

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач випускової кафедри
_____ Любов ПОМИТКІНА
«_____» _____ 2022 р.

ДИПЛОМНА РОБОТА
(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ БАКАЛАВРА
ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»

Тема: **ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОСТІ ТА ВОРОЖОСТІ ПІДЛІТКІВ, ЩО
ЗАХОПЛЮЮТЬСЯ ОНЛАЙН-ІГРАМИ**

Виконавець: студентка групи ПС-501-Бз Капніна Ангеліна Віталіївна

Керівник: канд. психол. наук, доцент Вашека Т.В.

Нормоконтролер: завідувач лабораторії, викладач кафедри авіаційної психології
Гордієнко К.О.

Київ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

Кафедра авіаційної психології

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач випускової кафедри

_____ Любов ПОМИТКІНА

«___» _____ 2022 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання дипломної роботи

Капніна Ангеліна Віталіївна

1. Тема дипломної роботи: «Особливості агресивності та ворожості підлітків, що захоплюються онлайн-іграми», затверджена наказом ректора № 2624/ст від 30.11.2021 р.
2. Термін виконання роботи: з 03.01.2022 по 28.02.2022 р.
3. Емпіричне дослідження проводилося на базі Романо-германської гімназії № 123 міста Києва. У дослідженні взяли участь учні 8-9-х класів у кількості 40 осіб: 14 юнаків і 26 дівчат. Емпіричні методи (тестування: метод скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Більбот), опитувальник рівня агресивності Басса-Дарки; методика «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова); методи якісного і кількісного аналізу емпіричних даних; методи математичної статистики: встановлення типу розподілу даних (критерій Колмогорова-Смірнова), порівняння груп за допомогою t-критерію Стьюдента.
4. Зміст пояснювальної записки: дипломна робота складається з 2-х розділів. Перший розділ містить теоретичний аналіз агресивності та ворожечості підлітків, які захоплюються онлайн іграми; у другому розділі представлено

емпіричне дослідження зв'язку агресивності та ворожнечості із захопленням онлайн іграми.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: 1 рисунок, 6 таблиць.

6. Календарний план – графік

№ з/пор.	Завдання	Термін виконання	Виконано
1	Вибір теми та формулювання завдань	Листопад	
2	Тематичний добір та аналіз наукових праць	Листопад	
3	Оформлення теоретичної частини	Грудень	
4	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження	Грудень	
5	Проведення емпіричного дослідження	Грудень	
6	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Січень	
7	Оформлення дипломної роботи відповідно до ДСТУ	Січень	
8	Попередній захист дипломної роботи	Згідно з графіком	
9	Виправлення зауважень, оформлення рецензії	Лютий	
10	Подання дипломної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри	За 1 день до захисту	
11	Захист дипломної роботи	Згідно з графіком	

7. Дата видачі завдання: «__» листопада 2021 р.

Керівник диплоиної роботи _____ Тетяна ВАШЕКА
(підпис керівника)

Завдання прийняв до виконання _____ Ангеліна КАПНІНА
(підпис випускника)

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи «**Особливості агресивності та ворожості підлітків, що захоплюються онлайн-іграми**»: 38 сторінок, 1 рисунок, 6 таблиць, 51 використане джерело, 2 додатки.

АГРЕСИВНІСТЬ, ВОРОЖІСЬ, ПІДЛІТКОВИЙ ВІК, КОНФЛІКТ, ОНЛАЙН-ІГРИ, КОМП'ЮТЕРНА ЗАЛЕЖНІСТЬ.

Мета дослідження: дослідження агресивної поведінки підлітків, які захоплюються онлайн іграми.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка.

Предмет дослідження – особливості агресивної поведінки у підлітків, які захоплюються онлайн іграми.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Романо-германської гімназії № 123 міста Києва. У дослідженні взяли участь учні 8-9-х класів у кількості 40 осіб: 14 юнаків і 26 дівчат. Емпіричні методи (тестування: метод скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Больбот), опитувальник рівня агресивності Басса-Дарки; методика «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова); методи якісного і кількісного аналізу емпіричних даних; методи математичної статистики: встановлення типу розподілу даних (критерій Колмогорова-Смірнова), порівняння груп за допомогою t-критерію Стьюдента.

Практичне значення отриманих результатів. Матеріали дипломної роботи рекомендовано використовувати при профілактичній та корекційній роботі з підлітками, які захоплюються онлайн-іграми.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОСТІ ТА ВОРОЖОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	9
1.1. Комп'ютерна залежність і її психічні прояви	9
1.2. Агресія як психічний прояв комп'ютерної залежності.....	15
1.3. Особливості агресивної поведінки у підлітковому віці	20
Висновки до розділу 1	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ, ЩО ЗАХОПЛЮЮТЬСЯ ОНЛАЙН ІГРАМИ.....	24
2.1. Організація і проведення дослідження. Підбір та аналіз психологічних методик	24
2.2. Аналіз та інтерпретація дослідження	26
2.3. Практичні рекомендації щодо профілактики та подолання залежності від комп'ютерних ігор у підлітків	32
Висновки до розділу 2	42
ВИСНОВКИ	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	45
ДОДАТКИ	50

ВСТУП

Актуальність обраної теми. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується бурхливим розвитком комп'ютерних технологій. Все більше людей крім відомих раніше залежностей потрапляють в залежність від комп'ютерних гаджетів. За даними психологічних досліджень найбільш численною групою за віковою ознакою є підлітки. Як правило, знайомство з електронним простором діти починають вже на етапі дошкільного дитинства, причому процес освоєння комп'ютерної техніки у них відбувається в рази швидше, ніж у дорослої людини. Сучасна дитина вже не уявляє життя без мобільного телефону, планшета, ноутбука – все це стало невід'ємним атрибутом сучасного життя.

Звичайно, комп'ютеризація несе в собі безліч позитивних моментів, і перший з них – це швидкість отримання та обробки інформації, а, отже, збільшення продуктивності праці, звільнення робочих рук від фізичної роботи механічного монотонного характеру, підвищення ступеня безпеки в багатьох галузях діяльності людини, комфорт, можливість спілкування на відстані тощо. Природним процесом є і комп'ютеризація освітнього середовища школи: володіння інформаційно-комунікаційними технологіями є як обов'язковим елементом професійної компетентності вчителя, так і освітніх компетенцій учня.

Сучасні освітні технології так само припускають широке використання електронного обладнання: школяр вчиться працювати з інформацією, знаходити, аналізувати, представляти у вигляді будь-якого контенту для звітності на уроці (презентації, реферати), виконує онлайн тести з різних предметів, індивідуальні завдання і контрольні роботи за допомогою «мобільного класу».

Використання гаджета дозволяє в рази скоротити час на перевірку і оцінку дитячих робіт здійснення педагогічного моніторингу успішності сьогодні відбувається за допомогою ведення «електронного журналу», що дозволяє швидко отримати дані про успішність учня в розрізі всього класу, окремих предметів. Але, на жаль, останнім часом стають все більш помітними і негативні тенденції

психічного розвитку школярів, пов'язані з впливом електронної техніки, і найбільш яскраво ці тенденції проявляються у підлітків. Як відомо, повноцінний психічний розвиток людини неможливо поза соціумом. В останнє десятиліття в психології з'явився термін «комп'ютерна залежність», під яким розуміється патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером.

Вивченням психологічних основ проблеми залежності займалися як зарубіжні (І. Голдберг, М. Шоттон, Ш. Текл, К. Янг), так і вітчизняні (Ю.М. Антонян, Б.І. Бараненко, В.І. Василичук, Г.М. Горшенков, В.Є. Емінов, В.М. Євдокимов, А.І. Кітов, В.С. Медведєв, О.Р. Ратінов, В.В. Седнєв, Л.Б. Філонов, В.О. Черепанов, Ю.В. Чуфаровський та ін.) дослідники. Комп'ютерні ігри є одним з основних видів нехімічних (поведінкових) адикцій, сюди входять різноманітні комп'ютерні залежності або Інтернет-залежності (А. Гоголева, А. Військунський, К. Young) [15].

Мета дослідження: дослідження агресивної поведінки підлітків, які захоплюються онлайн іграми.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка.

Предмет дослідження – особливості агресивної поведінки у підлітків, які захоплюються онлайн іграми.

Сформульована мета зумовила постановку наступних **завдань дослідження:**

1. Вивчити психологічну літературу з проблеми комп'ютерної залежності підлітків та її психологічних проявів.
2. Провести діагностичне дослідження залежності від комп'ютерних ігор у підлітків і його психічних проявів.
3. Встановити особливості агресивності та ворожості підлітків, що захоплюються онлайн іграми.
4. Розробити практичні рекомендації щодо профілактики та подолання залежності від онлайн ігор у підлітковому віці.

У процесі вирішення поставлених завдань використані наступні **методи дослідження:**

- теоретичний (аналіз психологічної літератури з проблеми дослідження);

– емпіричні методи (тестування: метод скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Больбот), опитувальник рівня агресивності Басса – Дарки; методика «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова);

– методи якісного і кількісного аналізу емпіричних даних;

– методи математичної статистики: встановлення типу розподілу даних (критерій Колмогорова-Смірнова), порівняння груп за допомогою t-критерію Стьюдента.

Дослідно-експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження проводилося на базі Романо-германської гімназії № 123 міста Києва. У дослідженні взяли участь учні 8-9-х класів у кількості 40 осіб: 14 юнаків і 26 дівчат.

Результати дослідження можуть бути використані педагогами та психологами освітніх закладі в роботі з підлітками з метою профілактики у підлітків залежності від комп'ютерних ігор.

Структура роботи. Дипломна робота містить вступ, два розділи, висновок, список використаної літератури та додатки. У першому розділі описано теоретичний аналіз агресивності та її проявів у підлітків, що захоплюються компютерними іграми. Другий розділ являє собою емпіричне дослідження агресивної поведінки підлітків залежних від комп'ютерних ігор і розробку практичних рекомендацій щодо профілактики залежності від онлайн ігор. У висновку сформульовані основні висновки по роботі. Список літератури включає 52 джерела.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОСТІ ТА ВОРОЖОСТІ ПІДЛІТКІВ

1.1. Комп'ютерна залежність і її психічні прояви

Вперше вивчення явища комп'ютерної залежності зустрічається у дослідженнях зарубіжних психологів на початку 80-х років. У вітчизняній психології дослідження починаються з 90-х років, у міру поширення комп'ютерів і збільшення числа користувачів [46, с. 29-30].

Біля витоків вивчення феномена інтернет залежності стоять американці клінічний психолог К. Янг і психіатр І. Гольдберг. Доктор Кімберлі Янг розробила в 1994 році спеціальний опитувальник для діагностики інтернет залежності, пізніше в 1995 році, І. Гольдбергом запропоновані критерії діагностики інтернет залежності, які взяли за основу критерії патологічної прихильності до азартних ігор. Термін «комп'ютерна залежність» визначається як патологічний потяг до проведення за комп'ютером необмеженого часу. Так само вчені виділяють споріднені види цієї патології: інтернет-залежність, залежність від комп'ютерних ігор та інші, які, тим не менш, порушують нормальну життєдіяльність людини. [5, с. 14]

К. Янг (1998) виділила п'ять основних типів інтернет-залежності [14]:

1. Обсесивна (одержима) пристрасть до роботи з комп'ютером (різних видів діяльності з використанням комп'ютера);
2. Компульсивна (нав'язлива) навігація по мережі Інтернет;
3. Патологічна прихильність до покупок, аукціонів або онлайн ігор через мережу Інтернет;
4. Залежність від соціальних застосувань Інтернету, чати, групові ігри, аж до заміни реального спілкування віртуальним аналогом;
5. Залежність від «кіберсексу», обговорення в групах приватного доступу сексуальної тематики, перегляд в мережі інтернет сайтів порнографічного змісту.

Але ще раніше, ніж заговорили про термін «інтернет-залежність», в 1989 році М.Шоттон розробила типологію комп'ютерної залежності. У неї включені три варіанти комп'ютерної залежності [9, с. 90-100]:

1. «мережевики» (networkers) – соціально активні, мають коло друзів, в тому числі і протилежної статі, для них комп'ютер-хобі, мало цікавляться, програмами, програмуванням «залізом»;

2. «робітники» (workers) – нечисленна група, у них кращі комп'ютери як інструмент досягнення будь-якої мети, вони постійно розширюють свої знання, є своя етика, не приймають будь-яке комп'ютерне піратство;

3. «дослідники» (explorers) – найчисленніша група. Програмування для цього кола людей-розвага та інтелектуальний виклик. Мають нижчий, ніж у «робітників» рівень освіти, але набагато більший кругозір, завдяки чому знають більше своїх дипломованих колег. Байдужі до соціальних критеріїв свого життя. Їм не потрібні високі звання, зарплати, комп'ютер замінює їм соціум, з ним простіше спілкуватися, налагоджувати відносини.

У літературі в рамках вивчення комп'ютерної залежності виділяють два напрямки, це – одержима пристрасть до комп'ютерних ігор і патологічна прихильність до діяльності з використанням мережі Інтернет. [39, с. 141] М. Орзак [13] відзначає психологічні та фізичні симптоми, що відрізняють інтернет-залежність (комп'ютерну залежність):

1. Психологічні симптоми:

- поліпшення настрою або навіть відчуття задоволення за комп'ютером;
- неможливість вольовим зусиллям перервати своє перебування за комп'ютером;
- зростання проміжку часу, проведеного за комп'ютером;
- розрив або втрата спілкування з родиною та друзями;
- роздратування, занепокоєння, депресія, коли знаходиться не перед монітором;
- обман близьких людей і роботодавця, приховування своєї істинної діяльності за комп'ютером;
- проблеми з навчанням або на роботі.

