

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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності»

Студентки 4 курсу групи ПС-42
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальність 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Аліни РОДЧЕНКО

Керівник
кандидат психологічних наук, доцент
Лілія ЗОТОВА

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

м. Харків – 2025 рік

ЗМІСТ РОБОТИ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ТА КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ	6
1.1. Поняття та структура комунікативної сфери особистості	6
1.2. Комп'ютерна залежність: психологічні підходи до вивчення.	8
1.3. Вплив цифрових технологій на міжособистісне спілкування.	10
ВИСНОВКИ ДО I РОЗДІЛУ	12
РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНОЇ СФЕРИ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ	13
2.1. Організація дослідження: мета, задачі дослідження, характеристика вибірки. Процедура та опис методів дослідження	13
2.2. Розподіл вибірки на групи	15
2.3. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів рівня комунікативностей осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності.	16
2.4. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів потреби у спілкуванні в осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності.	17
2.5. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні в осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності.	17
ВИСНОВКИ ДО II РОЗДІЛУ	19
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	20
ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА	22
АНОТАЦІЯ	24

ВСТУП

Актуальність теми

Сучасний світ дуже швидко удосконалюється, і це обумовлене швидким розвитком інформаційних технологій. На сьогодні майже кожен використовує комп'ютер та Інтернет, це є невід'ємною частиною повсякденного життя більшості людей. Усі аспекти життя ... у цифровий формат: навчатись та працювати зараз можна з будь-якої точки світу, за необхідності зв'язатись з людиною можна за допомогою телефону, і вже за мить людина матиме відповідь, також більшість населення проводить свій вільний час у гаджетах. Однак цей процес має і негативні риси – супроводжується низкою ризиків, серед яких зростання комп'ютерної залежності, що впливає на різні сфери життя, зокрема на соціальні та комунікативні навички.

Комп'ютерна залежність може впливати на комунікативні особливості особистості, змінюючи стиль спілкування, формуючи бар'єри у взаємодії з іншими та знижуючи здатність до емпатії. Водночас залежність від технологій здатна вплинути на самооцінку, рівень тривожності, навички розв'язання конфліктів та управління емоціями.

Дослідження цієї теми є важливим, адже розуміння особливостей комунікації людей з різним рівнем комп'ютерної залежності може допомогти в розробці ефективні методи соціально-психологічної допомоги. Це може сприяти розвитку здорових комунікативних навичок, зменшенню залежності від цифрових технологій та підвищенню якості міжособистісних відносин.

В умовах цифровізації суспільства вивчення впливу комп'ютерної залежності на комунікативну сферу є актуальним як для попередження негативних наслідків, так і для оптимізації особистісного розвитку.

Тож, ми вирішили дослідити особливості комунікативної сфери підлітків, які захоплюються комп'ютерними іграми.

Тема роботи: Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності.

Мета роботи: Дослідити особливості комунікативної сфери у осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності.

Об'єкт дослідження: комунікативна сфера.

Предмет дослідження: комунікативні особливості, що виникають під впливом різного ступеня комп'ютерної залежності.

Гіпотеза дослідження: ми припускаємо, що особи з високим рівнем комп'ютерної залежності мають нижчий рівень комунікативності, вищий рівень емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні та знижену потребу у спілкуванні порівняно з особами з низьким рівнем комп'ютерної залежності.

Завдання:

1. Провести аналіз наукової літератури відповідно до обраної теми дослідження «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності».
2. Визначити особливості впливу комп'ютерної залежності на комунікативну поведінку та потребу в спілкуванні.
3. Провести порівняльний аналіз комунікативності осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.
4. Провести порівняльний аналіз потреб у спілкуванні осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.
5. Провести порівняльний аналіз емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.

Методи дослідження:

У роботі ми використовуємо теоретичні методи дослідження – опрацювання, аналіз та узагальнення наукової літератури за обраною нами темою «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності»; та математико-статистичні методи, а саме: критерій узгодженості Колмогорова-Смірнова – задля

перевірки вибірок на нормальність розподілу; U-критерій Манна-Уїтні – для оцінки відмінностей результатів.

Методики:

1. Тест «Визначення рівня комунікативності»;
2. Тест визначення потреби у спілкуванні.
3. Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В. В. Бойко);
4. Шкала залежності від соціальних мереж (m. G. Shahnawaz, u. Rehman social networking addiction scale).

