

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. Н. КАРАЗИНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему : “Ціннісні та смисложиттєві орієнтації у студентів з різним рівнем
інтернет-залежності”

Студента 2 курсу групи ЗПС-61
другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Володимира КРУГЛОВА

Керівник:
кандидат психологічних наук
доцент кафедри загальної психології
Любов ЯВОРОВСЬКА

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії

_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичні напрямки дослідження ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у інтернет залежних студентів.....	6
1.1 Визначення поняття ціннісних орієнтацій.....	6
1.2 Класифікація цінностей.....	8
1.3 Взаємозв'язок психологічного благополуччя і смисложиттєвих орієнтацій.....	9
1.4 Ціннісні орієнтації ранньої дорослості.....	11
1.5 Психологічні особливості інтернет залежних.....	13
1.6 Сучасні дослідження ціннісних орієнтацій інтернет – залежних студентів.....	15
РОЗДІЛ 2. Організація етапи та методичне забезпечення дослідження ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.....	18
2.1. Завдання дослідження.....	18
2.2. Організація та етапи дослідження.....	19
2.3. Методи та методики проведеного емпіричного дослідження.....	19
РОЗДІЛ 3. Емпіричне дослідження ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.....	25
3.1. Аналіз і інтерпретація результатів дослідження.....	25
3.2. Статистичний аналіз отриманих даних.....	35
ВИСНОВКИ.....	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ТА ДЖЕРЕЛ.....	46
ДОДАТКИ.....	53

ВСТУП

Інтенсивний розвиток інтернет-ресурсів, що розпочався у 90-ті роки ХХ сторіччя, продовжується до сьогоднішнього дня. Всесвітня мережа надає широкі можливості для вирішення різноманітних завдань (спілкування, дозвілля, ведення бізнесу тощо). Разом з цим інтернет є хорошим підґрунтям для формування залежної поведінки користувачів [1]. Найбільш схильні до негативного впливу мережі інтернет виявляються юнаки/дівчата та молоді люди через не сформованість особистісних структур. Найчастіше використання молодими людьми комп'ютера, гаджетів та інтернету носить неконтрольований характер, що може стати причиною виникнення інтернет-залежності. Ця ситуація призводить до труднощі соціалізації молоді, формуванню труднощів у навчанні, створенні сім'ї, побудові кар'єри тощо [2, 3]. У період ранньої дорослості відбуваються значущі новоутворення, які включають:

- особистісне самовизначення: молоді люди розвивають свою самоідентифікацію і формують власну ідентичність. Вони починають краще розуміти свої інтереси, цінності та прагнення, що допомагає їм визначити, хто вони є і ким хочуть стати;
- професійне самовизначення: молоді люди стикаються з вибором професії і кар'єрного шляху. Вони розвивають вміння вибрати галузь або спеціальність, яка відповідає їхнім інтересам і талантам;
- соціальна адаптація: рання дорослість супроводжується зміною соціальної ситуації, коли молоді люди вступають у нові соціальні середовища, такі як вищі навчальні заклади, робочі колективи та встановлюють нові соціальні зв'язки;
- самореалізація: цей період дає можливість молодим людям виявити свій потенціал і досягати особистих та професійних цілей.

Ці новоутворення грають важливу роль у формуванні особистості та визначенні шляху життя в ранній дорослості.

Тому в цьому віці гостро постає питання про сенс життя, своє призначення, виборі напрямку самореалізації, смисложиттєвих орієнтирів. Величезна кількість інформації в інтернет-ресурсах заважає формуванню критичного мислення молодих людей і цим порушує процес самовизначення [4]. З одного боку, самі вікові особливості ранньої дорослості обумовлюють прагнення молодих людей піти у безпечне середовище інтернету. З іншого боку, використання всесвітньої павутини значно впливає на розвиток ціннісно-сислової сфери їхньої особистості [5].

Об'єкт дослідження ціннісні і смисложиттєві орієнтації студентів.

Предмет дослідження особливості ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

Мета виявити особливості ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

Гіпотеза дослідження:

студенти з вищим рівнем інтернет-залежності виявляють відмінності в ціннісних та смисложиттєвих орієнтаціях порівняно з тими, хто має менший рівень інтернет-залежності, існує статистично значущий зв'язок між ціннісними орієнтаціями студентів та їхнім рівнем інтернет-залежності.

Завдання:

- провести теоретичний аналіз літератури з проблеми інтернет-залежної поведінки та з проблем ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у віці ранньої дорослості;
- виявити ступінь інтернет-залежності;
- визначити цінності та смисложиттєві орієнтації у студентів з інтернет-залежною поведінкою;
- виявити особливості в ціннісних та смисложиттєвих орієнтаціях у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

Вибірка:

Всього в дослідженні взяли участь 51 студент 4-6 курсів, з них 24 чоловіків і 27 жінок, віком від 22 до 28 років. Головним критерієм для включення учасників в дослідження став вільний доступ до інтернету.

Методики та методи дослідження:

- шкала інтернет-залежності С. Чена;
- методика з вивчення ціннісних орієнтацій Ш. Шварца (адаптація Семків);
- шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (адаптація Карсканової);
- статистичний аналіз емпіричних даних – Н-критерій Крускала-Уоллеса за допомогою програми IBM SPSS Statistics.

Практичне значення роботи:

дослідження особливостей смислової та ціннісної сфери студентів з інтернет-адикцією розширює розуміння феномену залежності від інтернету, може бути корисним для створення психологічних рекомендацій та корекційних програм щодо профілактики та подолання даної адикції.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ НАПРЯМКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ТА СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНИХ СТУДЕНТІВ

1.1 Визначення поняття ціннісних орієнтацій

Протягом останніх десятиліть, цінності та ціннісні орієнтації набули великої актуальності в глобальному контексті, зокрема в Україні та інших країнах. Їх вивчення стало ключовим у багатьох наукових галузях, включаючи філософію, психологію та соціологію, відображаючи їхню складність та багатогранність. Шалом Шварц - соціальний психолог, відомий своєю "Теорією основних цінностей". Він виокремлює 10 основних цінностей, включаючи владу, традицію, конформність, безпеку, універсалізм, доброзичливість, стимуляцію, гедонізм, досягнення та самостійність, кожна з яких відіграє роль у формуванні особистісних переконань та поведінки [6]. Шварц стверджує, що ці цінності є універсальними та знаходять відображення у різних культурах по всьому світу. Мілтон Рокич - психолог, який розробив методологію для дослідження ціннісних систем, він робить розрізнення між термінальними цінностями, що представляють бажані кінцеві результати життя (наприклад, внутрішній гармоній, щастя) та інструментальними цінностями, які визначають бажані способи поведінки (наприклад, чесність, відповідальність) [6,7]. Ці розрізнення допомагають зрозуміти, як люди організують свої цінності в ієрархічну структуру. Ервін Стоуб - професор психології, відомий своїми роботами з морального розвитку та виховання, він досліджує, як цінності впливають на розвиток особистості та поведінку, а також на вибір між морально правильними та неправильними діями. Стоуб наголошує на ролі соціальних взаємодій та умов виховання у формуванні ціннісних орієнтацій. Клаус Рохманн - психолог, який зосереджується на впливі ціннісних орієнтацій на міжособистісні відносини та соціальну поведінку, в його дослідженнях вивчається, як цінності формують взаємодію

між людьми та впливають на вибір у різних соціальних контекстах, включаючи роботу, сім'ю та громадське життя [8,9].

Ціннісні орієнтації визначають загальну спрямованість інтересів та прагнень особистості, формуючи ієрархію переваг та ідеалів. Вони відіграють важливу роль у формуванні внутрішнього світогляду людини, допомагаючи встановлювати пріоритети та вирішувати, які аспекти життя є найважливішими. Цінності служать як компас, що керує особистісним розвитком, впливаючи на вибір життєвого шляху, професійну діяльність та міжособистісні відносини. Ціннісні орієнтації також є ключовими для розробки цільових та мотиваційних програм. Вони впливають на уявлення про реальність, формуючи сприйняття світу та власного місця в ньому. Це особливо важливо у контексті прийняття рішень, де особисті цінності надають значущість різним альтернативам та можливостям. Таким чином, ціннісні орієнтації сприяють формуванню стійких життєвих установок та здатності адекватно реагувати на зовнішні виклики [10]. Крім того, цінності відіграють важливу роль у формуванні особистісної готовності та рішучості до реалізації власного "проекту життя". Вони допомагають індивідуумам визначити свої життєві цілі та прагнення, стимулюючи до дій та досягнення бажаних результатів. Ціннісні орієнтації є фундаментом для самовизначення та самореалізації, надаючи сенс життєвим зусиллям [11]. Підсумовуючи, можна сказати, що цінності відображають не лише властивості суспільних об'єктів та явищ, але й особистісне ставлення до них, виступаючи як соціально значущі орієнтири для індивідуума. Вони втілюють культурні, моральні та етичні стандарти, які формують основу для міжособистісних відносин та соціальної взаємодії.

Таким чином, ціннісні орієнтації не тільки відіграють ключову роль у формуванні ідентичності особистості, але й сприяють її соціальній інтеграції та взаємодії з ширшим світом.

1.2 Класифікація цінностей

У сучасних наукових дослідженнях не існує універсальної класифікації цінностей. Різні вчені описують цінності по-різному: деякі бачать їх як внутрішню цінність або грошову оцінку, інші як об'єктивну сутність предметів, треті пов'язують їх з користю для особистості або з благами, четверті вважають їх суб'єктивно значимими, а п'яті вбачають у них засоби задоволення потреб та інтересів. Це призводить до різноманітності класифікацій цінностей:

- за характером об'єкта: матеріальні та морально-духовні;
- за метою використання: егоїстичні, альтруїстичні;
- за ступенем узагальнення: конкретні, абстрактні;
- за формою прояву: ситуативні, стійкі;
- за роллю в діяльності людини: термінальні, інструментальні;
- за змістом діяльності: пізнавальні, предметно-перетворювальні;
- за приналежністю: індивідуальні, групові, суспільні, національні; загальнолюдські. [8]

На філософському рівні цінності часто поділяють на релігійні, етичні, естетичні, логічні, економічні. У соціології цінності розглядаються як нормативні орієнтири, що формують поведінку, та можуть бути поділені на цінності-норми, цінності-ідеали, цінності-цілі, цінності-засоби. У психології вони класифікуються за напрямом спрямування (соціально-політичні, моральні, економічні) та за суб'єктом ставлення (суспільні, групові, індивідуальні).

Цінності можна поділити на такі категорії:

- абсолютні (наприклад, доброта, любов, правда, справедливість);
- національні (патріотизм, національна гідність);
- громадянські (права та свободи, обов'язки);
- сімейно-родинні (подружня вірність, турбота про дітей);
- особистісні (риси характеру, поведінка). [8,11]

Цінності також розділяють на колективістські та індивідуалістські. Вони становлять основу життєдіяльності людини, формуються в процесі соціалізації через суспільну інформацію та особистий досвід, відіграючи ключову роль у формуванні ставлення до світу [10]. Ціннісні орієнтації включають когнітивні та емоційні компоненти, визначаючи сприйняття та ставлення до цінностей. Вони формуються під впливом ідеологічних установок, життєвих цілей, релігійних переконань, дозволяючи людині самостійно обирати та встановлювати ієрархію цінностей.