2. Фізичні симптоми:

- синдром карпального каналу (Тунельне ураження нервових стовбурів руки, пов'язане з тривалим перенапруженням м'язів);
- сухість в очах;
- головні болі по типу мігрені;
- болі в спині;
- нерегулярне харчування, пропуск прийомів їжі;
- нехтування особистою гігієною;
- розлади сну, зміна режиму сну.

Дослідження К. Янг показують, що почуття передчуття, наступного сеансу в мережі, нав'язливе прагнення перевіряти електронну пошту, збільшення витрат на Інтернет і часу проведеного в ньому є своєрідними індикаторами інтернет-залежності. Ознаки вже настала інтернет-залежності схожі з зазначеними нами раніше по М. Орзак, єдиним, мабуть, відмінністю К. Янг вказує повторні спроби людини зменшити використання мережею [7, 13, 22]. Вперше візуалізацію гра отримала аж ніяк не на комп'ютері, вона з'явилася на екрані осцилоскопа, її творець – американський вчений В. Хайджинботэм. Являла собою подобу настільного тенісу, точка на екрані переміщалася між розташованої посередині екрану лінії.

Але технології не стоять на місці і з еволюцією комп'ютерів розвивалися і комп'ютерні ігри, струму на екрані еволюціонувала в графічні лінії, потім до візуального оформлення додалися аудіо ефекти. Обчислювальні потужності комп'ютерів збільшувалися, і до теперішнього часу ми маємо найвищу якість комп'ютерної графіки. Схожість з реальними людьми просто вражає.

Формування комп'ютерної залежності відбувається поступово. Можна виділити стадії формування цієї залежності:

1. Стадія легкої захопленості. Після того, як дитина вперше зіграв в комп'ютерну гру, йому подобається сюжет цієї гри, це ідентифікує себе з головним героєм, красива графіка, картини світу, музика тільки підсилюють цю самоідентифікацію. Порівнюючи світ, реальний і кіберпростір, дитина, звичайно ж, на перше місце ставить віртуальний.

Кіберреальність дозволяє дітям здійснювати свою мрію. Один мріє бути сильним, щоб його всі боялися – вігре, він б'є, грабує або вбиває. У реальному світі це загрожує порушенням закону і, далі в'язницею, але тут, в грі можна уникнути покарання, сховатися, потім спокійно продовжити свої дії. Інший завжди мріяв бути пілотом гоночного автомобіля, гра дає таку можливість, тепер все в твоїх руках. Під час гри дитина отримує задоволення, позитивні емоції. Дослідники довели людське прагнення отримати постійно якомога більше позитивних емоцій, він готовий повторити дії, які дають можливість отримати задоволення. Природно, бажання грати на комп'ютері поступово починає отримувати цілеспрямований характер, на жаль, підліток або дитина цього не усвідомлює. Однак у цій стадії є специфічна особливість: комп'ютерна гра несе досить ситуативний, несистематичний характер. Потреба в грі тут ще не сформувалася, процес гри поки не значимий для людини.

2. Стадія захопленості. Перехід до цієї стадії вимагає появи в дитині нового освіти – бажання грати в комп'ютерні ігри. Прагнення грати на даному етапі є мотивацією, яка є втечею від реальності і прийняттям ролі свого персонажа. Перешкоди для досягнення своєї мети дитина всіляко намагається подолати, застосовуючи для цього різні активні дії.

3. Стадія залежності. Тут вже є серйозні зміни в цінній і семантичній сфері дитини. Є зміни свідомості і самооцінки, реальний світ повністю витісняється грою. Можна виділити дві форми, в яких показують залежність: соціалізованої та індивідуалізованої. Соціалізована форма комп'ютерної залежності характерна підтриманням соціального контакту дитини з суспільством, навіть якщо зазвичай це такі ж, як і він гравці. Їм дуже подобається грати разом, за допомогою комп'ютера один з одним в мережі «в кооперативному режимі». У цьому випадку мотивація гри зазвичай несе конкурентоспроможний характер. Ця форма менш згубно позначається на самосвідомості дитини. Відмінність іншої форми-підліток, навпаки, втрачає соціальні контакти і йде в себе.

В індивідуалізованій формі залежності ламаються нормальні людські взаємодії зі світом і суспільством. Порушується сприйняття і розуміння реального світу, замість справжнього навколишнього світу є відображення вигаданого

віртуального. Такі діти і підлітки довго грають, відбувається процес насолоди грою, деякі дослідники вказують на негативний досвід потоку (виходить діяльність заради діяльності, граємо, щоб грати). На цій стадії гра-наркотик. Якщо під час будь-якого відрізка часу вони не можуть замістити свою тягу до гри, то з'являються апатія, негативні емоції, вони стають дратівливими і агресивними. Синдром, схожий з абстинентним («ломка»), як при наркотичній залежності.

4. *Стадія прихильності.* Вона є останньою, заключною стадією в комп'ютерній залежності. Характеризується зменшенням (спадом) ігрової активності людини, зміни психологічної складової людини в норму (одужання). Дитина дистанціює комп'ютер, проте, повністю відмовитися від віртуальної реальності не може.

Цей період може тривати досить довго, іноді він зберігається навіть на все життя. Внаслідок певних особливостей підліток може зупинитися у формуванні тяги до віртуальної реальності на одному з його попередніх періодів, тоді потреба знову повернутися у віртуальну реальність зникає швидше. Але якщо цього не відбувається і дитина проходить всі періоди формування психологічної прихильності, то у цій стадії буде більш довгий перебіг.

Важливим моментом у межах цієї стадії можна розглядати сплески ігрової активності. Швидше за все, це відбувається через знаходження ігрової віртуальної реальності в зоні інтересу конкретної людини. Тому поява нової гри, або, як це буває в сучасній ігровій індустрії, зазвичай ігри випускаються як мінімум двома частинами, краще трилогіями. В основному це продовження сюжету першої частини гри. Проходження першої частини гри охарактеризувалося зниженням ігрової активності, і ось вийшла нова частина гри, у підлітка знову з'являється сплеск ігрової активності, який після завершення нинішньої гри, активність знову спадає на вихідний рівень. Серед гравців в інтернеті зустрічається згадка таких, як вони кажуть «запоїв».

Залежно від якісної оцінки впливу ігор на психіку людини, дослідники розділилися на дві групи (позитивна/негативна оцінка). Прихильники позитивного впливу намагаються показати тільки позитивний вплив на психіку людини, засновані на ефекті катарсису, коли відбувається співпереживання гравцем

процесу гри, яке завершується емоційною розрядкою. Прихильники негативного впливу навпаки, вказують на негативні впливи жорстоких ігор. Виділяються деякі описи цих впливів [17]:

1. «Синдром Вельда» (А. Асмолов) – своєрідне звільнення дітей від батьків. На основі фантастичного оповідання Р. Бредберри «Вельд» [2, с. 68-69.]. Синдром розвивається поетапно, спочатку відбувається віртуальне позбавлення від об'єкта неприязні, подолання психологічного бар'єру для реального вбивства може статися через прийняття віртуального вбивства, в якості допустимого манера поведінки і в реальному світі. Д. Жмуров виділив ряд особливостей цього синдрому: обов'язкова наявність об'єкта агресії; постійне відтворення агресії на об'єкт в ігровій формі; деформація свідомості, з прийняттям агресивної поведінки; систематичне витіснення агресії.

2. «Ефект Лари Крофт» – навчання агресії, набутий негативний досвід в грі переноситься в реальність. Агресивна поведінка вважається прийнятною, а застосування насильства – найефективніший спосіб вирішення конфліктів.

3. «Синдром патологічних ігрових перевтілень» – відбувається повна ідентифікація людини з персонажем гри, виражається в належному цьому персонажу поведінкою. Так само автор виділяє «синдром післяігрової жорстокості» [17] – агресивна поведінка гравця, зумовлена впливом комп'ютерних ігор.

Виникнення агресії під впливом комп'ютерних відбувається при наявності двох умов:

1. Внутрішні ознаки – певні особистісні якості, вироблені в процесі гри.
2. Зовнішні ознаки – сприятливі умови виникнення агресії. Особистісні якості тут виступають в якості готового ґрунту для прояву агресії, а умови є каталізатором агресії.

Розглянемо ці ознаки більш докладно. Внутрішні ознаки [7, 11]:

- схильність суб'єкта до агресії;
- схильність до агресивних дій, яка існувала до захоплення процесом гри;
- високий рівень соціальної фрустрованності;
- наявність комп'ютерної ігрової залежності;

– імітація ігор в реальності, позитивний досвід перенесення ігрової практики в життя;

– наявність агресивного праймінгу – посилення агресивних рис особистості після прояву віртуального насильства в грі;

– високий ступінь віртуалізації свідомості [17], ототожнення свого віртуального «Я» і властивих йому агресивних дій, зі своїм реальним «Я»;

– змінений стан свідомості (тільки в грі, я такий, який я є насправді, і де мене приймають);

– постійне повторення актів жорстокості веде до зниження сприйняття агресії;

– підвищення тривожності, тому, що реальний світ гравцем сприймається як жорстокий, розвивається недовіра до оточуючих).

До зовнішніх обставин або умов належать [17, 44]:

– різні конфліктні ситуації;

– фінансові труднощі, пов'язані з ігровою діяльністю;

– життєві труднощі, що характеризуються перенесенням агресивних дій підлітків зі свого ігрового.

Комп'ютерна (ігри) та інтернет залежності в даний час набувають все більшого поширення в зв'язку з комп'ютеризацією суспільства. Незважаючи на те, що вони (залежності) і не включені в міжнародну класифікацію хвороб (МКБ-10), [6, с 14] за результатами всіляких досліджень мають вже виділені механізми і стадії формування, а так само причини, що ведуть до розвитку цих залежностей.

1.2. Агресія як психічний прояв комп'ютерної залежності

Агресивна поведінка – одна з форм реагування на різні несприятливі у фізичному і психічному відношенні життєві ситуації, що викликають стрес, фрустрацію і тому подібні стани. Психологічно агресія виступає одним з основних способів вирішення проблем, пов'язаних зі збереженням індивідуальності і тотожності, із захистом і зростанням почуття власної цінності, самооцінки, рівня

домагань, а також збереженням і посиленням контролю над істотним для суб'єкта оточенням [4].

Агресія (від лат. *aggressio* – *напад*) – мотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам (правилам) співіснування людей у суспільстві, яка завдає шкоди об'єктам нападу (одухотвореним і неживим), що приносить фізичний збиток людям або викликає у них психологічний дискомфорт (заперечать, переживання, стан напруженості, страху, пригніченості тощо).

У психологічній літературі зустрічається кілька теорій виникнення агресії і агресивної поведінки. Серед них основними є [11]:

- 1) Теорія інстинкту (К. Лоренц, Т. Томпсон, Р. Ардрі, Дж. П. Скотт.);
- 2) Теорія потягу (З.Фрейд, В. Макдаугалл);
- 3) Фрустраційна теорія агресії (Дж. Доллард, Л. Дуб, Н.Міллер, Р. Сіре, Е. Фромм, С. Розенцвейг, Н. Д. Левітів);
- 4) теорія соціального навчання (Л. Берковіц та А. Бандура);
- 5) теорія перенесення збудження (Д. Зільман та ін.) теорія інстинкту.

Основними представниками етологічного підходу з'явилися К. Лоренц, Т. Томпсон, Р. Ардрі, Дж. П. Скотт.

Етологічна теорія заснована на еволюційній теорії Ч. Дарвіна [44], агресивна поведінка в рамках цієї теорії розглядається як доцільний біологічний інстинкт, вироблений в процесі еволюції, і спрямований в першу чергу на виживання виду. Але, в той же час, дослідники помічають, що в процесі еволюції так і не сформувалося механізмів, які могли б приборкати сам механізм агресії. Пояснення агресії в етологічній теорії не враховує набагато більший вплив виховання і навчання на людину, ніж на тварину. Коротко, підводячи підсумок можна сказати, що в рамках етологічної теорії агресії – вона розглядається в якості безперервного взаємозв'язку із задоволенням прямих життєвих потреб. Коли настає блокування однієї з них, то відразу відбувається посилення агресивних прагнень.

Теорія потягу Зигмунда Фрейда. Відповідно до теорії Фрейда «агресивність по суті своїй є не реакцією на роздратування, а являє собою якийсь постійно присутній в організмі рухливий імпульс, обумовлений самою Конституцією

людської істоти, самою природою людини» [42]. У своїй теорії Фрейд виділяє два поняття «Ерос» і «Танатос». «Ерос» – це потяг до самозбереження, потяг до життя, а «Танатос» відповідно – потяг до смерті, деструктивності, до руйнування або саморуйнування, яке іноді ототожнюють з агресивним потягом. Людина одержимий однією лише пристрастю-руйнування, себе або когось іншого. Схожістю з теорією Лоренцо можна виділити, що Фрейд вказує на те, що агресивність – збудження, яке постійно присутнє в людині, обумовлене самою людською природою.