Характеристика вибірки: вибірка складає 51 особа. За допомогою методики «шкала залежності від соціальних мереж» ми поділили вибірку на дві групи: особи з високим рівнем залежності від соціальних мереж та особи з низьким рівнем залежності від соціальних мереж. Обидві групи складаються з осіб і жіночої, і чоловічої статі.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ТА КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

1.1. Поняття та структура комунікативної сфери особистості

Особистість є складним психологічним об'єктом для дослідження, формується вона під впливом соціокультурних факторів, що також залежить від генетичних передумов. Протягом життя особистість здатна змінюватись та розвиватись; функціонує на свідомому та несвідомому рівнях. Характеризується усталеними тенденціями, що дозволяють вирізняти особистість впродовж життя, ідентифікувати її стиль, дії та сутність.

Особистість здатна проявлятися у багатьох сферах життя, однією з основних та найважливіших є здатність до комунікації з оточуючим її світом, іншими людьми. Комунікація є важливою. Вона є одним з факторів, завдяки якому існує суспільство, бо без спілкування важко уявити існування будь-якої громади. За допомогою спілкування ми маємо змогу передавати, дізнаватись, ділитись необхідною та цікавою інформацією та це допомагає нам критично мислити. Комунікація розуміється як важлива ознака конструктивної взаємодії між людьми у процесі обміну інформацією. Комунікація відбувається з допомогою спілкування, яке є обміном цілісними знаковими утвореннями, що передають знання, думки, ідеї, програми діяльності учасників та їх емоційні стани. Зміст і форми комунікації відбивають суспільні відносини й історичний досвід людей; комунікація є необхідною передумовою функціонування і розвитку усіх соціальних систем, тому що забезпечує зв'язок між людьми, уможливлює нагромадження і передачу соціального досвіду, розподіл праці й організацію спільної діяльності, управління, трансляцію культури.

З метою розробки методологічних основ нової парадигми педагогіки та освіти виникла потреба в аналізі основних понять у сфері комунікації. Аналізуючи дослідження, існують різноманітні підходи до вивчення понять комунікації та спілкування, а також їх ролі. Виділяють декілька підходів у вивченні цих понять. Згідно з першим підходом ці поняття ототожнюють, цієї думки дотримуються

Леонтьєв та Виготський, а також український дослідник Ю. Прилюк на основі історико-лінгвістичного аналізу значень цих термінів, дійшов висновку, що етимологічно та семантично «комунікація» та «спілкування» є тотожними термінами. Відповідно до другого підходу ці поняття різняться. Дослідники, які дотримуються цього підходу стверджують, що «спілкування має і практичний, матеріальний, і духовний, інформаційний, і практично-духовний характер», то «комунікація... є суто інформаційним процесом — передаванням тих або інших повідомлень». Проаналізувавши думку прибічників третього підходу, можемо зазначити, що вони базуються на понятті інформаційного обміну, тобто спілкування не є всеосяжним в плані інформаційних процесів у суспільстві. Цей процес охоплює увесь «соціальний організм», підхоплюючи різноманітні підсистеми та аспекти суспільного життя. Доречно також зазначити, що вербальні повідомлення є лише незначною частиною загального обміну інформацією. У переважній більшості випадків обмін відбувається за допомогою невербальних форм, де носіями інформації є не лише сигнали (міміка, жести, інтонація), але й предмети, речі та об'єкти культури.

Тож, розглянувши декілька підходів у вивченні понять «комунікація» та «спілкування» можемо говорити, що обидва вони є комунікативним процесом — взаємодією між різними суб'єктами комунікації, при якому здійснюється обмін інформацією. Він включає в себе динамічну зміну етапів формування, передавання, приймання, розшифрування і використання інформації в обох напрямках при взаємодії комунікантів. Також вони допомагають нам формувати нашу ідентичність, впливати на самосприйняття та визначати соціальні адаптації. І це є однією з причин, чому важливо досліджувати комунікативну сферу особистості.

Комунікативна сфера особистості — є системою соціально-психологічних процесів, механізмів та навичок, що забезпечують ефективну міжособистісну взаємодію та інформаційний обмін між індивідами.

Комунікативна сфера особистості пов'язує багато різних аспектів, де кожен виконує свою роль у процесі соціальної інтеграції. Відповідно до цього, важливо знати, що усі аспекти для налагодження ефективної комунікації. Адже ведення якісних розмов, розширення своїх знань та навичок допомагають забезпечити

розуміння норм та правил спілкування, вміння адаптуватись та загальні знання про комунікацію.

Але треба пам'ятати, що існує також невербальна комунікація. Вона є додатковим важливим аспектом у побудові розмови, адже для забезпечення ефективності спілкування необхідно не лише вміти чітко говорити свої думки, але й міміку, позування, жести, активне слухання, зоровий контакт тощо.

Отже, комунікативна сфера особистості виступає багатограним та складним явищем, розвиток якого допомагає як полегшити, так і ускладнити процес адаптації людини в суспільстві. У наступному підрозділі розглянемо, яким чином комп'ютерна залежність впливає на її формування.

