

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ І ОСВІТИ ДОРΟΣЛИХ  
ІМЕНІ ІВАНА ЗЯЗІОНА**

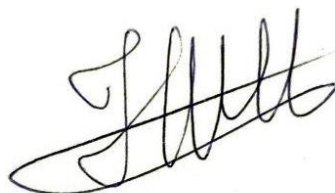
**ГОЛОВАНОВА ТЕТЯНА МИКОЛАЇВНА**

УДК 159.923+004.738.5-042.72

**ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ НА САМОАКТУАЛІЗАЦІЮ  
ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

Спеціальність 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

**Автореферат  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук**



**Київ – 2020**

Дисертацією є рукопис  
Роботу виконано на кафедрі психології та педагогіки Університету Сучасних Знань,  
МОН України (м. Київ).

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор  
**Власова Олена Іванівна,**  
завідувач кафедри психології розвитку  
Київського національного університету імені Тараса  
Шевченка, професор кафедри психології та  
педагогіки.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**Найдьонова Любов Антонівна,**  
заступник директора з наукової роботи Інституту  
соціальної та політичної психології НАПН України  
(м. Київ);

кандидат психологічних наук,  
**Іванова Оксана Вікторівна,**  
науковий співробітник відділу психології праці  
Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені  
Івана Зязюна (м. Київ).

Захист відбудеться «18» листопада 2020 р. об 11.00 год. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.451.02 в Інституті педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України за адресою: 04060, м. Київ, вул. М. Берлінського, 9, 5-й поверх, зал засідань.

З дисертацією можна ознайомитися на сайті [www.ipood.com.ua](http://www.ipood.com.ua) та в бібліотеці Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України за адресою: 04060, м. Київ, вул. М. Берлінського, 9.

Автореферат розісланий «16» жовтня 2020 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради



О.М. Ігнатович

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Взаємодія з інформаційними ресурсами, джерелами, технічними засобами інформатизації, інформаційними мережами поступово проникає в усі сфери життєдіяльності, розширюючи життєвий простір особистості, даючи для неї як нові можливості розвитку, так і створюючи нові бар'єри і небезпеки.

Події світового масштабу, пов'язані із пандемією та карантинном, визначили ситуацію, при якій віртуальний світ став необхідною умовою для виконання професійних, навчальних та соціальних обов'язків. Ситуація в Україні показала, що не всі галузі були готові до такого переходу, зважаючи на недостатній рівень компетентності представників різних професій та сфер діяльності у використанні інформаційних технологій. Хоча віртуальна реальність почала розвиватися задовго до пандемії, саме карантин дав зрозуміти, наскільки інструменти Інтернет мережі можуть бути корисні в умовах вимушеної ізоляції. Пандемія стала ще одним фактором, що вказує на необхідність дослідження віртуального простору, взаємодії з ним та впливу його на окрему особистість та соціум.

Зважаючи на загальну інформатизацію життя суспільства, важливим також стає дослідження впливу використання людиною віртуального світу на самоактуалізацію її особистості. Інформаційний простір ініціює нові форми прояву самоорганізації людини, створює нові сфери самовираження особистості, доповнює її буття. Але в той же час у процесі використання інформаційних технологій можливе виникнення комп'ютерної залежності. На сьогодні одним із найпоширеніших її видів є Інтернет-залежність.

Особливим є ризик виникнення Інтернет-залежності в період юнацтва, оскільки юнаки і дівчата становлять найбільшу за чисельністю групу користувачів віртуального простору. Юнацький вік є сензитивним до впливів оточення, адже саме в цей період відбувається активне формування особистості як суб'єкта, а самоактуалізація стає тим інтегруючим чинником, з яким пов'язані вирішення проблем життєвого самовизначення особистості юнацького віку, вибору нею життєвих середовищ, найбільш адекватних для самоздійснення та формування життєвих стратегій.

Психологічним дослідженням віртуального простору та особливостей взаємодії в ньому займалися дослідники О. Арестова, Ю. Бабаєва, І. Бурлаков, Н. Водянова, А. Войскунский, В. Гудімов, Д. Гроссман, А. Калмиков, С. Клименко, М. Лорд, Ю. Лотман, Є. Полат, К. Рої, О. Тихомиров, Ю. Фомічова, А. Шмельов, С. Шапкін, К. Янг. Дослідженням Інтернет залежності приділяли увагу такі дослідники, як Н. М. Атаманчук, М. С. Богдан, Н. М. Бугайова, К. С. Варивода, Ю. А. Данько, О. В. Камінська, Д. В. Леван, К. Янг.

Самоактуалізацію особистості досліджували представники різних психологічних шкіл (психоаналіз, неофрейдизм, гуманістична та екзистенційно-

гуманістична концепція). Знаковими тут вбачаються ідеї представників гуманістичної психології про самоактуалізацію як одну з найвищих потреб людини (К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та інші).

Теоретичні основи проблеми самоактуалізації особистості висвітлюються в дослідженнях багатьох психологів: психологічна теорія суб'єктно-вчинкової діяльності, що пояснює механізм самореалізації людини, в якій поняття самоактуалізація та самореалізація розглядаються як синоніми (О. Леонт'єв, В. Роменець, С. Рубінштейн, В. Татенко та ін.); праці, в яких розглядаються зв'язок самоактуалізації з самопізнанням (М. Бердяєв, Ю. Орлов) та саморозвитком особистості (Н. Бітянова, О. Власова, О. Кисельова, Л. Коган, С. Маринчак). Базовий теоретико-методологічний інтерес для дослідження мають положення Київської філософсько-психологічної школи (М. Бердяєв, В. Зеньковський, В. Роменець, Г. Челпанов, В. Шинкарук). Показовими в дослідженні самоактуалізації також є напрацювання таких вітчизняних філософів як В. Андрущенко, Г. Батищев, Б. Гершунський, К. Гольдштейн, Л. Коган, О. Лосєв та ін.

Натомість особливості розгортання процесів самоактуалізації у віртуальному просторі особистості юнацького віку залишаються на сьогодні мало дослідженими у психології. Актуальний стан наукової розробки та соціальної значущості проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «Вплив Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку».

#### **Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Дисертаційна робота виконана в межах здійснення наукової теми кафедри психології та педагогіки Університету Сучасних Знань Товариства «Знання» України «Структура та чинники соціально-психологічної адаптації особистості». Тему дисертації затверджено на засіданні Вченої ради факультету психології Університету Сучасних Знань, протокол № 7 від 19 січня 2016 року.

**Мета роботи** полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному визначенні впливу Інтернет-залежності на психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку, розробці та апробації дистанційної програми психологічного супроводу таких осіб.