Фрустраційна теорія агресії. Основні представники Дж. Доллард, Л. Дуб, Н. Міллер, Р. Сіре, Е. Фромм, С. Розенцвейг, Н. Д. Левітів. Причиною виникнення агресії в рамках цієї теорії виступає поняття «фрустрації». Фрустрація (від лат. Frustratio – обман, марне очікування) – психічний стан, викликаний неуспіхом в задоволенні потреби, бажання. Стан фрустрації супроводжується різними негативними переживаннями. Виникнення фрустрації обумовлено не тільки об'єктивною ситуацією, але залежить і від особливостей особистості [4].

Відповідно до теорії Дж. Долларда: «виникнення агресивної поведінки завжди обумовлено наявністю фрустрації, і навпаки — наявність фрустрації завжди тягне за собою якусь форму агресивності» [42]. Пізніше один з авторів цієї теорії доповнив теорію твердженням, що агресія є одним із проявів реакцій на фрустрацію, і що фрустрація не завжди призводить до агресії. Так само дослідниками відзначено, що великий вплив на виникнення агресивної поведінки надає значимість фрустрації для кожної окремої людини.

Теорія соціального навчання (А. Бандура, А. Басс). Теорія соціального навчання агресії заснована на теорії біхевіоризму запропонованої Дж. Уотсоном ще в 1914, пізніше більш точно ідеї біхевіоризму сформульовані в необіхевіоризмі Б. Скіннера. Основою концепції розгляду агресії в рамках цієї теорії також виступає діада «стимул – реакція», відповідно цієї теорії людина, проявляє агресію, бажаючи домогтися необхідного для себе найбільш близького результату, і розуміє, що так він досягає мети швидше. То він де-факто може стати людиною агресивною, засвоюючи таку модель поведінки. Головним в рамках цієї теорії, є те, що людина засвоює агресивну поведінку в процесі життєдіяльності, починаючи зі свого

дитинства, коли батьки карають його, демонструючи агресивну поведінку, як, наприклад, сусідський хлопчик вдарив іншу дитину бажаючи отримати від нього смачну цукерку, тощо. Вичерпний аналіз агресивної поведінки вимагає врахування трьох моментів:

- 1) способів засвоєння подібних дій;
- 2) факторів, що провокують їх появу;
- 3) умов, при яких вони закріплюються;» [37].

Агресивне збудження: теорія перенесення збудження Д. Зільмана «Одним з найбільш цікавих аспектів теорії Д. Зільмана є положення про те, що збудження від одного джерела може накладатися (тобто переноситися) на збудження від іншого джерела, таким шляхом посилюючи або зменшуючи силу емоційної реакції» [5]. Оскільки збудження не згасає блискавично, залишки цього збудження можуть посилювати інші, навіть не маючи вплив на його емоційні реакції. Дослідження Д. Зільмана за впливом збудження на виникнення агресивних реакцій виявили, що високий рівень збудження провокує виникнення агресії в тому випадку, де випробуваний невірно визначають джерело своїх почуттів негативного характеру.

Модель утворення нових когнітивних зв'язків Л. Берковиця. У рамках цієї теорії Л. Берковиц переносить акцент посилів до агресії на емоційні та пізнавальні процеси, стверджує, що саме вони пов'язують фрустрацію і агресію. Його модель показує формування негативного ефекту під впливом фрустрації або іншого негативного впливу. Інтерпретація негативного ефекту індивідом і служить ключем до прояву тієї чи іншої дії, зокрема веде до агресії. Так само Л. Берковиц стверджує, що посилення до агресії не є обов'язковою умовою виникнення агресії, також вказує на те, що він (індивідуум) може стати більш сприйнятливим до послів до агресії.

У своїй роботі «Анатомія людської деструктивності» Еріх Фромм [42] ділить агресію на:

– доброякісну агресію – біологічно адаптивна агресія, закладена в процесі еволюції людини, сприяє підтримці життя людини, виникає несподівано, носить вибуховий характер, як відповідь на загрозу, підсумок – усунення самої загрози або причини;

– злоякісну агресію – біологічно неадаптивна агресії, – жорстокість, деструктивність, не має ніякої іншої мети крім отримання задоволення, завдає шкоди не тільки жертві, а й самому катуванню, йде корінням в умови існування людини.

Так само Фромм виділяє псевдоагресію, яка заподіює будь-якої шкоди, але сама по собі не має наміру для заподіяння цієї шкоди (випадкове поранення людини, шкода в процесі гри – в тренінгу на майстерність, спритність тощо., в іграх стали видами спорту, агресія самоствердження). Оборонна агресія, виділена Фроммом, виникає як відповідь на загрозу життю не тільки в сьогоденні, але і в майбутніх ситуаціях, які людина аналізує, і для нього вони вважаються загрозливими.

Психологи А. Басс і А. Дарки виділили п'ять видів агресії [32, с. 25]:

1. Фізична агресія – застосування проти іншої людини переважно фізичної сили.

2. Непряма агресія, спрямована на іншу особу непрямим шляхом, або ні на кого ненаправлена агресія.

3. Роздратування – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні.

4. Негативізм – опозиційна манера поведінки (від пасивного опору до активної боротьби).

5. Вербальна агресія – вираження негативних за допомогою вербальних реакцій.

Вербальні агресивні реакції А. Басс розділив на три типи:

– відкидання – вербальна агресивна реакція типу «йди геть», «забирайся» тощо;

– ворожі зауваження типу «твоя присутність дратує мене», «не виношу тебе» тощо;

– критицизм – він може бути спрямований не безпосередньо проти особистості, а проти належать особистості предметів одягу, виконуваної роботи тощо.

Крім розмежування видів агресії А. Басс і А. Дарки виділили два види ворожості:

– Образа – заздрість і ненависть до оточуючих, почуття гніву на весь світ за дійсні або вигадані страждання.

– Підозрілість – недовіра і обережність по відношенню до людей, заснована на переконанні, що оточуючі мають намір заподіяти шкоду.

І. А. Фурманов [43] виділив такі види агресії:

– інструментальну (конструктивну) – агресія служить лише засобом досягнення певної мети;

– ворожу (деструктивну), прагнення до насильства, метою якого є безпосереднє заподіяння шкоди іншій людині.

1.3. Особливості агресивної поведінки у підлітковому віці

Підлітковий вік характеризується переходом від дитинства до дорослості. Авторитет дорослих падає, зростає значимість спілкування з однолітками. Підліток проходить стадію самоствердження. Найчастіше демонстративне агресивна поведінка є скопійованим поведінкою, і виступає як атрибут дорослості, хоча глибинні мотиви цієї поведінки для підлітка не видно. Бути або здаватися сильним.

Агресивність, підвищена тривожність, жорстокість, стійко проявляється у підлітків переважно в процесі спілкування, що виникає в певних кампаніях. Нерозуміння з боку дорослих народжує у підлітка тягу до заміщення цієї порожнечі, і він, щоб не залишатися наодинці з самим собою шукає собі подібних, тому, що в підлітковому віці велику значимість набуває приналежність бути членом будь-якої спільноти, бажання належати до певної спільноти, і бажано з будь-якої символікою і атрибутикою.

Підліток починає дорослішати, він непримиренно відстоює свою точку зору, іноді навіть неправильну. Він намагається почати самостійно приймати рішення, визначає себе сьогоdnішнього і замислюється про себе в майбутньому [36].

Підліток критично себе осмислює, порівнює з оточуючими. В силу віку між Чорним і білим підліток не може розгледіти сірі тони. Підлітку мало тільки лише однієї уваги, йому хочеться бути зрозумілим, щоб дорослі повірили в нього. Він прагнути взяти на себе соціальну роль як серед однолітків, так само і приміряти на себе роль дорослого. Але дорослі перешкоджають цій активності підлітка, вважаючи, що він ще дитина і повинен беззаперечно виконувати їх вказівки і щоб подолати цей психологічний бар'єр деякі підлітки змушені використовувати агресивну поведінку в підлітковому середовищі можна виділити два варіанти ініціаторів агресивної поведінки: це підлітки-лідери і підлітки-аутсайдери. Підлітки-лідери проявляють агресію для збереження свого авторитету, щоб їх поважали, або боялися. А аутсайдери, не задоволені своєю позицією, проявляють агресію для того, щоб утвердитися в колективі однолітків. Таке твердження в співтоваристві однолітків не завжди закінчується позитивно, тим самим посилюючи фрустрацію підлітка.

З більшою ймовірністю, підліток буде шукати, як компенсувати свою фрустрацію. І тут йому на допомогу прийде «Його Величності» комп'ютер та інтернет. Там можна сховатися, бути тим, ким ти хочеш, після натискання клавіші переграти життя заново. Можливості безмежні. Все залежить тільки від твого бажання.

Дослідники розглядають підвищений прояв агресії підлітками, залежними від комп'ютерних ігор, як наслідок комп'ютерної залежності. Так як в комп'ютерних іграх виникають проблеми Підлітки звикають вирішувати більшою мірою з агресивними або конфліктними діями, то таку ж стратегію поведінки вони переносять і на реальний світ. За словами Е. Шелягіної комп'ютерна гра «...може сприяти формуванню цілого ряду психологічних проблем: конфліктна поведінка (прояв дратівливості і агресивності), хронічні депресії, перевагу віртуального простору реальному житті ...» [47, с.14].

Доктор психологічних наук Г.Солдатова [32] зазначає, що підвищена агресивність являє наслідок ігрової залежності. С. А. Шапкін вказує на важливість ранньої діагностики та корекції проявів агресивності у підлітків, виділяє, що можна істотно знизити рівень існуючої агресії, якщо під час застосування профілактичних

методик використовувати спрямовані на зниження комп'ютерної залежності, то, як наслідок, буде зниження агресії [46, с. 86-102].

Висновки до розділу 1

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується бурхливим розвитком інформаційних і комп'ютерних технологій. Все більше людей потрапляють в залежність від новомодних комп'ютерних гаджетів. За даними психологічних досліджень найбільш численною групою за віковою ознакою є підлітки. Аналіз показав, що стають все більш помітними і негативні тенденції психічного розвитку школярів, пов'язані з впливом електронної техніки, і найбільш яскраво ці тенденції проявляються у підлітків.

Комп'ютерна залежність – патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. У групі ризику потрапляння в комп'ютерну залежності на першому місці знаходяться Підлітки. Це пояснюється значними зрушеннями у всіх сторонах його життєдіяльності, бурхливим темпом розвитку і перебудовою соціальної активності дитини, який провокує внутрішній конфлікт особистості і суспільства.

Аналіз літератури з проблеми агресії та комп'ютерної залежності дозволяє виділити напрямки профілактичної роботи. У профілактиці комп'ютерної залежності слід дотримуватися напрацьованих методів в зарубіжній і вітчизняній практиці. Слід враховувати заходи державної політики, заходи адміністративного, медичного, соціального характеру.

Комп'ютерна залежність відноситься до однієї з основних завдань психогігієни, будучи залежним поведінкою. Основним завданням психологів стає не теоретичне обґрунтування проблеми комп'ютерної залежності, а створення на практиці комплексу профілактичних заходів, покликаних повернути індивідууму самозначимість, актуалізувавши цінність реального світу.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ, ЩО ЗАХОПЛЮЮТЬСЯ ОНЛАЙН ІГРАМИ

2.1. Організація і проведення дослідження. Підбір та аналіз психологічних методик

Мета роботи: дослідження особливостей агресивності та ворожості підлітків які захоплюються онлайн іграми. Для досягнення поставленої мети були висунуті наступні завдання:

1. Провести діагностику комп'ютерної залежності у підлітків.
2. Встановити рівень агресивності та ворожості у підлітків.
3. Встановити особливості агресивності та ворожості у підлітків із захопленням онлайн іграми.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Романо-германської гімназії № 123 міста Києва. У дослідженні взяли участь учні 8-9-х класів у кількості 40 осіб – 14 юнаків і 26 дівчат.

Виходячи, з мети і завдань дослідження були обрані наступні методики:

- опитувальник Басса – Дарки для дослідження агресивних і ворожих реакцій;
- метод скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Ботьбот);
- методика «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова [27, С.142-146];
- методика Е.В. Беловол, І. В. Колотілової («Опитувальник для оцінки ступеня захопленості рольовими комп'ютерними іграми»).

Для діагностики агресивності була обрана «Методика Баса-Дарки», що представляє собою опитувальник. Вона призначена для діагностики агресивних і ворожих реакцій, складається з 75 тверджень, кожне з яких відноситься до одного з восьми індексів форм агресивних або ворожих реакцій (фізична агресія,

вербальна, непряма, роздратування, негативізм, образа, підозрілість, почуття провини). Методика дозволяє визначити загальний індекс агресивності та індекс ворожості. При цьому звертається увага на можливість досягнення певної величини, що показує ступінь прояву агресивності.

Методика скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Більбот) дозволяє оцінити емоційні прояви комп'ютерної залежності. Даний спосіб містить 11 питань щодо проявів емоційного стану особистості за комп'ютером або в мережі Інтернет (передчуття задоволення, зміна проміжку часу перебування за комп'ютером, відчуття від комп'ютерного дозвілля, чи змінюється психофізичний стан, вплив комп'ютера на соціальні та побутові відносини).

Методика виділяє 4 стадії комп'ютерної залежності (стадія сформованої комп'ютерної залежності, ризику розвитку, захопленості, відсутність ризику розвитку комп'ютерної залежності). Відмінні ознаки даної методики - це застосування проміжних варіантів при відповідях («рідко» і «часто»), в якості показників симптоматичних проявів комп'ютерної залежності, що дозволяють привести відповіді до більш достовірної області і об'єктивного кінцевого результату. Методика дозволяють виділити групу з ризиком розвитку комп'ютерної залежності для застосування профілактичних програм, з метою попередження розвитку психічних і поведінкових розладів.

