

Апробація програми корекції залежності від азартних онлайн-ігор і покупок через ІНТЕРНЕТ

Kaminska O.V. Testing of the program in correction of dependence on online gambling and online purchases / O.V. Kaminska // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D.Maksymenko, L.A.Onufriieva. – Issue 28. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 182–191.

О.В. Камінська. Апробація програми корекції залежності від азартних онлайн-ігор і покупок через інтернет. У статті обґрунтовано необхідність розробки методів і шляхів корекції інтернет-залежності. Підкреслено, що інтернет-адикція охоплює все більшу кількість молодих людей, що зумовлено науково-технічним прогресом та відсутністю дієвих психопрофілактичних програм. Окреслено основні аспекти інтернет-залежності в цілому. Визначено, що залежність від азартних онлайн-ігор та покупок через інтернет є одним із небезпечних видів інтернет-адикції, оскільки передбачає не лише деструктивні зміни особистості, але й значні фінансові втрати, що впливає на рівень життя адикта.

Описано особливості розробки програми корекції одного з видів інтернет-залежності, проаналізовано основні її етапи. Підкреслено необхідність використання ресурсного підходу при роботі з адиктами, що дозволяє актуалізувати прихований потенціал особистості та сприяє гармонізації її індивідуальних особливостей. Звертається увага на необхідність виявлення фрустрованих потреб, які індивід переносить у площину віртуальної реальності, що призводить до збідніння його соціального життя та створює труднощі в процесі подальшої соціалізації. Подано структуру корекційної програми, окреслено її мету та завдання, визначено основні напрямки роботи психолога з адиктами.

Представлено результати, що підтверджують ефективність авторської програми корекції залежності від азартних онлайн-ігор і покупок через інтернет. Здійснено детальний аналіз даних, отриманих у процесі апробації програми. Підтверджено ефективність корекційної програми, що може використовуватись для подолання зазначеного виду інтернет-залежності.

Ключові слова: інтернет-залежність, адикт, адикція від азартних онлайн-ігор та покупок через інтернет, психокорекція, соціально-психологічний тренінг, корекційна програма.

О.В. Каминская. Апробация программы коррекции зависимости от азартных онлайн-игр и покупок через интернет. В статье обоснована необходимость разработки методов и путей коррекции интернет-зависимости. Подчёркнуто, что интернет-аддикция охватывает все большее количество молодых людей, что обусловлено научно-техническим прогрессом и отсутствием действенных психопрофилактических программ. Определены основные аспекты интернет-зависимости в целом. Подчёркнуто, что зависимость от азартных онлайн-игр и покупок через интернет является одним из опасных видов интернет-аддикции, поскольку предполагает не только деструктивные изменения личности, но и значительные финансовые потери, влияет на уровень жизни аддикта.

Описаны особенности разработки программы коррекции одного из видов интернет-зависимости, проанализированы основные её этапы. Подчеркнута необходимость использования ресурсного подхода при работе с аддиктами, что позволяет актуализировать скрытый потенциал личности и способствует гармонизации её индивидуальных особенностей. Обращается внимание на необходимость выявления фрустрированных потребностей, которые индивид переносит в плоскость виртуальной реальности, что приводит к обеднению его социальной жизни и создаёт трудности в процессе дальнейшей социализации. Подано структуру коррекционной программы, определены её цели и задачи, основные направления работы психолога с аддиктами.

Представлены результаты, подтверждающие эффективность авторской программы коррекции зависимости от азартных онлайн-игр и покупок через интернет. Осуществлён подробный анализ данных, полученных в процессе апробации программы. Подтверждена эффективность коррекционной программы, которая может использоваться для преодоления указанного вида интернет-зависимости.

Ключевые слова: интернет-зависимость, аддикт, аддикция от азартных онлайн-игр и покупок через интернет, психокоррекция, социально-психологический тренинг, коррекционная программа.

Постановка проблеми. У сучасному соціумі спостерігається швидке поширення інтернет-залежності загалом та адикції від азартних онлайн-ігор і покупок через інтернет, зокрема, що вимагає здійснення нових розробок щодо подолання залежності. Враховуючи це, була розроблено та апробовано програму корекції відповідного виду інтернет-адикції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній науці існують різні підходи щодо корекції залежності від азартних онлайн-ігор та покупок через інтернет. Так, клінічні та динамічні аспекти патологічної схильності до азартних ігор вивчалися Є.А. Кузнєцовою-Моревою [3], яка виявила, що патологічна схильність до азартних ігор характеризується складною психопатологічною структурою, що включає облігатні та додаткові

компоненти. Особистісні аномалії адиктів виражаються в акцентуаціях, аномальних реакціях, зміні системи цінностей, ієрархії потреб, стійкими характерологічними змінами.