1.2. Комп'ютерна залежність: вплив цифрових технологій на міжособистісне спілкування. Психологічні підходи до вивчення.

Поява телекомунікаційних мереж та онлайн режиму є великим кроком у розвитку суспільства та новою ерою у світі комунікацій. Це призвело до суттєвих змін у способах комунікації. Наразі більшість населення планети переходить з формату живого спілкування на швидке онлайнове обговорення та обмін думками через безпосередній інформаційний контакт. Поява інтернету, електронних поштових скриньок, мобільних додатків та месенджерів для спілкування дозволила розширити можливості спілкування, зробивши його простішим та доступнішим, проте разом із тим виникли ... для комунікації між людьми під час живого спілкування.

Сучасність вимагає нових рішень та адаптивності. Ще декілька поколінь назад суспільство не мало уявлення про інтернет, смартфон та комп'юери, порте зараз це є невід'ємною частиною життя будь-кого. Через що зростає кількість залежних людей. І ця залежність стає на рівні з алкогольною та наркотичною, і називають її – комп'ютерна залежність.

Комп'ютерна залежність – це патологічна схильність до використання комп'ютерних технологій, що негативно впливає на психоемоційний стан людини, її соціальні відносини та професійну діяльність. Комп'ютерна залежність є

узагальненим поняттям, яке охоплює декілька видів залежності. Виділяють два види: залежність від роботи опосередкованої комп'ютерною діяльністю (off-line ігри, програмування і т.і.), також її називають ігровою залежністю та компульсивне застосування комп'ютера для скролінгу в інтернеті – це використання соціальних мереж та месенджерів для спілкування, ненормоване споживання інформаційного контенту, постійне переглядання новин, статей, відео. Іншими словами, патологічна потреба у використанні інтернету для перегляду контенту, безцільного блукання мережею або проведення часу в соцмережах.

Дослідники даної теми визначили основні психологічні ознаки комп'ютерної залежності:

- Пристрасне захоплення працею чи грою на комп'ютері чи в мережі інтернет,
- Постійне збільшення часу, проведеного за комп'ютером,
- Очікування наступного разу користування комп'ютером,
- Ігнорування близьких,
- Забування про домашні та службові обов'язки, навчання,
- Прояви конфліктності через заборону або прохання припинити проводити час за комп'ютером і не тільки.

За словами американських вчених, тривале проведення часу за комп'ютером призводить до психічного та зорового навантаження, що спричиняє перевтому нервової системи. Вони також звертають увагу на те, що втома від роботи з комп'ютером настає поступово та має накопичувальний ефект, виражаючись у головних болях, порушенні сну та нервовим виснаженням.

Позитивний вплив комп'ютерних технологій на стимулювання інтелектуальної діяльності користувача та покращення його психічних функцій ставав предметом досліджень І.Аршави, Ю.Бабаєва, К.Шоломій та ін. Проте переважна більшість сучасних дослідників віддає перевагу вивченню негативних наслідків комп'ютеризації, пов'язаних з Інтернет-адикцією, інформаційним та психоемоційним перевантаженням, формуванням деструктивного образу світу (Н.Бугайова, Т.Вакуліч, О.Войскунський, М.Гріфітс, Н.Кримова, Н.Чудова та ін.).

Науковці з Китаю, провели високоточні дослідження – магнітно-резонансну томографію та довели, що Інтернет-залежність згубно впливає на мозок людини. Дослідники зазначили що, вплив приведеної залежності на організм людини є майже ідентичним і дуже подібним до впливу, якому підвергаються наркозалежні та хворі на алкоголізм.

Провідні закордонні дослідники (І.Гольдберг, Н.Спапіра, К.Янг та ін.) взагалі відверто називають глобальну комп'ютеризацію приватного життя хворобою XXI століття та визначають пристрасну захопленість комп'ютерною діяльністю як нехімічну залежність, яка пов'язана з надлишковою взаємодією людини з комп'ютером.

1.3. Вплив цифрових технологій на міжособистісне спілкування

Комп'ютерна залежність та інтернет залежність більшістю науковців трактується як психічний розлад, що впливає на нормальний процес життєдіяльності особистості та має свої варіанти прояву та процес течії. Дані феномени, поки не визнані на офіційному рівні тобто не включені в класифікацію захворювань МКХ-10 і розладів DSM IV, (однак, плануються у майбутніх редакціях даних класифікаторів). На період сьогодення недостатньо описана симптоматика та анамнез, не достатньо чітко виявлені критерії розмежування Інтернет-адикцій, комп'ютерних адикцій, ігрової залежності, а деякі нові види кібер-адикцій взагалі ще недостатньо вивчені і невраховані міжнародними класифікаторами хвороб. Тим не менше, існують в нашій дійсності і дозволяють говорити про людину як жертву кібер-соціалізації.