Методика Е.В. Беловол, І. В. Колотілової («Опитувальник для оцінки ступеня захопленості рольовими комп'ютерними іграми»).

Призначена для виявлення схильності суб'єкта до конфліктності і агресивності як особистісних характеристик дозволяє виділити наступні шкали: запальність, наступальність, образливість, непоступливість, компромісність, мстивість, нетерпимість до думки інших, підозрілість. Дана методика дозволяє оцінити позитивну і негативну агресивність суб'єкта, а так само виділяє узагальнений показник конфліктності.

Математична обробка результатів емпіричного дослідження

Для обробки результатів за психодіагностичними методиками було застосовано методи математичної статистики: критерій Колмогорова-Смірнова для встановлення типу розподілу даних та критерій t-Ст'юдента для встановлення

відмінностей між групами підлітків, що захоплюються онлайн іграми та контрольною групою.

2.2. Аналіз та інтерпретація дослідження

За результатами методики «Скринінгової діагностики комп'ютерної залежності» (Л. Н.Юр'єва, Т. Ю. Больбот) було виявлено рівні комп'ютерної залежності серед підлітків. Загальна кількість випробовуваних за результатами діагностики комп'ютерної залежності була поділена на дві підгрупи: контрольну та експериментальну. До експериментальної групи увійшли підлітки з вираженою комп'ютерною залежністю, що захоплюються онлайн іграми (14 підлітків, що становить 35%), до контрольної – ті, що грають в ігри не часто і отримали низькі бали за методикою «Скринінгова діагностика комп'ютерної залежності» (26 підлітків, що становить 65%).

Результат діагностики вираженості комп'ютерної залежності відображений на рис. 2.2.1:



Рис. 2.2.1. Результат скринінгової діагностики комп'ютерної залежності

За результатами діагностики відсутність ризику розвитку комп'ютерної залежності спостерігається у 10 підлітків (25%), на стадії захопленості

комп'ютером знаходяться 16 підлітків (40%), ризик розвитку комп'ютерної залежності виявлено у 9 підлітків (23%), сформована комп'ютерна залежність діагностована у 5 підлітків (12%).

Так як діагностичним критерієм для проведення методики Басса-Дарки була наявність у випробовуваних ризику розвитку або сформованої комп'ютерної залежності, то діагностика проводилася в контрольній групі (з низьким рівнем комп'ютерної залежності) та в групі підлітків з ризиком розвитку і вже зі сформованою комп'ютерною залежністю.

В експериментальній групі кількість підлітків склала 14 осіб, у контрольній – 26 осіб відповідно. Результат порівняльних показників діагностики за методикою Басса-Дарки експериментальної та контрольної груп представлений в таблиці 2.2.1.

Таблиця 2.2.1

Порівняльні показники рівнів агресивних і ворожих реакцій за методикою Басса-Дарки в експериментальній і контрольній групах

Рівні	КГ			ЕГ		
	Н	С	В	Н	С	В
Види агресивних та ворожих реакцій	%	%	%	%	%	%
Фізична агресія		45	55	0	30	70
Вербальна агресія	10	45	45	12,5	35	62,5
Непряма агресія		50	50	9	44	47
Негативізм	10	21	69	17	12,5	70,5
Роздратованість	15	65	20	12	59	29
Підозрілість	5	65	30	7	53	40
Образа	10	34	56	13	40	47
Почуття провини	10	27	63	10	37	53

Аналіз отриманих результатів контрольної групи свідчить про те, що переважаючими видами агресивних реакцій є: фізична агресія, високий рівень спостерігається у 8 підлітків (50%), негативізм у 11 підлітків (69%), образа у 9 підлітків (56%), почуття провини у 10 підлітків (63%).

Підвищені показники індексів образу вказують на переконаність підлітків в тому, що їм можуть завдати шкоди, а підвищення значень індексу почуття провини свідчать про усвідомлення неправильності власних вчинків, при цьому, однак, підлітки вважають це прийнятним.

Діагностика, проведена в експериментальній групі, виявила вираженість фізичної агресії у 12 підлітків (70%), вираженість вербальної агресії у 10 підлітків (59%), непряма агресія у 8 підлітків (47%), негативізм у 12 підлітків (70,5%), образу у 8 підлітків (47%), почуття провини у 9 підлітків (53%).

Тобто, у підлітків експериментальної групи зі сформованою комп'ютерною залежністю, більш виражені фізична агресія, вербальна агресія, роздратованість та підозрілість. Показник негативізму високий як в контрольній групі, так і в експериментальній. Як в експериментальній, так і в контрольній групах менш вираженим видом агресивних і ворожих реакцій є роздратування.

Аналіз узагальнених показників за методикою Басса-Дарки (індексів ворожості та агресивності) дозволив нам зробити висновок про те, що індекс агресивності, як в експериментальній (19,9), так в контрольній групі (21,1) відповідає нормі, а індекс ворожості навпаки, як в експериментальній (11,2), так і контрольній (11,07) вище норми. Високий індекс ворожості свідчить про негативне ставлення підлітків до оточуючих, постійному пошуку негативних моментів, очікуванні підступу, готовності до негативного реагування в різних формах, в розрізі наявності сформованої комп'ютерної залежності або ризику розвитку такої. Це показує про автоматичне перенесення найбільш прийняттого способу дії підлітків зі світу гри в реальний світ.

Результати методики «Особистісна агресивність і конфліктність» представлені в таблиці 2.2.2.

Таблиця 2.2.2

**Середньоарифметичні результати за шкалами за методикою
«Особистісна агресивність і конфліктність»**

	ЕГ	КГ
Запальність	7,5	5,56

Наполегливість	5,15	5,69
Образливість	5,4	5,6
Непоступність	4,4	4,81
Безкомпромісність	6,2	6,65
Мстивість	5,6	5,25
Нетерпимість до думки інших	6,6	4,25
Підозрілість	5,7	5,31
Показник позитивної агресії	9,55	10,5
Показник негативної агресії	12,2	9,7
Узагальнений показник конфліктності	24,8	22,88

Результати методики дозволяють показати, що підлітки з ризиком розвитку і зі сформованою комп'ютерною залежністю в експериментальній групі мають високий узагальнений показник конфліктності та негативної агресії. Зазначений показник негативної агресивності у підлітків в поєднанні з високим показником конфліктності свідчить про труднощі соціальної адаптації підлітка. Також в експериментальній групі дещо вищий показник запальності та нетерпимості до думок інших.

Результати діагностики особистісної агресивності і конфліктності контрольної групи показують приблизно таку ж картину, як і у випробовуваних з експериментальної групи. Можна побачити дещо нижчі показники негативної агресивності та конфліктності, хоча контрольна група має також досить високий узагальнений показник конфліктності.

Можемо зробити підсумок, що в обох групах діагностика за методикою Басса-Дарки виявила вираженість таких агресивних і ворожих реакцій, як фізична агресія, негативізм, образа і почуття провини, так само в експериментальній і контрольній групах високий рівень індексу ворожості. Встановлено, що в експериментальній групі більш виражені фізична агресія, вербальна агресія, роздратованість та підозрілість. Методика діагностики особистісної агресивності і конфліктності виявила переважання показника негативної агресивності та конфліктності в експериментальній групі, також у обох груп виявлено високий узагальнений показник конфліктності.

Тепер розглянемо онлайн ігри, що користуються найбільшою популярністю у дівчат і юнаків. В табл. 2.2.3 представлені ігри, які зайняли перші три місця.

Таблиця 2.2.3

Найпопулярніші онлайн ігри серед підлітків

Ранг	Дівчата		Юнаки	
	Назва	%	Назва	%
1	Counter-Strike: Global Offensive	10	Counter-Strike: Global Offensive	60
2	«Sims»	8	«World of Warcraft»	10
3	DOTA2/ Defense Of The Ancients 2	4	DOTA2/ Defense Of The Ancients 2	10

Найпопулярнішою грою як серед дівчат, так і серед юнаків є «Counter-Strike: Global Offensive» («Контрудар: глобальний наступ»). Цей продукт являє собою багатокористувацьку рольову гру, суть якої полягає у військовому протистоянні групи терористів і групи контртерористів (спецназу). Гра вимагає від гравців злагожденості дій, хорошої реакції, розвиненого просторового мислення, знання внутрішньоігрової фізики зброї тощо. Популярність Counter-Strike в даному випадку може бути пояснена міжособистісним спілкуванням, яке, з одного боку, є провідним видом діяльності в підлітковому віці, а з іншого боку, стає основною складовою гри, від якої в значній мірі залежить успішність гравця. До Counter-Strike за популярністю у дівчат щільно примикає серія ігор «Sims». Це однокористувацька рольова гра в жанрі симулятора життя. У ній немає певного сюжету, гра являє собою «пісочницю», в якій гравець може створювати героїв (маленьких чоловічків) і їх власний світ. Гравець може впливати на всі сфери життя своїх підопічних, починаючи від того, як буде одягнений персонаж, на яку роботу він влаштується, і закінчуючи його світоглядом.

Для встановлення статевих особливостей захоплення рольовими комп'ютерними іграми ми поділили вибірку на 2 групи (хлопці та дівчата) та встановили їх відсоткове співвідношення за методикою Є. В. Беловол та І. В. Колотілової.

Результати застосування методики Е.В. Беловол, І. В. Колотілової («Опитувальник для оцінки ступеня захопленості рольовими комп'ютерними іграми») представлені в табл. 2.2.4.

Таблиця 2.2.4

Оцінки ступеня захопленості рольовими комп'ютерними іграми

	Юнаки, %	Дівчата, %
Занадто захоплюються	6	3
Захоплюються	65	30
Цікавляться	20	20
Не грають	10	45

Якщо розглядати групу тих, хто не грає і тих, хто грає з різним ступенем захопленості, то думка про те, що дівчата грають менше, ніж молоді люди, знаходить своє підтвердження. Крім того, варто відзначити невеликий відсоток «надмірно захоплених» підлітків, які знаходяться в групі ризику.

Встановлення статистично значимих відмінностей між групами за допомогою методів математичної статистики.

Перед тим, як перейти до пошуку підтвердження статистичних гіпотез про відмінності в показниках агресії а ворожості підлітків, що захоплюються онлайн іграми та контрольної групи, слід переконатися у тому, що розподіл отриманих даних нормальний. Задля цього ми застосовуємо непараметричний критерій Колмогорова-Смірнова. Отримані значення критерію $p > 0,05$, що свідчить про те, що розподіл нормальний.

Тому для статистичного підтвердження значимості відмінностей між групами респондентів ми використаємо t-критерій Стьюдента. Отримані за допомогою SPSS (версія 19.0) дані свідчать про наявність статистично значимих відмінностей (значимість критерію p менше ніж 0,05) між обраними групами за окремими показниками. Зупинимось детальніше на виявлених результатах.

В таблиці 2.2.5 зображено лише ті шкали методики, за якими дві групи респондентів значимо відрізняються одна від одної.

Таблиця 2.2.5

**Значимі відмінності в показниках агресивності та ворожості підлітків,
що захоплюються онлайн іграми**

Шкали	Середні показники		Значимість критерію t-Стьюдента
	Експериментальна група	Контрольна група	
Фізична агресія	6,3	3,2	0,009
Вербальна агресія	8,4	4,4	0,011
Роздратованість	4,8	3,2	0,05
Підозрілість	7,2	5,0	0,034
Запальність	7,5	5,56	0,038
Показник негативної агресії	12,2	9,7	0,031

Як ми бачимо з таблиці, в групі підлітків, що захоплюються онлайн іграми, значимо вищі показники фізичної та вербальної агресії, роздратованості, підозрілості. Також в цій групі переважає запальність та загальний показник негативної агресії (за методикою Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова). Можемо стверджувати, що онлайн ігри значно підвищують рівень зазначених показників.

2.3. Практичні рекомендації щодо профілактики та подолання залежності від комп'ютерних ігор у підлітків

У психологічній науці з профілактикою пов'язані два поняття – це психогігієна і психопрофілактика. Розглянемо ці два поняття докладніше. Гігієна (з грец. здоровий, що приносить здоров'я) – наука, що вивчає вплив факторів навколишнього середовища і трудової діяльності на здоров'я людини і розробляє практичні заходи, спрямовані на оздоровлення умов життя та праці людини [24, с. 10-12].

Психогігієна – царина гігієни, що вивчає вплив різноманітних факторів навколишнього середовища і трудової діяльності на психічне здоров'я людини,

розробляє і здійснює заходи, спрямовані на збереження і зміцнення психічного здоров'я людини. Психогігієна у своїй діяльності має кілька напрямків [24]:

– фундаментальне – вивчає загальні питання зміцнення і збереження психічного здоров'я, а так само визначаються основні принципи оздоровлення психіки.

– прикладне – розробляє конкретні правила і прийоми, психогігієнічні заходи;

– практичне, власне, реалізує самі оздоровчі заходи, створює умови для більш повного збереження психологічного здоров'я людини, великих і малих соціальних груп.