Л.А. Ільницька [1] запропонувала декілька шляхів здійснення психологічного супроводу юнаків, в яких спостерігаються ознаки залежності від інтернету. Основними напрямками психологічного супроводу інтернет-залежних юнаків є врахування таких механізмів соціалізації, як інституційний, традиційний, стилізований та міжособистісний; комплексна превентивна робота із залученням родин, педагогів, близького оточення; оптимальна організація дозвілля та життєдіяльності; залучення молоді до здорового способу життя; розширення сфери інтересів особистості, метою якого є знецінення адиктивної поведінки.

Психологічні детермінанти і механізми корекції девіантної поведінки, в тому числі й інтернет-залежності, були визначені С.М. Дубініним [2]. Він розробив концепцію соціально-психологічної і педагогічної діяльності з молоддю з ознаками девіантної поведінки, в основі якої лежить сукупність науково-обумовлених поглядів на природу девіантної поведінки особистості та психологічні механізми її корекції.

Однак, незважаючи на наявні дані, проблема залежності від азартних ігор та покупок через інтернет залишається недостатньо вивченою, зокрема, особливої уваги потребує розробка програм профілактики та корекції цього виду дикції.

Відповідно, **метою статті** є представлення результатів апробації програми корекції залежності від азартних онлайн-ігор та покупок через інтернет.

Виклад основного матеріалу дослідження. При проведенні дослідження здійснювалась перевірка ефективності програми, спрямованої на корекцію залежності від азартних онлайн-ігор та покупок через інтернет. Програма передбачала проведення психокорекційних бесід, процес індивідуальної консультативної роботи та застосування соціально-психологічного тренінгу.

Розроблена програма була апробована на групі з 18 осіб, що була розділена на дві підгрупи, до яких увійшли як чоловіки, так і жінки раннього дорослого віку, оскільки цей вид адикції є найбільш розповсюдженим саме серед них, однак розроблена програма може використовуватися для роботи з молоддю, що має ознаки цього виду залежності загалом. Також було створено контрольну групу, яка також складалась з 18 осіб з метою визначення того, наскільки зміни, які відбулися в процесі корекційної роботи, були зумовлені саме впливом програми, а не інших фак-

торів. Про ідентичність контрольної та експериментальної груп свідчить критерій χ^2 – Пірсона, коефіцієнт якого склав $\chi^2_1=0,90$; $\chi^2_2=3,00$ при $\chi_{кр}=5,99$.

Для перевірки ефективності розробленої програми були використані такі методики: методика дослідження видів інтернет-залежності, проєктивна методика «Я в інтернеті», шкала інтернет-залежності (Чен). При цьому в авторських методиках була використана шкала «Залежність від азартних ігор та покупок в інтернеті», тоді як за шкалою інтернет-залежності (Чен) використовувались такі шкали: «Компульсивні симптоми», «Симптоми відміни» і «Внутрішньоособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям».

Результати, отримані за авторськими методиками, наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

Вираженість залежності від азартних онлайн-ігор та покупок в інтернеті до і після корекції за методикою дослідження видів інтернет-залежності та тестом «Я в інтернеті» (%)

Група	Етапи	Показники					
		Види інтернет-залежності			«Я в інтернеті»		
		з	п	в	з	п	в
Контрольна (n = 18)	до експерименту	66	28,5	5,5	66	28,5	5,5
	після експерименту	60,5	34	5,5	66	28,5	5,5
Експериментальна (n = 18)	до експерименту	60,5	34	5,5	60,5	28,5	11
	після експерименту	27,5	39,5	33	33	28,5	38,5

Примітка: з – залежність; п – граничні показники; в – відсутність залежності.

За методикою дослідження видів інтернет-залежності було помічено статистично значущі відмінності між показниками, отриманими до та після корекції, що підтверджує критерій χ^2 – Пірсона, коефіцієнт якого склав $\chi^2=156,39$ при $\chi_{кр}=5,99$.