1.3 Взаємозв'язок психологічного благополуччя і смисложиттєвих орієнтацій

У психології існують декілька теоретичних підходів до розуміння психологічного благополуччя і сенсу життя, деякі дослідники стверджують, що ці два поняття тісно пов'язані або навіть перетинаються. Для розуміння цього зв'язку необхідно розглянути внесок різних авторів, які вивчали це питання, та їх теорії.

Віктор Франкл - один із важливих дослідників в галузі сенсу життя, у своїй теорії екзистенціальної психології він стверджував, що пошук сенсу життя є одним із основних мотивів людини. Франкл припускав, що наявність сенсу життя сприяє психологічному благополуччю, оскільки це надає життю ціль і напрямок [14].

Керол Ріфф - важливий дослідник, яка розробила теорію психологічного благополуччя. Вона виділяє шість основних компонентів психологічного благополуччя: автономія, стосунки, майстерність, сенс життя, досягнення цілей і позитивні емоції [15-17].

Мартін Селігман - засновник позитивної психології, також займався дослідженнями психологічного благополуччя. Він виділяє три виміри щастя: приємне життя, залучення (зобов'язання) життя і сенс (значуще) життя.

Дослідження цих авторів та інших вчених показують, що сенс життя є важливим компонентом психологічного благополуччя. Психологічне благополуччя може покращитися, коли людина відчуває, що її життя має сенс і ціль.

Дослідження показують, що психологічне благополуччя і сенс життя можуть взаємодіяти і впливати одне на одного [10]. Наприклад існує декілька способів, якими вони можуть перетинатися:

- сенс життя як компонент благополуччя, багато досліджень припускають, що сенс життя є одним із ключових компонентів психологічного благополуччя, коли людина відчуває, що її життя має сенс, це може сприяти її загальному відчуттю щастя та задоволеності життям;

- пошук сенсу в труднощах: сенс життя може допомогти людині справлятися з труднощами і стресом, коли у людини є чітка мета або сенс, це може надати їй мотивацію і сили для подолання труднощів, що в свою чергу сприяє її психологічному благополуччю;

- психологічне благополуччя і сенс життя як взаємозалежні поняття: деякі дослідження припускають, що психологічне благополуччя і сенс життя можуть взаємодіяти і впливати одне на одного, наприклад, відчуття щастя та задоволеності життям може підсилитися, якщо у людини є чіткий сенс життя, і навпаки, сенс життя може проявитися більш яскраво, якщо людина відчуває себе психологічно благополучною.

Дослідження показують, що сенс життя може впливати позитивно на різні аспекти психологічного благополуччя:

- підвищення емоційного благополуччя: коли людина осмислює сенс свого життя, це часто супроводжується збільшенням позитивних емоцій та зменшенням негативних, вона відчуває більше щастя та задоволення своїм життям;
- зміцнення психічного здоров'я: сенс життя може служити захистом від психічних розладів, таких як депресія та тривожність, люди, які мають

ясне уявлення про сенс свого життя, зазвичай більш стійкі до стресу та адаптивні в складних ситуаціях;

- покращення якості відносин: люди, які відчувають сенс у своєму житті, часто виявляють більше позитивного ставлення до навколишніх та близьких їм людей. Це може сприяти більш гармонійним та якісним відносинам [10,18].

З іншого боку, психологічне благополуччя також може впливати на пошук та знаходження сенсу життя:

- психологічне благополуччя як фундамент для сенсу життя: коли людина відчуває себе психологічно добре, вона може бути більш відкритою для пошуку сенсу життя, стабільні емоції та задоволеність життям можуть служити основою для роздумів про сенс;
- саморефлексія та особистісний зріст: психологічне благополуччя може сприяти саморефлексії та особистісному зростанню, що в свою чергу може призвести до глибшого розуміння власних цінностей та цілей [18].

Отже, сенсожиттєві орієнтації та психологічне благополуччя знаходяться у взаємодії одне з одним, створюючи більш повну та гармонійну психологічну структуру людини. Дослідження і теорії Віктора Франкла, Керол Ріфф, Мартіна Селігмана та інших вчених підтверджують цей взаємозв'язок, а також підкреслюють важливість інтеграції сенсу життя та психологічного благополуччя в психологічній практиці та дослідженнях.

1.4 Ціннісні орієнтації ранньої дорослості

Рання дорослість в психології описується через різні теорії, які акцентують на особливостях цього періоду в житті людини.

Відомий психолог Ерік Еріксон вважав, що головним завданням ранньої дорослості є розвиток інтимних відносин і уникнення ізоляції. Цей період розвитку, відомий як "інтимність проти ізоляції", пов'язаний з тим, як людина вирішує попередні кризи розвитку, особливо кризу підліткового віку, що

стосується ідентичності [27]. У сучасному світі, особливо в США, молоді дорослі часто задовольняють свої потреби в інтимності через дружбу, а не романтичні відносини, оскільки вони відкладають довгострокові зобов'язання, такі як шлюб або співжиття. Рання дорослість часто ознаменована пошуком та визначенням власної ідентичності, що включає вибір кар'єри, створення міжособистісних зв'язків та формування політичних, релігійних та філософських переконань. Важливим аспектом цього віку є прагнення до незалежності – фінансової, емоційної та соціальної. Це може включати встановлення власних цілей та планів [28]. Вибір освітнього та кар'єрного шляху часто є центральним у визначенні життєвого сенсу в цей період. Саморозвиток, включаючи навчання та особисте вдосконалення, є ключовим у пошуку та визначенні сенсу життя. Розробка та реалізація довгострокових життєвих планів, включаючи сімейне життя, професійні досягнення та особисті інтереси. Розуміння власного місця у суспільстві та внесок у соціальне благо може бути важливим компонентом смисложиттєвих орієнтацій [29].

Даніель Левінсон розділив доросле життя на кілька етапів, кожен з яких відокремлений від наступного перехідним періодом. У ранній дорослості важливими компонентами є "мрія" - майбутніх досягнень та "ментор" - старша та досвідченіша особа, яка допомагає молодим дорослим. Близько 30 років люди часто переживають перехід, під час якого вони розуміють, що наближаються до точки неповернення і реалізують, що вони занадто багато інвестували у свій поточний життєвий шлях, щоб змінити його. Це може призвести до переоцінки своїх початкових виборів [30].

Роберт Гавігерст описав розвиткові завдання для молодих дорослих, які включають досягнення автономії, встановлення ідентичності, розвиток емоційної стабільності, встановлення кар'єри, пошук інтимності, участь у групах та спільноті, встановлення домогосподарства та виховання дітей. Ці завдання вважаються типовими для більшості людей у культурі, до якої вони належать [31].

Єфрі Арнетт вважає, що рання дорослість є окремим етапом розвитку, який характеризується зовнішніми та внутрішніми змінами. Цей період включає закінчення вторинної освіти, перехід до вищої освіти або працевлаштування, а також рух до нових життєвих умов. Він також відзначається самоаналізом та формуванням ідентичності, особливо серед студентів та молодих працівників [32].

Клінічні дослідження показують, що молоді люди ставляться до ризику інакше, ніж підлітки, і ще не досягли оптимального рівня ухвалення ризиків, характерного для більш старших дорослих. Це може призвести до психологічних проблем, таких як залежності. Крім того, цей етап життя пов'язаний з підвищеною чутливістю до розвитку психічних розладів, включаючи залежність, депресію та шизофренію.

1.5 Психологічні особливості інтернет залежних

Термін "технологічна залежність", який вказує на новий вид нехімічної аддикції, було введено М. Гріффітсом. Він класифікував цей різновид залежності на два основних типи: пасивний (залежність від телебачення) та активний (наприклад, залежність від інтернет-ігор).

Одними з перших у вивченні феномену інтернет-залежності були психіатр І. Гольдберг та клінічний психолог К. Янг. І. Гольдберг ввів поняття "патологічне використання комп'ютера", що охоплює всі форми використання ПК, які не передбачають соціальної взаємодії. Вид аддикції, як "інтернет-залежність", на думку І. Гольдберга, включає в себе й соціальні інтеракції через комп'ютер. Це розлад поведінки, викликаний використанням інтернету та ПК, який негативно впливає на повсякденне життя, освіту, соціальну взаємодію, роботу, сім'ю, фінанси та психологічний стан особи [2].

К. Янг досліджувала передумови інтернет-залежності та розробила модель, згідно з якою така залежність виникає через легкість доступу, збереження контролю над власними діями та наслідками, а також емоційне

піднесення під час діяльності в мережі. На основі своїх досліджень вона виокремила п'ять головних видів інтернет-залежності:

1. Комп'ютерна залежність - надмірне захоплення комп'ютерними діями (програмування, ігри тощо).
2. Компульсивний пошук інформації в Інтернеті.
3. Перенавантаженість інформацією - схильність до азартних ігор, онлайн-аукціонів, електронної комерції.
4. Кіберсексуальна залежність - залежність від порнографічного контенту в інтернеті.
5. Кіберкомунікативна залежність - залежність від спілкування в соцмережах, форумах, онлайн-іграх і телеконференціях [4].

Різні види інтернет-залежності визначаються залежно від використовуваних мережевих ресурсів. М. Орзак визначила психологічні та фізичні ознаки такої залежності. До психологічних ознак належать емоційне піднесення під час користування інтернетом, збільшення часу перебування в мережі, нездатність своєчасно завершити сесію, уникання особистих обов'язків, проблеми з навчанням чи роботою, нездатність відволіктися, роздратування при перериванні, нав'язливі думки про інтернет, надмірні фінансові витрати, уникання критики і брехня про час, проведений онлайн. Фізичні ознаки включають синдром карпального каналу, сухість очей, головний біль, біль у спині, порушення харчування і сну, ігнорування особистої гігієни. [33]

К. Янг також визначила передвісники інтернет-залежності, включаючи нав'язливе бажання перевіряти електронну пошту, передчуття наступного онлайн-сеансу, збільшення тривалості сеансів, зростання витрат на інтернет. Як ознаки аддикції вона виділила повне занурення в інтернет, потребу проводити там все більше часу, неефективні спроби скоротити час використання, симптоми відмови, що викликають тривогу, проблеми з контролем часу, конфлікти з оточуючими, брехню про час онлайн та зміну настрою через використання інтернету [33].

1.6 Сучасні дослідження ціннісних орієнтацій інтернет – залежних студентів

Важливо було проаналізувати сучасні дослідження взаємозалежності ціннісних орієнтацій з інтернет залежністю у студентів.

Аналізуючи дослідження «Asya Berberyan. (2021) Impact of Internet Dependence on the Life Meaning System of Personality [34]», було визначено наступне: у статті розглядаються теоретичні підходи до характеристики залежної людини, досліджуються фактори залежності від інтернету, причини залежності та психологічні особливості залежності. На основі вивчення та аналізу наукової літератури обґрунтовується позначення залежності від мережі інтернет як поведінкового розладу, що надає деструктивний вплив на багато сторін життєдіяльності людини. Новоутворення студентського віку – це проблема смислу життя. В останні роки зросла актуальність вивчення трансформації системи цінностей студентської молоді, що дозволяє прогнозувати соціокультурні наслідки об'єктивного процесу інформатизації, що охоплює всі сфери життя. Ідея моделей реалізації патологічного використання інтернету, питання захисних механізмів особистості, системи цінностей та світоглядів, що визначають смисл людини, значно розширили рамки опису та визначення досліджуваного явища. Метою даної роботи була вивчення взаємозв'язку інтернет-залежності та системи життєвих смислів у студентів. В результаті дослідження були отриманні наступні висновки: базові цінності учасників обох груп багато в чому схожі. На підставі отриманих результатів отримали висновок, що відкритість до змін є найважливішою цінністю для більшого відсотка студентів, які використовують інтернет-технології для спілкування, розваги та ігор (тривалістю понад 4-5 годин на день).