Завдання психогігієни. У психогігієні, як і в будь-якій іншій науці, проводяться теоретичні та емпіричні дослідження, головна мета яких – виявлення факторів, що впливають на психологічне здоров'я людини, а також послаблюють або зміцнюють його. Три головні проблеми фундаментальної психогігієни ставлять перед наукою основні завдання:

1. Вивчення природи психічного здоров'я та саногенного потенціалу особистості;

2. Визначення правил і напрямків психогігієнічної практики;

3. Розробка основ профілактики станів, ситуацій і поведінки ризику.

Структура практичної психогігієни виділяє чотири рівні: Національна психогігієна, організаційна психогігієна, сімейна психогігієна, психогігієна особистості. Профілактика (з грец. – запобіжний) – система державних, соціальних, гігієнічних і медичних заходів, спрямованих на попередження хвороб і забезпечення високого рівня здоров'я. Психопрофілактика розробляє і впроваджує в практику заходи щодо попередження психічних захворювань та їх переходу в хронічну стадію, а також сприяє реабілітації психічно хворих [24, с.13.].

Виділяють первинну, вторинну і третинну психопрофілактику. Первинна психопрофілактика включає в себе заходи, що перешкоджають виникненню психологічних розладів. Вторинна включає в себе заходи, спрямовані на попередження негативної динаміки вже наявних захворювань, перешкоджає переходу їх в хронічну форму, полегшує перебіг і покращує результат, а також

спрямована на ранню діагностику захворювань. Третинна профілактика спрямована на мінімізацію наслідків захворювання, перешкоджає виникненню рецидивів і появи дефектів, що заважають трудовій діяльності хворого. Комп'ютерна залежність відноситься до однієї з основних завдань психогігієни, будучи поведінкою ризику (залежною поведінкою).

Комп'ютерну залежність, як і іншу залежність легше запобігти, ніж лікувати. Сучасна тенденція така, що батьки самі в більшості випадків сприяють розвитку комп'ютерної залежності у своїх дітей. Батьки спокійні, коли знають, чим зайнятий їх дитина. Ось він у своїй кімнаті сидить тихо за комп'ютером, не треба турбуватися, що він зараз десь на вулиці тощо.

Ще однією з проблем сучасного суспільства можна назвати малу кількість часу, що виділяється батьками на виховання дитини, вони (батьки) проводять довгий час на роботі, мало часу приділяють спільному з дітьми дозвілля. Лікування комп'ютерної залежності неможливо без наявності усвідомлення людиною своєї проблеми, і без бажання, щоб боротися з недугою, щоб мати нормальне життя, потрібно живе спілкування з друзями, а не перекидатися короткими повідомленнями всередині мережі. Найчастіше комп'ютерну залежність помічають батьки або інші родичі, а не вона сама, тому, що говорить, що в будь-який час може кинути грати і, що залежності у неї немає.

У разі комп'ютерної залежності, більшість експертів рекомендують використання індивідуальної та / або групової психотерапії, з акцентом на роботі з емоціями, тому що залежні, мають значні труднощі в емоційному плані. Враховуючи труднощі в реалізації міжособистісних відносин і соціальної адаптації осіб в лікуванні комп'ютерної залежності найкраще використовувати групові методи лікування[46, с. 29-30].

Розглядаючи досвід [17], накопичений у західних країнах, з питань забезпечення контролю за насильством в комп'ютерних іграх, можна скласти приблизні контрзаходи для перешкоди виникнення комп'ютерної залежності.

1. Державне законодавство. Обов'язкове ліцензування, що містять сцени жорстокості і насильства ігор. Обмеження віку покупців цих ігор, дотримуючись при цьому права і свободи громадянина.

2. *Заходи адміністративного характеру.* Можливо, так само як із законом щодо розташування азартних гральних закладів-обмеження місця розташування.

3. *Обмеження самих комп'ютерних ігрових закладів.* Перш за все, дотримання вікового цензу! Суворе дотримання віку гравця і його сфери комп'ютерної діяльності. Лімітування часу, проведеного біля комп'ютера.

4. *Заходи медичного характеру.* Психотерапевтичне лікування і, якщо потрібно медикаментозне лікування.

5. *Заходи соціального характеру.* В першу чергу просвітництво з проблем комп'ютерної залежності. Включення в виховні програми освітніх організацій компонента профілактики комп'ютерного залежної поведінки. Матеріали друкованих видань з проблем комп'ютерної залежності, огляди преси для сімейного та індивідуального прочитання.

Комп'ютерна залежність представляє не меншу небезпеку, ніж інші види залежностей. Вона так само десоціалізує людини. Гіперпотреба людини ставати процес знаходження біля комп'ютера, розриваються соціальні зв'язки. Людина стає нездатним нормально вчитися або працювати, нівелюються сімейні цінності і така людина нездатна до самообслуговування. Для боротьби з комп'ютерною залежністю, перш за все, потрібна сама мотивація залежного, без такої мотивації успішного лікування комп'ютерної залежності домогтися неможливо. Насильно не можна змусити людину кинути шкідливу звичку.

У дослідженнях Л.Н. Юр'євої, Т. Ю. Ботьбот [46] описали деякі етапи по боротьбі з комп'ютерною залежністю. Основний принцип такої терапії говорить, що не варто позбавляти людину доступу до комп'ютера, а слід тільки нормалізувати його комп'ютерну діяльність.

Перший етап – діагностичний, основною метою цього етапу є подолання внутрішнього опору пацієнта, складання стратегії і тактики психотерапевтичних заходів профілактики. Слід звернутися до позитивних сторін використання комп'ютера, треба активізувати самого пацієнта на усвідомлення своєї проблеми, для установки зв'язку між комп'ютерною діяльністю і негативними наслідками у своєму житті. Варто пам'ятати, що ми не вчимо і даємо поради, а тільки створюємо умови для оцінки залежним своєї життєвої ситуації. Потрібно проінформувати

пацієнта про патологічному використанні комп'ютера, обговорити причини комп'ютерної залежності, її характерні ознаки етапи розвитку, як боротися з цим захворюванням. Найбільш продуктивним вважається інформування про негативні наслідки патологічної роботи за комп'ютером, тільки в той момент, коли сам залежний усвідомив потребу змінитися.

Другий етап – інформаційно-навчальний. Головною метою цього етапу є усвідомлення проблеми залежності. На цьому етапі показуються перешкоди на шляху змін, важливо продемонструвати людині позитивні зрушення зміни поведінки. Залежний підліток потребує емоційної підтримки.

Третій етап – зміна стратегії поведінки. Головне на цьому етапі – підготовка пацієнт до реальних дій, подолання невпевненості, страху, орієнтування на успіх, вироблення і модифікація плану дій з подолання залежності. Так само йому пояснюється, що повністю контролювати всі зовнішні і внутрішні умови, які можуть спровокувати зрив і повернення до вихідної точки, коли наш залежний знову зануриться в іншу реальність. На цьому етапі з'ясовується розклад життєдіяльності, частота використання комп'ютера, відбувається з'ясування інших, цікавих для людини інших видів діяльності. На цьому етапі відбувається усвідомлене втілення модифікованого плану діяльності самим залежним в життя.

На наступному етапі контролюються і підтримуються всі позитивні зміни залежного. Це найскладніший етап в корекції залежності, так як залежна людина повинна докласти максимум зусиль для подолання своєї залежної поведінки. У нього можуть виникати сумніви всього цього заходу, і чи варто взагалі затівати ці позитивні зміни, коли простіше залишити як є. Завдання психолога на цей момент роз'яснити, що це так і повинно бути, слід мотивувати залежного на успіх, підтримувати спроби до зміни.

Етап корекції сімейних і соціальних відносин. Основою цього етапу виступає контроль поведінку з боку самого залежної людини. Мета цього етапу уникнути повернення комп'ютерної залежності. Для цього можна запропонувати людині вести журнал самопостереження, де б він відзначав, які дії і відчуття тягнуть за собою повернення до комп'ютера. На цьому етапі дуже важлива соціальна підтримка людини. В першу чергу цим соціальним підтримуючим

елементом виступає сім'я. Потрібно спробувати зменшити вплив внутрішньосімейних конфліктів, виробити стратегії їх вирішення таким чином, щоб вони не сприяли поверненню комп'ютерозалежного поведінки, спробувати виключити докори членами сім'ї, які здатні знижувати самооцінку залежного і можуть накопичувати у залежного напруга, що приводить до пошуку емоційної розрядки, здатної відправити людину знову за комп'ютер.

Останній етап – етап подолання наслідки комп'ютерної залежності.

Спільно з залежним і психологом складається план поетапної реабілітації в професійній сфері, у відносинах з родичами і знайомими. Визначаються довгострокові життєві цілі, шляхи подолання виникаючих перед цими цілями перешкод.

Краще рішення для лікування комп'ютерної залежності – це профілактика. Психологи рекомендують слідувати певним правилам, що перешкоджає розвитку комп'ютерної залежності:

1. Слід заохочувати всілякі творчі інтереси дитини;
2. Слід залучати дитину до спорту, так як діти, що займаються спортом менш схильні до комп'ютерної залежності.
3. Не варто забувати, що важливий особистий приклад батьків. Повинні бути єдність слова і справи, якщо батько не дозволяє своєму син грати не більше години в день, то він не повинен грати за комп'ютером сам більшу кількість часу.
4. Якщо ваша робота пов'язана з комп'ютером, і ви проводите за комп'ютером багато часу, в розмовах з дитиною слід акцентувати свою увагу на тому, що комп'ютер вам потрібен виключно для роботи.
5. Розташуйте комп'ютер в загальній кімнаті, це не дозволить дитині залишатися наодинці з комп'ютером, дозволить уникнути деяких проблем.
6. Комп'ютер слід використовувати як помічника в організації спільної творчості з дитиною. Залучаючи дитину в спільний пошукнеобхідної інформацію для підготовки творчого завдання або роботи в Інтернеті, ви будете виховувати культуру праці дитини з комп'ютером та Інтернетом.
7. Контролюйте роботу за комп'ютером. Слід пояснити дитині, що комп'ютер не право, а привілей, так що час роботи повинна контролюватися

батьками. Проте, не варто зловживати заборонами, так як заборона ще сильніше збуджує бажання дитини до володіння комп'ютером («заборонений плід – солодкий»).

8. Використовуйте будильник для обмеження гри або перебування дитини в мережі. Медичними показаннями дітям заборонено більше 15 хвилин безперервно проводити за комп'ютером, так само заборонено грати в комп'ютерні ігри перед сном.

9. Слід так само використовувати програмні і технічні функції операційних систем комп'ютерів. Вони допомагають відфільтрувати шкідливий вміст, з'ясувати, які сайти ваша дитина відвідує, встановлюють терміни для використання комп'ютера або мережі Інтернет, здатні блокувати небажані дії користувача в Інтернеті і забезпечити безпеку персональних даних від усіх можливих загроз.

10. Можна спробувати створити сімейні інтернет правила, що сприяють онлайн безпеці дітей.

11. Обов'язково обговоріть з дітьми всі питання, які виникають у них в процесі використання комп'ютера. Вчіться дітей бути вибірковими у ставленні до інформації в мережі Інтернет, а також не ділитися особистою інформацією в мережі.

12. Якщо дитина все ще має комп'ютерну залежність, не варто встановлювати чіткі заборони або обмеження, дитина може витратити на комп'ютері дві години в будній день, і три – на вихідних. Обов'язково з перервами.

13. Заохочуйте тягу дитини до інших способів проведення часу. Ви можете скласти список справ, які могли б зробити на дозвіллі. Важливо, щоб список включав спільну з дитиною дозвільну діяльність.

14. Використовуйте комп'ютер як елемент ефективного виховання, в якості нагороди.

15. Слід звернути увагу на комп'ютерні ігри, в які грають ваші діти, тому що деякі з них можуть викликати безсоння, дратівливість, агресивність, конкретні страхи. Слід обговорити гру з вашою дитиною, вибрати її разом. Вкрай важливо навчити дітей критично ставитися до комп'ютерних ігор, слід показати, що це дуже

мала частина доступних розваг, що життя набагато різноманітніше, що гра не може замінити реальне спілкування.

16. Якщо все ж батьки не можуть самостійно впоратися з проблемою, не треба боятися і відкладати поспішення фахівця, важливо вчасно звернутися за допомогою до психологів в спеціалізованих центрах [22].

Метою програми профілактики є створення позитивного емоційного фону, реконструкція повноцінних контактів з однолітками, розвиток здібностей до контролю власних агресивних проявів. Для досягнення поставленої мети необхідно в процесі роботи над програмою вирішити ряд завдань:

- 1) формування соціальної довіри в групі;
- 2) Розвиток комунікативних навичок і соціальних емоцій;
- 3) формування адекватної самооцінки, впевненості в собі;
- 4) навчання навичкам самоконтролю агресивної поведінки;
- 5) навчання прийнятним способам вираження агресії;
- 6) навчання прийомам конструктивного вирішення конфліктів.

Робота за даною програмою будувалася на наступних засадничих принципах [8, 23,25,35,37]:

1. *Принцип актуалізації та розширення суб'єктивного досвіду* [8, 23]. Робота в тренінговій групі спрямована на актуалізацію і розширення суб'єктивного досвіду. Передбачає апробування нових навичок поведінки, придбання нових знань про себе, своїх потенційних можливостях і внутрішніх ресурсах, придбання нового досвіду самореалізації. Цей досвід включає в себе ситуативні і образні узагальнення, що сформувалися в результаті соціальної діяльності дитини, а також механізми включення в цю діяльність.