**Гіпотеза дослідження** полягає у тому, що:

- 1) існує зв'язок між самоактуалізацією особистості юнацького віку та її захопленням віртуальним простором;
- 2) рівень самоактуалізації осіб юнацького віку може бути підвищений у процесі розвитку компетентності у використанні Інтернет ресурсів внаслідок упровадження дистанційної програми психологічного супроводу самоактуалізації осіб юнацького віку.

Відповідно до мети і предмету дослідження визначені такі **завдання**:

1. Проаналізувати теоретико-методологічні підходи до трактування поняття самоактуалізації та визначити її особливості в юнацькому віці.
2. Розробити модель впливу Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку.

3. Здійснити емпіричне дослідження впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію особистості в юнацькому віці.

4. Розробити та апробувати дистанційну програму психологічного супроводу особистості юнацького віку, спрямовану на підвищення рівня самоактуалізації.

**Об'єкт дослідження** – процес самоактуалізації особистості в юнацькому віці.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості самоактуалізації особистості юнацького віку в умовах віртуального простору.

**Методи дослідження:** Для розв'язання поставлених завдань і перевірки висунутих припущень використано: *теоретичні методи* – теоретико-методологічний аналіз проблеми, категоріальний аналіз, систематизація, аналіз, класифікація, узагальнення для з'ясування змісту базових понять дослідження; *емпіричні методи* – тестування, опитування, спостереження, анкетування, методики: тест для діагностики Інтернет-залежності Кімберлі Янг, самоактуалізаційний тест (САТ), методика діагностики ситуативної самоактуалізації особистості, діагностика потреби в самоактуалізації; *статистичні методи* – первинні описові статистики, кореляційний аналіз та параметричні методи порівняння незалежних вибірок (t критерій Ст'юдента, критерій Пірсона); контент-аналіз та коефіцієнт Яніса.

**База дослідження.** До дослідження було залучено 223 особи юнацького віку: учні випускних класів, студенти різних ВНЗ міста Києва, особи юнацького віку без вищої освіти, які працюють.

**Наукова новизна та теоретичне значення дослідження** зумовлені визначенням значущих зв'язків між явищами Інтернет-залежності й самоактуалізації у прикладанні до психологічних особливостей розвитку осіб юнацького віку та полягають у тому, що:

- *вперше побудовано та обґрунтовано* психологічну модель впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку;

- *доведено існування зв'язку між самоактуалізацією особистості юнацького віку та Інтернет-залежністю та встановлено*, що різні варіанти використання юнаками віртуального простору по-різному впливають на їх самоактуалізацію та можуть призводити до виникнення псевдосамоактуалізації;

- *визначено* соціально-психологічні чинники підвищення продуктивності використання віртуального простору, пов'язані із розвитком компетентності юнаків у використанні Інтернет-ресурсів та зі зміною парадигми використання віртуального простору із середовища життя на засіб, необхідний для досягнення реальної мети, самоактуалізації в реальному житті;

- *розроблено та апробовано* дистанційну програму психологічного супроводу особистості юнацького віку, спрямовану на підвищення рівня її самоактуалізації, яка містить інформаційний та практичний структурно-функціональні блоки;

- *поглиблено* науково-психологічні уявлення про форми та зміст самоактуалізації людини в різні періоди життя;

- *удосконалено* соціально-психологічні методи роботи з людьми юнацького віку.

**Практична значущість одержаних результатів дослідження** полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані в діяльності практичного психолога у сфері допомоги Інтернет залежним особам, у психологічному консультуванні осіб юнацького віку; при діагностиці та допомозі в корекції рівня самоактуалізації особам юнацького віку; у педагогіці: при розробці систем віртуального навчального середовища; при підготовці семінарів та тренінгів, направлених на ефективність самоактуалізації, самореалізації, успішності, сприяння кар'єрному зростанню молодих спеціалістів; в розробці наукових рекомендацій щодо використання віртуального простору студентами; при створенні наукових віртуальних спільнот, сайтів, сторінок; при подальшому дослідженні впливів різних чинників віртуального середовища на особистість; у психології управління при формуванні корпоративної політики доступу до Інтернет-ресурсів.

Результати роботи **впроваджено** в роботу практичного психолога в Ліцеї Голосіївський №241 міста Києва (довідка № 115 від 27.05.2019 року); у роботу Реабілітаційного Центру «Хочу Жити» м. Києві (довідка №17/1 від 17.09.17 року) та Центру Розвитку Особистості «POSITUM» (довідка №32-11 від 05.05.2019 року).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення та результати дослідження доповідалися на конференціях: V Міжнародна науково-практична конференція «Когнітивні процеси та творчість» (Одеса, 2014); III Всеукраїнський психологічний конгрес з міжнародною участю «Особистість у сучасному світі» (Київ, 2014); ICTM 2015 Conference, University of Wrocław, Poland. Conference Theme: Socio-economic sciences and challenges of modern technology and planetary communication. (Вроцлав, 2015); XVIII Міжнародна конференція молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження» (PPMSRPR) (Київ, 2016); V Міжнародна науково-практична конференція «Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства» (SRPCMS) (Київ, 2016); II Міжнародна науково-практична конференція «Наука та Майбутнє» (Київ, 2018); Міжнародна студентська наукова конференція «Розвиток суспільства та науки в умовах цифрової трансформації» (Одеса, 2020).

**Публікації.** Основні результати дослідження висвітлено у 11 наукових працях, серед них 7 статей у наукових фахових виданнях, включених до переліку, затвердженого МОН України, 1 стаття у зарубіжному виданні та 4 тези доповідей у збірниках матеріалів наукових конференцій.

**Структура та обсяг дисертаційної роботи.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг дисертації складає 235 сторінок. Основний зміст дисертації викладено на 168 сторінках. Список використаних джерел налічує 222 найменування, з яких 16 іноземними мовами. Робота містить 9 таблиць на 11 сторінках, 8 рисунків на 7 сторінках, 16 додатків на 42 сторінках.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дисертаційної роботи; визначено об'єкт, предмет, мету та завдання; висвітлено наукову новизну, теоретичну та практичну значущість; викладено основні теоретико-методологічні засади; використані методи; наведено дані про апробацію результатів та впровадження їх у практику, публікації та структуру роботи.

У першому розділі – **«Теоретичні засади дослідження впливу Інтернет залежності на самоактуалізації особистості юнацького віку»** – здійснено теоретичний аналіз психологічних особливостей самоактуалізації в юнацькому віці, теоретичний аналіз наукових досліджень у вітчизняній і зарубіжній літературі щодо впливу віртуального простору на особистість, визначено та описано модель впливу Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку

В ході теоретичного аналізу було з'ясовано, що провідну позицію в дослідженні феномена самоактуалізації займає гуманістична психологія (К. Гольдштейн, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Шостром). Проблема самоактуалізації розробляється в руслі загальних гуманістичних тенденцій даної наукової школи, що визначають оптимістичний погляд на природу людини, та її можливість розвиватися відповідно до особистих уявлень про себе і про світ, реалізувати свій духовний, моральний потенціал, протистояти негативним впливам соціального середовища. Самоактуалізація в гуманістичній психології може розумітися як ціннісно-смилова самореалізація особистості.

