобаються карнавальні ходи та демонстрації	-2	-1	0	2	1	Мені не подобається перебувати в багатолюдних місцях
57. Я намагаюся поставити себе на місце іншої людини, щоб її зрозуміти	-2	-1	0	2	1	Я не прагну зрозуміти всі нюанси переживань інших людей
58. У магазині я зазвичай довго вибираю те, що надумав купити	-2	-1	0	2	1	Іноді я купую речі імпульсивно
59. Іноді я відчуваюся жалюгідною людиною	-2	-1	0	2	1	Зазвичай я відчуваю себе потрібною людиною
60. Я легко «вживаюсь» у переживання	-2	-1	0	2	1	Пригоди кіногероя не можуть змінити мого душевного стану

вигаданого героя						
61. Я почуваюся щасливим, коли на мене звертають увагу	-2	-1	0	2	1	Я скромна людина і намагаюся не виділятися серед людей
62. У кожній людині є щось, за що її можна поважати	-2	-1	0	2	1	Я ще не зустрічав людину, яку можна було б поважати
63. Зазвичай я добре думаю, перш ніж дію	-2	-1	0	2	1	Я не люблю заздалегідь продумувати результати своїх вчинків
64. Часто в мене бувають злети та падіння настрою	-2	-1	0	2	1	Зазвичай у мене рівний настрій
65. Іноді я відчуваю себе фокусником, який жартує над людьми	-2	-1	0	2	1	Люди часто називають мене нудною, але надійною людиною
66. Я привабливий для осіб протилежного статі	-2	-1	0	2	1	Дехто вважає мене звичайною і нецікавою людиною
67. Я завжди намагаюся бути добрим і уважним з кожною людиною	-2	-1	0	2	1	Деякі люди думають, що я самовпевнений і егоїстичний
68. Перед подорожжю я намічаю точний план	-2	-1	0	2	1	Я не можу зрозуміти, навіщо люди будують такі детальні плани
69. Мій настрій легко змінюється на	-2	-1	0	2	1	Я завжди спокійний і врівноважений

протилежний						
70. Я думаю, що життя – це азартна гра	-2	-1	0	2	1	Життя – це досвід, який передається наступним поколінням
71. Мені подобається виглядати зухвало	-2	-1	0	2	1	У суспільстві я зазвичай не виділяюся поведінкою та модним одягом
72. Дехто каже, що я поблажливий до оточуючих	-2	-1	0	2	1	Кажуть, що я часто хвалюся своїми успіхами
73. Я точно і методично виконую свою роботу	-2	-1	0	2	1	Я волію «плисти за течією», довіряючи своїй інтуїції
74. Іноді я буваю настільки схвилюваний, що навіть плачу	-2	-1	0	2	1	Мене важко вивести з себе
75. . Іноді я відчуваю, що можу відкрити щось нове	-2	-1	0	2	1	Я не хотів би нічого в собі міняти

Визначення типу особистості опитувальник Девідом Кейрсі

Інструкція. Вам пропонується опитувальник для вивчення типових способів поведінки і особистісних характеристик. Опитувальник складається з 70 тверджень (питань), кожне з яких має 2 продовження (відповіді). Наголошуємо, що всі відповіді рівноцінні, правильних або неправильних тут бути не може. Ваше завдання:

- Прочитати кожне з тверджень разом з двома його можливими продовженнями;
- Вибрати те продовження, яке властиво вам в більшості життєвих ситуацій;

Бланк опитування

1. У компанії (на вечірці) ви:	а) спілкуєтеся з багатьма, включаючи і незнайомих;	б) спілкуєтеся з небагатьма - вашими знайомими.
2. Ви людина швидше:	а) реалістичний, ніж схильний теоретизувати;	б) схильний теоретизувати, ніж реалістичний.
3. По-вашому, гірше:	а) витати в хмарах;	б) дотримуватися второваною доріжки.
5. Ви більш схильні до впливу:	а) принципів, законів;	б) емоцій, почуттів.
5. Ви більш схильні:	а) переконувати;	б) зачіпати почуття.
6. Ви віддаєте перевагу працювати:	а) виконуючи всі точно в строк;	б) не зв'язуючи себе певними термінами.
7. Ви схильні робити вибір:	а) досить обережно;	б) раптово, імпульсивно.
8. У компанії (на вечірці) ви:	а) залишаєтеся допізна, що не відчуваючи втоми;	б) швидко втомлюєтеся і вважаєте за краще раніше піти.
9. Вас більше приваблюють:	а) розсудливі люди;	б) люди з багатою уявою.
10. Вам цікаво:	а) те, що відбувається насправді;	б) ті події, які можуть відбутися.
11. Оцінюючи вчинки	а) вимоги закону, ніж	б) обставини, ніж вимоги