Варто ще звернути увагу на те, що на формування залежності може впливати декілька аспектів. Одним з них є вимушеність перебувати у дистанційності. В умовах, які наразі склались, значна частина життя стала перенесеною в монітор. Через що в багатьох людей, зокрема молодих людей та людей середнього віку, знизився рівень живого спілкування, що зумовлює виникнення соціальної ізоляції. Соціальна ізоляція виникає, коли члени соціального виду (як люди) мають повну або майже повну відсутність контакту з суспільством.

Другим, не менш значущим аспектом, є соціально-психологічні чинники. Люди, які переживають кризи, наприклад, розлучення, втрата роботи, вигорання або мають труднощі з спілкуванням в реальному житті, часто шукають розраду поза реальним світом – у віртуальному. З цього боку, комп'ютерна залежність виникає через бажання та спосіб компенсувати тривогу та стрес, де цифрове суспільство стає безпечним простором, де людина може відчувати себе впевнено та комфортно. Здебільшого такі люди надають перевагу електронному листуванню, іграм та скролінгу соціальних мереж вдома, аніж зустрічі з друзями на свіжому повітрі за філіжанкою кави. Це спричиняється тим, що для таких осіб даний вид спілкування є не таким енергетично затратним, та є можливість контролювати те, що говориться. Проте тут важливим є звернути увагу на те, що комунікація у такої групи осіб переходить у формат коротких поверхневих повідомлень, знижується вміння розпізнання невербальної комунікації, ускладнення побудови довірливих відносин з оточуючими.

У молоді комп'ютерна залежність також може виникати через бажання популярності та вираження власного «я». Задля створення ідеального образу персонажу, що відповідає сучасним трендам, молоді люди та дівчата поглиблюються у віртуальний світ: слідкують за усіма новими трендами, повторюють їх, удосконалюють, виконують божевільні челенджі, відслідковують кількість вподобайок. Виникає намір до уникнення реальних соціальних ситуацій, де неможливо «редагувати» свою особистість так, як це можливо в онлайн-просторі.

Таким чином, комп'ютерна залежність змінює комунікативну сферу як дорослих, так і молодих людей, роблячи їх менш соціально активними, менш емоційно відкритими та менш ефективними у взаємодії з іншими. Вони можуть віддавати перевагу онлайн-спілкуванню, втрачати навички невербальної комунікації та активного слухання, поступово ізолюватися від суспільства. Це може призводити до соціальних труднощів, конфліктів у сім'ї та на роботі, а також до зниження загального рівня добробуту. Важливо усвідомлювати ці ризики та знаходити баланс між цифровими технологіями та реальним життям.

ВИСНОВКИ ДО I РОЗДІЛУ

Отже, провівши теоретичне дослідження літератури за темою «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності», можемо сказати:

1. Комунікативна сфера є важливим аспектом психічного розвитку особистості, що допомагає визначити соціальні зв'язки, адаптацію та ефективність взаємодії з іншими людьми. Термін «комунікація» ми можемо використовувати в двох значеннях. У більш широкому значенні термін «комунікація» є загальним поняттям, що визначає всю сферу «комунікаційної проблематики», а у вузькому значенні «комунікація» є поняттям, що характеризує суто технічний, або технологічно-інформаційний аспект. Термін «спілкування» ж позначає форму комунікації у сфері між людської взаємодії.

2. Комп'ютерна залежність є серйозним психологічним феноменом, який впливає на комунікативну сферу особистості. Через що виникають зниження навичок живого спілкування, проблем у соціальній адаптації та навіть психічних розладів. Ознаками комп'ютерної залежності є нав'язливе бажання перебувати за комп'ютером та в інтернеті без нагальної потреби в цьому, ігнорування соціальних контактів на користь віртуального спілкування, погіршення сну, зниження фізичної активності та втрата контролю над часом, проведеним із використанням гаджетів та цифрових технологій.

3. Цифрові технології мають як позитивні, так і негативні аспекти впливу на особистість. До позитивного можна віднести вплив на інтелектуальну діяльність особистості та покращення психічних функцій. А до негативних – комп'ютерна та інтернет залежності стають проблемами ХХІ століття.

РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНОЇ СФЕРИ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

2.1. Організація дослідження: мета та задачі дослідження, опис методів дослідження

Об'єкт дослідження: комунікативна сфера.

Предмет дослідження: комунікативні особливості, що виникають під впливом різного ступеня комп'ютерної залежності.

Мета дослідження: дослідити особливості комунікативної сфери у осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності.