Цінності «Самовисування та влада» у більшості учасників, які використовують інтернет-технології для спілкування, розваг та ігор (більше 4-5 годин у день), зайняли останнє місце серед учасників групи, а «гедонізм та

самоствердження» є найважливішими цінностями для більш ніж половини студентів, які використовують інтернет-технології в основному з метою навчання (або менше 4-5 годин на день).

«Консерватизм» був виражений у мінімальному ступені у більшій кількості студентів, які використовують інтернет-технології у навчальних цілях (або менше 4-5 годин на день).

В іншому проаналізованому дослідженні «S. S. Vykova, Research of value and life-sense orientations of students with different levels of internet addiction (2021)» [35] у якій були знайдені підтвердження про те що, у інтернет-залежних студентів знижені показники осмисленості життя, життєві цілі і внутрішнього локуса життя. Отриманні данні у дослідженні свідчать про те, що інтернет-залежні студенти не планують своє майбутнє, а живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, при цьому по більшій мірі не задоволенні своїм життям, як в сьогодні так і в минулому.

Висновки до розділу 1

Таким чином, підбиваючи підсумок першого розділу дослідження, можна зробити наступні висновки:

- в процесі аналізу літератури було зроблено висновок про глибоку наповненість змісту поняття ціннісних і смисложиттєвих орієнтацій. Виходячи з описаних точок зору, ціннісних і смисложиттєвих орієнтацій можна визначити як систему надбань в ході розвитку людини та смисложиттєві орієнтації ми будемо розглядати саме через призму психологічного благополуччя;

- в сучасній психологічній літературі існує безліч класифікацій і визначень ціннісних орієнтацій і інтернет-залежності;

- сенсожиттєві орієнтації та психологічне благополуччя знаходяться у взаємодії одне з одним, створюючи більш повну та гармонійну психологічну структуру людини, дослідження і теорії Віктора Франкла, Керол Ріфф, Мартіна Селігмана та інших вчених підтверджують цей взаємозв'язок, а також підкреслюють важливість інтеграції сенсу життя та психологічного благополуччя в психологічній практиці та дослідженнях;

- у період ранньої дорослості гостро постає питання про сенс життя, своє призначення, виборі напрямку самореалізації, смисложиттєвих орієнтирів та цей вік пов'язаний з підвищеною чутливістю до розвитку психічних розладів, включаючи залежність;

- величезна кількість інформації в інтернет-ресурсах заважає формуванню критичного мислення молодих людей і цим порушує процес самовизначення;

- в сучасній психологічній науці достатньо досліджень, присвячених ціннісним орієнтаціям і інтернет-залежності окремо, але робіт про зв'язок двох даних феноменів крайне мало.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕТАПИ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ТА СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

2.1. Завдання дослідження

Об'єкт дослідження ціннісні і смисложиттєві орієнтації студентів.

Предмет дослідження особливості ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

Мета виявити особливості ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

Завдання дослідження:

- виявити ступінь інтернет-залежності у студентів;
- визначити цінності та смисложиттєві орієнтації у студентів з інтернет-залежною поведінкою;
- виявити особливості в ціннісних та смисложиттєвих орієнтаціях у студентів з різним рівнем інтернет-залежності;
- порівняти ціннісні та смисложиттєві орієнтації студентів з інтернет-залежною поведінкою зі студентами без інтернет-залежної поведінки.

Гіпотеза дослідження:

студенти з вищим рівнем інтернет-залежності виявляють відмінності в ціннісних та смисложиттєвих орієнтаціях порівняно з тими, хто має менший рівень інтернет-залежності, існує статистично значущий зв'язок між ціннісними орієнтаціями студентів та їхнім рівнем інтернет-залежності.

2.2. Організація та етапи дослідження

Дослідження проводилось в дистанційному форматі, а саме за допомогою «Excel» таблиць, серед студентів різних вузів четвертого, п'ятого та шостого курсів. Всього в дослідженні взяло участь 51 студент 4-6 курсів, з них 24 чоловіків і 27 жінок, віком від 22 до 28 років, середній вік складає 25 років. Головним критерієм для включення учасників в дослідження став вільний доступ до інтернету. Список учасників знаходиться в таблиці у Додатку А. Кожен студент брав участь у всіх видах дослідження. Отримані в ході дослідження параметри знайшли своє відображення в таблицях, рисунках, діаграмах.

Дослідження проводилось в 3 етапи:

На першому етапі були підібрані методи і методики, спрямовані на вирішення поставлених цілей і складені бланки для проведення дослідження.

На другому етапі нами було проведено дослідження, спрямоване на виявлення ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності.

На третьому етапі проводився кореляційний аналіз отриманих даних, та опис результатів дослідження.

2.3. Методи та методики проведеного емпіричного дослідження

1. Методика "Шкала інтернет-залежності С. Чена" (Chen Internet Addiction Scale) була розроблена для вимірювання рівня інтернет-залежності у людей. Ця методика допомагає визначити, наскільки особа стає залежною від використання інтернету та його різних аспектів. Методика була створена С. Ченом і була опублікована в 1998 році. Нижче наведено загальний опис методики "Шкала інтернет-залежності С. Чена".

Шкала С. Чена містить 26 питань, що оцінюють різні аспекти інтернет-залежності. Відповіді на кожне питання подаються на шестибальній лайкерт-шкалі, де 1 - "абсолютно не вірно", а 6 - "абсолютно вірно". Питання охоплюють такі аспекти, як час, витрачений в інтернеті, способи використання, симптоми залежності, відмова від соціальних активностей тощо.

Для визначення рівня інтернет-залежності сумуються бали, набрані у відповідях на всі питання. Зазвичай вищі сумарні бали вказують на більший рівень інтернет-залежності.

Інтерпретація результатів:

- низький рівень інтернет-залежності: Сумарний бал менше 42;
- помірний рівень інтернет-залежності: Сумарний бал від 43 до 64;
- високий рівень інтернет-залежності: Сумарний бал 65 і вище.

Використання: шкала С. Чена використовується в дослідженнях та клінічній практиці для визначення ступеня інтернет-залежності у різних груп населення, включаючи підлітків і дорослих. Вона дозволяє виявити осіб, які можуть потребувати додаткового вивчення та підтримки для подолання інтернет-залежності.

Обмеження: методика не враховує всі можливі аспекти інтернет-залежності та не може визначити її причини. Важливо бути обережним при інтерпретації результатів і використовувати їх у контексті інших клінічних та психологічних оцінок.

2. Методика Ш. Шварца для вивчення ціннісних орієнтацій - інструмент для аналізу системи цінностей особи. Ця методика допомагає дослідникам та психологам визначити, які цінності є важливими для конкретної особистості, як вони оцінюються, та яким чином впорядковані в її ціннісному просторі. Методика Шварца базується на його теорії універсальних цінностей, яка припускає існування загальних категорій цінностей, що впливають на поведінку та вибори людей.

Основні компоненти методики Шварца:

- опитувальник цінностей: це набір запитань, які стосуються цінностей та переконань особистості, цей опитувальник складається зі списку цінностей, і респондентам пропонується визначити, наскільки кожна цінність важлива для них, використовуючи шкалу оцінювання.
- кодифікація цінностей: отримані дані аналізуються та кодифікуються на основі структури, розробленої Шварцем, ця структура включає в себе 10 основних цінностей, які розділяються на чотири групи.

1) Самономінація (Self-Enhancement):

- досягнення (Achievement) - цінність, яка позначається бажанням досягти успіху, властивості, влади та впливу над іншими;
- влада (Power) - включає в себе бажання контролювати інших, домінувати та впливати на події і процеси;
- забезпеченість (Security) - спрямована на пошук безпеки, стабільності та захисту від ризиків.

2) Захист (Self-Transcendence):

- доброта (Benevolence) - включає в себе цінність допомоги та благополуччя інших, співчуття та соціальної відповідальності;
- універсалізм (Universalism) - сприяння загальному благу, духовному розвитку та захисту навколишнього середовища.

3) Розвиток (Openness to Change):

- самодостатність (Self-Direction) - спрямована на незалежність, творчість та особистий розвиток;
- стимуляція (Stimulation) - включає цінність нових досліджень, викликів та вражень.

4) Загальнозначущість (Conservation):

- закритість (Security) - цінність стабільності, традицій та порядку;
- підкорення (Conformity) - спрямоване на дотримання правил, соціальної гармонії та підпорядкування авторитетам.

Аналіз результатів: після того, як респонденти заповнили опитувальник, дані обробляються, і можна визначити, які з 10 основних цінностей мають більше значення для кожної окремої особистості. Також можна вивчити, як ці цінності розташовані в ієрархії цінностей.

3. Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (Psychological Well-Being Scale by Carol Ryff) є інструментом для вимірювання психологічного благополуччя та внутрішньої гармонії індивіда. Ця методика була розроблена психологом Керол Ріфф і базується на теорії психологічного благополуччя.

Основні складові методики К. Ріфф включають наступні аспекти:

- 1) Шкала психологічного благополуччя: ця шкала складається з 84 запитань і охоплює шість ключових складових психологічного благополуччя:
 - автономія (Autonomy) - це почуття незалежності, вільності в прийнятті власних рішень та контролю над власним життям;
 - особистий розвиток (Personal Growth) - спрямований на постійний особистий розвиток, вдосконалення навичок та здатність до самореалізації;
 - цінності відносин (Positive Relations with Others) - оцінка якісних стосунків з іншими людьми, включаючи емпатію, підтримку та взаєморозуміння;
 - самоприйняття (Self-Acceptance) - пошук глибокого задоволення від самого себе, прийняття своїх недоліків та позитивне відношення до себе;
 - ефективність в розв'язанні проблем (Environmental Mastery) - здатність впоратися з життєвими труднощами та ефективно впливати на своє оточення;
 - цінність життя (Purpose in Life) - спрямоване на пошук значення та цілей у власному житті.

Ці компоненти разом формують широке уявлення про психологічне благополуччя, яке може бути індикатором того, як люди знаходять смисл у своєму житті та як вони справляються з життєвими викликами. Методика Ріфф

може допомогти у визначенні, наскільки особистість здатна знаходити та підтримувати сенс та цілі в своєму житті, що є ключовими аспектами смисложиттєвих орієнтацій.

- 2) Оцінювання: учасникам опитування пропонується відповісти на запитання, які стосуються їхнього ставлення до цих шести складових психологічного благополуччя по шкалі від 1 - "повністю не згоден" до 6 - "повністю згоден". Загальний бал визначається на основі відповідей на всі запитання та допомагає визначити загальний стан психологічного благополуччя.
- 3) Інтерпретація результатів: результати оцінювання можуть вказувати на те, які аспекти психологічного благополуччя більш або менш важливі для конкретної особистості, і як ці аспекти впливають на їхнє загальне самопочуття та якість життя.