людей, ви більше враховуєте:	обставини;	закону.
12. Звертаючись до інших, ви схильні:	а) виконувати формальності, етикет;	б) проявляти свої особисті, індивідуальні якості.
13. Ви людина швидше:	а) точний, пунктуальний;	б) неквапливий, повільний.
14. Вас більше турбує необхідність:	а) залишати справи незавершеними;	б) неодмінно доводити справи до кінця.
15. У колі знайомих ви, як правило:	а) в курсі подій, що відбуваються;	б) дізнаєтеся про новини із запізненням.
16. Повсякденні справи вам подобається робити:	а) загальноприйнятим способом;	б) своїм оригінальним способом.
17. Ви віддаєте перевагу письменників, які:	а) виражаються буквально, безпосередньо;	б) користуються аналогіями, іносказаннями.
18. Вас більше приваблює:	а) стрункість думки;	б) гармонія людських відносин.
19. Ви відчуваєте себе впевненіше:	а) в логічних умовиводах;	б) в практичних оцінках ситуацій.
20. Ви віддаєте перевагу, коли справи:	а) вирішені і влаштовані;	б) не вирішено і поки не улагоджені.
21. По-вашому, ви людина швидше:	а) серйозний, визначений;	б) безтурботний, безтурботний.
22. При телефонних розмовах ви:	а) заздалегідь не продумуєте все, що потрібно сказати;	б) мислення репетируете те, що буде сказано.
23. Ви вважаєте, що факти:	а) важливі самі по собі;	б) є прояви загальних закономірностей.
24. Фантазери, мрійники зазвичай:	а) дратують вас;	б) досить симпатичні вам.
25. Ви частіше дієте як людина:	а) холоднокровний;	б) запальний, гарячий.
26. По-вашому, гірше	а) несправедливим;	б) нещадним.

бути:		
27. Зазвичай ви віддаєте перевагу діяти:	а) ретельно зваживши всі можливості;	б) покладаючись на волю випадку.
28. Вам приємніше:	а) купувати що-небудь;	б) мати можливість купити.
29. У компанії ви, як правило:	а) перший заводите бесіду;	б) чекаєте, коли з вами заговорять.
30. Здоровий глузд - коли людина:	а) рідко помиляється;	б) часто потрапляє в халепу.
31. Дітям часто не вистачає:	а) практичності;	б) уяви.
32. У прийнятті рішень ви керуєтеся швидше:	а) прийнятих норм;	б) своїми почуттями, відчуттями.
33. Ви людина швидше:	а) твердий, ніж м'який;	б) м'який, ніж твердий.
34. По-вашому, більше вражає:	а) вміння методично організувати;	б) вміння пристосуватися і задовольнитися досягнутим.
35. Ви більше цінуєте:	а) визначеність, закінченість;	б) відкритість, багатоваріантність.
36. Нові і нестандартні стосунки з людьми:	а) стимулюють, надають вам енергію;	б) стомлюють вас.
37. Ви частіше дієте як:	а) людина практичного складу;	б) людина оригінальна, незвичайний.
38. Ви більш схильні:	а) знаходити користь у відносинах з людьми;	б) розуміти думки і почуття інших.
39. Вам приносить більше задоволення:	а) ретельне і всебічне обговорення спірного питання;	б) досягнення угоди з приводу спірного питання.
40. Ви керуєтеся більше:	а) розумом;	б) велінням серця.
41. Вам зручніше виконувати роботу:	а) за попередньою домовленістю;	б) яка підвернулася випадково.
42. Ви зазвичай покладаєтеся:	а) на організованість, порядок;	б) на випадковість, несподіванка.