Ознаки залежності було притаманно 60,5% осіб до корекції та 27,5% – після неї ($\phi^*=2,04$ при $\phi^*_{кр}=1,64$). У процесі роботи відбулося зменшення деструктивного потягу до адиктивних агентів, зокрема, до віртуальних казино та інтернет-магазинів, оскільки особистість усвідомила неефективність процесу заміщення, за допомогою якого вона намагалась задовольнити фрустровані потреби та отримати яскраві емоції, яких їй не вистачало в реальному

житті. Отже, перенесення в сферу свідомості глибинних причин, що штовхають особистість до адиктивної поведінки, сприяло переоцінці життєвих цінностей і стилю існування, притаманного їй. У процесі роботи відбувалось осмислення наслідків залежності, виявлення першооснов, що спонукали особистість до адиктивної поведінки. Все це сприяло формуванню мотивації до глибинних змін, що передбачала зміну установок щодо віртуальних казино та інтернет-магазинів, цілей свого життя, які раніше зводились до занурення у віртуальну реальність, стилю поведінки щодо оточуючих, переосмислення власного «Я-образу». На кожному етапі такої роботи особистість отримувала психологічну підтримку від ведучого та інших членів групи, що надавало їй сили рухатись далі в напрямку до подолання залежності.

За методикою «Я в інтернеті» також було отримано дані, що свідчать про наявність статистично значущих відмінностей між показниками, отриманими до та після проведення корекційної роботи.

Ознаки залежності притаманні 60,5% осіб до здійснення корекції та 33% – після неї ($\varphi^* = 1,68$ при $\varphi_{кр}^* = 1,64$). Показник значно зменшився, що вказує на значущість змін, які відбулися під час роботи. Так формувалась мотивація до позбавлення від ознак залежності через усвідомлення її згубного впливу як на саму особистість, так і на її близьких людей. У разі поширення цього виду інтернет-залежності її наслідки можуть бути вражаючими, оскільки призводять до банкрутства особистості в зв'язку з неконтрольованими азартними іграми та покупками, накопиченням боргів, а в окремих випадках – втрати житла та роботи. Наведення таких прикладів використовувалось також для впливу на осіб, в яких адикція перебуває на етапі формування та ще не отримала свого поширення на всі сфери життя, що спонукало до розвитку якостей і навичок, необхідних для її подолання. Учасники групи в процесі проведеної роботи змогли розвинути свій особистісний потенціал, усвідомити та опрацювати глибинні проблеми, що лягли в основу виникнення адикції, виробити навички конструктивного виходу зі стресових ситуацій, не вдаючись до азартних ігор чи покупок в інтернеті. Респонденти розвинули здатність до об'єктивної оцінки тих ситуацій, які викликають у них потяг до занурення у віртуальну реальність, та виробили нову стратегію реагування на них. Також проводилась робота, спрямована на оптимізацію самоствавлення особистості за рахунок розвитку здатності до самопізнання та адекватної самооцінки, виявлення своїх сильних сторін і недоліків та здійснення

на основі цього корекції тих рис, які змушують особистість почуватися дисгармонійно. Також в учасників розвинувся комунікативний потенціал, оскільки часто саме відчуття ізольованості та самотності штовхає індивіда до звернення до адиктивних агентів з метою зміни психічного стану, отримання позитивних емоцій та задоволення фрустрованих потреб.

При порівнянні показників за обома методиками в контрольній групі не було виявлено значущих відмінностей.

За результатами шкали інтернет-залежності (Чен) була побудована таблиця 2.

Таблиця 2

Вираженість залежності від азартних онлайн-ігор та покупок в інтернеті до і після корекції за шкалою інтернет-залежності (Чен) (%)

Група	Етапи	Показники								
		Компульсивні симптоми			Симптоми відміни			Внутрі-особистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям		
		в	с	н	в	с	н	в	с	н
Контрольна (n = 18)	до експер.	55	39,5	5,5	60,5	34	5,5	49,5	45	5,5
	після експер.	60,5	34	5,5	66	28,5	5,5	55	39,5	5,5
Експериментальна (n = 18)	до експер.	60,5	28,5	11	66	28,5	5,5	49,5	45	5,5
	після експер.	27,5	39,5	33	33	39,5	27,5	38,5	28,5	33

Примітка: в – високий рівень, с – середній рівень, н – низький рівень.

Аналіз показників за шкалою «Компульсивні симптоми» до та після проведення корекції вказує на наявність статистично значущих відмінностей. Високий рівень за цією шкалою спостерігається в 60,5% осіб до корекції та в 27,5% – після неї ($\varphi^* = 2,04$ при $\varphi^*_{кр} = 1,64$). Зменшення показника свідчить про ефективність використаних процедур щодо зниження нав'язливого впливу думок та відчуттів, пов'язаних з грою в онлайн-казино та покупками в інтернет-магазинах. Отже, в процесі роботи учасники змогли позбутися певних компульсивних симптомів, або ж знизити їх вираженість, що лягло в основу подальшої роботи над подоланням адикції, дозволило особистості комфортніше почуватися поза віртуальною реальністю та краще контролювати свої потяги й імпульсивну поведінку.