У вітчизняній психології самоактуалізація осмислюється через категорії діяльності, саморозвитку та вчинку самоперетворення, які мають соціально-предметний характер. Це явище розглядається в різних аспектах, таких як: особистісна свідомість і самосвідомість, особистісний смисл (С. Рубінштейн, Г. Шпет), вчинок самоперетворення та вчинкова активність (М. Бердяєв, В. Роменець, В. Татенко, Т. Титаренко), процеси соціалізації та індивідуалізації людини (Б. Ананьєв, О. Власова, О. Лазурський, О. Ткаченко), система самоудосконалення та розвитку "Я" (І. Кон, К. Мілютіна, А. Петровський, Е. Помиткін), динаміка розвитку особистості (К. Абульханова, О. Власова, С. Максименко, К. Обухівський), розвиток творчих здібностей (В. Кліменко, В. Моляко, В. Рибалка), формування системи цінностей і смислів особистості (М. Бердяєв, Д. Леонтєв, Г. Шпет).

А. Маслоу і К. Роджерс відзначали, що кожна ситуація неконгруентності між Я-концепцією і реальністю призводить до зростання уразливості особистості і схильності її до змін під дією зовнішніх впливів. Згідно з концепцією А. Маслоу, основним механізмом виникнення і функціонування адикції є незадоволення базових потреб, що перешкоджає самоактуалізації особистості.

Було з'ясовано, що інформатизація сучасного світу, взаємодія з інформаційними ресурсами, джерелами, технічними засобами, інформаційними

мережами може спричинити зміну особистості сучасної людини. Віртуальний простір ініціює нові форми прояву самоорганізації людини, створює нові сфери самовираження і самоактуалізації її особистості. Самоактуалізація як розгортання особистісного потенціалу людини, зростання її особистості, відбувається внаслідок вільного розкриття того, що закладено в ній природно та набуто у процесах соціалізації. По суті у процесах актуалізації власних потенціалів особистість конструює власне майбутнє. Поняття «самоактуалізація» слід розуміти як когнітивний аспект ментальної діяльності людини, яка проявляється в побудові її «концепції Я», включаючи і власне «ідеальне Я», характеристики якого стають дороговказом на шляху її саморозвитку. Це також передбачає побудову картини світу, життєвого плану людини, концепції минулого як усвідомлення результатів її попередньої діяльності.

Здійснений теоретичний аналіз показав співзвучність становлення самоактуалізації людини в юнацькому віці з основними психічними новоутвореннями цього етапу онтогенезу людини. Розвиток компонентів самоактуалізації має індивідуальний характер. На самоактуалізацію юнака впливають набутий соціальний досвід, а також внутрішньоособистісні детермінанти його становлення як індивідуальності та особистості.

Особливості юнацького віку пов'язані з таким новоутворенням людської психіки як особистісне самовизначення. Самовизначення характеризується набуттям людиною самої себе шляхом самопізнання і самовиховання, воно є процесом свідомого визначення суб'єктом своєї сутності та місця в системі суспільних відносин, світі, виявляється в активному ставленні людини до себе і навколишньої дійсності, у формуванні власних поглядів на соціальну природу людини. Остання обставина переводить обговорення питання особливостей самовизначення та самоактуалізації особистості юнаків у зв'язку з їх Інтернет активністю.

Проведений в роботі теоретичний огляд основних варіантів застосування людиною віртуального середовища виявив різні типи його використання та пов'язані з цим види Інтернет залежностей, які є наслідком їх неусвідомленої експлуатації. Інтернет адикція – нав'язливе прагнення використовувати Інтернет, проведення великої кількості часу в мережі. В цілому ж, здійснений аналіз дозволяє виділити три основні напрямки, які потребують дослідження: комп'ютерні онлайн ігри; спілкування; пошук інформації та дозвіллева активність. Далі, на рисунку 1 представлена психологічна модель впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку.

Псевдосамоактуалізована особистість переконує себе, що незадоволена вища потреба в самоактуалізації насправді вже задоволена або її взагалі не існує. Однак ця потреба обов'язково присутня в якості несвідомої сили, що закликає індивіда виконувати життєве призначення, розвивати власний потенціал, стаючи самим собою.





**Рис. 1. Психологічна модель впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку**

Відповідно до розробленої моделі для особи юнацького віку (центральний конструкт моделі) існує можливість формування одного з трьох видів Інтернет-залежності, дія якої, у випадку сформованості, стає чинником внутрішньоособистісного впливу на динаміку процесів її самоактуалізації. Як результат у особи відбувається деформація суб'єктивної оцінки досягнутої самоактуалізації та структурних показників її прояву в різних сферах організації індивідуального життя, таких як компетентність в часі, самопідтримка, цінність самоактуалізації, гнучкість поведінки, реактивна чутливість, спонтанність, самоповага, самоприйняття, прийняття природи людини, синергія, прийняття власної агресії, контактність, пізнавальні потреби, креативність. Важливість представленості саме цих сфер у віковому аспекті дослідження самоактуалізації встановлена в контексті їх співставлення із новоутвореннями юнацького віку.

У другому розділі – «Емпіричне дослідження впливу Інтернет залежності на самоактуалізацію особистості юнацького віку» – представлено організаційні засади дослідження чинників впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку, обґрунтовано методологічний інструментарій емпіричного дослідження, подано та проінтерпретовано його основні результати.

Для встановлення змістового наповнення та емпіричного обґрунтування психологічних аспектів дослідження, було використано психодіагностичний комплекс, що складався з методик, відбір яких здійснювався відповідно до поставлених цілей нашого дослідження.

Використовувалися такі методи дослідження: тестування, анкетування, спостереження; статистичні методи для здійснення якісного та кількісного аналізу результатів дослідження.

Для перевірки наукової гіпотези та реалізації завдань було розроблено програму емпіричного дослідження, реалізація якої передбачала використання комплексу теоретичних, емпіричних, розвивальних та статистичних методів. Теоретичні методи використовувалися для аналізу, систематизації, узагальнення та інтерпретації наукових даних. Емпіричні методи включали психодіагностичне тестування та анкетування. Для обробки та аналізу отриманих результатів емпіричного дослідження використовувалися методи описової та математичної статистики: первинні описові статистики, кореляційний аналіз та параметричні методи порівняння незалежних вибірок ( $t$  критерій Ст'юдента, критерій Пірсона).

Заявлене емпіричне дослідження проходило у три етапи. На першому етапі було створено операціональну модель дослідження, що передбачало визначення контингенту респондентів (користувачі мережі Інтернет у віці від 15 до 25 років), психодіагностичний інструментарій роботи (методика Кімберлі Янг, самоактуалізаційний тест (САТ), методика діагностики ситуативної самоактуалізації особистості та біографічна анкета), здійснення його планування як послідовності відповідних дій, їх рознесеність у часі.