43. Ви вважаєте за краще мати:	а) багато друзів на нетривалий термін;	б) кілька старих друзів.
44. Ви керуєтеся більшою мірою:	а) фактами, обставинами;	б) загальними положеннями, принципами.
45. Вас більше цікавлять:	а) виробництво і збут продукції;	б) проектування і дослідження.
46. Ви вважаєте за комплімент:	а) "Ось дуже логічний людина";	б) "Ось тонко відчуває людина".
47. Ви більше цінуєте в собі:	а) незворушність;	б) захопленість.
48. Ви віддаєте перевагу висловлювати:	а) остаточні і певні твердження;	б) попередні і неоднозначні твердження.
49. Ви краще відчуваєте себе:	а) після прийняття рішення;	б) не обмежуючи себе рішеннями.
50. При спілкуванні з незнайомими ви:	а) легко зав'яжете тривалі бесіди;	б) не завжди знаходите спільні теми для розмови.
51. Ви більше довіряєте:	а) своєму досвіду;	б) своїм передчуттям.
52. Ви відчуваєте себе людиною:	а) більш практичним, ніж винахідливим;	б) більш винахідливим, ніж практичним.
53. Більшого схвалення заслуговує:	а) розсудливий, розсудлива людина;	б) людина, глибоко переживає.
54. Ви більш схильні:	а) бути прямим і неупередженим;	б) співчувати людям.
55. По-вашому, переважно:	а) упевнитися, що все підготовлено і залагоджено;	б) надати подіям йти своєю чергою.
56. Відносини між людьми повинні будуватися:	а) на попередньої взаємної домовленості;	б) в залежності від обставин.
57. Коли дзвонить телефон, ви:	а) поспішайте підійти першим;	б) сподіваєтеся, що підійде хто-небудь інший.
58. Ви цінуєте в собі більше:	а) розвинене почуття реальності;	б) палка уява.

59. Ви надасте більше значення:	а) тому, що сказано;	б) тому, як сказано.
60. Великою помилкою виглядає:	а) зайва палкість, гарячність;	б) надмірна об'єктивність, неупередженість.
61. Ви вважаєте себе в основному:	а) тверезим і практичним;	б) сердечним і чуйним.
62. Вас більше приваблюють ситуації:	а) регламентовані і впорядковані;	б) неупорядковані і нерегламентовані.
63. Ви людина швидше:	а) педантичний, ніж примхливий;	б) примхливий, ніж педантичний.
64. Ви частіше схильні:	а) бути відкритим, доступним людям;	б) бути стриманим, потайним.
65. У літературних творах ви віддасте перевагу:	а) буквальність, конкретність;	б) образність, переносне значення.
66. Вам важче:	а) знаходити спільну мову з іншими;	б) використовувати інших у своїх інтересах.
67. Ви побажали б собі більше:	а) ясності роздумів;	б) вміння співчувати.
68. Що гірше:	а) бути невибагливим;	б) бути надмірно вибагливим.
69. Ви віддасте перевагу:	а) заплановані події;	б) незаплановані події.
70. Ви схильні надходити швидше:	а) обдуманно, ніж імпульсивно;	б) імпульсивно, ніж обдуманно.

Додаток В

Тест-опитувальник поведінка в інтернеті

Інструкція:Виберіть, будь ласка, один з двох варіантів відповідей (А чи Б) той, який найкраще підходить для опису вашої поведінки в Інтернеті і відзначте його галочкою. У цій анкеті немає правильних або неправильних відповідей, нам важливо знати саме Ваша думка.

1. А. Коли мені сумно або самотньо, я зазвичай виходжу в Інтернет.
1. Б. Я не відчуваю необхідності вийти в Інтернет тоді, коли у мене поганий настрій.
2. А. Коли я проводжу в Інтернеті менше часу, ніж зазвичай, я відчуваю себе пригнічено.
2. Б. Моє емоційний стан не залежить від того, скільки часу я проводжу в Інтернеті.
3. А. Я відчуваю, що моє захоплення Інтернетом заважає моєму навчанню, роботі або відносинам з людьми поза Інтернетом.
3. Б. Використання Інтернету не заважає моїм відносинам з людьми, навчанні або роботі.
4. А. Багато моїх знайомих не знають, скільки часу я насправді проводжу в Інтернеті.
4. Б. Більшість моїх знайомих знає, скільки часу я проводжу в Інтернеті.
5. А. Я часто намагаюся зменшити кількість часу, який я проводжу в Інтернеті.
5. Б. Я не намагаюся зменшити кількість часу, який я проводжу в Інтернеті.
6. А. Коли я не в Інтернеті, я часто думаю про те, що там відбувається.
6. Б. Коли я не в Інтернеті, я рідко думаю про нього.
7. А. Я віддаю перевагу спілкуватися з людьми або шукати інформацію через Інтернет, а не в реальному житті.
7. Б. Я далеко не завжди вдаюся до допомоги Інтернету, коли мені потрібно знайти інформацію або поспілкуватися.

