

# ДИПЛОМНА РОБОТА

ОС «бакалавр»

на тему: «Вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності  
особистості»

Виконав: студент 4-го курсу, групи ПП-41

напряму підготовки

6.030103 «Практична психологія»

Мишко Л.Ю

Керівник Березовська Л.І

Рецензент Сняданко І.І

Мукачєво- 2019 року

## **ЗМІСТ**

|  |    |
|--|----|
| <b>ВСТУП</b> .....   | 3  |
| <b>РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЛОКУС-КОНТРОЛЮ ТА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТ</b>                         |    |
| 1.1 Поняття локус-контролю, його різновиди.....  | 6  |
| 1.2 Інтернет-залежність: поняття, специфіка.....   | 13 |
| 1.3 Причини, які сприяють формування Інтернет-залежності.....  | 22 |
| <b>РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЛОКУС-КОНТРОЛЮ НА ФОРМУВАННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ</b> |    |
| 2.1. Опис методики та процедури дослідження.....   | 31 |
| 2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів. ....   | 36 |
| 2.3. Рекомендації .....  | 49 |
| <b>ВИСНОВКИ</b> .....  | 54 |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....  | 58 |
| <b>ДОДАТКИ</b>   |    |

## ВСТУП

### *Актуальність дослідження.*

Прискорений розвиток інформаційних процесів у світі вимагає від підростаючого покоління вміння орієнтуватися у швидкоплинному потоці інформації та ефективно засвоювати нові знання. Адже сучасна людина повинна уміти ухвалювати рішення, нести за них відповідальність, володіти активністю, цілеспрямованістю, уміти долати внутрішні та зовнішні бар'єри, що заважають досягненню мети. Важливу роль у вирішенні таких проблем відіграє дослідження такого фундаментального утворення особистості як локус-контролю.

Локус-контроль - поняття досить поширене в сучасній психології, це якість, яка характеризує схильність людини приписувати відповідальність за події, які відбуваються у житті, і результати своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний, або зовнішній локус контролю) або власним здібностям і зусиллям (інтернальний, або внутрішній локус-контролю).

В термінологічному плані існує достатня різноманітність смислових аналогів поняття інтернальність, так і теорій локусу контролю. У порівнянні із зазначеними концепціями, теорія локусу-контролю має найбільш узагальнений характер, а її пояснювальний потенціал використовується при вивченні найрізноманітніших проблем.

Розробка концепції локусу контролю у вітчизняній і зарубіжній психології детермінувала наступні напрямки в її дослідженні: локалізація причин і формування стилів атрибуції; джерела двох типів атрибутивних процесів; різні аспекти і вимірювання сприйманого контролю; індивідуальні особливості та відмінності в поведінці людей, що мають інтернальний локус контролю; розробка адекватних показників вимірюваних феноменів.

Локус-контролю є надзвичайно важливою характеристикою особистості, а його рівень має вплив на здійснення ним різних дій в процесі життєдіяльності. Саме тому ця психологічна категорія потребує постійних досліджень. Таким чином, концепція локусу контролю є перспективним

напрямок психології особистості. Незважаючи на те, що дихотомія «екстернальність-інтернальність» інтерпретуються по-різному, часом в рамках взаємовиключних теорій, ясно, що локус-контроль особистості є її важливою інтегральною характеристикою, показником взаємозв'язку між ставленням людини до самої себе і до навколишнього світу.

Інтернет-залежність - актуальна проблема сучасності, що впливає на особистість молодшої людини, яка є чутливою до впливу адикції. Інтернет-залежність негативно діє на всі сфери життя людини, призводячи до появи особистісних деформацій та дизгармонізації особистості. Адикція руйнує стосунки людини із соціумом, спричиняє її повне заглиблення у віртуальну реальність, а як наслідок - змінюються риси характеру людини, емоційно-вольова сфера, втрачається здатність до самоконтролю, з'являється емоційна нестабільність, дратівливість, неадекватна поведінка тощо.

У низці досліджень встановлено, що користування мережею Інтернет здатне здійснювати різноплановий та суперечливий вплив на психологічні особливості особистості в юнацькому віці, зокрема студента, іноді призводячи, з одного боку, до розвитку та посилення інтернет-залежності, агресивності, депресивності, з іншого до інтенсифікації процесів самоактуалізації, самопізнання, творчого розвитку особистості та її продуктивного самоствердження. Звідси випливає нагальна проблема вияву і профілактики відповідних негативних та посилення позитивних явищ змін психологічних особливостей особистості, яка, перебуваючи у вищому навчальному закладі, активно використовує комп'ютерні технології.