На другому етапі усі учасники дослідження (223 особи) пройшли тест діагностики Інтернет-залежності Кімберлі Янг. За результатами тесту було відібрано 100 осіб, показники яких перевищували 49 балів (відповідає стану Інтернет-залежності), і які далі працювали з методиками: самоактуалізаційний тест (САТ), методика діагностики ситуативної самоактуалізації особистості та анкета. Ще 100 осіб, які отримали за методикою Кімберлі Янг бал менший, ніж 49, склали контрольну групу. Їм було запропоновано для проходження самоактуалізаційний тест (САТ).

В результаті статистичної обробки отриманих даних (3-й етап) в роботі виявлено достовірний зв'язок між захопленням віртуальним простором та самоактуалізацією особистості юнацького віку ( $t_{emp} = 9.2$ ,  $t_{Kp} = 3.7$  для  $p \leq 0.001$  рівня значущості). Дослідженням встановлений наступний вплив різних варіантів використання віртуального простору на самоактуалізацію юнаків: рівень самоактуалізації осіб юнацького віку, які надають перевагу онлайн іграм

і мають ступінь Інтернет-залежності вище середнього, відрізняється на високому рівні статистичної значущості від рівня самоактуалізації юнаків, які надають перевагу онлайн спілкуванню і мають ступінь Інтернет-залежності вище середнього ( $t_{\text{емп}} = 3.19$ ,  $t_{\text{кр}}=2,778$  для  $p<0.01$  рівня значущості), а від осіб, які надають перевагу пошуку інформації і мають ступінь Інтернет-залежності вище середнього, відмінність існує на абсолютному рівні статистичної значущості ( $t_{\text{емп}} = 5.55$ ,  $t_{\text{кр}}=3,7$  для  $p<0.001$  рівня значущості). Натомість, у роботі не встановлено статистично значущих відмінностей між загальним показником рівня самоактуалізації у групах онлайн спілкування і пошуку інформації ( $t_{\text{емп}} = 1.13$ ,  $t_{\text{кр}}=1,7$  для  $p>0.1$ ).

Статистичні розрахунки показали, що із збільшенням часу, який юнаки проводять у віртуальному просторі, знижується рівень їх самоактуалізації. Для Інтернет залежних осіб, які переважно використовують віртуальний простір для онлайн ігор, зафіксовано відповідну відмінність ( $t_{\text{емп}}=0,474$ ,  $t_{\text{кр}} =0,4$ ) на рівні значущості  $p\leq 0.01$ . Для осіб, які використовують віртуальний простір з іншою метою, збільшення часу не має прямого впливу на загальний рівень самоактуалізації.

В роботі встановлено, що для осіб, які надають перевагу онлайн спілкуванню, зі збільшенням часу, проведеного і мережі Інтернет, на 5% рівні значущості ( $p<0.05$ ) зафіксовано зменшення таких показників самоактуалізації, як компетентність в часі, самопідтримка, реактивна чутливість, спонтанність, самоприйняття, синергія, прийняття агресії, пізнавальні потреби, креативність.

У юнаків, які надають перевагу вебсерфінгу, зі збільшенням часу, проведеного в Інтернеті, на 5% рівні значущості ( $p<0.05$ ) зафіксовано зменшення таких показники, як компетентність в часі, цінність самоактуалізації, гнучкість поведінки, спонтанність, самоповага, самоприйняття, прийняття природи людини, синергія, контактність, креативність. Натомість їхні показники за шкалами самопідтримки та пізнавальних потреб збільшуються, що може свідчити про наявність у них суб'єктивної ситуативної оцінки досягнутої самоактуалізації в даних сферах, вираженої у фактичному усвідомленні потреби у пізнавальній діяльності, яка не підкріплена результативністю такої активності.

З'ясувалось також, що у 60% випадків досягнення юнака, отриманні під час інтенсивного використання віртуального простору, можуть викликати підвищення його суб'єктивної оцінки досягнутої самоактуалізації при низькому рівні її об'єктивного стану. Аналіз емпіричних матеріалів показав, що у підгрупі із завищеним рівнем суб'єктивної самоактуалізації 80% досліджуваних багато часу приділяють саме онлайн іграм, в яких найбільш наочно особа може відстежити власні здобутки та переваги над іншими гравцями. В той же час, особи із рівнем самоактуалізації вище середнього і високим рівнем ситуативної самоактуалізації у віртуальному світі об'єктивно оцінюють свій рівень самоактуалізації у реальному житті та не мають схильності до підвищення суб'єктивної оцінки досягнутої самоактуалізації.

У дослідженні також встановлено, що найменш характерними для юнаків індикаторами самоактуалізації виявились показники їх спонтанності та

прийняття агресії. Обидва показники пов'язані із адекватним вираженням емоцій людини в реальному житті.

Загалом, одержані на етапі емпіричного дослідження дані дозволили, з одного боку, підтвердити припущення про вплив Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку, а з іншого – засвідчили доцільність розробки на організації спеціальної дистанційної програми «Психологічний супровід самоактуалізації юнаків», спрямованої на корекцію самоактуалізації.

Результати емпіричного дослідження були використані при підготовці даної програми, орієнтованої на підвищення самоактуалізації осіб юнацького віку шляхом розвитку їх компетентності у використанні Інтернет ресурсу.

У третьому розділі – **«Психологічний супровід самоактуалізації особистості юнацького віку шляхом розвитку її компетентності у використанні Інтернет ресурсу»** – розкрито особливості розвитку особистісної компетентності осіб юнацького віку під час використанні Інтернет ресурсу та на їх основі розроблено дистанційну програму «Психологічний супровід самоактуалізації юнаків»; охарактеризовано зміст та структуру програми; проведено аналіз ефективності впровадження дистанційної програми супроводу Інтернет-залежних осіб юнацького віку.

При розробці дистанційної програми супроводу використовувалось розуміння того, що основним механізмом виникнення і функціонування адикції є незадоволення базових потреб людини, що стає на перешкоді розгортанню процесів самоактуалізації її особистості. Причинами Інтернет-адикції людини часто є неможливість для неї в реальному житті задовольнити основні особистісні потреби (у самоприйнятті, досягненнях, самоповазі), тоді як у віртуальному просторі вони успішно актуалізуються і реалізуються. Психологічна профілактика Інтернет-залежності представляє собою процес розвитку психологічних характеристик та компетенцій особистості, які забезпечують її стійкість до залежної поведінки, методом формування навичок психологічно здорового способу життя для запобігання розвитку і прогресування залежності.