Тест-опитувальник критичне мислення

Інструкція: за допомогою 25 питань цього тесту Ви можете перевірити, що ви знаєте про критичне мислення, а що вам невідомо. Якщо згоден 1 бал, а Не згоден 0 балів.

1. Я завжди уважний до найдрібніших деталей. 1.0.
2. Я можу легко оцінити та проаналізувати факти, що підтверджують якусь думку. 1.0.
3. Я легко виявляю слабкі місця в роботі професіоналів та знавців. 1.0.
4. Мені легко залишатися сфокусованим на вимогах поточного завдання. 1.0.
5. Я розумію різницю в трактуванні слова «аргумент з погляду критичного мислення». 1.0.
6. Мені легко побачити непослідовність в суперечці. 1.0.
7. Я можу проаналізувати структуру аргументації. 1.0.
8. Я можу критикувати когось, не відчуваючи себе «поганою» людиною. 1.0.
9. Мені зрозуміло, чому в наукових працях є терміни, які можуть тлумачитись по-різному. 1.0.
10. Я розумію, що таке «хід мислення». 1.0.
11. Я усвідомлюю, що мої переконання здатні впливати на обговорювану проблему. 1.0.
12. Я здатний визначати хід мислення в дискусії. 1.0.
13. У суперечці я здатний розпізнавати її різні стадії. 1.0.
14. Я без проблем виділяю ключові моменти в досліджуваному матеріалі. 1.0.
15. Я легко вибудовую аргументування своєї позиції, komponую факти в потрібній послідовності. 1.0.
16. Я можу виявляти неприпустимі методи, що використовуються для переконання. 1.0.
17. Я можу читати між рядків. 1.0.
18. Я здатний грамотно розглянути різні позиції. 1.0.
19. Якщо мені не вистачає інформації, я можу звернутися до додаткових матеріалів. 1.0.
20. Я в змозі грамотно представити свої аргументи. 1.0.
21. Я здатний давати оцінку джерелам матеріалів. 1.0.
22. Для мене просто розрізнити описовий матеріал від аналітичного. 1.0.
23. Я можу розпізнавати структуру аргументів. 1.0.
24. Я бачу закономірності і тенденції. 1.0.
25. Мені ясно, що моє виховання і внутрішні установки здатні створювати упередження проти будь-якої думки. 1.0.

Методика для визначення Інтернет-залежності

Інструкція: Виберіть, будь ласка, один з двох варіантів відповідей той, який найкраще підходить вам відзначте його цифрою. У цій анкеті немає правильних або неправильних відповідей, нам важливо знати саме Ваша думка.

Оцінення рівня прояву ознак залежності за десятибальною шкалою: від 0 до 10. У цій шкалі кожному значенню відповідає ступінь прояву ознаки, а саме: 0 – ніколи не проявляється; 1 – поодинокі випадки; 2 – дуже рідко; 3 – рідко; 4 – більше “ні”, ніж “так”; 5 – і “так”, і “ні”; 6 – більше “так”, ніж “ні”; 7 – часто; 8 – дуже часто; 9 – систематично; 10 – постійно (це спосіб мого життя).

1. Чи відчуваєте Ви себе стурбованим Інтернетом (чи думаєте Ви про попередній он-лайн сеанс і чи смакуєте наступні)?
2. Чи відчуваєте Ви потребу в збільшенні часу, проведеного в мережі?
3. Чи були у Вас безуспішні спроби контролювати, обмежити чи припинити використання Інтернету?
4. Чи відчуваєте Ви себе втомленим, пригнобленим чи роздратованим при спробах обмежити чи припинити користування Інтернетом?
5. Чи знаходитеся Ви он-лайн більше, ніж думали бути?
6. Чи були у Вас випадки, коли Ви ризикували одержати проблеми у навчанні чи в особистому житті через Інтернет?
7. Чи траплялося Вам брехати членам родини, викладачам чи іншим людям, щоб приховати час перебування в мережі?
8. Чи використовуєте Ви Інтернет для того, щоб відійти від проблем чи від поганого настрою (наприклад, від почуття безпорадності, провини, роздратованості чи депресії)?
9. Чи маєте нав'язливе бажання перевірити e-mail?
10. Чи постійно чекаєте наступного виходу в Інтернет?
11. Чи були скарги навколишніх на те, що проводите занадто багато часу в Інтернет?
12. Чи були скарги навколишніх на те, що витрачаєте занадто багато грошей на Інтернет?