Гіпотеза дослідження: наше припущення – особи, які мають високий рівень комп'ютерної залежності мають нижчий рівень комунікативності, вищий рівень емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні та знижену потребу у спілкуванні на відміну від осіб, які мають низький рівень комп'ютерної залежності.

Завдання:

1. Провести порівняльний аналіз комунікативності осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.
2. Провести порівняльний аналіз потреб у спілкуванні осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.
3. Провести порівняльний аналіз емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності.

Математико-статистичні методи дослідження:

Критерій узгодженості Колмогорова-Смірнова – з його допомогою, ми визначили, чи є розподіл вибірки нормальним. Відповідно до отриманих результатів ми використали наступну методику:

U-критерій Манна-Уїтні – для проведення порівняльного аналізу отриманих даних на виявлення відмінностей результатів.

Методики дослідження:

1. Тест «Визначення рівня комунікативності». Дана методика допомагає визначити рівень особистої комунікативності у досліджуваних. []
2. Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В. В. Бойко). Методика спрямована на виявлення наявних емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні особистості.
3. Тест визначення потреби у спілкуванні. Тест допомагає виявити чи є в особистості потреби у спілкуванні.
4. Шкала залежності від соціальних мереж (m. G. Shahnawaz, u. Rehman social networking addiction scale). За допомогою цієї методики ми можемо вивчити чи є залежність від соціальних мереж у досліджуваних. [].

Характеристика вибірки:

У дослідженні взяли участь 51 особа різного віку та статевої приналежності. В ході дослідження за результатами методики «Шкала залежності від соціальних мереж» ми розділили досліджуваних на 2 групи. Перша група складається з осіб, які мають високий показник залежності від соціальних мереж, друга – низький показник залежності.

Згідно з визначеними метою та задачами дослідження ми обрали потрібну вибірку, яку згодом розподілили на дві групи за показником залежності від соціальних мереж. Опісля обрання методик, ми надали Google Form, в якій чотири методики, учасникам дослідження.

Структуризація та первинна обробка даних відбувалась у програмі Excel. Статистична обробка виконувалась за допомогою наступних програм: Excel та SPSS. Перевірячи вибірку на нормальність розподілу, критерій Колмогорова-Смірнова показав, що розподіл нашої вибірки не є нормальним. Наприкінці дослідження ми провели аналіз отриманих даних, інтерпретацію результатів та сформулювали узагальнюючі висновки.

2.2. Розподіл вибірки на групи

Для визначення розподілу досліджуваних по групах, нами була використана методика «Шкала залежності від соціальних мереж». Дані порівняльного аналізу залежності від соціальних мереж, представленні в таблиці №1.

Таблиця №1

Шкала	Середнє значення М (група з високим показником залежності)	Середнє значення М (група з низьким показником залежності)	U	p
Значущість соціальних мереж	37,04	14,52	-5,442	0,001**
Самопочуття за неможливості користування соціальними мережами	33,98	17,70	-4,006	0,001**
Конфлікт через соціальні мережі	33,54	18,16	-4,092	0,001**

Примітка: ** $p \leq 0,01$

Відповідно до отриманих та представлених даних, бачимо, що є значуща відмінність за усіма трьома шкалами «Значущість соціальних мереж», «Самопочуття за неможливості користування соціальними мережами», «Конфлікт через соціальні мережі» та свідчить про те, що у досліджуваних з високим рівнем залежності від соціальних мереж страждає самопочуття, коли вони не мають змоги користуватись соціальними мережами, бо вони для них мають велику значущість та основі цього в них можуть виникати конфлікти з оточуючи.

Особи з низьким рівнем залежності від соціальних мереж мають гарне самопочуття, якщо вони не можуть користуватись соціальними мережами, їх

значимість для них не є важливою та конфлікти через соціальні мережі у них не виникають.

2.3. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів рівня комунікативності в осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності

Використовуючи U-критерій Манна-Уїтні, ми провели порівняльний аналіз рівня комунікативності з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності:

Отримані дані за тестом визначення рівня комунікативності, ми отримали наступні показники, представлені у таблиці № 1.

Таблиця №2

Шкала	Середнє значення М (група з високим показником залежності)	Середнє значення М (група з низьким показником залежності)	U	p
Рівень комунікативності	30,12	21,72	-2,026	0,043*

Примітка: * $p \leq 0,05$

За отриманим даними, бачимо, що результат є значущим. Показник середнього значення М у групі з високим показником залежності (30,12) значно перевищує показник у групі з низьким показником (21,72). Тому можемо стверджувати, що особи з високим рівнем комп'ютерної залежності є товариськими, завжди почуваються впевнено, здатні висловлювати свою думку навіть, якщо їх знання є поверхневими, беруться за будь-яку справу, але не завжди її доводять до кінця. Чого не скажеш про людей з низькою комп'ютерною залежністю, їх можна описати як мовчазних, некомунікабельних та таких, що надають перевагу перебуванню на самоті.