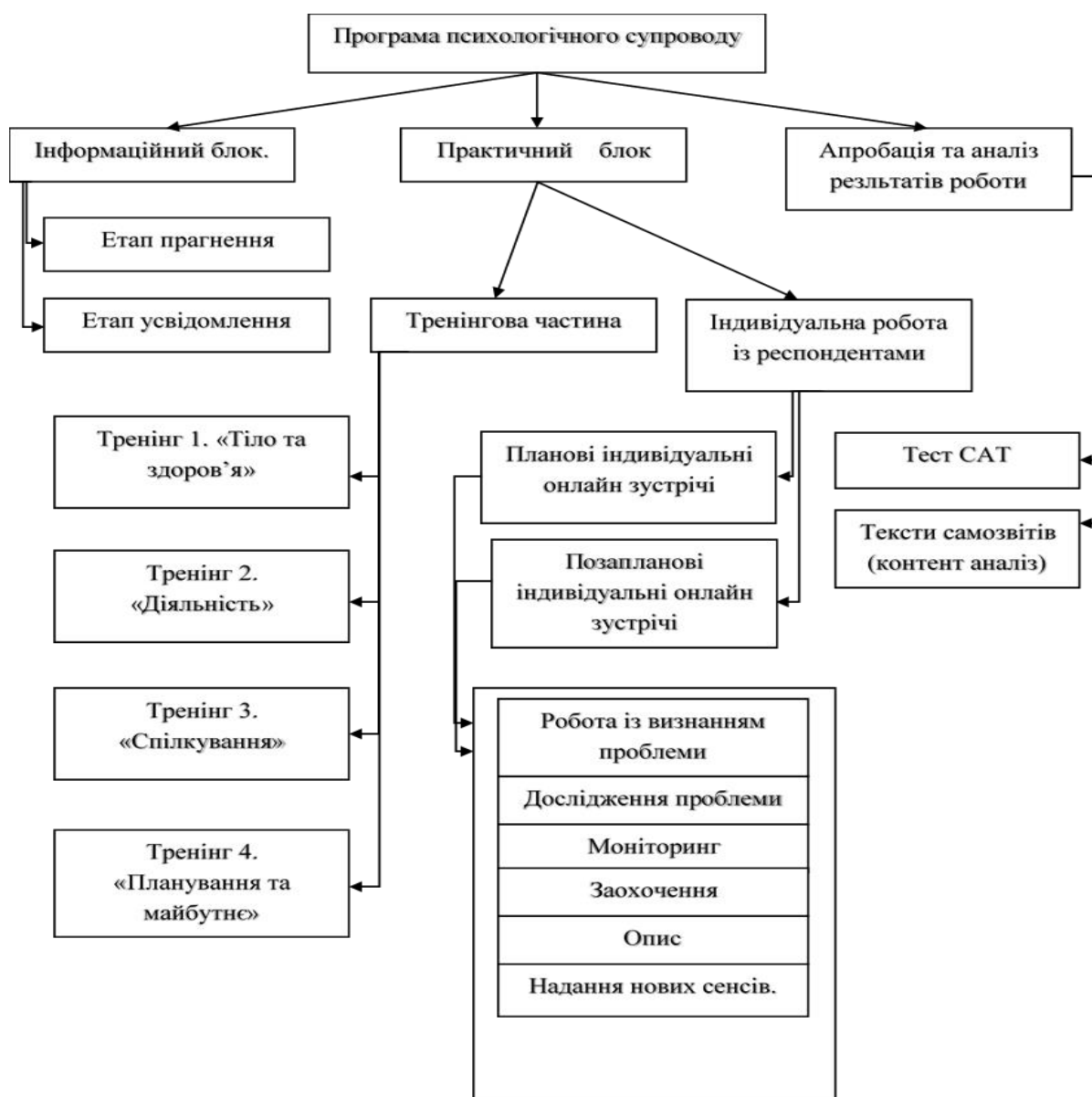
Розробка дистанційної програми психологічного супроводу юнаків для підвищення рівня їх самоактуалізації будувалась з опорою на методичну модель формувального експерименту та передбачала поєднання двох блоків: інформаційного та практичного (тренінг-вебінар + онлайн-консультування). Її створення базувалось на принципах: врахування теоретичних основ самоактуалізації та явищ Інтернет адикцій; орієнтування на психологічні особливості юнацького віку; цікавість і смислова цінність занять, динамічність, різноманітність форм роботи.

Першим кроком втілення інформаційного блоку програми є робота з активізації самопізнання юнаків. На етапі *прагнення* розвивалась мотивація участі залежних юнаків у програмі з метою активізації їх бажання змінити себе. На етапі *усвідомлення* активізація їх самопізнання продовжувалася шляхом ознайомлення з теоретичними основами самоактуалізації, що забезпечило учасникам усвідомлення своїх індивідуальних особливостей.

Одночасно з реалізацією інформаційного блоку учасники експериментальної групи виконували завдання практичного блоку. Тренінгова програма, спрямована на підвищення продуктивності використання віртуального простору, організовувалась у форматі вебінару і передбачала чотири зустрічі з учасниками. Окрім цього з респондентами проводилась індивідуальна робота, яка здійснювалась в режимі онлайн-консультування за наступною схемою:

1. Планові онлайн зустрічі один раз на місяць із кожним учасником.
2. Позапланові зустрічі, на прохання учасника.

Програму психологічного супроводу самоактуалізації особистості юнацького віку шляхом розвитку її компетентності у використанні Інтернет ресурсу схематично зображено на рис. 2.



**Рис. 2. Програма психологічного супроводу самоактуалізації особистості юнацького віку шляхом розвитку її компетентності у використанні Інтернет ресурсу**

Індивідуальна робота із респондентами мала комплексну структуру і відображала системну єдність теоретичного і практичного блоків методичної моделі психологічного супроводу особистості з використанням Інтернет середовища (рис.3):



**Рис. 3. Структура проведення зустрічей з респондентами у межах онлайн-сесії (консультації)**

Було виділено такі етапи роботи на планових онлайн консультаціях та вебінарах, спираючись на структуру діяльності В. Рибалки та п'яти крокову структуру роботи в консультуванні Н. Пезешкіана:

1. Робота із визнанням проблеми та дослідження проблеми. За основу взято етап спостереження та дистанціювання в позитивній психотерапії та потребово-мотиваційний компонент діяльнісної структури В. Рибалки.

2. Моніторинг. За основу взято етап інвентаризації в позитивній психотерапії та інформаційно-пізнавальний компонент діяльнісної структури В. Рибалки.

3. Заохочення. За основу взято етап ситуативної підтримки в позитивній психотерапії та цілеутворюючий компонент діяльнісної структури В. Рибалки.

4. Опис. За основу взято етап вербалізації в позитивній психотерапії та операційно-результативний компонент діяльнісної структури В. Рибалки.

5. Надання нових сенсів. За основу взято етап розширення цілей в позитивній психотерапії та емоційно-почуттєвий компонент діяльній структури В. Рибалки.