Методи обробки даних припускали використання математико - статистичного аналізу. Математико-статистична обробка даних проводилася з використанням статистичного пакета програми IBM SPSS Statistics. Для кореляційного аналізу нами використовувався Н-критерій Крускала-Уоллеса.

Висновки до 2 розділу

Отже, дослідження організовано та розбито на 3 основні етапи.

На першому етапі були підбрані методи і методики, спрямовані на вирішення поставлених цілей і складені бланки в таблицях excel для проведення дослідження таких методик як "Шкала інтернет-залежності С. Чена" (Chen Internet Addiction Scale, методика Ш. Шварца для вивчення ціннісних орієнтацій - та шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (Psychological Well-Being Scale by Carol Ryff).

На другому етапі було проведено дослідження, спрямоване на виявлення ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності за допомогою підготовлених бланків які були відправлені досліджуваним. Після чого було проведено інтерпретацію результатів згідно інструкцій обраних методик.

На третьому етапі проводився кореляційний аналіз отриманих даних за допомогою Н-критерію Крускала-Уоллеса, та детальний опис результатів дослідження.

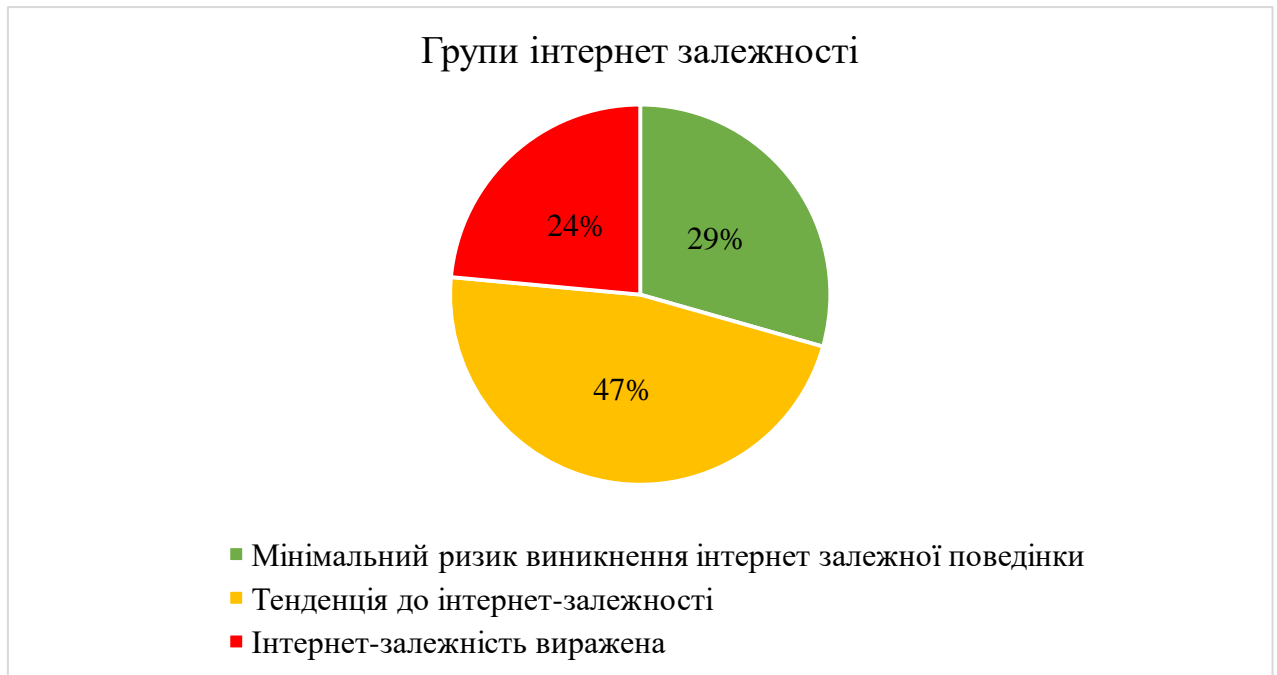
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ТА СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

3.1. Аналіз і інтерпретація результатів дослідження

Для визначення рівня інтернет-залежності була використана методика «Шкала інтернет-залежності С. Чена» завдяки якій були отримані 3 групи студентів по рівню інтернет залежності (Діаграма 3.1.1):

- студенти з мінімальним ризиком виникнення інтернет залежної поведінки (загальний бал не більше 42). Дану групу склали 15(29,41%) студентів від загальної вибірки. З них чоловіків 6 (40%) і жінок 9 (60 %);
- студенти із тенденцією до інтернет-залежної поведінки (загальний бал від 43 до 64). Дану групу склали 24 (47,06%) студента від загальної вибірки. З них 14 (58,33%) чоловіків і 10 (41,67%) жінок. Ці результати свідчать про те, що найбільша кількість досліджуваних мають саме тенденцію до інтернет залежності;
- студенти, у яких інтернет-залежність стійка і виражена (загальний бал більше 65). Дану групу склали 12 (23,53%) студентів від загальної вибірки. З них 4 (33,3%) – чоловіків, і 8 (66,67%) – жінок.

Загальні результати опитувальника знаходяться у Додатку Б.



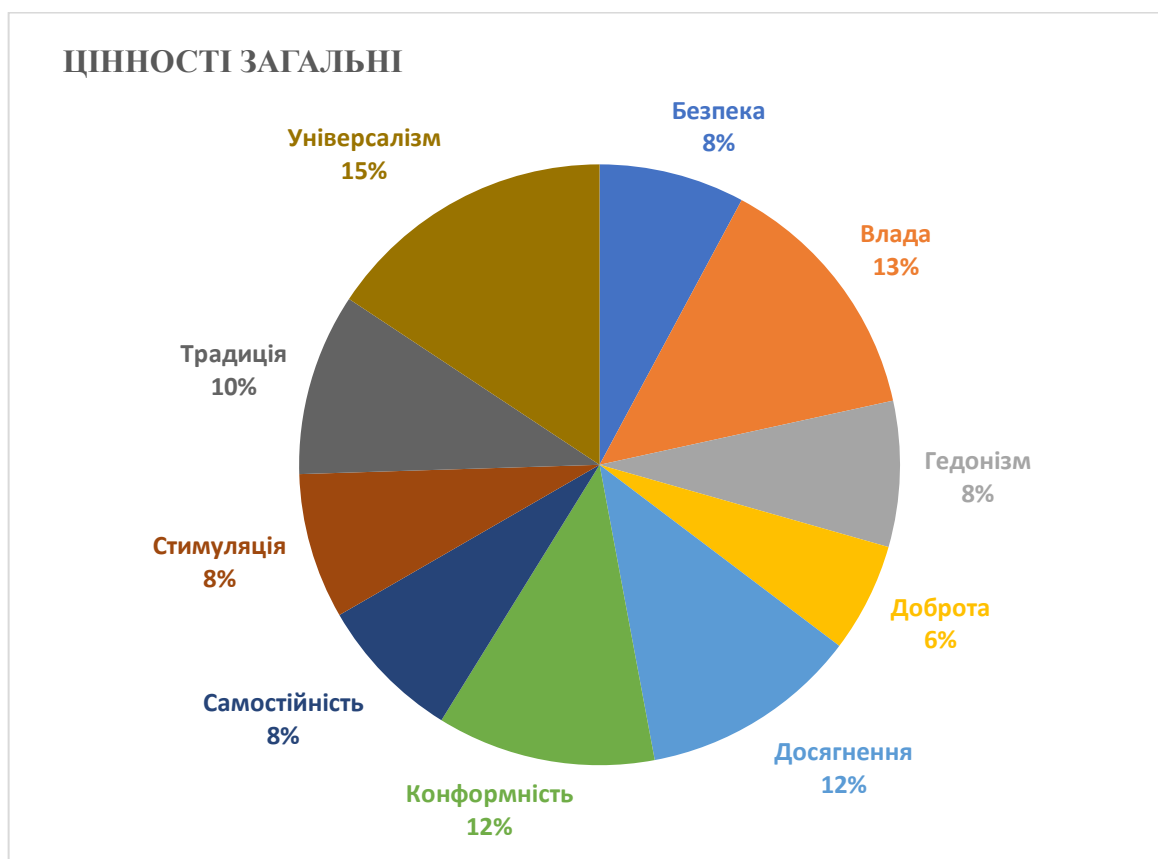
Діаграма 3.1.1. Рівень інтернет-залежності за опитувальником С.Чена

Для визначення ціннісних орієнтацій була використана методика Ш. Шварца завдяки якій були отримані групи студентів з провідними цінностями (Діаграма 3.1.2):

- влада (Power) — 7 студентів що складає (13,73% від усієї виборки) з яких 4 чоловіків і 3 жінок;
- досягнення (Achievement) — 6 студентів що складає (11,76% від усієї виборки) з яких 4 чоловіків і 2 жінок;
- гедонізм (Hedonism) — 4 студентів що складає (7,84% від усієї виборки) з яких 2 чоловіків і 2 жінок;
- стимуляція (Stimulation) — 4 студентів що складає (7,84% від усієї виборки) з яких 3 чоловіків і 1 жінка;
- самостійність (Self-Direction) — 4 студентів що складає (7,84% від усієї виборки) з яких 2 чоловіків і 2 жінок;
- універсалізм (Universalism) — 8 студентів що складає (15,69 % від усієї виборки) з яких 3 чоловіків і 5 жінок;

- доброта (Benevolence) — 3 студентів що складає (5,88 % від усієї виборки) з яких 1 чоловіків і 2 жінок;
- традиція (Tradition) — 5 студентів що складає (9,8 % від усієї виборки) з яких 2 чоловіків і 3 жінок;
- конформність (Conformity) — 6 студентів що складає (11,76 % від усієї виборки) з яких 3 чоловіків і 3 жінок;
- безпека (Security) — 4 студентів що складає (7,84% від усієї виборки) з яких 3 чоловіків і 1 жінок.