За шкалою «Симптоми відміни» також було виявлено статистично значущі відмінності між показниками, отриманими

до та після проведення корекційної роботи. Високий рівень демонструють 66% осіб до проходження корекції та 33% – після неї ($\varphi^*=2,02$ при $\varphi^*_{кр}=1,64$). Учасники, які раніше проявляли яскраву негативну реакцію на нездатність зіграти при бажанні в азартну гру чи зробити покупку в онлайн-магазині, тепер демонструють більш стриману реакцію, що зумовлено зменшенням значущості для них цього виду діяльності в інтернеті та розвитком здібностей до саморегуляції та самоконтролю, які дозволяють не лише контролювати емоційні реакції за відсутності можливості зануритись у віртуальну реальність, але й регулювати свою поведінку в процесі гри чи покупок, контролювати суми, що витрачаються.

Середній рівень властивий 28,5% осіб до участі в тренінгу та 39,5% – після неї. В процесі здійснення корекції відбувалось усвідомлення учасниками тих факторів, які роблять гру чи покупку особливо значущою для особистості з метою визначення механізмів, які лежать в основі залежності. Це сприяло переосмисленню індивідом стилю свого життя, розкриттю перед ним нових можливостей задоволення фрустрованих потреб без звернення до адиктивних агентів, дозволяло змінити ставлення до об'єкта адикції.

Низький рівень спостерігається в 5,5% осіб до проведення корекції та в 27,5% – після неї ($\varphi^*=1,89$ при $\varphi^*_{кр}=1,64$), що свідчить про ефективність проведеної роботи. У респондентів, які раніше демонстрували неадекватність поведінки в разі виникнення перешкод на шляху до задоволення потреби в зануренні у віртуальну реальність, після участі в тренінгу проявляється схильність до спокійнішого сприйняття такої ситуації, що пов'язано з перенесенням акцентів з віртуального світу на світ реальний.

За шкалою «Внутрішньоособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям» також були виявлені значущі відмінності при порівнянні показників, отриманих до та після проведення роботи.

Високий рівень проявляється в 49,5% осіб до здійснення корекції та в 38,5% – після неї, що вказує на те, що підібрані процедури здатні створити умови для подолання не лише проявів адикції, але й її наслідків. Залежність від азартних онлайн-ігор та покупок в інтернеті зумовлює особливо помітні наслідки, оскільки пов'язана зі значними фінансовими витратами, що може призвести до повного банкрутства людини, втрати фінансової стабільності тощо. Розвиток адикції викликає також порушення стосунків у сім'ї, оскільки від імпульсивної поведінки адикта страждає її добробут. Крім того, людина, що знаходиться

під впливом адикції, стає особливо дратівливою, може проявляти агресивність щодо оточуючих, демонструє неадекватні моделі поведінки. Отже, особистість, що страждає від цього виду залежності, є оточеною різноманітними проблемами, з яких не здатна самотійно знайти вихід. При цьому саме тренінг стає тією формою роботи, де індивід може отримати підтримку як з боку психолога, так і від інших членів групи, що знаходяться на різних етапах формування адикції та можуть поділитися перевіреними на власному досвіді способами її подолання. Під час тренінгу особистість має можливість розвинути необхідні вміння та навички, що сприяють ефективному подоланню адиктивних проявів, відбувається розкриття її потенціалу та прихованих можливостей в боротьбі з залежністю.

Середній рівень притаманний 45% осіб до та 28,5% після тренінгової роботи. В процесі здійснення корекції спостерігалося зміна ставлення учасників до себе, що зумовлювалось його неадекватністю та нездатністю розкрити власні ресурси та оцінити можливості.

Низький рівень наявний в 5,5% осіб до корекції та в 33% – після неї ($\varphi^* = 2,25$ при $\varphi^*_{кр} = 1,64$), що свідчить про високий потенціал розроблених процедур щодо корекції адиктивних проявів. Учасники групи під час роботи змогли виробити продуктивну стратегію щодо подолання як самих адиктивних проявів, так і їх наслідків за рахунок вирішення проблем, що виникли в житті особистості, гармонізації стосунків з близькими людьми, опрацювання внутрішніх конфліктів, що породжували невротичні переживання, викликали дискомфорт і тривогу.

Порівняння показників, отриманих за цією методикою в контрольній групі, свідчить про відсутність статистично значущих відмінностей.

Висновки. Отже, в процесі перевірки ефективності розробленої програми було встановлено, що соціально-психологічний тренінг, спрямований на корекцію залежності від азартних онлайн-ігор і покупок через інтернет може використовуватись для зниження рівня адиктивних проявів та подолання цього виду залежності.