Відповідно до розробленої програми, було проведено роботу з респондентами із найнижчими показниками рівня самоактуалізації за САТ, відібраними на етапі попереднього дослідження. Із обраних респондентів було сформовано дві групи по 50 осіб. Після апробації програми, через шість місяців в обох групах тест САТ був проведений повторно. Дані, отримані для експериментальної та контрольної груп при першому та другому проходженні тесту, надані в таблиці 1.

Таблиця 1

**Результати самоактуалізаційного тесту (САТ) для респондентів до і після проходження експериментальної програми та для контрольної групи (N=50).**

Середнє значення:	Експериментальна група				Контрольна група			
	Перший тест	Другий тест	Зміна показника у %	T емп	Перший тест	Другий тест	Зміна показника у %	T емп
Орієнтація в часі	38	45	18	3,7*	37	38	3	0,5
Підтримка	44	49	18	2,6**	42	42	0	0
Ціннісні орієнтації	45	51	13	2,8*	45	46	2	0,4
Гнучкість поведінки	47	49	4	2,2**	45	46	2	0,5
Сензитивність до себе	46	53	15	2,9*	45	45	0	0,1
Спонтанність	39	46	18	2,9*	38	38	0	0
Самоповага	44	50	14	2,7*	45	47	4	0,5
Самоприйняття	45	54	20	4,2*	46	48	4	0,4
Уявлення про природу людини	40	48	20	4,5*	41	42	2	0,3
Синергія	42	50	19	3,2*	42	42	0	0
Прийняття агресії	43	49	14	2,8*	43	45	5	0,6
Контактність	48	51	6	2,4**	49	49	0	0,1
Пізнавальні потреби	45	53	18	4,1*	44	44	0	0
Креативність	46	52	13	2,7*	45	46	2	0,2

На підставі цих розрахунків, можна говорити про статистично достовірні позитивні зміни на високому рівні статистичної значущості ( $p < 0,01$ ) наступних показників самоактуалізації учасників експериментальної групи після проходження дистанційної програми: орієнтація в часі, ціннісні орієнтації, сензитивність до себе, спонтанність, самоповага, самоприйняття, уявлення про природу людини та власну природу, синергія, прийняття агресії, пізнавальні потреби та креативність. Окрім того, у них зафіксовано зростання на рівні значущості  $p < 0,05$  таких показників, як контактність, підтримка, гнучкість поведінки. Найбільших змін набули показники за шкалами орієнтації у часі, самоприйняття, уявлення про природу людини, синергії, спонтанності та

пізнавальних потреб. При цьому для контрольної групи статистично відмінностей між результатами першого і другого проходження тесту не виявлено.

У процесі online-діяльності групи психологічного супроводу із учасниками юнацького віку відбулися певні зміни, які вони відмічали під час індивідуальної консультативної роботи. Їх особливості зводяться до наступного:

- підвищується рівень соціально-психологічної компетентності;
- набувають оптимального вираження комунікативні компетенції;
- відбувається розвиток внутрішньої і зовнішньої свободи, спонтанності поведінки;
- зростає самооцінка, впевненість у собі, відповідальність за прийняті рішення;
- удосконалюються виміри емоційної сензитивності; розвивається уява, креативність;
- актуалізується зорієнтованість на активну життєву позицію, підвищується пошукова активність;
- формується здатність до особистісної рефлексії, вміння здійснювати аналіз історії свого життя й минулого досвіду та осмислення перспективності життєвих планів.

Її використання сприяє активізації самопізнання юнаків, поглиблює їх уявлення про себе і свій актуальний стан, забезпечує учасникам усвідомлення власних індивідуальних особливостей, дозволяє їм побачити та відчувати себе більш справжніми, аутентичними, неповторними, доброзичливими, відкритими, сильними та творчими.

## **ВИСНОВКИ**

У дисертаційному дослідженні здійснено теоретико-емпіричне узагальнення результатів дослідження впливу Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку, що дає підстави зробити такі висновки.

1. Самоактуалізація – це ідеальна діяльність особистості стосовно конструювання власної «Я концепції», когнітивний аспект ментальної активності людини. Проблема самоактуалізації розроблена в руслі загальних гуманістичних тенденцій, які визначають оптимістичний погляд на: 1) природу людини; 2) її можливість розвиватися відповідно до особистісних уявлень про себе і про світ; 3) здатність людини реалізувати свій духовний, моральний потенціал, 4) протистояти негативним впливам соціального середовища. Самоактуалізація описує ціннісно-сміслову самоздійснення особи, самореалізацію її духовних потенцій, прагнення людини до найбільш повного розкриття та реалізації свого особистісного потенціалу.

Результати теоретичного аналізу засвідчують особливості самоактуалізації осіб юнацького віку, а саме співзвучність становлення самоактуалізації в цьому віці з виникненням і активним розвитком основних психологічних новоутворень даного етапу онтогенезу людини, а саме: соціальне



і професійне самовизначення; формування у юнаків стійких і усвідомлених переконань (цінностей); оволодіння нормами поведінки, принципами, ідеалами (контактність); вироблення умінь спостерігати і осмислювати явища навколишнього життя, розуміти себе (сензитивність до себе та самоприйняття). Самовизначення юнака обумовлюється не стільки системою освоєних знань, скільки готовністю до прийняття рішень, самостійних і відповідальних дій в нових ситуаціях (гнучкість поведінки).

2. Юнацький вік є сензитивним до впливів середовища, зокрема віртуального, адже саме в цей період відбувається активне формування особистості як суб'єкта власної життєдіяльності. Результати теоретичного аналізу дозволили констатувати, що віртуальний простір – це «середовище проживання», в якому ініціюються нові форми прояву самоорганізації людини, створюються нові сфери самовираження і самоактуалізації особистості юнацького віку, у зв'язку з чим було виділено три основні напрямки для дослідження віртуальної активності юнаків: комп'ютерні онлайн ігри; спілкування; пошук інформації та дозвіллева активність. На основі аналізу було сформовано і обґрунтовано модель впливу Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку. У відповідності до моделі на особистість юнацького віку відбувається вплив Інтернет-залежності одного з трьох видів. В результаті відбувається перетворення показників сфер реальної самоактуалізації та відчуття суб'єктивної оцінки досягнутої самоактуалізації (псевдосамоактуалізації) у віртуальному світі.

3. Результати емпіричного дослідження показали, що існує статистично достовірний обернений зв'язок між Інтернет-залежністю та самоактуалізацією особистості юнацького віку: 1) зі збільшенням часу, який особистість проводить у віртуальному просторі, знижується рівень її самоактуалізації (компетентності в часі, самопідтримки, реактивної чутливості, спонтанності, самоприйняття, синергії, пізнавальної потреби, креативності); 2) досягнення юнаків, отриманні під час інтенсивного використання віртуального простору, викликають у них підвищення суб'єктивної оцінки результатів досягнутого при низькому рівні об'єктивних показників цих результатів; 3) підвищення показників контактності, прийняття природи людини, самопідтримки, пов'язані зі збільшенням часу, який юнак проводить у віртуальному просторі, необхідно відносити до ефектів суб'єктивної ситуативної оцінки досягнутої ним самоактуалізації.