2. *Принцип мотиваційної готовності.*[8, 35] Цей принцип передбачає орієнтацію психолога на те, що значимо для аудиторії в даний момент. Така установка вимагає від нього постійної готовності обговорити будь-яку цікаву тему, вміння виділяти смислові одиниці інформації, акцентувати увагу на головному в змісті, підтримувати мотивацію учасників групи.

3. *Принцип опори на вікові потреби і облік вікових особливостей* [25,37]. Цей принцип передбачає опрацювання в групі матеріалу, актуального для даного віку і

цікавить підлітків саме на даному етапі розвитку і опора на провідні вікові особливості, такі як переживання неіснуючої дорослості, формування активної позиції в групі, розвиток самосвідомості і рефлексії тощо.

4. *Принцип цілісності і системності матеріалу* [35, 37]. Передбачає єдність когнітивних, емоційних і поведінкових аспектів організації психологічного простору в роботі групи. Це відображає взаємозв'язок інформації переданої учаснику групи з емоціями і почуттями, що викликаються цією інформацією, а також з обумовленим нею поведінкою. Системність передбачає єдину мету і єдиний лейтмотив робочого матеріалу програми.

Організація роботи за програмою: програма складається з 5 занять. Частота групових зустрічей 2 рази на тиждень. Тривалість кожного заняття: 50-60 хвилин. Наповнюваність групи: 10 осіб (дві групи учнів по 10 осіб). Робота за програмою здійснюється за допомогою ігрових методів, методу групової дискусії, проєктивних методів «репетиції поведінки» та елементів аутотренінгу, нервово-м'язової релаксації. Кожне заняття розбавляється іграми розминочного характеру та іграми, що формують і зміцнюють довіру членів групи один до одного. Важливе місце в розробленій програмі профілактики відводиться технікам релаксаційного, медитативного розслаблення з елементами навіювання. Методи релаксації спрямовані на зміцнення отриманих в результаті цілого заняття уявлень про себе, навичок поведінки.

В процесі роботи в групі важливо було створити для підлітка такі умови, де він зміг би отримати позитивний досвід спілкування, позбутися нав'язливої тенденції до прогнозування невдачі, від негативних переживань, зняти нервово-психічне напруження і зберегти здоров'я, підвищити впевненість в собі, отримати навички конструктивної побудови відносин з однолітками, навчитися прийнятним способам вираження агресії, навчитися навичкам самоконтролю агресивної поведінки. Зміст програми профілактики наведено у Додатку 1.

Для профілактики комп'ютерної залежності, більшість експертів рекомендують використання індивідуальної та/або групової психотерапії, з акцентом на роботі з емоціями, тому що залежні, мають значні труднощі в емоційному плані. Враховуючи труднощі в реалізації міжособистісних відносин і

соціальної адаптації осіб для лікування і профілактики комп'ютерної залежності найкраще використовувати групові методи лікування.

Висновки до розділу 2

За результатами Методики скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Больбот) підлітків було поділено на 2 групи: експериментальну і контрольну. До експериментальної увійшли підлітки з ризиком розвитку і зі сформованою комп'ютерною залежністю, до контрольної – з низьким рівнем компютерної залежності та її відсутністю. З цими підлітками були проведені методика Басса-Дарки, для виявлення агресивних і конфліктних реакцій і діагностика особистісної агресивності і конфліктності.

За методикою Басса-Дарки були отримані наступні дані: переважаючими видами агресивних і ворожих реакцій в експериментальній групі є: фізична агресія, вербальна агресія, підозрілість та роздратованість. Обидві групи мають високий індекс ворожості, який свідчить про негативне ставлення підлітків до оточуючих, постійний пошук негативних моментів, очікуванні злого умислу, готовності до негативного реагування в різних формах.

Діагностика методикою «Особистісна агресивність і конфліктність» демонструє, що підлітки з ризиком розвитку і зі сформованою комп'ютерною залежністю мають високий узагальнений показник негативної агресії та конфліктності. Зазначений показник негативної агресивності у підлітків в поєднанні з високим показником конфліктності свідчить про труднощі соціальної адаптації підлітка.

Застосування методів математичної статистики підтвердило значимі відмінності в рівні агресії у підлітків з експериментальної та контрольної груп. В групі підлітків, що захоплюються онлайн іграми, значимо вищі показники фізичної та вербальної агресії, роздратованості, підозрілості. Також в цій групі переважає запальність та загальний показник негативної агресії (за методикою Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова).

Для профілактики комп'ютерної залежності нами були розроблені практичні рекомендації для профілактики агресії і залежності від комп'ютерних ігор у підлітків.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз сучасних досліджень з психології свідчить про те, що все більше людей потрапляють в залежність від комп'ютерних гаджетів. В останнє десятиріччя в психології з'явився термін «комп'ютерна залежність», під яким розуміється патологічна пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. У групі ризику потрапляння в комп'ютерну залежності на першому місці знаходяться підлітки. Це пояснюється значними зрушеннями у всіх сторонах їх життєдіяльності, бурхливим темпом розвитку і перебудовою соціальної активності дитини, який провокує внутрішній конфлікт особистості і суспільства. Комп'ютерна гра надає можливість відчувати себе маніпулятором, «надлюдиною», здатним змінити все і вся. Задовольняючи в межах віртуального простору свої домагання на визнання, підліток стає ригідним в сфері живого людського спілкування.

Реальний світ починає викликати агресію, негативізм, дратівливість, образливість, негативні вербальні прояви тощо. Саме в цьому віці особливо великий шанс, коли захоплення комп'ютером може перейти в комп'ютерну залежність. Дитина засвоює спотворене сприйняття реальності. У підлітків з комп'ютерною залежністю, починається проблема з реальністю, їм стає важко знайти спільну мову і загальну тему для спілкування з батьками, однолітками та іншими людьми.

2. Для діагностики рівня вираженості комп'ютерної залежності та захоплення онлайн іграми нами було використано 2 методики: метод скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Больбот) та методику Е.В. Беловол, І. В. Колотілової («Опитувальник для оцінки ступеня захопленості рольовими комп'ютерними іграми»). Для встановлення рівня вираженості агресивності та ворожості було застосовано опитувальник Басса – Дарки для дослідження агресивних і ворожих реакцій та методику «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова.

За результатами Методики скринінгової діагностики комп'ютерної залежності (Л. Н. Юр'єва, Т. Ю. Больбот) підлітків було поділено на 2 групи: експериментальну і контрольну. До експериментальної увійшли підлітки з ризиком розвитку і зі сформованою комп'ютерною залежністю, до контрольної – з низьким рівнем комп'ютерної залежності та її відсутністю.

За методикою Басса-Дарки переважаючими видами агресивних і ворожих реакцій в експериментальній групі є: фізична агресія, вербальна агресія, підозрілість та роздратованість. Обидві групи мають високий індекс ворожості, який свідчить про негативне ставлення підлітків до оточуючих, постійний пошук негативних моментів, очікуванні злого умислу, готовності до негативного реагування в різних формах.

Діагностика методикою «Особистісна агресивність і конфліктність» демонструє, що підлітки з ризиком розвитку і зі сформованою комп'ютерною залежністю мають високий узагальнений показник негативної агресії та конфліктності. Зазначений показник негативної агресивності у підлітків в поєднанні з високим показником конфліктності свідчить про труднощі соціальної адаптації підлітка.

3. Застосування методів математичної статистики підтвердило значимі відмінності в рівні агресії у підлітків з експериментальної та контрольної груп. В групі підлітків, що захоплюються онлайн іграми, значимо вищі показники фізичної та вербальної агресії, роздратованості, підозрілості. Також в цій групі переважає запальність та загальний показник негативної агресії (за методикою Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова).

Для профілактики комп'ютерної залежності нами були розроблені практичні рекомендації для профілактики агресії і залежності від комп'ютерних ігор у підлітків. В якості провідного напрямку профілактичного впливу була обрана емоційно-комунікативна сфера учнів, так як емоційне напруження залежних підлітків пов'язано в основному зі сферою спілкування і міжособистісних відносин.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агрессия у детей и подростков: учеб. пособие [Текст] / Г.Э. Бреслав, А.Н. Волкова, Г.Г. Гарскова и др.; под ред. Н.М. Платоновой. – СПб.: Речь, 2004. – 335 с.
2. Асмолов, А. Г. Психологическая модель интернет-зависимости личности [Текст] / А. Г. Асмолов, Н. А. Цветкова, А. В. Цветков // Мир психологии. – 2004. – № 1. – С.179-192.
3. Асмолов, А.Г. Синдром Вельда, или поколение, ушедшее в виртуальный мир [Текст] // Психология. Идеи на каждый день. – 2008. – № 6. – С. 68–69.
4. Бандура, А. Подростковая агрессия [Текст] / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М., 2000. – 233 с.
5. Большой психологический словарь [Текст] / Н. Н. Авдеева и др.; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. - 3-е изд., доп. и перераб. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. - 666 с.
6. Бэрон, Р. Агрессия. [Текст] / Р. Бэрон, Д. Ричардсон – СПб: Питер, 2001. – 352 с.
7. Важенин, М.М. Компьютерная зависимость [Текст] / М.М. Важенин // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25. – № 1, – С. 14
8. Варашкевич, С.А. История конверсии компьютерной игры. [Текст] / С.А. Варашкевич. – М.: ИП РАН, 1997. – 154с.
9. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. [Текст] / И.В.
10. Вачков – М.: Издательство «Ось-89», 1999. – 437с.
11. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от интернета [Текст] / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – т. 25. – № 1. – С. 90-100
12. Гребенкин, Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе [Текст] / Е.В. Гребенкин. – М.: Феникс. – 2006. – 160 с.

13. Гриффит, В. Виртуальный мир рождает реальные болезни [Текст] // Финансовые известия. – Вып. 54. – № 183. – С.27.
14. Гроссман, Д. Их можно научить убивать. [Текст] // На стороне подростка. – 2003–№5
15. Егоров, А. Ю. Нехимические зависимости / А. Ю. Егоров. – СПб.: Речь, – 2007. – 190 с.
16. Егоров, А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) [Текст] // Аддиктология. – 2005. – № 1. – С. 65-77.
17. Егоров, А.Ю. Особенности личности подростков с интернет – зависимостью А. Ю. Егоров, Н. А. Кузнецова, Е. А. Петрова [Текст] // Вопросы психологического здоровья детей и подростков. – 2005. – №2. – С. 20-27.
18. Житель Пекина умер от слишком долгого сидения за компьютером [Электронный ресурс] // NEWSru.com, 2014. – Режим доступа <http://www.newsru.com/world/17apr2006/comp.html>
19. Жмуров, Д.В. Компьютерные игры и подростковая агрессия. [Электронный ресурс] // Д.В. Жмуров // Авторский сайт 2005. Режим доступа: http://nprosto.info/cg/cg_index.html (дата обращения 22.12.2015)
20. Игроман умер за компьютером [Электронный ресурс] / Сайт The Liberty – 2011.–Режим доступ <http://www.libertyday.ru/275>
21. Илюк, Р.Д. Агрессивное поведение и гнев в структуре зависимостей от различных ПАВ. [Текст] / Р.Д. Илюк, Д.И. Громько, Е.В. Ильюшкина, И.В. Берно-Беллекур // Психическое здоровье. – 2012. – № 12. – С.118-127.
22. Карелина, А. А. Психологические тесты [Текст] / Под ред. А.А. Карелина: В 2т.- М. : Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 322 с.
23. Коваль, Т. В. Особенности межличностных взаимодействий у подростков, склонных и не склонных к развитию компьютерной зависимости [Электронный ресурс] / Т.В. Коваль // Психологическая наука и образование: Электронное специализированное научно-практическое периодическое издание (Psyedu.ru). – 2012. – № 4. – Режим доступа: www.psyedu.ru/journal/2012/4/3149.phtml.