Тому усе більшої актуальності набуває проблема патологічного використання Інтернету. Йдеться про так-звану «Інтернет-залежність» (Інтернет-адикція, віртуальна адикція). Проблему вивчали як зарубіжні (К.Янг, А.Голдберг, Д.Грінфілд, Дж.Сулер, Р.Девіс, М.Орзак, М.Гріффітс, А.Войскунский, А.Єгоров, Н.Кузнецова, А.Андрєєв, А.Анциборов, В.Астафєв, В.Бурова, Л.Пережогін), так і вітчизняні дослідники (Т.Карабин, О.Петрунько, В.Посохова, А.Церковний), однак досі не розроблена чітка та

загальноприйнята система критеріїв цієї залежності та недостатньо вивчені її чинники.

Враховуючи недостатність вивчення, теоретичне та практичне значення проблеми локус-контролю та Інтернет-залежності нами було проведено дослідження на тему «Вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності особистості».

**Мета дослідження:** теоретично проаналізувати та емпірично дослідити вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності у особистості.

**Завдання дослідження:**

1. Теоретично проаналізувати психологічні підходи до локус-контролю та Інтернет-залежності.

2. Емпірично дослідити вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності.

3. Надати рекомендації зі зниження Інтернет-залежності у студентів.

**Об'єкт дослідження** – локус-контроль особистості.

**Предмет дослідження** – вплив локус-контролю на Інтернет-залежність.

**Методи дослідження.** Для розв'язання завдань дослідження було застосовано: теоретичний аналіз і систематизація науково-теоретичних та методичних джерел, організаційні методи, математичні методи обробки результатів.

**База дослідження.** Емпіричне дослідження здійснювалося в Мукачівському державному університеті. Група досліджуваних: студенти 2-3-х курсів, в кількості 50 осіб.

**Практичне значення.** Результати дослідження можуть бути використані психологами в процесі надання психологічної допомоги студентам.

## ВИСНОВКИ

В дипломній роботі теоретично проаналізовано психологічні підходи до локус-контролю та Інтернет-залежності, емпірично досліджено вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності та надано рекомендації зі зниження Інтернет-залежності у студентів.

Визначено, що локус-контроль - це якість, яка характеризує схильність людини приписувати відповідальність за події, які відбуваються у житті, і результати своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний, або зовнішній локус контролю) або власним здібностям і зусиллям (інтернальний, або внутрішній локус-контролю).

Теоретичний аналіз проблеми дозволяє встановити, що Інтернет-залежність є одним із видів нехімічних техногенних залежностей, що супроводжується зміщенням мотивів особистості у напрямку віртуалізації, що в свою чергу призводить до задоволення в мережі фрустрованих потреб та викликає зміни емоційно-вольової, когнітивної та поведінкової сфер особистості.

Інтернет-залежність негативно діє на всі сфери життя людини, призводячи до появи особистісних деформацій та дизгармонізації особистості. Адикція руйнує стосунки людини із соціумом, спричиняє її повне заглиблення у віртуальну реальність, а як наслідок – змінюються риси характеру людини, емоційно-вольова сфера, втрачається здатність до самоконтролю, з'являється емоційна нестабільність, дратівливість, неадекватна поведінка

В основу більшості класифікацій інтернет-залежності, можна виділити такі її види, як залежність від комп'ютерних ігор; соціальних мереж; спілкування на форумах; азартних онлайн-ігор; ігор на біржах; покупок в інтернет-магазинах; кіберсексуальна залежність; залежність від веб-серфінгу; хакерство тощо.

Головною причиною виникнення комп'ютерної залежності у особистості вважається недостатнє спілкування і взаєморозуміння з батьками, однолітками і значущими людьми.

Аналізуючи індивідуально-психологічні особливості особистості, слід враховувати, що провідну роль при формуванні інтернет-залежності відіграють ті риси, що не дозволяють людині вільно встановлювати контакти та взаємодіяти з оточуючими. Таким чином, потреба у спілкуванні та включенні в соціальну групу не реалізується та породжує фрустрацію, що змушує людину шукати інші сфери для прояву себе, засоби підвищення самооцінки та формування самовпевненості.

Зауважимо, що для того, щоб запобігти більшості з негативних ефектів, необхідно проводити планомірну та послідовну підготовку особистості до оволодіння новим світом та інформаційною культурою Інтернету. Все сказане змушує задуматися, адже від того чим займається людина у вільний час, як організовує своє дозвілля, залежить подальше формування її особистісних якостей, потреб, ціннісних орієнтацій, світоглядних установок, а в цілому зумовлює її положення в суспільстві.