Виявлені у дослідженні обернені зв'язки між надмірним захопленням юнака віртуальним простором та показниками його самоактуалізації вказують на те, що у такої особи насамперед страждає спроможність спонтанно і безпосередньо виражати свої почуття, адекватно демонструвати оточуючим свої емоції, а також здатність приймати своє роздратування та гнів як природні прояви.

4. Розроблена програма психологічного супроводу самоактуалізації осіб юнацького віку спрямована на зміну у осіб, які проводять надмірний час в Інтернеті, парадигми використання віртуального простору, формування компетенції його розуміння та використання не як середовища життя, а як засіб,

необхідний для досягнення реальних цілей, самоактуалізації в реальному житті. Апробована в роботі програма супроводу Інтернет-залежних юнаків реалізує принципи формуального експерименту та продуктивної віртуальної комунікації, здійснюється в режимі дистанційного навчання та має комплексний характер, що передбачає поєднання тренінгово-групових, індивідуально-консультативних та просвітньо-самостійних форм роботи її учасників. Результати апробації програми психологічного супроводу самоактуалізації осіб юнацького віку засвідчили значущу позитивну динаміку більшості досліджуваних характеристик феномену самоактуалізації.

Отримані дані не вичерпують усіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективними вважаються більш пролонгований моніторинг ситуації соціального розвитку її учасників після проходження програми, а також дослідження самоактуалізації представників інших вікових груп Інтернет користувачів.

## **СПИСОК НАУКОВИХ ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**

### **Наукові праці, в яких опубліковані основні результати дослідження:**

1. Голованова Т.М. Зв'язок між захопленням віртуальним простором та самореалізацією особистості юнака. / Т. Голованова. // Вісник Київського Національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. – 2017. – Вип. 1 (6)-2(7). – с. 32-35.
2. Голованова Т.М. Особливості самореалізації особи юнацького віку у віртуальному просторі. / Т. Голованова. // Альманах науки. Науковий журнал. – Київ, 2018. – Випуск 12/1 (21), 2018.
3. Голованова Т.М. Психологічні особливості самореалізації особи юнацького віку у віртуальному просторі. / Т. Голованова // Науковий вісник Херсонського Державного Університету. – Херсон, 2016. - Серія: Психологічні науки. – Випуск 3/2016. – С. 12-18.
4. Голованова Т.М. Вплив Інтернет-залежності на суб'єктивний рівень самореалізації. / Т. Голованова // Науковий вісник Херсонського Державного Університету. – Херсон, 2016. – Серія: Психологічні науки. – Випуск 4/2016. – С. 94-99
5. Голованова Т.М. Методи впливу на самореалізацію юнаків із високим рівнем Інтернет-залежності. / Т. Голованова // Науковий вісник Херсонського Державного Університету. – Херсон, 2016. – Серія: Психологічні науки. – Випуск 5/2016. – С. 24-28.
6. Голованова Т.М., Ставнійчук А.М. Проблема відчуття самотності від переважаючого спілкування у соціальних мережах Інтернет / Т. Голованова // «Проблемы современного педагогического образования» Серія: педагогика и психология. – Ялта, 2014. – часть IV. - Випуск 46. – с 290-298.

7. Голованова Т.М. Вплив використання віртуального простору на когнітивний розвиток особистості. / Т. Голованова // «Наука і освіта»: наук.-практ. журн. / Півден. наук. Центр НАПН України. – Одеса: ПНЦ НАПН України, 1997. №1/СХХХ, 2015. – Серія: психологія і педагогіка. – с 20-24.

### **Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дослідження:**

1. Голованова Т.М. Psychological peculiarities of selfrealization of an adolescent in virtual space / Т. Голованова // ICTM 2015. Proceedings of the Third International Conference on ICT Management for Global Competitiveness and Economic Growth in Emerging Economies ICTM 2015. Conference Theme: Socio-economic sciences and challenges of modern technology and planetary communication. - Wrocław, Poland, 2015. – с. 88-94.

2. Голованова Т.М. Психологічні особливості самоактуалізації особи юнацького віку у віртуальному просторі / Т. Голованова // Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження (PPMSRPR): тези XVIII міжнар. конф. молодих науковців (2016 р., м. Київ). – К.: ОВС, 2016. – С. 32-35.

3. Голованова Т.М. Вплив Інтернет-залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку / Т. Голованова // Розвиток суспільства та науки в умовах цифрової трансформації: тези міжнародної студентської наукової конференції. Том 3. – Одеса, 2020. – с. 15-19.

### **Наукові праці, які додатково відображають результати дослідження:**

1. Голованова Т.М. Особливості самореалізації особи юнацького віку у віртуальному просторі. / Т. Голованова. // II Міжнародна науково-практична конференція «Наука та Майбутнє»: Альманах науки. Науковий журнал. – Київ, 2018. – Випуск 12/1 (21), 2018.

## **АНОТАЦІЇ**

**Голованова Т. М. Вплив Інтернет залежності на самоактуалізацію осіб юнацького віку.** – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. – Київ, 2020.

Дисертаційне дослідження присвячене теоретичному та емпіричному визначенню впливу стану Інтернет-залежності на психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку. Актуальність дослідження процесу самоактуалізації особистості в умовах сучасного трансформованого суспільства обумовлена, як потребою в ефективній адаптації до змін соціального середовища, так і – потребою суспільства в найбільш повній актуалізації і розкритті творчого потенціалу громадян. Завдяки процесу індивідуальної

самоактуалізації відбувається включення одиничної людини до суспільних відносин.

Зважаючи на інформатизацію суспільства, важливим стає питання щодо впливу на самоактуалізацію особистості віртуального середовища.

Ґрунтуючись на отриманих даних розроблено програму психологічного супроводу самоактуалізації осіб юнацького віку шляхом розвитку її компетентності у використанні Інтернет ресурсів. Охарактеризовано зміст та структуру програми, проведено аналіз ефективності впровадження програми супроводу Інтернет-залежних осіб юнацького віку. Відповідно до даної програми було організовано роботу із групою Інтернет-залежних учасників юнацького віку. Програма психологічного супроводу містила три напрями роботи: інформаційний, тренінговий та індивідуальна робота із респондентами.