2.4. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів визначеної потреби у спілкуванні в осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності.

За даними, які ми отримали з тесту визначення потреб у спілкуванні, ми маємо дані, представлені у таблиці №2.

За даними у таблиці вище, можемо стверджувати, що не зважаючи на рівень комп'ютерної залежності (від соціальних мереж) високий він чи низький, це не впливає на потреби особистості у спілкуванні.

Таблиця №3

Шкала	Середнє значення М (група з високим показником залежності)	Середнє значення М (група з низьким показником залежності)	U	p
Потреби у спілкуванні	28,83	23,06	-1,391	0,164

Примітка: * $p \leq 0,05$

2.5. Порівняльний аналіз та інтерпретація результатів емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні в осіб з високим та низьким рівнем комп'ютерної залежності.

З отриманих даних, за методикою визначення емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні, ми отримали наступні результати, представлені у таблиці №3.

За результатами в таблиці №3 бачимо, що значуща відмінність присутня за шкалою «Неадекватний прояв емоцій» ($U = -2,202$; $p = 0,028$). Показник середнього значення переважає у групі з високим рівнем комп'ютерної залежності (від соціальних мереж).

Це може бути зумовлене тим, що особи, які мають високий рівень залежності від соціальних мереж здатні неадекватно проявляти свої емоції, вони шкодять встановленню контактів з іншими, можуть мати дезорганізуючі реакції чи стани.

Інша група, з низьким рівнем залежності від соціальних мереж, навпаки, вміють контролювати свої емоції, вони їм не заважають будувати комунікацію з оточуючими, емоційних бар'єрів у них або зовсім немає, або вони практично не виникають.

Таблиця №3

Шкала	Середнє значення М (група з високим показником залежності)	Середнє значення М (група з низьким показником залежності)	U	p
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	26,79	25,18	-0,409	0,683
Неадекватний прояв емоцій	30,33	21,50	-2,202	0,028*
Негнучкість та невиразність емоцій	26,48	25,50	-0,243	0,808
Домінування негативних емоцій	25,71	26,30	-0,144	0,886
Небажання зближуватись з людьми на емоційній основі	24,77	27,28	-0,618	0,536

Примітка: * $p \leq 0,05$

Також варто зазначити, що хоча значимості не виявлено, але можна говорити про те, що показники за шкалами «Домінування негативних емоцій» та «Небажання зближуватись з людьми на емоційній основі» вищі у групи осіб з низьким рівнем залежності. Можемо припустити, що це спричинене особливостями емоційної сфери та психологічними характеристиками досліджуваних. Вони можуть несвідомо чи

свідомо уникати спілкування через внутрішню закритість, негативний попередній досвід або труднощі в емоційній саморегуляції, що ускладнює формування міжособистісних відносин.

ВИСНОВКИ ДО II РОЗДІЛУ

Провівши емпіричне дослідження за темою «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності», можемо стверджувати, що:

- Психодіагностичний інструментарій відповідає поставленим меті та завданнями. Розподіл вибірки за групами показав, що поділ є правильним та групи створені відповідно до поставленої мети та завдань.

- Порівняльний аналіз рівня комунікативності показав значущу відмінність та доводить, що особи, які мають високий рівень комп'ютерної залежності (від соціальних мереж) мають високий рівень комунікативності. Вони товариські, легко встановлюють контакти та комунікативні. Особи з низьким рівнем комп'ютерної залежності (від соціальних мереж) мають нижчий рівень комунікативності, надають перевагу самотності.

- Порівняльний аналіз потреб у спілкуванні не виявив значущих відмінностей, тому, якщо людина має потреби у спілкуванні це жодним чином не пов'язане з її рівнем комп'ютерної залежності.

- Порівняльний аналіз емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні показав, що серед емоційних бар'єрів переважає показник за шкалою «Неадекватний прояв емоцій» в осіб з високим рівнем комп'ютерної залежності (від соціальних мереж). Таку закономірність можна пояснити їхньою ізольованістю від зовнішнього світу та анонімністю у соціальних мережах. Інші шкали не показали значущості. Проте ми помітили, що виразність шкал «Домінування негативних емоцій» та «Небажання зближуватись з людьми на емоційній основі» вище у групі осіб з низьким рівнем комп'ютерної залежності (від соціальних мереж).