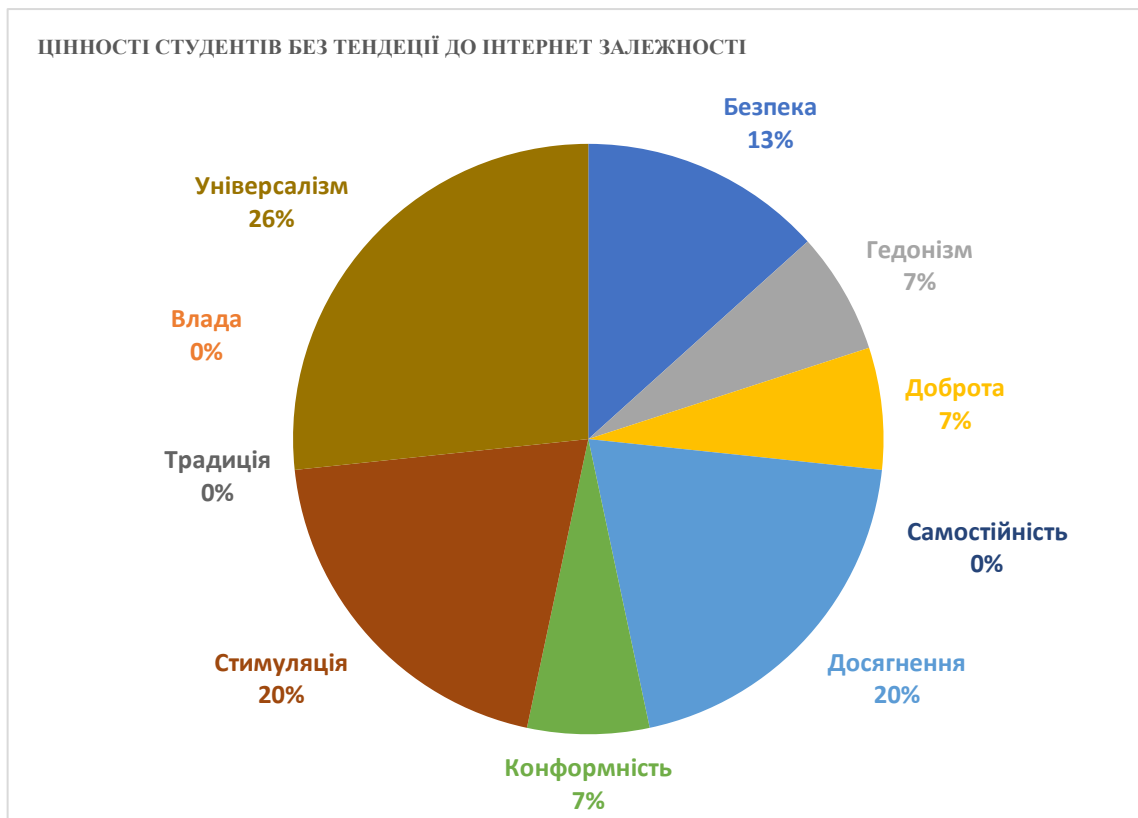
Загальні результати за методикою знаходяться у Додатку В.



Діаграма 3.1.2. ціннісні орієнтації студентів за методикою Ш. Шварца

Аналізуючи результати тесту студентів із різними проявами інтернет залежності ми дійшли до висновку що:

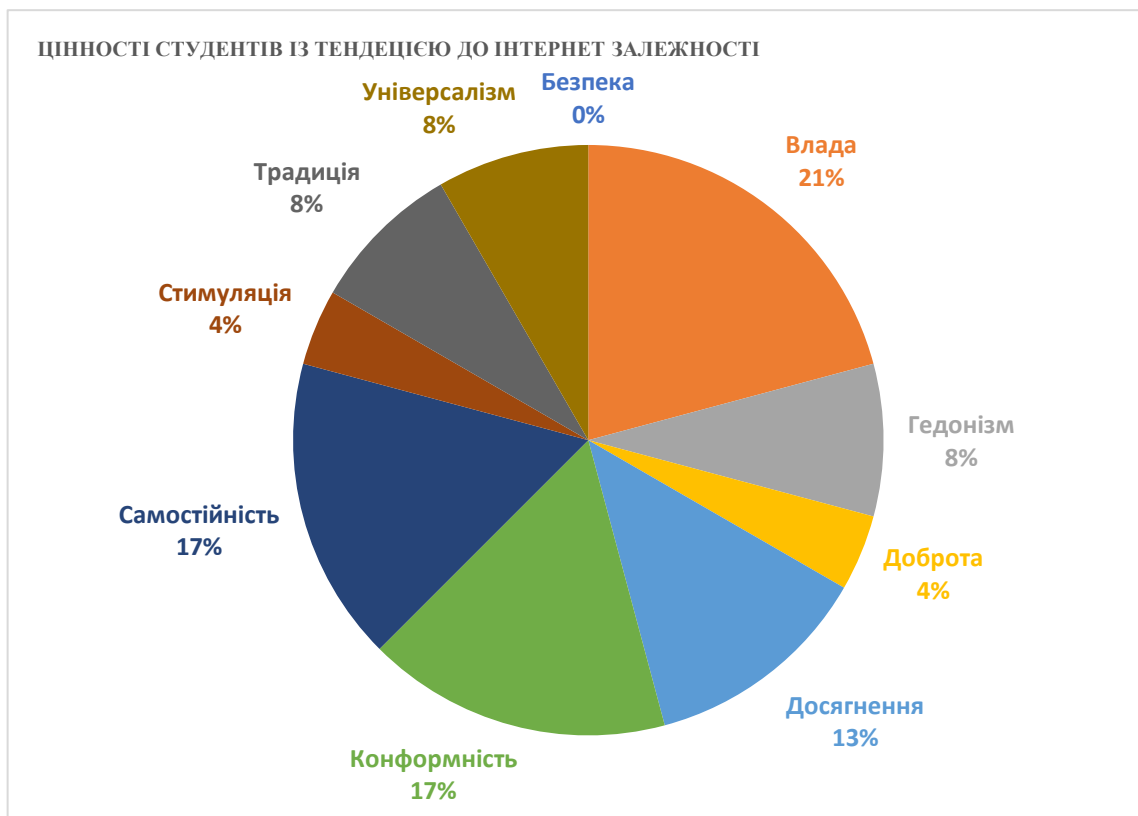
1) Студенти без тенденції до інтернет залежності: характеризуються сильним акцентом на універсалізмі, що означає, що вони надають пріоритет розумінню, вдячності, толерантності та захисту для добробуту всіх людей і природи. Вони також керуються досягненнями, цінуючи особистий успіх через демонстрацію компетентності відповідно до соціальних стандартів, і стимулюванням, шукаючи хвилювання, новизни та викликів у житті. І навпаки, вони не надають значення владі, тобто не віддають пріоритету соціальному статусу чи контролю над людьми та ресурсами. Автономність, що вказує на відсутність інтересу до незалежності в думках, діях і традиціях, не проявляючи особливої схильності до поваги, відданості та прийняття звичаїв та ідей, які надає собі традиційна культура чи релігія. Помірні оцінки з безпеки вказують на те, що безпеці та стабільності суспільства, стосунків і себе надається певне значення. Подібним чином помірні показники в гедонізмі, доброзичливості та конформності свідчать про збалансований підхід до задоволення та чуттєвого задоволення для себе, благополуччя людей, з якими ви часто спілкуєтеся та відповідність соціальним очікуванням, відповідно, серед іншого студенти даної групи мають мотиваційну мету універсалізм а також тенденцію до стимуляції та досягнення тобто - розуміння, терпимість і підтримка благополуччя всіх людей, природи та власного «Я». Цінності: згода з самим собою, недоторканність внутрішнього світу, свобода, творчість, різноманітне життя, широта поглядів, відвага, життєрадісність, допитливість, насиченість життя, самоповага, здоров'я, компетентність, репутація, інтелект (Діаграма 3.1.3).



Діаграма 3.1.3. ціннісні орієнтації студентів без тенденції до інтернет залежності за методикою Ш. Шварца

2) Студенти з тенденцією до інтернет залежності - характеризуються значним пріоритетом на владу, що означає бажання досягати високого соціального статусу, мати контроль над іншими людьми та ресурсами, а також прагнення до лідерства та впливу. Такий акцент на владі часто асоціюється з конкурентоспроможністю та амбіцією. Конформність та самостійність мають також високі показники, що може вказувати на внутрішній конфлікт між бажанням дотримуватися встановлених правил та норм і водночас бажанням бути незалежними та самодостатніми. Це може означати, що люди в групі цінують соціальне схвалення, але не хочуть повністю жертвувати своєю особистістю та незалежністю. Помірні оцінки в гедонізмі свідчать про певне значення, яке надається насолоді та задоволенню від життя. Традиція та універсалізм також мають помірні оцінки, що може свідчити про певну повагу до культурного спадку та усвідомлення важливості ширших соціальних та глобальних проблем, хоча ці аспекти не домінують. Низькі показники в

доброті та стимуляції можуть вказувати на меншу увагу до інтересів та благополуччя інших людей, а також на відсутність бажання шукати нові враження та емоційні стимули. Відсутність балів за безпеку може означати, що для цієї групи не є важливими стабільність та безпека. В цілому, ця група може бути описана як амбітна, з орієнтацією на владу та соціальний вплив. Вони можуть бути схильними до ризиків та підприємництва, маючи високі аспірації та прагнення до незалежності, при цьому вони мають тенденцію враховувати соціальні очікування та традиції, але не настільки, щоб це обмежувало їхню автономію чи амбіції. (Діаграма 3.1.4).



Діаграма 3.1.4. ціннісні орієнтації студентів із тенденцією до інтернет залежності за методикою Ш. Шварца

1) Студенти з вираженою інтернет залежністю:

ця група студентів демонструє високу цінність на традиції, що вказує на глибоку повагу до культурного спадку, звичаїв та ідей, які передаються з покоління в покоління. Вони, ймовірно, цінують стабільність, порядок і

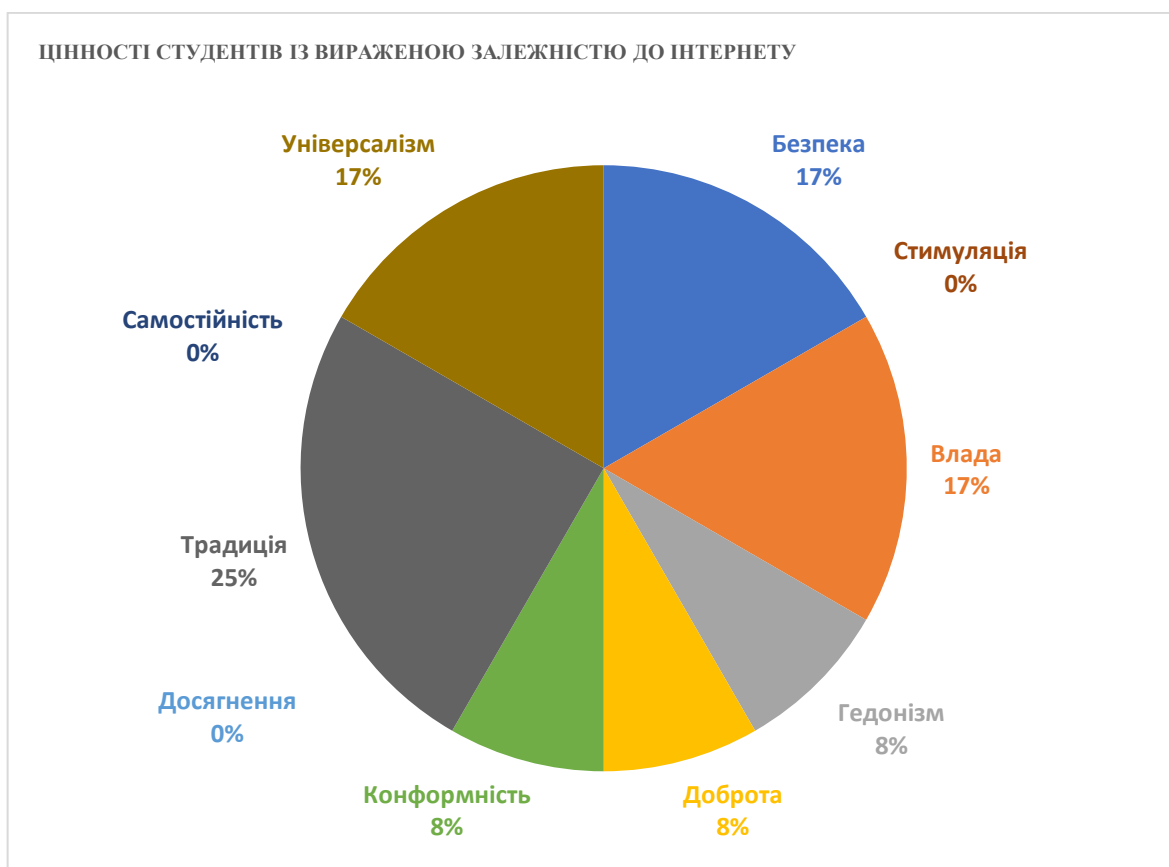
збереження встановлених практик. Безпека та влада мають однакові показники, що свідчить про бажання даної групи студентів до стабільності та захищеності, а також до соціального впливу та контролю. Це може означати, що вони цінують впевненість у своєму соціальному та фізичному оточенні, а також прагнення до певного рівня влади чи авторитету у своїх соціальних групах. Універсалізм також має високий показник, що говорить про усвідомлення та важливість глобальних питань, таких як соціальна справедливість, екологічна стійкість та рівність. Студенти з такими показниками цінностей можуть бути спрямовані на благо всього суспільства та довкілля. Помірні показники в гедонізмі та доброті вказують на здатність отримувати задоволення від життя та демонструвати доброзичливість до інших, хоча ці аспекти не є домінантними у їхніх цінностях. Відсутність показників за досягнення та стимуляцію може свідчити про низьку цінність, яку вони приділяють особистому успіху через досягнення та пошук новизни, змін чи викликів. Також низький показник самостійності підкреслює відсутність акценту на незалежності в думках та діях.