Результати кореляційного аналізу за методиками «Визначення типу особистості Опитувальник» (Девідом Кейрсі) та за «П'ятифакторний особистісний Опитувальник» (Р. МакКрай, П. Коста)

Вік: 15-17	екстраверсія	інтроверсія	відчуття	інтуїція	логіка	почуття	раціональність
екстраверсія	-0,74				0,39	-0,39	0,52
Інтроверсія	-0,15			-0,99	0,53	-0,52	-0,18
відчуття	0,12		-0,99		-0,54	0,54	0,11
Інтуїція	-0,61	0,39	0,53	-0,54		-0,99	0,39
логіка	0,62	-0,39	-0,52	0,54	-0,99		-0,47
почуття	-0,45	0,52	-0,18	0,11	0,39	-0,47	1,000000
раціональність	0,44	-0,52	0,20	-0,13	-0,39	0,46	-0,99

Вік: 15-17	іраціональність	Активність /	домінування/ підпорядкованість	комунікабельність/ пошук	прояв уникнення	1.Екстраверсія/ інтроверсія
раціональність	-0,99		0,34		-0,31	
іраціональність						0,89
домінування/ підпорядкованість	-0,31	0,33		-0,16	-0,16	0,64
прояв уникнення вражень		0,47	0,64	0,29	0,11	0,73
1.екстраверсіяінтроверсія		0,89	0,46	0,50	0,47	0,73
довіра/підозрілість		0,30	0,10	0,60	0,36	0,56
2.прихильність/ відокремленість	0,23	0,37	-0,26	0,49	0,62	0,17
наполегливість/відсутність наполегливості		0,64	0,73	-0,057	0,042	0,50
допитливість/реалістичність		0,57	0,67	-0,12	0,13	0,22

артистичність/відсутність артистичності	0,55	0,61		0,50	0,47	0,54	
сенситивність/нечутливість		0,44		0,15	0,62		
пластичність/ригідність	-0,14	0,24		0,43	0,55	0,38	0,78
5.експресивність/практичність	0,087257	0,65	0,3049 49	0,36581 4	0,6589 65	0,46	
Критичне мислення	0,18	0,25	0,27	-0,12	0,45	0,62	
екстраверсія	Теплота/ байдужість	Співробітн ництво/ ---	Довіра/ підозрілість	розуміння/ нерозумін	повага до	2.прихиль ність/ ---	акуратніст ь/ неакуратні
комунікабельність/ замкнутість	0,51	0,46	0,60	0,26	0,21	0,4	
1.екстраверсія/інтроверсія	0,30	0,21	0,45	0,22	0,33	0,4	
теплота/байдужість		0,81	0,47	0,69	0,50	0,79	
співробітництво/суперцицтво	0,81		0,71	0,61	0,47	0,7	
довіра/підозрілість	0,47	0,71		0,49	0,35	0,68	
розуміння/нерозуміння	0,69	0,61	0,49		0,29	0,89	
2.прихильність/ відокремленість	0,79	0,74	0,68	0,89	0,36		
наполегливість/відсутність наполегливості	0,18				0,39		0,76
передбачливість/ безтурботність	0,54	0,38	0,33	0,84	0,29	0,65	0,28
3.самоконтроль/ імпульсивність	-0,20	-0,36	-0,37	-0,23	0,23	-0,35	0,73
тривожність/безтурботність	0,16		-0,16	0,19	0,43		0,85
деприсивність/емоційна комфортність	0,49	0,47	-0,11	0,10	0,52		0,25
самокритика/самодостатність	0,72	0,59	0,20	0,40	0,7	0,43	0,20
емоційна лабільність/стабільність	0,47	0,61	0,36	0,61	0,37	0,48	
4.емоційна стійкість/нестійкість	0,72	0,59		0,38	0,70	0,37	