Перспективним напрямом дослідження є розробка програми профілактики інтернет-залежності.

Список використаних джерел

1. Ільницька Л. А. Шляхи здійснення психологічного супроводу осіб, залежних від інтернету, в юнацькому віці / Л.А. Іль-

- ницька // Наука і освіта : наук.-практ. журн. півд. наук. центру НАПН України. – 2011. – № 11(Психологія). – С. 57–61.
2. Дубинин С. Н. Психологические детерминанты и механизмы коррекции девиантного поведения личности : дис ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / С. Н. Дубинин ; Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет. – Нижний Новгород, 2011. – 378 с.
 3. Кузнецова-Морева Е.А. Клинико-психопатологические особенности патологической склонности к азартным играм (клинические и динамические аспекты) : дис. ... канд. мед. наук : 14.00.18 / Е. А. Кузнецова-Морева ; Московский научно-исследовательский институт психиатрии. – Москва, 2010. – 206 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. П'нyc'ка Л. А. Shljahy zdijsnennja psyhologichnogo suprovodu osib, zaleznyh vid internetu, v junac'komu vici / L.A. П'нyc'ка // Наука і освіта : наук.-практ. zhurn. pıvd. nauk. centru NAPN Ukraı'ny. – 2011. – № 11(Psyhologija). – S. 57–61.
2. Dubinin S. N. Psihologicheskie determinanty i mehanizmy korrekcii deviantnogo povedenija lichnosti : dis ... d-ra psihol. nauk : 19.00.07 / S. N. Dubinin ; Nizhegorodskij gosudarstvennyj arhitekturno-stroitel'nyj universitet. – Nizhnij Novgorod, 2011. – 378 s.
3. Kuznecova-Moreva E. A. Kliniko-psihopatologicheskie osobennosti patologicheskoy sklonnosti k azartnym igram (klinicheskie i dinamicheskie aspekty) : dis. ... kand. med. nauk : 14.00.18 / E. A. Kuznecova-Moreva ; Moskovskij nauchno-issledovatel'skij institut psihiatrii. – Moskva, 2010. – 206 s.

O.V. Kaminska. Testing of the program in correction of dependence on online gambling and online purchases. The necessity to develop methods and ways of correcting Internet addiction is proved in the article. It is emphasized that Internet addiction encompasses a growing number of young people, due to scientific and technical progress and the lack of effective prophylaxis programs. The main aspects of internet addiction are described in general. It is emphasized that the dependence on online gambling and online purchases is one of the most dangerous types of Internet addiction, as it involves not only destructive personality changes, but significant financial losses, affects the standard of living of the addict.

The features of the development of the program in correction of one of the types of Internet addiction are described, the main stages are ana-

lyzed. The need to use the resource approach when dealing with addicts is stressed. It allows to update the hidden potential of the personality and contributes to the harmonization of its individual characteristics. Attention is drawn to the need to identify the frustrated needs that an individual moves in a plane of virtual reality that depletes his social life and creates further difficulties in socialization. The structure of correctional program is proposed, its goals and objectives are defined, the main lines of work of the psychologist with addicts are distinguished.

The results confirming the effectiveness of the author's program in correction of dependence on online gambling and online purchases are presented. A detailed analysis of the data obtained during the testing program is carried out. The effectiveness of the correctional program, which can be used to overcome the kind of Internet addiction, is confirmed.

Key words: Internet addiction, addict, addiction to online gambling and online purchases, psycho-correction, socio-psychological training, correctional program.

Received January 12, 2015

Revised January 25, 2015

Accepted February 09, 2015

УДК 316.454.52-053.9

О.Г. Коваленко

olenagk@ukr.net

МОДЕЛЬ міжособистісного спілкування осіб похилого віку

Kovalenko O.H. The model of interpersonal communication of elderly people / O.H. Kovalenko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D.Maksymenko, L.A.Onufrieva. – Issue 28. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 191–202.

О.Г. Коваленко. Модель міжособистісного спілкування осіб похилого віку. У статті проаналізовано зміст наукових підходів конкретно-наукового методологічного рівня в дослідженні міжособистісного спілкування осіб похилого віку (системного, концепцій міжособистісного спілкування, екзистенціальної теорії, інтегративного підходу, теорій особистості). Обґрунтовано зміст і принципи особистісно-комунікативного підходу як базового у виробленні концептуальних уявлень про особистість похилого віку та процес її міжособистісного спілкування. Згідно вищесказаного підходу особистість похилого віку розглядається