

Юлія Карпук
студентка факультету психології та соціології
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Дарія Гошовська
кандидат психологічних наук, доцент
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПРОБЛЕМА ГАДЖЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ У СУЧАСНОМУ СВІТІ

Проблема гаджетозалежності є надзвичайно актуальною для сучасного суспільства і молоді зокрема, коли спостерігається масштабне та динамічне проникнення гаджетів в усі сфери життєдіяльності людини та значною мірою відображається на її соціальному самопочутті і орієнтаціях. Взаємодія особистості з гаджетом неоднозначно впливає на її здоров'я та соціальне становлення. З одного боку, гаджет надає величезні можливості для спілкування, читання книг, відвідування онлайн музеїв та перегляду кіно, а з іншого – містить віртуальні загрози, які можуть мати негативні наслідки для особистості та її близьких у реальному житті.

Проблема виникнення психологічної залежності від гаджету викликає сьогодні досить активний науковий інтерес багатьох вчених. Серед них: Вигівська В. М, Аношков В.М., Чехун В.Ф., Бартків О., Кенс К.А. та ін.

У широкому сенсі залежність розуміють як «прагнення покладатися на когось або щось з метою одержання задоволення або звикання до чогось» [2, с.213]. Умовно вчені виділяють нормальну і надмірну залежність. Всі люди відчують «нормальну» залежність від таких життєво важливих об'єктів як повітря, вода, їжа. Більшість людей відчують здорову прихильність до батьків, друзів, подружжя тощо. У деяких випадках спостерігаються порушення нормальних стосунків, які переходять у залежність. Наприклад, аутичні, шизоїдні, антисоціальні розлади особистості виникають внаслідок недостатнього контакту з іншими людьми. Схильність до надмірної залежності, навпаки, породжує проблемні стосунки або залежну поведінку. Далі, використовуючи термін «залежність», ми будемо мати на увазі саме надмірну прихильність до чого-небудь.

Залежна поведінка виявляється тісно пов'язаною як зі зловживанням з боку особистості чимось або кимось, так і з порушеннями її потреб. У спеціальній літературі вживається ще одна назва розглянутої реальності – адиктивна поведінка. У перекладі з англійської addiction – схильність, згубна звичка. Якщо звернутися до історичних коренів означеного поняття, то лат. addictus – той, хто пов'язаний боргами (засуджений до рабства за борги). Інакше кажучи, це людина, яка перебуває в глибокій «рабській» залежності від якоїсь непереборної влади. Деяка перевага терміну «адиктивна поведінка» полягає в його інтернаціональній транскрипції, а також у можливості ідентифікувати особистість з подібними звичками як «адикта» або «адиктивну особистість» [5, с 56].

У міру зміни життя людей з'являються і нові форми залежної поведінки. На сьогодні надзвичайно швидко поширюється залежність від мобільного телефону, Інтернету, ігрова залежність та залежність від спілкування в соціальних мережах. У сучасному світі означене явище назване «номофобія». Це почуття сильного

занепокоєння та страху в людини, яка боїться на тривалий час залишитися без мобільного телефону. Взагалі термін «номофобія» введений британськими дослідниками в 2008 році для позначення станів тривоги в людей, які залишилися без доступу до мобільного телефону – «no-mobile-phone phobia». [7, с 470]

Проаналізувавши дослідження вчених, нами було з'ясовано причини виникнення номофобії. Головною причиною виникнення цієї хвороби названо страх залишитися повністю безпорадним, тобто ізольованим від всього навколишнього світу. Значна кількість номофобів стверджують, що впродовж дня вони відправляють до сотні повідомлень, хоч на це йде багато часу. Взагалі, як стверджують дослідники, ця хвороба відносно молода. Вона виникла, коли мобільний телефон став доступним для широкого кола спілкування. Люди дуже швидко звикли до використання зручного, компактного засобу зв'язку, але ніхто не запідозрював, що навіть така потрібна річ може мати багато негативних наслідків.[6, с.45]

Адикція особистості від гаджетів є серйозною соціальною проблемою, оскільки у вираженій формі може мати такі негативні наслідки, як втрата працездатності, конфлікти з оточуючими, вчинення злочинів. Крім того, це найбільш поширений вид девіації [1, с.51]

Н.А. Цой дану залежність визначає як різновид технологічної залежності, що формується на базі різних форм використання пристроїв інтернету відповідно до динаміки, властивої адиктивному процесу, за рахунок зміщення цілей адиктивно-схильної особистості у віртуальну реальність для заповнення відсутніх сфер життя через конструювання у віртуальній реальності нової особистості та заміщення реальної життєдіяльності віртуальною [8, с.20]. Учена констатує, що є проблема концептуалізації гаджет-адикції, оскільки частина дослідників визначає окреслений феномен як хворобу, підставою для цього слугує припущення про подібність патопсихологічного механізму виникнення залежності від хімічних речовин або нав'язливих станів

Проаналізувавши психолого-педагогічну та соціологічну літературу, резюмуємо, що гаджет-адикція не пов'язана з об'єктивними параметрами використання інтернет-пристрою (стажем користування, його доступністю, сферою застосування), а має особистісну природу, тобто набуває надзвичайної значущості для певної категорії людей завдяки певним особистісним властивостям.[4, с.432] До таких характеристик науковці відносять підвищену чутливість до обмежень, що породжує бажання позбавитися вимог соціального оточення та потребу в емоційній підтримці й сприйняття гаджету як середовища, що вірогідніше за реальне середовище може надати цю підтримку [3, с.108]

Джерела та література

1. Вигівська В. М. Проблема залежності від мобільного телефону у підлітків / В. М. Вигівська, З. В. Гуріна // Молодий вчений. - 2016. - № 12.1. - С. 196-199.
2. Левицька Н. С. Особливості профілактики Інтернет-залежності серед студентської молоді// Новітні технології у науковій діяльності і навчальному процесі: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф. студ., аспір. та молодих учених (м. Чернігів, 16–17 квіт. 2013 р.) : у 2-х т. Т. 2. Гуманітарні науки. – Чернігів: Чернігів. держ. технол. ун-т, 2013. – 543 с.
3. Савицька О.В./ Дуткевич Т.В./ Основні види діяльності соціально-психологічної служби: Психодіагностична робота і психологічна корекція.//Практична психологія 2010.

4. Сельченко К. В. Психология зависимости. Хрестоматия. / К. В. Сельченко. – Харвест, Минск., 2015. – 596 с.
5. Цой Н. А. Социальные факторы феномена Интернет-зависимости : автореф. дис. ... канд. социол. наук : спец. 22.00.04 – Социальная структура, социальные институты и процессы / Н. А. Цой. – Владивосток, 2012. – 20 с.

Бібліографічні дані публікації:

Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (13 трав. 2019 р.) = Abstract I International Scientific & Practical Internet Conference (May 13, 2019) / За заг. ред. Я.О. Гошовського, О.В. Лазорко, А. В. Кульчицької, Т.В. Федотової. – Луцьк: ПП Іванюк В. П., 2019. – С. 42-44