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Отже, у цій кваліфікаційній роботі на тему «Особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності» ми провели теоретичне та емпіричне дослідження та дійшли до наступних висновків:

- У ході теоретичного аналізу наукових джерел, ми з'ясували, що комунікативна сфера є важливою складовою психічного розвитку особистості, яка, в свою чергу, забезпечує ефективну соціальну взаємодію та адаптацію. Окреслили поняття «комунікація» та «спілкування» в контексті міжособистісних відносин. Розкрили поняття комп'ютерної залежності як актуального психологічного феномену, що має негативні впливи на комунікативні навички, може сприяти труднощам у соціальній адаптації та може бути чинником психоемоційних порушень. Проаналізували роботи науковців та зрозуміли, що цифрові технології та їх можливості мають подвійний вплив на особистість. По-перше, вони стимулюють інтелектуальний розвиток, що є позитивний аспект розвитку цифрових технологій, та, по-друге, підвищують ризик формування залежності від гаджетів та віртуального середовища, що є негативним аспектом.

- У ході емпіричного дослідження рівня комунікативності під час порівняльного аналізу ми виявили, що рівень комунікативності в осіб з високим рівнем комп'ютерної залежності вищий, аніж у осіб з низьким рівнем комп'ютерної залежності. Це спростовує нашу гіпотезу, бо ми припускали, що рівень комунікативності в осіб з високим рівнем залежності буде нижче, а у осіб з низьким рівнем – вище. Емпіричне дослідження показало зворотне.

- У ході порівняльного аналізу рівня комп'ютерно залежності та потреб у спілкуванні особистості ми виявили, що потреби у спілкуванні, які має особистість ніяк не пов'язані з тим, чи має дана особистість комп'ютерну залежність. Це спростовує нашу гіпотезу (особи з високим рівнем комп'ютерної залежності мають знижену потребу у спілкуванні, ніж особи з низьким рівнем залежності).

- Проводячи порівняльний аналіз осіб з високим та низьким рівнями комп'ютерної залежності та їх емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні,

ми побачили, що значущим є показник за шкалою «Негативний прояв емоцій» у групі з високим рівнем комп'ютерної залежності. Усі інші кали не показали значущих результатів. Проте ми прослідкували закономірність: виразність шкал «Домінування негативних емоцій» та «Небажання зближуватись з людьми на емоційній основі» є вищою у осіб з низьким рівнем комп'ютерної залежності. Це доводить, що емоційні бар'єри в міжособистісному спілкуванні є в осіб з обох груп, але виразність різна для кожної з них. Наша гіпотеза підтвердилась, у осіб з високим рівнем комп'ютерної залежності вищий рівень (за однією шкалою) емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні, ніж в осіб з низьким рівнем комп'ютерної залежності.

ВИКОРИСТАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Асєєва, Ю. Комп'ютерна залежність, інтернет-залежність та кібер-адикції (історичний огляд дефініції) / Ю. Асєєва // Психологічний часопис. – 2020. – Т. 6, № 6. – С. 57–65. – DOI: 10.31108/1.2020.6.6.6.
2. Ващинець, Г. П. Інтернет-залежність та її вплив на розвиток особистості : метод. рек. / Г. П. Ващинець. – Ужгород, 2019. – 39 с.
3. Дискурс поняття «комунікація» в контексті формування сучасної парадигми освіти / М. Д. Прищак // Вісник Вінницького політехнічного інституту. – 2010. – № 1. – С. 25–29.
4. Дущенко, О. С. Комп'ютерна залежність та інтернет-залежність: шляхи боротьби / О. С. Дущенко // Редакційна колегія журналу. – 2019.
5. Загнітко, А. Сучасний лінгвістичний словник / А. Загнітко. – Вінниця : ТВОРИ, 2020. – 920 с.
6. Жолудєва, С. Міжособистісні стосунки підлітків з комп'ютерною залежністю / С. Жолудєва // Дитина в цифровому світі. – 2023. – DOI: 10.61365/forum.2023.101.
7. Калюжна, Є. Комп'ютерна залежність як фактор дисгармонії міжособистісних стосунків у підлітковому віці / Є. Калюжна, С. Гайдаєнко // Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. – 2021. – № 3(52). – С. 56–62. – DOI: 10.32689/maur.psych.2021.3.8.
8. Корніяка, О. М. Комунікативна компетентність сучасного фахівця–педагога і психолога / О. М. Корніяка // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького ДПУ імені Г. Сковороди. – 2013. – № 30. – С. 544–551.
9. Лінгвістика. Лінгвокультурологія: міжкультурна й міжмовна комунікація: проблеми, питання, вирішення : колективна монографія / за заг. ред. Ю. О. Шепеля. – Дніпро : Акцент ПП, 2018. – Т. 12, ч. 2. – 336 с.