Необхідною умовою успішного подолання Інтернет-адикції є усвідомлення самою людиною своєї проблеми і бажання від неї позбутися. Але найчастіше виходить так, що ігрову комп'ютерну залежність в першу чергу усвідомлюють навколишні - друзі, родичі, знайомі - але не сам "залежний".

Суть профілактики може полягати в тому, щоб виявити ступінь схильності, а потім знизити рівень ймовірності виникнення залежності від комп'ютера. Тобто після профілактичних занять юнак або дівчина зможе спокійніше ставитися до всього, пов'язаного з Інтернетом.

Тому, можна виокремити такі шляхи психопрофілактики інтернет-залежності, як проведення просвітницьких заходів, створення сприятливих умов для гармонійного розвитку особистості, формування вміння правильно використовувати інтернет-ресурси, активне впровадження програм психопрофілактики інтернет-залежності в діяльність психологічних служб навчальних закладів.

Для діагностики було застосовано комплекс методик, які є релевантними меті дослідження, за допомогою яких досліджено вплив локус-контролю на формування Інтернет-залежності особистості.

Аналізуючи проведене емпіричне дослідження за методикою «Рівень суб'єктивного контролю» адаптованою Е.Ф.Бажиним, С.А.Голикіною, А.М.Еткіндом можна сказати, що люди з низьким рівнем суб'єктивного контролю характеризують себе як егоїстичних, залежних, нерішучих, несправедливих, орожих, невпевнених, неширих, несамотійних, дратівливих. Особи з високим рівнем суб'єктивного контролю вважають себе добрими, незалежними, рішучими, справедливими, дружелюбними. Таким чином, рівень суб'єктивного контролю пов'язаний з відчуттям людиною своєї сили, гідності, відповідальності за те, що відбувається.

За методикою «Суб'єктивної локалізації контролю» С.Р.Пантелеєва, В.В.Століна, з отриманих результатів можна сказати, що інтернали і екстернали розрізняються за способами інтерпретації різних соціальних ситуацій, зокрема щодо способів отримання інформації і за механізмами їх каузального пояснення. Інтернали більш активно шукають інформацію і зазвичай більш обізнані про ситуацію, ніж екстернали. В одній і тій же ситуації інтернали атрибуують велику відповідальність індивідам, які беруть участь в цій ситуації. Інтернали більшою мірою уникають ситуаційних пояснень поведінки, ніж екстернали.

За методикою «Опитувальник Інтернет-залежності Кімберлі Янг» було виявлено, що у більшості обстежуваних відсутні ознаки Інтернет-залежності. Це може свідчити про їхню байдужість до такого проведення часу, і лише деякі з них мають проблеми з використанням мережі Інтернет. Такі люди важче долають повсякденні труднощі, прагнуть уникати відповідальності у прийнятті рішень, також їм притаманна залежність, тривожність. Респонденти відчувають збудження в очікуванні виходу з он-лайн; дратуються, якщо хтось їх турбує під час перебування в Інтернеті; намагаються приховати від батьків та друзів значну кількість часу,



проведеного в Інтернеті, інколи позбавляючи себе можливості реальної прогулянки чи спілкування з родиною та друзями.

За методикою «Тест на Інтернет-адикцію» (Т.А.Нікітіна, А.Ю.Єгоров) визначено, що менша частина опитаних не залежні від комп'ютерних ігор, і демонструють конструктивне до них відношення, що передбачає сприйняття гри як засобу розважитися і відпочити. Більша частина респондентів схильна до розвитку адикції, оскільки наділяють комп'ютерні ігри особливим значенням, приділяють їм багато часу і сприймають як засіб позбуття від негативних емоцій. Виявлені також респонденти, яким притаманні признаки залежності, що свідчить про те, що гра витісняє інші види діяльності і сприймається як центр життя людини, найвищою цінністю.

За кореляційним аналізом визначено, що чим нижчі показники локус-контролю, то тим більша ймовірність, що ці люди можуть стати Інтернет-залежними.

Із метою попередження чи подолання інтернет-залежності необхідна ефективна система заходів, що сприятиме гармонізації особистості, розширенню її здатності до встановлення конструктивних стосунків з оточуючими.

Перспективами подальших досліджень є здійснення більш глибокого аналізу впливу інтернет-залежності на молоду людину, розробка системи засобів профілактики інтернет-залежності.



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>