Тренінгова програма, спрямована на підвищення продуктивного використання віртуального простору була поділена на чотири зустрічі з усіма учасниками в форматі вебінару. Робота на планових онлайн консультаціях проводилась за наступними етапами: робота із визнанням проблеми, дослідження проблеми, моніторинг, заохочення, опис, надання нових сенсів. Під час проведення експерименту, досліджувані отримували форми зворотного зв'язку та форми самозвіту для рефлексії після проходження тренінгів та індивідуальної роботи.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані в психології та педагогіці, а саме: в розробці наукових рекомендацій щодо використання віртуального простору студентами; в психологічному консультуванні осіб юнацького віку; в діяльності практичного психолога в сфері допомоги Інтернет-залежним особам; при діагностиці та допомозі в корекції рівня самореалізації та самоактуалізації особам юнацького віку; при розробці систем віртуального навчального середовища; при підготовці семінарів та тренінгів, направлених на ефективність самоактуалізації, успішності, сприяння кар'єрному зростанню молодих спеціалістів; при створенні наукових віртуальних спільнот, сайтів, сторінок; при подальшому дослідженні впливів різних факторів віртуального середовища на особистість; при формуванні корпоративної політики доступу до Інтернет ресурсів в психології управління.

**Ключові слова:** самоактуалізація, віртуальний простір, юнацький вік, інтернет-залежність.

**Голованова Т. М. Влияние Интернет зависимости самоактуализацию лиц юношеского возраста.** - На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 - педагогическая и возрастная психология. - Институт педагогического образования и образования взрослых имени Ивана Зязюна НАПН Украины. - Киев, 2020.

Диссертационное исследование посвящено теоретическому и эмпирическому определению влияния состояния Интернет зависимости на психологические особенности самоактуализации лиц юношеского возраста.

Актуальность исследования процесса самоактуализации личности в условиях современного трансформированного общества обусловлена как потребностью в эффективной адаптации к изменениям социальной среды, так и потребностью общества в наиболее полной актуализации и раскрытии творческого потенциала граждан. Благодаря процессу индивидуальной самоактуализации происходит включение единичного человека в общественные отношения. В условиях информатизации общества Интернет пространство занимает все больше места в организации жизни человека. Все больше времени современные подростки и юноши посвящают поиску информации, общению и организации досуга в Сети. Проблема влияния виртуальной среды на становление процессов самоактуализации личности в юношеском возрасте становится важной, как никогда.

Основываясь на полученных данных разработана программа психологического сопровождения самоактуализации лиц юношеского возраста путем развития их компетентности в использовании Интернет ресурсов. Охарактеризовано содержание и структура программы, проведен анализ эффективности внедрения программы сопровождения Интернет-зависимых лиц юношеского возраста. Согласно данной программы была организована работа с группой Интернет зависимых участников юношеского возраста. Программа психологического сопровождения содержала три направления работы: информационное, тренинговое и индивидуальная работа с респондентами.

Тренинговая программа, направленная на повышение продуктивного использования виртуального пространства была разделена на четыре встречи со всеми участниками в формате вебинара. Работа на плановых онлайн консультациях проводилась по следующим этапам: работа с признанием проблемы, исследование проблемы, мониторинг, поощрение, описание, предоставление новых смыслов. Во время проведения эксперимента, испытуемые получали формы обратной связи и формы самоотчета для рефлексии после прохождения тренингов и индивидуальной работы.

Практическое значение исследования заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы в психологии и педагогике, а именно: в разработке научных рекомендаций по использованию виртуального пространства студентами; в психологическом консультировании лиц юношеского возраста; в деятельности практического психолога в сфере помощи Интернет-зависимым лицам; при диагностике и помощи в коррекции уровня самореализации и самоактуализации лицам юношеского возраста; при разработке систем виртуальной учебной среды; при подготовке семинаров и тренингов, направленных на эффективность самоактуализации, успешности, содействие карьерному росту молодых специалистов; при создании научных виртуальных сообществ, сайтов, страниц, при дальнейшем исследовании воздействий различных факторов виртуальной среды на личность; при формировании корпоративной политики доступа в Интернет ресурсов в психологии управления.

*Ключевые слова:* самоактуализация, виртуальное пространство, юношеский возраст, интернет-зависимость.

**Holovanova T. M. Influence of Internet dependence on psychological peculiarities of self-actualization of persons of juvenile age.** – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Thesis for the Candidate's Degree in Psychological Sciences, specialty 19.00.07 - Pedagogical and Age Psychology. – Ivan Ziazun Institute of Pedagogical and Adult Education of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine. - Kyiv, 2020.

The dissertation is devoted to theoretical and empirical definition of the influence of the state of Internet dependence on the psychological peculiarities of self-actualization of persons of adolescence. The urgency of the study of the process of self-actualization of the individual in the conditions of the modern transformed society is due to the need for effective adaptation to changes in the social environment, and - the need of society in the most complete actualization and disclosure of the creative potential of citizens. Due to the process of individual self-actualization, the inclusion of a single person into social relations is taking place.

Considering the informatization of society, the question becomes about the influence on the self-actualization of the personality of the virtual environment.

Based on the received data, the program developed a program for psychological support of self-actualization of youth by developing its competence in using Internet resources. The content and structure of the program, the analysis of the effectiveness of the implementation of the program of support for Internet addicts of youth. In accordance with this program, work was organized with a group of Internet addicted youth members. The program of psychological support contained three areas of work: informational, training and individual work with respondents.

A training program aimed at increasing the productive use of virtual space has been divided into four meetings with all participants in the format of the webinar. Work on scheduled online consultations was carried out at the following stages: work with problem recognition, problem research, monitoring, promotion, description, provision of new senses. During the experiment, the subjects received forms of feedback and forms of self-report for reflection after training and individual work.

The practical value of the study is that the research results can be used in psychology and pedagogy, namely: in the development of scientific recommendations on the use of virtual space by students; in psychological counseling of youths; in the activity of a practical psychologist in the field of assistance to Internet addicts; at diagnostics and assistance in correcting the level of self-actualization and self-actualization for persons of the youth age; developing virtual learning environment systems; in preparing seminars and trainings aimed at the effectiveness of self-actualization, success, promotion of career development of young specialists; when creating scientific virtual communities, sites, pages; with further investigation of the influence of various factors of the virtual environment on the person; when forming the corporate policy of access to Internet resources in the management psychology.

*Keywords:* self-actualization, virtual space, youth age, Internet addiction.

Підписано до друку 16.10.2020  
Формат 60 x 90 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Папір офсетний № 2.

Друк трафаретний.  
Ум. друк арк. 0,9 арк.

Тираж 100 прим. Замовлення № **296**

---

Віддруковано в міні-типографії ФОП Марченко В.М.  
Дата та номер запису в Єдиному державному реєстрі  
юридичних осіб, фізичних осіб-підприємців та громадських  
формувань: 16.03.2018, 2 319 000 0000 012145.  
02660, м. Київ, вул. Є. Сверстюка, 6.  
тел.: (044) 223-29-39, E-mail: 2232939@ukr.net,  
[www.raz.com.ua](http://www.raz.com.ua)