10. Мареніч, Г. Інтернет-залежність студентів від комп'ютерних ігор та онлайн-спілкування / Г. Мареніч, А. Явтушенко, О. Самойлова // Збірник наукових праць ЛОГОС. – 2020. – С. 111–113. – DOI: 10.36074/11.12.2020.v3.37.
11. Мащак, С. О. Комунікативна компетентність особистості як соціально-психологічна проблема / С. О. Мащак // Проблеми сучасної психології. – 2010. – Вип. 10.
12. Прилюк, Ю. І. Спілкування і суспільні закони / Ю. І. Прилюк // Суспільні закони та їх дія. – К., 1995.
13. Сіроха, Л. В. Комп'ютерна залежність як вид адиктивної поведінки / Л. В. Сіроха // Теорія і практика сучасної психології. – 2018. – № 3. – С. 76–80.
14. Тест «Визначення рівня комунікативності» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://studfile.net/preview/5258391/page:32/>
15. Методика «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» / В. В. Бойко [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vipsoft.blob.core.windows.net/contest/c497532026a08131460d90a255206eda.pdf>
16. Методика «Діагностика потреб у спілкуванні» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://jablunycky-nvk.at.ua/Psiholog/test_viznachennja_potrebi_u_spilkuvanni.doc
17. Шкала залежності від соціальних мереж (M. G. Shahnawaz, U. Rehman Social Networking Addiction Scale) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/24746/22439>
18. Appel, M., Marker, C., Gnambs, T. Are social media ruining our lives? A review of meta-analytic evidence // *Review of General Psychology*. – 2020. – Vol. 24(1).
19. Graciyal, G., Viswam, D. Social media and emotional well-being: pursuit of happiness or pleasure // *Asia Pacific Media Educator*. – 2021. – Vol. 31(1).
20. Positive Emotions Associated with "Counter-Strike" Game Playing [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/234106929_Positive_Emotions_Associated_with_Counter-Strike_Game_Playing

21. Wu, A., Cheung, V., Ku, L., Hung, E. Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users // *Journal of Behavioral Addictions*. – 2013. – Vol. 2(3). – P. 160–166. – DOI: 10.1556/jba.2.2013.

АНОТАЦІЯ

Родченко А.О. Кваліфікаційна робота. Тема – особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності.

У кваліфікаційній роботі розглядаються особливості комунікативної сфери осіб з різним рівнем комп'ютерної залежності. В умовах цифровізації суспільства дедалі актуальнішою стає проблема впливу цифрових технологій на міжособистісну взаємодію, зокрема на здатність до ефективної комунікації. Робота поєднує теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення поняття комунікації, структури комунікативної сфери та феномену комп'ютерної залежності з емпіричним дослідженням, проведеним на вибірці з 50 осіб.

Дослідження охоплює такі аспекти комунікативної сфери, як рівень комунікативності, потреба у спілкуванні та емоційні бар'єри в міжособистісному спілкуванні. Використано низку валідних психодіагностичних методик, зокрема тест на рівень комунікативності, шкалу залежності від соціальних мереж, тест на потребу у спілкуванні та методику виявлення емоційних бар'єрів. Результати свідчать, що особи з високим рівнем комп'ютерної залежності демонструють вищу товариськість, але мають більше емоційних труднощів, зокрема неадекватне вираження емоцій.

Отримані результати можуть бути корисними для психологів, педагогів та соціальних працівників у сфері профілактики комп'ютерної залежності та формування здорових соціальних зв'язків в умовах цифрового середовища.

Ключові слова: комп'ютерна залежність, комунікативна сфера, соціальні мережі, емоційні бар'єри, міжособистісна взаємодія.

ANNOTATION

Rodchenko A. Qualification work. Topic - Traits of the communicative sphere of persons with different levels of computer addiction/

This qualification thesis explores the characteristics of the communicative sphere in individuals with varying levels of computer addiction. In the context of rapid digitalization, the influence of computer technologies on interpersonal communication and social interaction has become a critical issue. The paper combines a theoretical review of key concepts such as communication, the structure of communicative processes, and computer addiction with empirical research involving a sample of 50 participants.

The study examines communicative features including the level of communicability, the need for communication, and emotional barriers in interpersonal interaction. Several validated psychodiagnostic tools were used: a communicability test, the Social Networking Addiction Scale, a communication need test, and a diagnostic method for emotional barriers. Findings indicate that individuals with a high level of computer addiction tend to be more sociable, yet they face greater emotional challenges, especially in expressing emotions adequately.

The results have practical significance for psychologists, educators, and social workers seeking to prevent digital dependency and foster healthy communication skills in the digital age.

Keywords: computer addiction, communicative sphere, social networks, emotional barriers, interpersonal interaction.