

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА АГРЕСИВНУ ПОВЕДІНКУ ПІДЛІТКІВ

Слободяник Вадим

Актуальність дослідження зумовлена зростаючим впливом цифрового середовища на психоемоційний стан підлітків, які вразливі до зовнішніх чинників. Надмірне використання соціальних мереж та онлайн-ігор може провокувати залежність, дратівливість та агресивну поведінку. Вивчення взаємозв'язку між інтернет-залежністю та агресією допоможе визначити ризики цифрового впливу та розробити психопрофілактичні заходи. Дослідження цього питання активно ведуть зарубіжні та українські вчені, проте необхідний глибший аналіз кореляцій між залежністю та агресією для формування ефективних програм саморегуляції.

Мета публікації – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити як впливає інтернет-залежність на агресивну поведінку осіб підліткового віку.

Інтернет-залежність впливає на психоемоційний стан особистості, особливо в підлітковому віці, коли формується самосвідомість. Надмірне занурення у цифрове середовище може провокувати емоційну нестабільність, імпульсивність та агресію. Віртуальний простір може бути як засобом емоційного полегшення, так і джерелом психологічного дисбалансу. Конструктивне використання онлайн-ресурсів сприяє соціальній адаптації, тоді як патологічне – посилює агресивність і знижує емпатію. Агресивні реакції, що виникають на тлі інтернет-залежності, можуть проявлятися як у вербальній, так і у фізичній формі, особливо у ситуаціях, коли доступ до Інтернету обмежується або підліток стикається з фрустрацією в реальному житті. Уникання реальних соціальних контактів, ізоляція та підвищена дратівливість – часті супутники залежності від віртуального простору. Інтернет-залежність може суттєво впливати на агресивну поведінку підлітків, формуючи їхні емоційні та соціальні реакції. Надмірне використання цифрового середовища часто супроводжується зниженням навичок саморегуляції, що може призводити до імпульсивності та агресивних проявів [1, 3].

Дослідження проводиться на базі Вінницького фахового коледжу будівництва,

архітектури та дизайну КНУБА. В дослідженні взяло участь 70 осіб. Згідно з отриманими емпіричними результатами дослідження, за використання методики Кімберлі Янг «Internet Addiction Test», було виявлено, що 57% підлітків мають ознаки помірної інтернет-залежності. 16% респондентів продемонстрували високий рівень інтернет-залежності, що свідчить про формування вже стійких ознак компульсивної поведінки. Для цієї групи характерні емоційна залежність від віртуального середовища, порушення міжособистісної взаємодії у реальному житті, зниження навчальної мотивації, а також підвищений рівень тривожності, дратівливості та схильність до ізоляції. Реальні соціальні зв'язки нерідко витісняються віртуальним спілкуванням, що негативно позначається на психоемоційному стані підлітків. Натомість 27% опитаних не виявили ознак інтернет-залежної поведінки, зберігаючи адекватний баланс між цифровими технологіями та іншими сферами життєдіяльності.

Аналіз даних за методикою *Басса-Даркі* показав, що підлітки найчастіше проявляють агресію через образу (58,5 б.), дратівливості (50,7 б.) та негативізм (55 б.), що може бути реакцією на емоційні травми та соціальні труднощі. За *шкалою кіберзалежності Юр'євої-Шорнікова* 20% респондентів демонструють високий рівень інтернет-залежності, що супроводжується емоційною нестабільністю та зниженням мотивації. 53% мають середній рівень, а 27% не виявляють ознак кіберзалежності.

Емпіричне дослідження підтвердило статистично значущі кореляції між інтернет-залежністю та агресивною поведінкою підлітків. Встановлено слабкий позитивний зв'язок між образливістю та інтернет-залежністю ($r = 0,276, p \leq 0,05$), що свідчить про схильність емоційно вразливих підлітків до занурення у віртуальну взаємодію. Негативний зв'язок із підозрою вказує на меншу залученість у цифрове середовище серед недовірливих підлітків. Позитивні кореляції між агресивністю у стосунках, вербальною агресією ($r = 0,380, p \leq 0,01$) та негативізмом ($r = 0,311, p \leq 0,01$) свідчать про сталі моделі агресивної поведінки, що можуть посилюватися в онлайн-

середовищі. Отримані дані підтверджують вплив інтернет-залежності на формування агресивності та мають практичну значущість для створення профілактичних програм.

Високий рівень інтернет-залежності корелює з вербальною та фізичною агресією, знижуючи емпатію. Надмірне споживання агресивного контенту нормалізує насильницькі моделі поведінки. Залежні від Інтернету підлітки часто проявляють дратівливість, негативізм та уникають проблем, що погіршує соціальні взаємини. Цифрова залежність також впливає на емоційну регуляцію, сприяючи нетерпимості та підвищеній агресії в конфліктах.

Таким чином, підтверджено необхідність контролю за онлайн-активностями підлітків та впровадження програм цифрової гігієни та емоційної саморегуляції для зниження негативного впливу Інтернету на їхню поведінку. Це сприятиме розвитку соціальної компетентності та зниженню рівня агресивних реакцій у молодіжному середовищі. Зазначимо, що Інтернет-залежність сприяє розвитку агресивної поведінки. Високий рівень інтернет-залежності пов'язаний із частими проявами вербальної та фізичної агресії. Отримані дані важливі для розробки профілактичних та корекційних програм. Результати можуть бути застосовані у практиці шкільних психологів, соціальних педагогів та батьків.

Подальші дослідження зосереджено на впливові сім'ї, школи та однолітків на розвиток інтернет-залежності й агресії, аналізі гендерних особливостей та вікової динаміки. Перспективним є розробка психокорекційних програм цифрової гігієни та соціальної адаптації, а також міжкультурні порівняння для визначення впливу культурного контексту.

Список використаних джерел

1. Петренко В.І, Сидоренко М.П. Інтернет-залежність: діагностика та корекція. Харків : Вид-во "Основа", 2020. 210 с.
2. Семі С. Зміст і особливості підліткової агресії та характеристика причин її розвитку. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 78.
3. Янг С. К. Зловити інтернет-залежного: посібник з оцінки та лікування. Львів : Вид-во "Новий Світ – 2000", 2010. 256 с.