Загалом, ці студенти можуть бути охарактеризовані як консервативні, з орієнтацією на соціальний порядок і гармонію. Вони можуть прагнути до забезпечення безпеки та стабільності в своєму оточенні та схильні підтримувати існуючі соціальні структури, водночас висловлюючи турботу про ширше суспільство та навколишнє середовище (Діаграма 3.1.5).

Важливо зауважити, що ці описи ґрунтуються на середніх балах і можуть значно відрізнятися залежно від окремої особи чи контексту групи, що вимірюється. Теорія основних цінностей Шварца стверджує, що існує десять широких особистих цінностей, які мотивуються одним із чотирьох головних типів потреб: біологічні потреби, координація соціальної взаємодії та потреби виживання та добробуту груп. Цінності керують нашою поведінкою, і їх можна виміряти, щоб зрозуміти культурні відмінності, особисту мотивацію та стратегії вирішення конфліктів. Цей короткий аналіз показав цікаві результати в яких видно що ставлення студентів до інтернету впливає на їхню

мотиваційну мету та систему цінностей. Ті, хто не мають тенденції до інтернет-залежності, орієнтовані на універсалізм, розуміння та благополуччя. Тоді як ті, хто має тенденцію до інтернет-залежності, прагнуть до соціальної влади, престижу та самостійності. З вираженою інтернет-залежністю студенти виявляють представленість традицій, духовності та безпеки.

Цей аналіз свідчить про те, як використання інтернету може впливати на особисті цінності та мотивації, і може слугувати важливим фактором для розуміння особистісного розвитку та спрямованості.



Діаграма 3.1.5. ціннісні орієнтації студентів із вираженою залежністю до інтернету за методикою Ш. Шварца

В ході аналізу та інтерпретації методики «шкала психологічного благополуччя К. Ріфф», загальні результати знаходяться у додатку Г, було розбито студентів на 3 групи (без тенденції до інтернет залежності, з тенденцією та з вираженою інтернет залежністю), це дозволило більш точно проаналізувати студентів по різних шкалах беручи їх отримані в ході інтерпретації бали як середні (таблиця 3.1.1).

Шкали	Рівень інтернет залежності		
	Без тенденції до інтернет залежності	З тенденцією до інтернет залежності	З вираженою залежністю до інтернету
Позитивні відносини	60,3	50,2	49,3
Автономія	47,7	50,6	53,2
Управління навколишнім середовищем	50	47	46,1
Особистісне зростання	62,5	49,1	48,9
Наявність цілей в житті	58	54,1	47,2
Самоприйняття	55,6	49	52,4
Психологічне благополуччя	334,1	300	297,1

Таблиця 3.1.1. середні показники по шкалам за методикою К. Ріфф

Група студентів без тенденції до інтернет залежності відзначається високими балами по шкалі "Позитивні відносини" (60,3) та "Особистісне зростання" (62,5), що може свідчити про їхню здатність підтримувати якісні та гармонійні соціальні зв'язки та прагнення до розвитку своїх особистісних якостей і потенціалу. Ці показники вказують на здорові міжособистісні відносини та високий рівень самореалізації. Бали по шкалі "Наявність цілей в

житті" (58,0) та "Самоприйняття" (55,6) також вищі, що вказує на ясне розуміння своїх життєвих цілей і позитивне ставлення до себе. Це може свідчити про наявність віри у власні здібності та самооцінку. Середні показники по шкалам "Автономії" (47,7) та "Управлінні навколишнім середовищем" (50,0) можуть відображати певну незалежність та самодостатність, але з одночасним визнанням впливу зовнішніх обставин на своє життя. Загальний показник "Психологічного благополуччя" (334,1) є високим, що підкреслює загальну позитивну самооцінку та задоволеність життям серед цієї групи студентів. Вони здатні ефективно керувати своїм життям, мають позитивні відносини з іншими, відчують особистісне зростання, мають цілі і прагнення, і загалом задоволені собою.

Група студентів з тенденцією до інтернет-залежності показує зниження балів у більшості категорій порівняно з групою без такої тенденції, що може свідчити про певні складнощі в їхньому психологічному благополуччі. Загальний показник психологічного благополуччя в них складає 300,0, що на 34,1 пункт менше, ніж у групи без тенденції. Шкала "Позитивні відносини" мають показник 50,2, що є нижчим, і може свідчити про труднощі у встановленні або підтриманні міцних соціальних зв'язків. "Автономія" з оцінкою 50,6 лише трохи вища, ніж у попередньої групи, що може вказувати на бажання зберегти самостійність у прийнятті рішень, незважаючи на зовнішній вплив. Бали по шкалі "Управління навколишнім середовищем" (47,0) та "Особистісне зростання" (49,1) знизились, що може вказувати на проблеми з ефективним керуванням життєвими обставинами та відчуттям прогресу в особистісному розвитку. "Наявність цілей в житті" з оцінкою 54,1 свідчить про певну направленість, але можливо з меншою визначеністю, ніж у студентів без тенденції. "Самоприйняття" з показником 49,0 також нижче, що може відображати менш позитивне ставлення до себе. Загалом, хоча ця група зберігає певний рівень психологічного благополуччя, їхні показники вказують на потенційні труднощі в соціальних відносинах, особистісному

зростанні, самоприйнятті та управлінні життєвими обставинами, що можуть бути пов'язані з їхньою тенденцією до інтернет-залежності.

Група студентів з вираженою інтернет-залежністю показує найнижчі показники психологічного благополуччя у порівнянні з іншими групами, з загальним балом 297,1. Це може свідчити про значний вплив інтернет-залежності на їх загальний добробут. Шкала "Позитивні відносини" має оцінку 49,3, що є найнижчим показником серед усіх груп, що може відображати труднощі у формуванні та підтриманні міцних та здорових соціальних зв'язків. "Автономія" з балами 53,2 є найвищою серед груп, що може вказувати на сильне бажання зберегти незалежність у своїх виборах та діях, незважаючи на можливі виклики. Значення "Управління навколишнім середовищем" (46,1) та "Особистісне зростання" (48,9) є нижчими, ніж у інших груп, що може свідчити про відчуття безсилля або труднощів із самореалізацією. "Наявність цілей в житті" з оцінкою 47,2 також є низькою, що може відображати невизначеність або відсутність ясно визначених життєвих амбіцій. "Самоприйняття" з показником 52,4 знаходиться в середині діапазону серед усіх груп, що може вказувати на деяку впевненість у собі, але це може бути ускладнене через інші негативні чинники. У сукупності, ці дані свідчать, що студенти з вираженою інтернет-залежністю мають значні труднощі у різних аспектах свого життя, включаючи відносини з іншими, особистісний розвиток, досягнення цілей та загальне благополуччя. Важливо зазначити, що інтернет-залежність може бути як причиною, так і наслідком цих викликів, створюючи замкнене коло, яке потребує додаткової уваги.

3.2. Статистичний аналіз отриманих даних

Проводячи статистичний аналіз даних серед студентів по рівню вираженості цінності (мотиваційної мети) за методикою Ш.Шварца та рівню інтернет залежності за допомогою Н-критерію Крускала-Уоллеса, було отримано наступні данні (Таблиця 3.2.1).

Шкалы	Рівень інтернет залежності			N _{емп}	p
	Без тенденції до інтернет залежності	З тенденцією до інтернет залежності	З вираженою Інтернет залежністю		
Влада	2,53	3,73	3,54	15,355	< 0,001
Гедонізм	2,6	3,51	3,47	17,111	< 0,001
Стимуляція	3,94	3,41	3,57	5,593	0,061
Самостійність	4,24	3,41	3,15	16,122	< 0,001
Універсалізм	4,03	3,42	3,72	6,022	0,049
Доброта	4,29	3,32	3,56	12,313	0,002

Таблиця 3.2.1. статистичні відмінності по шкалам методики Ш.Шварца з інтернет залежністю.

Статистичний аналіз дозволив виділити декілька ключових тенденцій у зв'язку між інтернет-залежністю та цінностями студентів:

Влада: є значна статистична значущість в оцінках цінності влади серед учасників з тенденцією (3,73) та з вираженою інтернет-залежністю (3,54) порівняно з тими, хто не має тенденції (2,53). Значення N (15,355) із рівнем значущості $p < 0,001$ свідчить про високу статистичну значущість цих відмінностей. Отже, інтернет-залежність корелює з бажанням контролю або підвищенням соціального статусу через онлайн-інтерації.

Гедонізм: аналогічно є значущість в оцінках цінності гедонізму серед учасників із тенденцією (3,51) та з вираженою залежністю (3,47) у порівнянні з учасниками без тенденції (2,6). Висока статистична значущість (N = 17,111, $p < 0,001$) може вказувати на схильність до шукання задоволення в інтернеті.

Стимуляція: відсутність статистичної значущості ($p = 0,061$) між групами, хоча спостерігається зниження середніх значень від групи без тенденції (3,94) до групи з вираженою залежністю (3,57). Це може свідчити про те, що бажання стимуляції через нові враження та виклики не сильно впливає на інтернет-залежність.

Самостійність: статистично значущі результати ($N = 16,122$, $p < 0,001$) в цінності самостійності, особливо помітне в групі з вираженою залежністю (3,15). Ми прийшли до висновку що, залежність від інтернету впливає на здатність особистості до самостійного прийняття рішень та незалежної думки.

Універсалізм: незначна значущість ($N = 6,022$, $p = 0,049$), що може вказувати на те, що інтернет-залежність має незначний, але все ж вплив на цінність універсалізму.

Доброта: статистично значимий результат ($N = 12,313$, $p = 0,002$) у цінності доброти, що може вказувати на зменшення емпатії та альтруїстичної поведінки серед тих, хто частіше використовує інтернет.