цікавість/консерватизм	0,42	0,33	0,53	0,73	0,38	0,59	0,30
артистичність/відсутність артистичності	0,47	0,36	0,41	0,59		0,68	
сенситивність/нечутливість	0,57	0,33		0,65	0,67	0,58	0,46
пластичність/ригідність	0,36	0,47	0,77	0,44	0,73	0,50	0,19
5.експресивність/практичність	0,55	0,43	0,47	0,65	0,64	0,68	0,46
Вік: 15-17	наполегливість/	відповідальність/	передбачливість/	3.самоконтроль/	тривожність	напруженість/	деприсивність/
іраціональність	0,64	0,33			0,53		емоційна
активність/пасивність	0,73	0,54			0,54		
прояв уникнення вражень	0,64				0,53		
довіра/підозрілість			0,84				
повага до іншгх/самоповага			0,65				
2.прихильність/відокремленість	0,76			0,73	0,85		
акуратність/неакуратність		0,68		0,69	0,88		
наполегливість/відсутність наполегливості	0,68				0,67		
передбачливість/безтурботність	0,69				0,83		
3.самоконтроль/імпульсивність	0,88	0,67	0,55	0,83			
тривожність/безтурботність	0,28			0,43	0,42		0,73
напруженість/розслабленість	0,39	0,47				0,73	
деприсивність/емоційна комфортність						0,78	0,79
емоційна лабільність/стабільність						0,75	0,87
4.емоційна стійкість/нестійкість			0,88		0,45		
цікавість/консерватизм	0,73	0,68		0,56	0,696162		0,43
допитливість/реалістичність	0,42	0,59	0,61		0,43		

артистичність/відсутність артистичності	0,45	0,43	0,69	0,67
сенситивність/нечутливість			0,46	
пластичність/ригідність	0,62	0,51	0,73	0,68
5.експресивність/практичність	-0,71			0,42

Додаток Ж.1

Результати кореляційного аналізу за методиками «Визначення типу особистості Опитувальник» (Девідом Кейрсі) та за «П'ятифакторний особистісний Опитувальник» (Р. МакКрай, П. Коста)

Вік: 18-19	екстраверсія	інтроверсія	відчуття	інтуїція	логіка	почуття	раціональність	іраціональність	активність/пасивність	домінування/підпорядкованість
інтроверсія				-0,98						
відчуття			-0,98							
інтуїція										
логіка						-0,96				
почуття										
раціональність								-0,99		
іраціональність	0,55	-0,55						-0,99		
активність/пасивність	0,45	-0,45								
домінування/підпорядкованість										
комунікабельність/замкнутість					0,58	-0,60				
пошук вражень/уникнення										
прояв уникнення вражень										
екстраверсія/інтроверсія									0,73	
теплота/байдужість			0,704	0,66						
співробітництво/суперцидтво	-0,54	0,54								
довіра/підозрілість	0,63	-0,63			0,60	-0,66	-0,62	0,64		
розуміння/нерозуміння									0,76	
повага до інштх/самоповага										
2.прихильність/відокремленість		-0,51					-0,58	0,58	0,59	
акуратність/неакуратність							-0,57	0,57		
наполегливість/відсутність наполегливості										
відповідальність/байдужість										

передбачливість/безтурботність		-0,52		
3.самоконтроль/імпульсивність				0,61
тривожність/безтурботність				0,59
напруженість/розслабленість	-0,58	0,58		
деприсивність/емоційна комфортність				
самокритика/самодостатність				0,66
емоційна лабільність/стабільність				
4.емоційна стійкість/нестійкість				
цікавість/консерватизм	0,65	-0,65		
допитливість/реалістичність				
артистичність/відсутність артистичності				
сенситивність/нечутливість		-0,54	0,52	
пластичність/ригідність				
5.експресивність/практичність	0,43			
Інтернет залежність				0,65
Критичне мислення				-0,63
Поведінка в інтернеті	-0,42			
			0,58	-0,60

Вік:18-19

комунікабельність/замкнутість	прояв уникнення вражень	Ію екстраверсія	теплота/байдужість	співробітництво/суперцитво	довіра/підозрілість	розуміння/нерозуміння	повага до інштх/самоповага	2.прихильність/відокремленість
екстраверсія								-0,63
інтроверсія					-0,70			
відчуття					0,66			
інтуїція						0,60		

логіка				-0,66		
почуття				-0,62		
раціональність				0,64		
іраціональність		0,7 3	0,54		0,76	
комунікабельність/ замкнутість		0,5 6				
пошук вражень/уникнення			0,78			
екстраверсія/інтроверсія	0,78			0,63		
співробітництво/ суперцицтво			0,63			
розуміння/нерозуміння			0,50			
повага до інштх/самоповага			0,70	0,63		0,57
2.прихильність/ відокремленість						0,56
акуратність/ неакуратність	0,65	0,7 1				
наполегливість/ відсутність наполегливості		0,6 4			0,60	
передбачливість/ безтурботність		0,7 3	0,73		0,77	0,77
3.самоконтроль/ імпульсивність		0,6 7			0,73	0,77
тривожність/ безтурботність		0,5 4			0,57	
деприсивність/ емоційна комфортність		0,6 0				
самокритика/ самодостатність	0,57					
допитливість/ реалістичність	0,58					
артистичність/ відсутність артистичності		0,5 9	0,69			
сенситивність/ нечутливість		0,6 5	0,63			
пластичність/ригідність	0,53					-0,54