24. Краснова, С. В. Как справиться с компьютерной зависимостью. Бросить - легко! [Текст] / С.В. Краснова, Н.Р. Казарян, В.С. Тундалева, Е.В. Быковская, О.Е. Чапова, М.О. Носатова. – М.: Эксмо, 2008 – 224 с.
25. Кривцова, С.В. Тренинг: навыки конструктивного взаимодействия с подростками: практическое руководство для школьного психолога. [Текст] / С.В. Кривцова, Е.Н. Мухаматулина.– М.: Практика, 2002. – 157с.
26. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики [Текст]: учеб. пособие / Л. В. Куликов. – СПб: Питер, 2004. – 463 с.
27. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг с подростками [Текст] / А.Г. Лидерс – М.: Академия, 2004. – 256с.
28. Личко, А.Е. Подростковая психиатрия [Текст] / А.Е. Личко. – М.: Просвещение, 1999. – 430 с.
29. Малкова, Е.Е. Клинико-психологические феномены формирования компьютерной зависимости у современных подростков [Электронный ресурс] / Е.Е. Малкова, Н.И. Калинин // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2012. – N 4 (15). – Режим доступа: <http://medpsy.ru>
30. Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» [Текст] / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С.142-146
31. Можгинский, Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм [Текст] / Ю.Б. Можгинский. – СПб. : Издательство «Лань», 1999. – 128 с.
32. Москаленко, В.Д. Зависимость: семейная болезнь [Текст] / В.Д. Москаленко. – 6-е изд., стер. – М. : ПЕР СЭ, 2011. – 351 с.
33. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст] / В.С. Мухина – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 456 с.
34. Онлайн-конференция Интернет-зависимость: опасность или просто дух времени? [Электронный ресурс] Режим доступа, <http://pressria.ru/online/948520175.html#speakers>

35. Порошина, М. Невиртуальное убийство [Электронный ресурс] / М. Порошина // - 2005. – 22 июня (№3801)- М: Rg.ru, 2005. – Режим доступа <http://www.rg.ru/2005/06/22/ubiystvo.html>
36. Предупреждение и коррекция поведенческих расстройств у детей [Текст] : учебно-методическое пособие / Е.В. Соколова, К. Ю. Гуляева. – Новосибирск : Изд. НГИ, 2003. – С. 27
37. Прихожан, А.М. Тренинг коммуникативных умений. [Текст] / А.М. Прихожан. – М. : Просвещение, 1994. – 191 с.
38. Психология человека от рождения до смерти [Текст] / Под общей редакцией Реана А. А. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2002. – 656 с.
39. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. [Текст] // Пер. с англ. общ. ред. Петровский А.А. – М. : Прогресс, 1990. – 412с.
40. Сакович, Н.А. Игры в «тигры» [Электронный ресурс] // Deti.by : [сайт]. – 2006. – Режим доступа: http://deti.by/advice/sakovich_advice/tiger_games.html
41. Сельченко, К.В. Психология человеческой агрессивности. [Текст] / К.В. Сельченко. – Минск. : Харвест, 2009. – 656 с.
42. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции [Текст]: учебное пособие / Л.М. Семенюк. – Москва-Воронеж : МПСИ: МОДЭК, 1996. – 96 с.
43. Скородумов, О. Самые первые виртуальные похороны в Интернете [Электронный ресурс] / О. Скородумов // Samogo.Net, 2011. – Режим доступа <http://samogo.net/articles.php?id=1689>
44. Старшенбаум, Г.В. Аддиктология. Психология и психотерапия зависимостей [Текст] / Г.В. Старшенбаум. – М. : Когито-Центр, 2006. – С. 141
45. Тренинг коммуникативных умений [Текст]: метод. разработки занятий / А.С. Прутченков. – Москва : Новая школа, 1993. – 48 с.
46. Фомичева, Ю.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми [Текст] // Вестник МГУ. – Сер 4. Психология. – 1991. – №3. – С. 27–39.

47. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2004. – 635 с.

48. Фурманов, И.А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов [Текст] / И.А. Фурманов. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. – 351 с.

49. Шапкин, С. А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований [Текст] / С.А. Шапкин // Психологический журнал. – 1999. – Т 20. – № 1. – С. 86-102

50. Шелягина, Е. Дети «В сети» [Текст] / Е. Шелягина // Дела больничные. – 2013. – №12(166). – Режим доступа: <http://www.okb1.ru/UPLOAD/user/file/gazeta/2013-12.pdf>

51. Шипова, Л.В. Этологический подход к пониманию сущности и причин агрессии человека [Электронный ресурс] // Проблемы социальной психологии личности. – Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского. - 2008 Режим доступа http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30273_full.shtml

ДОДАТКИ

Додаток 1

Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости

Юрьевой Л. Н., Больбот Т. Ю.

Методика представляет собой скрининговый самопросник, направленный на выявление кибер-аддикции (в том числе интернет-аддикции). Методика была изначально разработана и адаптирована к использованию в русскоязычной среде Л.Н. Юрьевой и Т.Ю. Больбот.

Теоретические основы

При разработке методики авторы руководствовались общими представлениями о зависимом поведении и накопленным опытом диагностики и лечения кибер-аддикций. В частности, авторы опирались на критерии диагностики интернет зависимости Голдберга и Орзак.

Критерии диагностики интернет-зависимости (Ivan Goldberg, 1996)

Толерантность:

Потребность во все большем количестве времени работы в сети для достижения удовольствия;

Значительное снижение эффекта от пребывания в сети в течение того же промежутка времени, что и ранее.

Абстиненция:

Наличие 2-х или более симптомов, которые возникают в период от нескольких дней до одного месяца после прекращения или уменьшения длительности работы в сети:

психомоторное возбуждение;

тревога;

навязчивые мысли об Интернете;

фантазии или мечты о сети;

произвольные или непроизвольные «печатающие» движения пальцев рук.

Наличие симптомов раздела (А) является причиной нарушений в служебной, семейной и/или других сферах социального функционирования;

Возобновление работы в Интернете или подобных on-line службах способствует уменьшению или исчезновению симптомов абстиненции.

Периоды работы в сети оказываются более частыми и/или более длительными, чем планировалось.

Наличие непреодолимого желания и/или безуспешные попытки прекратить или контролировать работу в сети.

Большое количество времени, посвящаемое имеющей отношение к Интернету деятельности (покупка соответствующей литературы, поиски новых браузеров, формирование файлов и т.д.).

Актуальные ранее виды социальной деятельности (семейные, служебные, развлекательные и т.д.) прекращаются или сокращаются в связи с увлечением Интернетом.

Использование сети продолжается, несмотря на очевидные и осознаваемые социальные и психологические проблемы, связанные с работой в Интернете (депривация сна, супружеские проблемы, опоздание на работу и утренние встречи, пренебрежение служебными обязанностями и т.п.).

Расстройство имеет место, если присутствуют три или больше признаков, выявленных в течение последних 12 месяцев.

Критерии диагностики компьютерной зависимости (Maressa Hecht Orzack, PhD, 1999)

Получение удовольствия, волнения или облегчения за компьютером.

Увеличение времени, проводимого за компьютером, и возрастание денежных расходов на компьютерную деятельность.

Покупка нового программного и аппаратного обеспечения для компьютера.

Изменения настроения вне компьютера/Интернета.

Появление тревоги, злости и депрессии вне компьютера/Интернета.

Ощущение потери контроля и подавленности вне компьютера/Интернета.

Постоянные мысли о компьютере или Интернете вне компьютера/Интернета.

Неудачные попытки контролировать время, проводимое за компьютером.

Использование компьютера с целью ухода от текущих проблем.

Игнорирование своих обязанностей вследствие использования компьютера.

Потеря весомых взаимоотношений вследствие использования компьютера.

Ложь о количестве времени, проводимом за компьютером/в Интернете.

Ложь о деятельности, проводимой за компьютером/в Интернете.

Возникновение финансовых трудностей, возникших в результате злоупотребления компьютером / Интернетом.

Проблемы на работе или в учебе вследствие компьютерной деятельности.

Проблемы со здоровьем вследствие компьютерной деятельности.

Наличие как минимум пяти перечисленных симптомов свидетельствует о наличии компьютерной зависимости.

Методологический подход к созданию методики

Авторы справедливо указывают на то, что недостатком данных диагностических подходов является их ориентированность на социальную ситуацию США, дихотомичность как ответов (да-нет), так и диагностических суждений (есть зависимость-нет зависимости), снижающих эффективность применения методик.

Авторами была поставлена задача выявления не только сформированной зависимости (II стадия аддикции), но и начальной зависимости (I стадия), и формирующейся (предзависимость, аттачмент).

На основании этого был разработан скрининговый способ диагностики интернет-зависимости. На способ получен патент (патент на изобретение (11) 72366 А (51) 7 G09B3/00, G09B3/08, G09B3/00, A61B10/00 15.02.2005. Бюп. №2).

Внутренняя структура

Опросник состоит из 11 утверждений относительно проявлений эмоционального состояния личности за компьютером или в Интернете, рассуждений относительно реализации замыслов и предчувствия удовольствия, количества времени пребывания за компьютером и материальных расходов, связанных с этим, волевых свойств, ощущений, получаемых во время проведения компьютерного досуга, ассоциативного характера восприятия получаемого удовольствия, влияния увлечения компьютером на социально-бытовые обязанности, роли социальных обязательств в повседневном быте, влияния компьютера на психофизическое состояние, режим сна и бодрствования.

Каждое утверждение сопровождается 4 степенями согласия с ним. Возможным ответам «никогда», «редко», «часто» или «очень часто» присваивают баллы 1, 2, 3 и 4, соответственно. Максимальный балл по единственной шкале методики составляет 44 балла.

Интерпретация

Все утверждения учитываются в прямых значений. Высчитывается сумма пунктов по всем показателям.

Если сумма баллов меньше 16, то риск развития интернет-зависимости равен 0.

От 16 до 22 баллов - стадия увлечения, «прилипания» к зависимости, так называемого аттачмента. Реабилитационные мероприятия дадут наибольший эффект.

От 23 до 37 баллов - первая стадия зависимости. Необходимо проведения реабилитационных мероприятий.

38 и более баллов - вторая стадия зависимости. Необходимо проведение лечебных мероприятий.

ОПИТУВАЛЬНИК БАССА - ДАРКИ

А. Басс, сприйняв ряд положень своїх попередників, розділив поняття "агресія" і "ворожість" і визначив останню як "реакцію, розвиваючу негативні почуття і негативні оцінки людей і подій". Створюючи свій опитувальник, диференціює прояви агресії і ворожості, А. Басс і А. Дарки виділили такі види реакцій:

1. Фізична агресія - використання фізичної сили проти іншої особи.
2. Непряма агресія - обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
3. Роздратування - готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
4. Негативізм - опозиційна манера в поведінці, що виявляється від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
5. Образа - заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні і вигадані дії.
6. Підозрілість - негативна реакція в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують і приносять шкоду.
7. Вербальна агресія - вираз негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).
8. Почуття провини - висловлює можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, робить зло, а також відчуються їм докори сумління.

Опитувальник Басса - Дарки складається з 75 тверджень, на які випробовуваний відповідає "так" або "ні". Відповідно до інструкції він ставить знак "плюс", якщо згоден з твердженням, і знак "мінус", якщо не згоден.

ТЕКСТ ОПИТУВАЧА БАССА - ДАРКО

1. Часом я не можу впоратися з бажанням заподіяти шкоду іншим.
2. Іноді пліткують про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююсь.
4. Якщо мене не попросять по - хорошому, я не виконаю.
5. Я не завжди отримую те, що мені належить.
6. Я не знаю, що люди говорять про мене за моєю спиною.
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчути.
8. Коли мені траплялося обдурити кого - небудь, я відчував болісні докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатний вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожено з людьми, які ставляться до мене кілька більш дружньо, ніж я очікував.
15. Я часто буваю не згоден з людьми.
16. Іноді мені на розум приходять думки, яких я соромлюся.
17. Якщо хто - небудь першим вдарить мене, я не відповім йому.
18. Коли я дратуюся, я ляскаю дверима.
19. Я набагато більш дратівливий, ніж здається.
20. Якщо хто - то уявляє себе начальником, я завжди роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я думаю, що багато людей не люблять мене.
23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Люди, ухиляються від роботи, повинні відчувати почуття провини.

25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, запрошується на бійку.
26. Я не здатний на грубі жарти.
27. Мене охоплює лють, коли з мене насміхаються.
28. Коли люди корчать з себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися.
29. Майже щотижня я бачу кого - небудь, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей задрять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.
32. Мене пригнічує те, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно переводять вас, варті того, щоб їх "кляцнули по носі".
34. Я ніколи не буваю похмурих від злості.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я того заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хто - то виводить мене з себе, я не звертаю уваги.
37. Хоча я і не показую цього, мене іноді гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що наді мною сміються.
39. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до "сильним" виразам.
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи були прощені.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось - небудь ударить мене.
42. Коли виходить не по - моєму, я іноді ображаюся.
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по - справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: "Ніколи не довіряти чужинцям".
46. Якщо хто - небудь дратує мене, я готовий сказати, що я про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую.
48. Якщо я розлючуся, я можу вдарити кого - небудь.
49. З дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Я часто відчуваю себе як порохова бочка, готова вибухнути.

51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко працювати.

52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити що - небудь присмне для мене.

53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.

54. Невдачі засмучують мене.

55. Я б'юся не рідше ніж і не частіше, ніж інші.

56. Я можу згадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав ліпшу мені під руку річ і ламав її.

57. Іноді я відчуваю, що готовий першим почати бійку.

58. Іноді я відчуваю, що життя надходить зі мною несправедливо.

59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але тепер я в це не вірю.

60. Я лаюся тільки зі злості.

61. Коли я роблю неправильно, мене мучить совість.

62. Якщо для захисту своїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, я застосовую її.

63. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю кулаком по столу.

64. Я буваю грубуватий по відношенню до людей, які мені не подобаються.

65. У мене немає ворогів, які б хотіли мені нашкодити.

66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо він того заслуговує.

67. Я часто думаю, що жив неправильно.

68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.

69. Я не засмучуюсь - за дрібниць.

70. Мені рідко приходить в голову, що люди намагаються розлютити або образити мене.

71. Я часто тільки загрожую людям, хоча і не збираюся приводити погрози у виконання.

72. Останнім часом я став занудою.

73. У суперечці я часто підвищую голос.

74. Я намагаюся приховувати своє погане ставлення до людей.

75. Я краще погоджуся з чим - або, ніж стану сперечатися.

ОБРОБКА РЕЗУЛЬТАТІВ

При складанні опитувальника автори користувалися наступними принципами:

- 1) питання може відноситися тільки до однієї форми агресії;
- 2) питання формулюються таким чином, щоб найбільшою мірою послабити вплив суспільного схвалення відповіді на питання.

Відповіді оцінюються по восьми шкалах у такий спосіб:

1. Фізична агресія:

- да = 1, немає = 0: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68;
- немає = 1, да = 0: 9 і 7.

2. Непряма агресія:

- да = 1, немає = 0: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63;
- немає = 1, да = 0: 26, 49.