Виходячи з отриманих даних можна сказати, що інтернет-залежність потенційно асоціюється зі зміною ціннісних орієнтацій в сторону більшої залежності від зовнішнього визнання та меншої самостійності та альтруїзму. Інтернет-залежність і її вплив на ціннісні орієнтації потрібно розглядати через призму сучасного соціокультурного контексту, де онлайн-середовище стає значущою частиною повсякденного життя. Цінності влади та гедонізму, які підвищуються серед інтернет-залежних, можуть відображати прагнення до статусу та задоволення, які легко знайти в онлайн-світі через соціальні медіа, ігри та інші віртуальні платформи. Онлайн інтеракції можуть пропонувати швидку винагороду у вигляді "лайків", переглядів або віртуальних досягнень, що стимулюють почуття влади та задоволення. У той же час, зменшення цінності самостійності та доброти серед інтернет-залежних свідчить про зміщення від внутрішньо мотивованих цінностей до тих, що залежать від зовнішніх факторів. Інтернет-залежні можуть втрачати інтерес до саморозвитку та самовираження в реальному світі, зосереджуючись на віртуальних взаємодіях, що менш вимагають від особистої ініціативи та активності. Зниження універсалізму вказує на зменшення зацікавленості в ширших соціальних та глобальних питаннях, які вимагають глибшого розуміння та взаємодії зі світом поза власними особистісними інтересами. Це може відображати тенденцію до інтернет-ізоляції, де онлайн-середовище

обмежує виставлення на ширші соціальні та культурні контексти. Таким чином, інтернет-залежність не лише впливає на поведінку і психологічний стан особистості, але й може суттєво впливати на її ціннісні орієнтації, спрямовуючи їх у бік вищої залежності від інтернету та онлайн-взаємодій. Це підкреслює важливість розуміння інтернет-залежності не тільки як поведінкової проблеми, але й як фактору, що впливає на глибинні ціннісні структури особистості, що може мати далекосяжні наслідки для індивідуального та соціального розвитку.

Проводячи статистичний аналіз даних серед студентів по рівню психологічного благополуччя за методикою К.Ріфф та рівню інтернет залежності за допомогою Н-критерію Крускала-Уоллеса, було отримано наступні данні (Таблиця 3.2.2).

Шкали	Рівень інтернет залежності			H _{емп}	p
	Без тенденції до інтернет залежності	З тенденцію до інтернет залежності	З вираженою інтернет залежністю		
Позитивні відносини	60,3	50,2	49,3	22,802	< 0,001
Автономія	47,7	50,6	53,2	5,657	0,059
Управління навколишнім середовищем	50	47	46,1	4,010	0,135
Особистісне зростання	62,5	49,1	48,9	24,980	< 0,001
Наявність цілей в житті	58	54,1	47,2	15,960	< 0,001
Самоприйняття	55,6	49	52,4	14,767	< 0,001
Психологічне благополуччя	334,1	300	297,1	28,033	< 0,001

Таблиця 3.2.2. статистичні відмінності по шкалам методики К.Ріфф з інтернет залежністю.

Статистично порівнюючи отримані результати потрібно детально розглянути кожен зі шкал:

Позитивні відносини: значна статистична відмінність у групі без тенденції до інтернет-залежності від групи з вираженою залежністю підкреслює можливі проблеми у встановленні та підтриманні міжособистісних контактів. Це може бути пов'язано з витрачанням значної кількості часу онлайн, що зменшує можливість для глибоких, офлайн-зв'язків.

Автономія: незначне зростання в групі з вираженою залежністю може вказувати на помилкове сприйняття особистісної свободи в інтернеті, де вибір здається необмеженим, але це не завжди відповідає реальному відчуттю контролю над власним життям.

Управління навколишнім середовищем: відсутність статистично значущої різниці може вказувати на те, що здатність керувати своїм середовищем не змінюється разом з рівнем інтернет-залежності, або що інші фактори мають більший вплив на цей аспект благополуччя.

Особистісне зростання: статистично значимий показник вказує на те що від рівня інтернет залежності має негативний вплив на саморозвиток. Онлайн-середовище може відволікати від реальних досягнень та особистісного прогресу.

Наявність цілей в житті: статистично значимі відмінності вказують на те що, із збільшенням залежності студенті втрачають фокус на довгостроковому плануванні та цілепокладанні, що є ключовим для надання життю змісту і напрямку.

Самоприйняття: статистично значимі показники вказали що інтернет-залежність впливає на самооцінку. Віртуальні успіхи та невдачі можуть стати важливішими, ніж реальні досягнення, впливаючи на власне сприйняття особистості.

Психологічне благополуччя: значиме зниження загального показника психологічного благополуччя зі зростанням інтернет-залежності підтверджує

загальну тенденцію: інтернет-залежність негативно корелює з психологічним здоров'ям.

Отримані дані підкреслюють, що інтернет-залежність має суттєвий вплив на психологічне благополуччя студентів, зокрема знижуючи якість їхніх відносин, можливості для особистісного зростання, встановлення та досягнення цілей, і загалом зменшуючи самоприйняття. Це може вказувати на необхідність розробки втручань, спрямованих на зменшення інтернет-залежності та підтримку особистісного та соціального розвитку студентів, зокрема через програми з розвитку навичок міжособистісної взаємодії, самоуправління та самооцінки.

Висновки до розділу 3

Аналізуючи отримані дані за методиками К.Ріфф та Ш.Шварца, можна зробити наступні висновки для кожної з груп:

- група без тенденції до інтернет-залежності:

студенти цієї групи проявляють найсильніші позитивні відносини (60,3) та особистісне зростання (62,5), що може відображати здорові міжособистісні зв'язки та активне прагнення до самореалізації. Високі бали в автономії (47,7) та самоприйнятті (55,6) вказують на стійке внутрішнє відчуття незалежності та самовпевненості. Найвищий загальний рівень психологічного благополуччя (334,1) підтверджує їхній загальний психоемоційний статус. Згідно з Ш.Шварцом, високі оцінки універсалізму (4,03) та доброти (4,29) підкреслюють цінності, засновані на емпатії, соціальній справедливості та турботі про інших.

- група з тенденцією до інтернет-залежності:

ці студенти мають помітно знижені показники психологічного благополуччя (300) та спад у сфері особистісного зростання (49,1) та наявності цілей в житті (54,1). Зниження в позитивних відносинах (50,2) може вказувати на потенційні труднощі у створенні міцних соціальних зв'язків. За Шварцом, підвищені рівні влади (3,73) та гедонізму (3,51) можуть відображати зміщення фокусу на зовнішнє визнання та задоволення через онлайн-інтеракції.

- група з вираженою інтернет-залежністю:

найнижчі середні оцінки за К.Ріфф у позитивних відносинах (49,3) та особистісному зростанні (48,9) можуть свідчити про серйозні проблеми у встановленні глибоких відносин та самовдосконаленні. Відчуття цілей в житті (47,2) є низьким, що може показувати відсутність чіткого життєвого напрямку та мотивації. Загальне психологічне благополуччя (297,1) є найнижчим, що вказує на загальні проблеми з психоемоційним станом. За Шварцом, низькі оцінки універсалізму (3,72) та доброти (3,56) показують зниження пріоритетів, пов'язаних з соціальними цінностями, в той час як високі оцінки влади (3,54)

та гедонізму (3,47) можуть свідчити про прагнення до визнання та інтернет-залежної поведінки.

Отже, існує пряма кореляція між інтернет-залежністю і зниженням психологічного благополуччя, що підтверджується зниженням загального психологічного благополуччя від 334,1 до 297,1 та зниженням в шкалах особистісного зростання від 62,5 до 48,9. З іншого боку, збільшення мотиваційної мети (цінностей за Шварцем) до влади та гедонізму з ростом інтернет-залежності вказує на потенційну зміну ціннісних пріоритетів, де віртуальне визнання і задоволення стають більш значущими, ніж реальні міжособистісні взаємодії та особистісний розвиток. Ці дані підкреслюють важливість забезпечення підтримки студентам у боротьбі з інтернет-залежністю та у розвитку цілісної особистості, яка прагне до розвитку позитивних міжособистісних відносин, самореалізації, цілепокладання та внутрішнього благополуччя.

ВИСНОВКИ

- Феномен інтернет-залежності є комплексне соціальне явище, розвиток якого обумовлено низкою факторів ситуаційного та особистісного характеру. Інтернет-залежність є наявність нав'язливого бажання підключитися до інтернету і болючою нездатністю відмовитися від нього. Симптоматика інтернет-залежності визначається виникненням в процесі використання інтернету проблем психологічного характеру, формування стресів, а також падіння статусу користувача в соціальному, психологічному або матеріальному плані, порушення його фізичних можливостей. Але також потрібно звертати увагу на те що розглядаючи питання інтернет-залежності з точки зору тенденцій сучасності, ми стикаємося зі складним взаємозв'язком між технологічним прогресом, соціальними змінами та індивідуальним розвитком. У сучасному світі інтернет є не лише платформою для комунікації та розваг, але й ключовим інструментом для освіти, роботи та доступу до інформації. Сучасний економічний ландшафт часто вимагає від молодих людей бути онлайн для навчання, пошуку роботи та професійного зростання. Це створює додатковий тиск та може підвищувати ризик інтернет-залежності. В контексті сучасності, зміни в особистісних цінностях та психологічному благополуччі, асоційовані з інтернет-залежністю, повинні розглядатися з урахуванням цих складних взаємодій. Необхідно розробляти ініціативи, які враховують широкий контекст сучасного життя, допомагаючи молоді критично оцінювати своє використання інтернету та знаходити здоровий баланс між онлайн та офлайн аспектами життя.

- Ціннісні та смисложиттєві орієнтації в період ранньої дорослості, що охоплює віковий діапазон приблизно від ~ 18 до ~ 29 років, відіграють критичну роль у формуванні особистості, соціальної ідентичності та життєвого шляху індивіда. Цей період характеризується пошуком самостійності, осмисленням особистих цілей та визначенням власних цінностей. Рання дорослість часто ознаменована пошуком та визначенням

власної ідентичності, що включає вибір кар'єри, створення міжособистісних зв'язків та формування політичних, релігійних та філософських переконань. Важливим аспектом цього віку є прагнення до незалежності – фінансової, емоційної та соціальної. Це може включати встановлення власних цілей та планів. Вибір освітнього та кар'єрного шляху часто є центральним у визначенні життєвого сенсу в цей період. Саморозвиток, включаючи навчання та особисте вдосконалення, є ключовим у пошуку та визначенні сенсу життя. Розробка та реалізація довгострокових життєвих планів, включаючи сімейне життя, професійні досягнення та особисті інтереси. Розуміння власного місця у суспільстві та внесок у соціальне благо може бути важливим компонентом смисложиттєвих орієнтацій. Важливо враховувати, що цей період також може бути пов'язаний із викликами, такими як нестабільність, невизначеність та тиск суспільних очікувань, що може впливати на ціннісні та смисложиттєві орієнтації молодих людей.

- За результатами дослідження, було виділено 3 групи студентів по рівню інтернет залежності (без тенденції, з тенденцією та вираженою залежністю від інтернету)

- Дане дослідження підтвердило наявність статистично значимих відмінностей між 3 групами студентів (по інтернет залежності) їх ціннісними орієнтаціями та сенсожиттєвими, а саме:

Група без тенденції до інтернет-залежності: ця група проявляє найвищі показники в сферах особистісного зростання, позитивних відносин і наявності життєвих цілей. Водночас, вони також показують високі оцінки у цінностях, пов'язаних з універсалізмом та самостійністю - це вказує на більш гармонійну інтеграцію індивіда в соціальні структури з одночасним збереженням автономії та прагненням до широких, універсальних цінностей.