5.експресивність/
практичність 0,7
4

Інтернет залежність -
0,8
3

	акуратність / неакуратність	наполегливість / відсутність наполегливості	відповідальність / байдужість	3.самоконтроль / імпульсивність	тривожність / безтурботність	напруженість / розслабленість	депресивність / емоційна комфортність	самокритика / самооднотність	емоційна лабільність / стабільність
екстраверсія							0,58		
почуття	-0,57								
раціональність	0,57								
іраціональність				0,61	0,59				
активність/пасивність								0,65	
домінування/ підпорядкованість		0,65					0,59	0,57	
пошук вражень/уникнення									
прояв уникнення вражень		0,71	0,64	0,73	0,67	0,54		0,60	
екстраверсія/інтроверсія									
теплота/байдужість				0,73					
розуміння/нерозуміння	0,56		0,60	0,77	0,73	0,57			
повага до інштх/самоповага		0,57	0,57	0,77	0,77				
2.прихильність/ відокремленість			0,50		0,62				
акуратність/ неакуратність			0,62	0,52	0,80	0,55	0,75	0,51	
наполегливість/ відсутність наполегливості	0,50	0,62		0,69	0,76			0,87	
передбачливість/ безтурботність		0,52	0,69		0,80	0,72		0,62	
3.самоконтроль/ імпульсивність	0,62	0,80	0,76	0,80		0,72	0,53	0,61	

тривожність/ безтурботність	0,55	0,72	0,72		0,66			
напруженість/ розслабленість	0,75		0,53					
деприсивність/ емоційна комфортність	0,51	0,87	0,62	0,61	0,66			
емоційна лабільність/стабільність					0,69			
цікавість/консерватизм	0,75							-0,52
допитливість/ реалістичність	0,57		0,61					
артистичність/ відсутність артистичності	0,56	0,55	0,51					
сенситивність/ нечутливість			0,57					
5.експресивність/ практичність				0,55				
Інтернет залежність	-0,68	0,51	-0,50	-0,58	-0,70		-0,67	
	4.емоційна стійкість/нестійкість	цікавість/	артистичні стт /	сенситивні	пластичні	5.експреси	Інтернет	Критичне
іраціональність							0,65	-0,54
активність/пасивність								-0,63
пошук вражень/уникнення								
прояв уникнення вражень	0,51			0,59	0,65		0,74	-0,83
екстраверсія/інтроверсія				0,69	0,63			
повага до інштх/самоповага				0,62	0,63		0,53	
2.прихильність/ відокремленість		0,75						
акуратність/ неакуратність			0,57	0,56			0,50	-0,67
наполегливість/ відсутність наполегливості				0,55				-0,51

передбачливість/ безтурботність			0,57						-0,50
3.самоконтроль/ імпульсивність			0,61	0,51			0,55		-0,58
тривожність/ безтурботність	0,69								-0,70
деприсивність/ емоційна комфортність									-0,67
емоційна лабільність/стабільність			0,55						-0,74
допитливість/ реалістичність	0,55						0,67		-0,53
артистичність/ відсутність артистичності					0,64		0,79		
сенситивність/ нечутливість				0,64			0,67		
пластичність/ригідність									
5.експресивність/ практичність			0,67	0,79	0,67				-0,71
Інтернет залежність	-0,74		-0,53					-0,71	

Додаток 3.1

Результати кореляційного аналізу за методиками «Визначення типу особистості Опитувальник» (Девідом Кейрсі) та за «П'ятифакторний особистісний Опитувальник» (Р. МакКрай, П. Коста)

Вік:20-21	екстраверсія	інтроверсія	відчуття	інтуїція	почуття	раціональні	ірраціональні	активність	домінування
екстраверсія									-0,52
інтроверсія				-0,99					
відчуття			-0,99						
інтуїція					-0,99				