3. Роздратування:

- да = 1, немає = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
- немає = 1, да = 0: 11, 35, 69.

4. Негативізм:

- да = 1, немає = 0: 4, 12, 20, 28;
- немає = 1, да = 0: 36.

5. Образа: да = 1, немає = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58.

6. Підозрілість:

- да = 1, немає = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;
- да = 0, немає = 1: 33, 66, 74, 75.

7. Вербальна агресія:

- да = 1, немає = 0: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73;
- да = 0, немає = 1: 33, 66, 74, 75.

8. Почуття провини: да = 1, немає = 0: 5, 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Індекс ворожості включає в себе 5 - ю і 6 - ю шкали, а індекс агресивності (прямий або мотиваційної) включає в себе шкали 1, 3, 7 - ю.

Нормою агресивності є величина її індексу, що дорівнює 21 ± 4 . Норма ворожості дорівнює 6, $5-7 \pm 3$. При цьому звертається увага на можливість досягнення певної величини, що показує ступінь прояву агресивності.

Користуючись цією методикою, необхідно пам'ятати, що агресивність як властивість особистості і агресія як акт поведінки можуть бути зрозумілі в контексті психологічного аналізу мотиваційно - потребностной сфери особистості. Тому опитувальником Басса - Дарки слід користуватися в сукупності з іншими методиками: особовими тестами психічних станів (Кеттелл, Спилбергер), проектними методиками (Люшер) і т.д.

МЕТОДИКА «ОСОБИСТІСНА АГРЕСИВНІСТЬ І КОНФЛІКТНИХ» (Є. П. ІЛЬІН, П. А. КОВАЛЬОВ)

Методика призначена для виявлення схильності суб'єкта до конфліктності і агресивності як особистісним характеристикам.

Інструкція. Вам пропонується ряд тверджень. При згоді з твердженням в карті опитування (вона наводиться нижче) у відповідному квадратику поставте знак «+» («так»), при незгоді - знак «-» («ні»).

Текст опитувальника

1. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююсь.
2. У суперечках я завжди намагаюся захопити ініціативу.
3. Мені частіше за все не віддають належне за мої справи.
4. Якщо мене не попросять по-хорошому, я не поступлюся.
5. Я намагаюся робити все, щоб уникнути напруженості у відносинах.
6. Якщо по відношенню до мене чинять несправедливо, то я про себе накликаю кривдникові всякі нещастя.
7. Я часто злюся, коли мені заперечують.
8. Я думаю, що за моєю спиною про мене говорять погано.
9. Я набагато більш дратівливий, ніж здається.
10. Думка, що напад - кращий захист, правильне.
11. Обставини майже завжди сприятливішими складаються для інших, ніж для мене.

12. Якщо мені не подобається встановлене правило, я намагаюся його не виконувати.
13. Я намагаюся знайти таке рішення спірного питання, яке задовольнило б усіх.
14. Я вважаю, що добро ефективніше помсти.
15. Кожна людина має право на свою думку.
16. Я вірю в чесність намірів більшості людей.
17. Мене охоплює лють, коли з мене насміхаються.
18. У суперечці я часто перебиваю співрозмовника, нав'язуючи йому мою точку зору.
19. Я часто ображаюся на зауваження інших, навіть якщо і розумію, що вони справедливі.
20. Якщо хтось «корчить» з себе важливу персону, я завжди роблю йому наперекір.
21. Я пропоную, як правило, середню позицію.
22. Я вважаю, що гасло з мультфільму: «Зуб за зуб, хвіст за хвіст» - справедливий.
23. Якщо я все обдумав, то я не потребую поради інших.
24. З людьми, які зі мною привітніше, ніж я міг очікувати, я тримаюся насторожено.
25. Якщо хтось виводить мене з себе, я не звертаю на це уваги.
26. Я вважаю нетактовним не давати висловитися в суперечці іншій стороні.
27. Мене ображає відсутність уваги з боку оточуючих.
28. Я не люблю піддаватися в грі навіть з дітьми.
29. У суперечці я намагаюся знайти те, що влаштує обидві сторони.
30. Я поважаю людей, які не пам'ятають зла.
31. Затвердження «Розум - добре, а два - краще» справедливо.
32. Затвердження «Не обдуриш - не проживеш» теж справедливо.
33. У мене ніколи не буває спалахів гніву.
34. Я можу уважно і до кінця вислухати аргументи спорящего зі мною.
35. Я завжди ображаюся, якщо серед нагороджених за справу, в якій я брав участь, немає мене.
36. Якщо в черзі хтось намагається довести, що він стоїть попереду мене, я йому не поступаюся.
37. Я намагаюся уникати загострення відносин.
38. Часто я уявляю ті покарання, які могли б обвалитися на моїх кривдників.
39. Я не вважаю, що я дурніший інших, тому їх думка мені не указ.
40. Я засуджую недовірливих людей.
41. Я завжди спокійно реагую на критику, навіть якщо вона здається мені несправедливою.
42. Я завжди переконано відстоюю свою правоту.
43. Я не ображаюся на жарти друзів, навіть якщо вони злі.
44. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за вирішення важливого для всіх питання.

45. Я намагаюся переконати іншого прийти до компромісу.
46. Я вірю, що за зло можна відплатити добром, і дію відповідно з цим.
47. Я часто звертаюся до колег, щоб дізнатися їхню думку.
48. Якщо мене хвалять, значить, цим людям від мене щось потрібно.
49. У конфліктній ситуації я добре володію собою.
50. Мої близькі часто ображаються на мене за те, що в розмові з ними я їм «рота не даю відкрити».
51. Мене не чіпає, якщо при похвалі за загальну роботу не згадується моє ім'я.
52. Ведучи переговори зі старшим за посадою, я намагаюся йому не заперечувати.
53. У рішенні будь-якої проблеми я віддаю перевагу «золоту середину».
54. У мене негативне ставлення до мстивим людям.
55. Я не думаю, що керівник повинен рахуватися з думкою підлеглих, адже відповідати за все йому.
56. Я часто боюся каверз з боку інших людей.
57. Мене не обурює, коли люди штовхають мене на вулиці або в транспорті.
58. Коли я розмовляю з кимось, мене так і підмиває швидше викласти свою думку.
59. Іноді я відчуваю, що життя надходить зі мною несправедливо.
60. Я завжди намагаюся вийти з вагона раніше за інших.
61. Навряд чи можна знайти таке рішення, яке б усіх задовольнило.
62. Жодне образа не повинно залишатися безкарним.
63. Я не люблю, коли інші лізуть до мене з порадами.
64. Я підозрюю, що багато підтримують зі мною знайомство з користі.
65. Я не вмію стримуватися, коли мене незаслужено дорікають.
66. Я більше люблю атакувати, ніж захищатися.
67. У мене викликають жаль надмірно образливі люди.
68. Для мене не має великого значення, чия точка зору в суперечці виявиться правильною - моя чи чужа.
69. Компроміс не завжди є кращим вирішенням спору.
70. Я не заспокоююся до тих пір, поки не помщуся кривднику.
71. Я вважаю, що краще порадитися з іншими, ніж приймати рішення одному.
72. Я сумніваюся у щирості слів більшості людей.
73. Зазвичай мене важко вивести з себе.
74. Якщо я бачу недоліки в інших, я не соромлюся їх критикувати.
75. Я не бачу нічого образливого в тому, що мені говорять про мої недоліки.
76. Будь я на базарі продавцем, я не став би поступатися в ціні за свій товар.
77. Піти на компроміс - значить показати свою слабкість.
78. Чи справедливо думка, що якщо тебе вдарили по одній щоці, то треба підставити й іншу?
79. Я не відчуваю себе ущемленим, якщо думка іншого виявляється більш правильним.

80. Я ніколи не підозрюю людей в нечесності.

Обробка результатів. Для зручності обробки відповідей (думок за твердженнями) доцільно, щоб піддослідні свої відповіді («так», «ні») занесли в карту опитування.

Карта опитування

№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає
1			17			33			49		
2			18			34			50		
3			19			35			51		
4			20			36			52		
5			21			37			53		
6			22			38			54		
7			23			39			55		
8			24			40			56		
9			25			41			57		
10			26			42			58		
11			27			43			59		
12			28			44			60		
13			29			45			61		
14			30			46			62		
15			31			47			63		
16			32			48			64		

Закінчення карти опитування

N ° П / П	Та	Немає	N ° П / П	Та	Немає	N ° П / П	Та	Немає	N ° П / П	Та	Немає
65			69			73			77		
66			70			74			78		
67			71			75			79		
68			72			76			80		

Відповіді на питання відповідають восьми шкалами: 1) запальність; 2) наступальність; 3) образливість; 4) непоступливість; 5) компромісність; 6) мстивість; 7) нетерпимість до думки інших; 8) підозрілість.

За кожну відповідь «так» чи «ні» відповідно до ключа до кожної шкалою нараховується 1 бал. По кожній шкалою випробовувані можуть набрати від 0 до 10 балів.

Ключ. Відповіді «так» по позиціях 1, 9, 17, 65 і відповіді «ні» по позиціях 25, 33, 41, 49, 57, 73 свідчать про схильність суб'єкта до запальності.

Відповіді «так» по позиціях 2, 10, 18, 42, 50, 58, 66, 74 і відповіді «ні» по позиціях 26, 34 свідчать про схильність до наступальності, напористості.

Відповіді «так» по позиціях 3, 11, 19, 27, 35, 59 і відповіді «ні» по позиціях 43, 51, 67, 75 - схильність до образливості.

Відповіді «так» по позиціях 4, 12, 20, 28, 36, 60, 76 і відповіді «ні» по позиціях 44, 52, 68 - схильність до непоступливості.

Відповіді «так» по позиціях 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53 і відповіді «ні» по позиціях 61, 69, 77 - схильність до безкомпромісності.

Відповіді «так» по позиціях 6, 22, 38, 62, 70 і відповіді «ні» по позиціях 14, 30, 46, 54, 78 - схильність до мстивості.

Відповіді «так» по позиціях 7, 23, 39, 55, 63 і відповіді «ні» по позиціях 15, 31, 47, 71, 79 - схильність бути нетерпимим до думки інших.

Відповіді «так» по позиціях 8, 24, 32, 48, 56, 64, 72 і відповіді «ні» по позиціях 16, 40, 80 - схильність до підозрілості.

Сума балів за шкалами наступальності (напористості), непоступливості дає сумарний показник позитивної агресивності суб'єкта. Сума балів, набрана за шкалами нетерпимості до думки інших, мстивості, - показник негативної агресивності суб'єкта. Сума балів за шкалами безкомпромісності, запальності, уразливості, підозрілості - узагальнений показник конфліктності.

Встановлення типу розподілу даних за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова (методика діагностики показників і форм агресії А. Баса і А. Дарки (адаптація А.К. Осницького)

Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова

		fiz.ag	verb.a	kosv.	negati		podoz			index.	index.
		r	gr	agr	v	razdr	r	obida	vina	agr	vrag
N		58	58	58	58	58	58	58	58	58	58
Нормальные параметры ^{a,b}	Среднее	6,517	7,741	5,396	3,241	5,948	5,086	3,569	5,620	5,103	5,4828
	Стд. отклонение	2	4	6	4	3	2	0	7	4	
Разности экстремумов	Модуль	1,894	1,969	1,674	1,203	1,669	1,809	1,339	1,936	1,618	2,0540
	Положительные	05	60	78	95	36	18	18	06	85	2
	Отрицательные	,145	,152	,128	,166	,116	,107	,195	,164	,149	,127
Статистика Z Колмогорова-Смирнова		,096	,108	,128	,166	,112	,105	,155	,164	,149	,127
Асимпт. знч. (двухсторонняя)		-1,145	-1,152	-1,124	-1,162	-1,116	-1,107	-1,195	-0,098	-1,124	-0,097
Статистика Z Колмогорова-Смирнова		1,106	1,161	,975	1,262	,882	,815	1,487	1,247	1,133	,970
Асимпт. знч. (двухсторонняя)		,173	,135	,297	,083	,418	,520	,054	,089	,153	,303

а. Сравнение с нормальным распределением.

б. Оценивается по данным.

Встановлення типу розподілу даних за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова («Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова)

Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова

		zapal		nepost	bezko		napol	neter	podoz	Negat.
		n	napor	upl	mpr	mstiv	egl	pim	r	agr
N		58	58	58	58	58	58	58	58	58
Нормальные параметры ^{a,b}	Среднее	10,87	7,137	10,120	11,37	19,01	10,51	12,24	18,03	12,034
	Стд. отклонение	93	9	7	93	72	72	14	45	5
Стд. отклонение		7,353	3,682	5,9914	7,193	6,157	4,349	8,046	8,175	6,0783
Асимпт. знч. (двухсторонняя)		43	33	5	63	27	80	60	63	4

Разности экстремумов	Модуль	,150	,133	,160	,135	,157	,160	,251	,088	,123
	Положительны е	,150	,133	,160	,135	,157	,160	,251	,088	,123
	Отрицательные	-,114	-,075	-,091	-,105	-,100	-,085	-,132	-,078	-,052
Статистика Z Колмогорова- Смирнова		1,143	1,013	1,220	1,028	1,194	1,216	1,911	,669	,936
Асимпт. знч. (двухсторонняя)		,147	,256	,102	,241	,116	,104	,101	,761	,344

а. Сравнение с нормальным распределением.

б. Оценивается по данным.