Група з тенденцією до інтернет-залежності: студенти цієї групи демонструють помірне зниження у сферах особистісного зростання та позитивних відносин, а також зниження в цінностях доброти та самостійності. Це може свідчити про зміну фокусу з внутрішньо мотивованих цінностей на

зовнішні впливи, що може бути викликане переважанням віртуального спілкування над реальним.

Група з вираженою інтернет-залежністю: найнижчі показники психологічного благополуччя та значне зниження універсализму та доброти свідчать про відсутність глибинних, міжособистісних зв'язків та орієнтацію на внутрішні цінності. Водночас, зростання в оцінках влади та гедонізму відображає збільшення уваги до зовнішніх джерел визнання та задоволення, що може бути пов'язане з аспектами онлайн-взаємодій.

- Гіпотеза даного дослідження про те, що студенти з вищим рівнем інтернет-залежності виявляють відмінності в ціннісних та смисложиттєвих орієнтаціях порівняно з тими, хто має менший рівень інтернет-залежності, існує статистично значущий зв'язок між ціннісними орієнтаціями студентів та їхнім рівнем інтернет-залежності підтвердилась.

- Результати даного дослідження вказують на те, що інтернет-залежність може серйозно впливати на ціннісні та смисложиттєві орієнтації, а також на загальне психологічне благополуччя особистості. Це вимагає більшої уваги до розробки стратегій і програм, спрямованих на попередження та корекцію інтернет-залежності, особливо серед молоді, з метою підтримки більш здорових ціннісних орієнтацій та психоемоційного благополуччя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ТА ДЖЕРЕЛ

- 1 Інтернет-залежність та її корені / [Електроний ресурс] - <https://kpi.ua/637-2>
- 2 Raquel Lozano-Blasco , Alberto Quilez Robres, Alberto Soto Sanchez Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review/ Computers in Human Behavior Volume 130, May 2022 / [Електроний ресурс] - <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563222000231>
- 3 Internet addiction / [Електроний ресурс] - <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/internet-addiction>
- 4 Блохіна І.О. Москаленко О.В. Феномен інтернет-залежності в сучасному суспільстві / [Електроний ресурс] - URL: <https://www.inter-nauka.com/uploads/public/14885655917606.pdf>
- 5 Субашкевич І.Р. Гринаш М.І. Вікові особливості інтернет залежності / [Електроний ресурс] - URL: <http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/32.pdf>
- 6 Бутківська Т. В. Проблема цінностей у соціалізації особистості / Т. В. Бутківська // Цінності освіти і виховання : наук.-метод. зб. / [за заг. ред. О. В. Сухомлинської] ; АПН України. – К., 1997. – С. 27–31.
- 7 Савченко Л. Вивчення ціннісних орієнтацій сучасної студентської молоді / Л. Савченко // Рідна школа. – 2005. – № 8. – С. 39–41.
- 8 Матяж С. В., Березянська А. О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості / [Електроний ресурс] – https://kse.ua/wp-content/uploads/2020/08/Npchdusoc_2013_225_213_7.pdf
- 9 Целякова О. М. Духовність і ціннісні орієнтації студентської молоді України в трансформаційному суспільстві/ О. М. Целякова / Гуманітарний вісник ЗДІА. – 2009. – Вип. 38. / [Електроний ресурс] - URL: http://zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK_38_22.pdf
- 10 І. В. Бринза цінності та сенсожиттєві орієнтації особистості, яка переживає благополуччя/[Електроний ресурс] - https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/11_2011/6.pdf

- 11 Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. Київ : Марич, 2009 232 с. (Серія «Психологічний інструментарій»).
- 12 Крутько С.В., Крюкова М.А. Психологічні особливості життєвих стратегій особистості. Вісник Одеського національного університету. 2011. Т. 16. Вип.7 : Психологія. С.126–131.
- 13 Основи практичної психології за ред. В.Г.Панка. –3-е вид. – К.: Либідь, 2006.
- 14 Wong, P.T.P. (2014). Viktor Frankl's Meaning-Seeking Model and Positive Psychology. In: Batthyany, A., Russo-Netzer, P. (eds) Meaning in Positive and Existential Psychology. Springer, New York, NY. / [Електроний ресурс] - https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5_10
- 15 Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- 16 Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being//*Journal of Personality and Social Psychology*. — 1989. -Vol. 57.— P. 1069-1081.
- 17 Ryff C. D. Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*. — 1995.— №4 — P.99-104
- 18 Олена Легун. Сенс, сенсотворення, сенсожиттєві стратегії як динамічні характеристики особистості / [Електроний ресурс] - <https://social-science.uu.edu.ua/article/477>
- 19 Руденко В. М., Руденко Н. М. Математичні методи в психології: підручник. — К.: Академ-видав, 2009.— 384 с.
- 20 Коргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект / Наталія Вікторівна Коргіна. // *Наука і освіта*. – 2015. – №3. – С. 48–55.
- 21 Коваленко А. Б. Психологічне благополуччя особистості: сутність, чинники та структура / *Гуманітарний корпус*. – 2018. – №16. – С. 80–83.

- 22 Кашлюк Ю. І. Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості / Ю. І. Кашлюк. // Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. – 2016. – С. 170–186.
- 23 Каргіна Н.В. ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. канд. псих. наук : 19.00.01 / Каргіна Н. В. – Одеса, 2018. – 270 с.
- 24 Кашлюк Ю. І. Феномен психологічного благополуччя особистості, як об'єкт психологічного дослідження / Ю. І. Кашлюк. // Психологічні науки. – 2016. – №2. – С. 70–74
- 25 Сердюк Л.З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості / Л.З.Сердюк // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України – Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія – Вип. 17. – Київ, 2017. –С. 124-133. / [Електроний ресурс] - <https://lib.iitta.gov.ua/709129/1/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%8E%D0%BA%201.pdf>
- 26 Karhina, N. 2019. Theoretical Aspects of Psychological Well-Being in Existential Understanding. Psychological Prospects Journal. 33 (Jun. 2019), 127–138. / [Електроний ресурс] - <https://psychoprospects.vnu.edu.ua/index.php/psychoprospects/article/view/553>
- 27 Підручна І.Б. Психологічний аналіз категорії життєвої перспективи особистості. Психологічні перспективи. 2010. Вип.18. С. 204-212.
- 28 Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. Psychological Bulletin, 136(2), 257-301.
- 29 Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology, and spirituality. In P. T. P. Wong (Ed.),

- The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications (2nd ed., pp. 165-184).
- 30 Levinson's Theory: Stages of Adult Life [Электронный ресурс] - URL: <https://www.psychologydiscussion.net/theory/levinsons-theory/levinsons-theory-stages-of-adult-life-human-development-psychology/13594>
- 31 Psychosocial Development in Early Adulthood [Электронный ресурс] - URL: <https://iastate.pressbooks.pub/individualfamilydevelopment/chapter/psychosocial-development-in-emerging-adulthood>
- 32 Developmental Tasks of Early Adulthood [Электронный ресурс] - URL: [https://socialsci.libretexts.org/Courses/Lumen_Learning/Book%3A_Lifespan_Development_\(Lumen\)/11%3A_Module_8_Early_Adulthood/11.03%3A_Developmental_Tasks_of_Early_Adulthood](https://socialsci.libretexts.org/Courses/Lumen_Learning/Book%3A_Lifespan_Development_(Lumen)/11%3A_Module_8_Early_Adulthood/11.03%3A_Developmental_Tasks_of_Early_Adulthood)
- 33 Ahmed Zayed, MD; Internet addiction and health risks: symptoms and treatment [Электронный ресурс] - <https://diamondrehabthailand.com/internet-addiction-and-health-risks/>
- 34 Asya Berberyan, Impact of Internet Dependence on the Life Meaning System of Personality (2021) [Электронный ресурс] - URL: https://www.researchgate.net/publication/351740183_Impact_of_Internet_Dependence_on_the_Life_Meaning_System_of_Personality
- 35 S. S. Bykova, research of value and life-sense orientations of students with different levels of internet addiction (2021) [Электронный ресурс] - URL: https://www.researchgate.net/publication/358429587_research_of_value_and_lifesense_orientations_of_students_with_different_levels_of_internet_addictio.
- 36 Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257-301.
- 37 Bradburn N. M. The psychological well-being. / Bradburn. // Chicago: Aldine.. – 1969
- 38 Neff N. Self-compassion: the proven power of being kind to yourself / Neff. – New York: NY: HarperCollins, 2015. – 320 с.

- 39 Карсканова С. В. Опитувальник «шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації / Карсканова С. В.// практична психологія та соціальна робота. – 2011. – 1. - С. 1-80.

Анотація

Кваліфікаційна робота на тему “Ціннісні та смисложиттєві орієнтації у студентів з різним рівнем інтернет-залежності” зосереджена на аналізі взаємозв'язку між інтернет-залежністю та ціннісними та смисложиттєвими орієнтаціями студентів, зокрема у період ранньої дорослості. У цьому віці молоді люди проходять через значущі новоутворення, такі як особистісне та професійне самовизначення, соціальна адаптація, самореалізація, що грають ключову роль у формуванні їхньої ідентичності. Ці процеси особливо вразливі до зовнішніх впливів, таких як інтернет-залежність, яка може порушувати процеси самовизначення та формування критичного мислення. Дослідження детально розглядає, як інтернет-залежність впливає на розвиток ціннісно-смислової сфери особистості, аналізуючи як вона впливає на ціннісні орієнтації та смисл життя студентів. Робота виявляє особливості ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій у студентів з різним рівнем інтернет-залежності, звертаючи увагу на такі аспекти, як прагнення до безпеки середовища інтернету та його вплив на особистісний розвиток.

Результати дослідження підкреслюють необхідність уваги до проблеми інтернет-залежності, особливо серед молодих людей, та важливості розвитку програм та стратегій, які допоможуть молоді більш критично ставитися до свого використання інтернету, зберігаючи при цьому здорові ціннісні орієнтації та прагнення до самореалізації.

Ключові слова: інтернет-залежність; ціннісні орієнтації; смисложиттєві орієнтації; рання дорослість; самореалізація.

Annotation

The qualification work on the topic "Value and meaningful life orientations in students with different levels of internet addiction" focuses on the analysis of the relationship between Internet addiction and students' value and meaningful life orientations, in particular in the period of early adulthood. At this age, young people go through significant new developments, such as personal and professional self-determination, social adaptation, and self-realisation, which play a key role in shaping their identity. These processes are particularly vulnerable to external influences, such as Internet addiction, which can disrupt the processes of self-determination and critical thinking. The study examines in detail how Internet addiction affects the development of the value and meaning sphere of the individual, analysing how it affects students' value orientations and the meaning of life. The paper reveals the peculiarities of value and meaningful life orientations of students with different levels of Internet addiction, paying attention to such aspects as the desire for a safe Internet environment and its impact on personal development.

The results of the study emphasise the need to pay attention to the problem of Internet addiction, especially among young people, and the importance of developing programmes and strategies that will help young people to be more critical of their use of the Internet, while maintaining healthy value orientations and the desire for self-realisation.

Keywords: internet addiction; value orientations; meaningful life orientations; early adulthood; self-realisation.