логіка										
почуття										-0,99
раціональність										-0,99
активність/пасивність	0,52	-0,52								
прояв уникнення вражень									0,65	0,57
теплота/байдужість									0,50	
співробітництво/суперцитво						0,52				
2.прихильність/відокремленість	0,65	-0,67								
акуратність/неакуратність	0,61	-0,61								
наполегливість/відсутність наполегливості	0,56	-0,56								0,58
передбачливість/безтурботність	0,54	-0,54								
3.самоконтроль/імпульсивність	0,69	-0,69								
напруженість/розслабленість										-0,70
деприсивність/емоційна комфортність										-0,57
емоційна лабільність/стабільність										-0,73
цікавість/консерватизм										0,57
Інтернет залежність										-0,59
Критичне мислення	0,53	-0,53								
	комунікабельність/замкнутість	пошук вражень/уникнення	1.екстраверсія/інтроверсія	теплота / байдужість	співробітництво / суперцитво	довіра / підозрілість	розуміння/нерозуміння	повага до інших/самоповага	2.прихильність/відокремленість	
іраціональність			0,67							

активність/пасивність			0,57				
домінування/ підпорядкованість			0,62				
комунікабельність/ замкнутість			0,58				
прояв уникнення вражень	0,62	0,58		0,50			
співробітництво/ суперцицтво			-0,55				
довіра/ підозрілість			0,68				
розуміння/ нерозуміння			0,52				
повага до інших/самоповага			0,71				
акуратність/ неакуратність			0,74	-0,55	0,68	0,52	0,71
наполегливість/ відсутність наполегливості			0,64				0,55
передбачливість/ безтурботність			0,55			0,64	0,74
3.самоконтроль/ імпульсивність			0,64		0,64		0,66
тривожність/ безтурботність				0,55	0,74	0,66	
напруженість/ розслабленість			-0,60		0,50		
деприсивність/ емоційна комфортність			-0,65				
самокритика/ самодостатність			-0,52				
емоційна лабільність/стабільність			-0,53		0,56		
4.емоційна стійкість/нестійкість			-0,52	-0,51		0,55	
цікавість/ консерватизм			0,71		0,55		

артистичність/ відсутність артистичності	0,50				
	акуратн ість/ неакура тність	наполегли вість/ відсутніст ь наполегли вості	відповіда льність/ байдужіст ь	передба чливіст ь/ безтурб отність	3.самок онтрол ь/ імпуль сивніст ь
екстраверсія	-0,65	-0,61	-0,56		-0,54
екстраверсіяінтр оверсія		0,74	0,64		0,55
співробітництво/ суперцицтво					-0,51
довіра/ підозрілість	0,50			0,56	
розуміння/ нерозуміння					0,55
2.прихильність/ відокремліність		0,63	0,54		0,66
акуратність/ неакуратність	0,63		0,84		0,58
наполегливість/ відсутність наполегливості	0,54				0,53
передбачливість/ безтурботність	0,66	0,58	0,53		
3.самоконтроль/ імпульсивність	0,86	0,88	0,79		
тривожність/ безтурботність			-0,59		
напруженість/ розслабленість			-0,54		
деприсивність/ емоційна комфортність			-0,64		
самокритика/ самодостатність					0,48
емоційна лабільність/стабі льність			-0,69		
Інтернет залежність	-0,54		-0,63		

Критичне мислення	0,50	0,49					
	тривожність/ безтурботність	напруженість/ розслабленість	деприсивність /емоційна комфортність	самокритика/ самодостатність	емоційна лабільність/ст абільність	4.емоційна стійкість/нест стійкість	допитливість/ реалістичність
екстраверсія			-0,70	-0,57		-0,73	0,57
домінування/підпорядкованість			-0,60	-0,65	-0,52	-0,53	0,71
екстраверсія/інтроверсія	0,64						
теплота/байдужість	0,55						
розуміння/нерозуміння	0,86						
акуратність/неакуратність	0,88						
наполегливість/відсутність наполегливості	0,79	-0,59	-0,54	-0,64		-0,69	
відповідальність/байдужість	0,78						
3.самоконтроль/імпульсивність			0,80	0,63		0,80	
напруженість/розслабленість				0,61	0,60	0,80	-0,72
деприсивність/емоційна комфортність		0,63	0,61			0,76	
самокритика/самодостатність			0,60				-0,67
емоційна лабільність/стабільність		0,80	0,80	0,76			
4.емоційна стійкість/нестійкість			0,60				-0,67
цікавість/консерватизм			-0,72		-0,67		
допитливість/реалістичність							0,58
Інтернет залежність			0,57	0,64		0,67	-0,53
Критичне мислення		-0,65	-0,69	-0,58		-0,52	